

第9回世界健康首都会議

2019年10月16日(水)・10月17日(木)開催

【開会式】

菅谷昭世界健康首都会議実行委員会会長(松本市長): 皆さん、こんにちは。菅谷でございます。第9回世界健康首都会議の開会に当たりまして、主催者を代表し、一言御挨拶を申し上げます。

先ず冒頭、皆様におかれましては、この度の台風19号の被害による交通等への影響にもかかわらず、松本にお越しいただき、このように盛大に会議が開催できますことに、心より感謝を申し上げます。

とりわけ御来賓として御臨席賜りました、長野県産業労働部長林宏行様、経済産業省商務・サービスグループヘルスケア産業研究官仁賀建夫様、厚生労働省健康局健康課課長補佐相原允一様におかれましては、台風被害対策などの公務にもかかわらず、大変御多忙の中、御出席いただき厚く御礼申し上げます。ありがとうございました。

9回目を迎えますこの会議におきましては、初の試みとして、昨年の来場者アンケート結果より最も関心の高かった、食と栄養、運動を取り上げまして、テーマを「食と運動 健康やかに みんなで つながる」といたしました。

初めに基調講演といたしまして、世界が注目するラグビーワールドカップや、来年開催の東京オリンピック、パラリンピックを控え、大変お忙しい中、スポーツ庁長官の鈴木大地様をお迎えし、「スポーツが変える。未来を創る。」と題して、御講演いただきます。

続きまして、海外からの基調講演では、カナダ ブリティッシュコロンビア州 サーニッチ地区議会議員のジュディ・ブラウノフ様から、高齢者の孤立を防ぐ、取り組み事例等についてお話いただきます。また、ロシア共和国を、皆様方により身近に感じてほしいとの思いから、私の長年の友人でもある、モスクワ国際関係大学教授のドミトリー・ストレリツォフ様をお招きし、ロシアの政治社会情勢についてわかりやすく御講演いただくとともに、ロシア科学アカデミー経済研究所社会分野経済理論センター長のタチヤナ・チュバロワ様から、ロシアが本格的に着手するとした健康増進政策について御講演いただくこととしております。

さらにあすのパネルディスカッションでは、例年のとおり、三菱総合研究所理事長の小宮山宏様にコーディネートいただきます。私たちの食と運動にまつわる日々の行動が、単なる健康づくりにとどまらず、地域コミュニティや企業、行政などを巻き込んで、社会全体の関係性を活性化させることの重要性などにつきまして、パネリストの皆様の幅広い見地から、興味ある御意見また御提言をいただけるものと楽しみにしております。

さて、先月に一般財団法人森記念財団都市戦略研究所が公表いたしました、国内主要72都市を対象とした「日本の都市特性評価」の総合ランキングにおきまして、松本市は昨年の総合13位から第10位にランキングされました。また日経BP総研が全国の市

及び東京 23 区を対象に行った「シティブランド・ランキング 住みよい街 2019」でも高い評価となりました。多くの政令指定都市や県庁所在地が名を連ねる中、一地方都市として高い客観的な評価をいただいております。私といたしましては、こうした評価は、健康寿命の延伸をまちづくりの根幹に据えて、市民の皆様とともに地道に取り組んできた成果であり、大変ありがたく受け止める一方、松本市の評価の高さに一抹の不安を抱いていることも事実でございます。

9 年前の平成 23 年に 1 日での開催、参加者 300 名で、この会議はその産声を上げました。平成 25 年度からは市民の学びの場という新たな視点を加え、松本市医師会など医療福祉団体の皆様の御協力を得て、二日間の開催とするなど、規模内容ともに充実させて参りました。

松本市が全国に先駆けて健康寿命の延伸に着眼し、とりわけ健康とは関係性が薄いのは、とされる地域経済並びに産業の活性化につきましても、その重要性を認識し健康産業の取り組みに大きくかじを切ったことは、全国的に注目され評価を受けていることのあらわれの一つではないかと感じているところでございます。

また今回の会議におきましても、松本短期大学や丸の内ビジネス専門学校、そして地元工業並びに農業高校の学生など、これから未来を担う多くの若い方々が参加されると伺っております。

あわせて、地元の食料品製造業など参加企業の皆様の御厚意によりまして、食や運動に関する来場プレゼントを御提供することができるとも伺っており、大変うれしく感じております。心から感謝を申し上げます。

結びになりますが、これまで世界首都会議に携わられた多くの皆様に、感謝と敬意を表するとともに健康寿命延伸都市・松本の創造に向けて、より一層邁進してまいりますので、どうか今後とも、御支援を賜りますようお願い申し上げます。開会に当たりましての挨拶といたします。この 2 日間どうぞよろしく願いいたします。ありがとうございました。

住吉廣行協議会副会長（松本大学学長）: ただいま紹介されました、松本大学の学長を勤めております住吉と申します。僭越ですが、開会の御挨拶をさせていただきたいと思っております。

この世界健康首都会議もことしで第 9 回目を迎えました。今年は食と運動をテーマに、そして「健やかに みんなで つながる」をサブテーマに設定し、盛大に開催されます。

菅谷昭市長が「健康寿命延伸都市」を宣言されてから、この少し長い名前を、今では誰もが使うようになってきました。かなり先見性があるネーミングだったと思います。

元東大総長で現三菱総研理事長の小宮山宏先生の「世界健康首都と言えば、松本でしょう」という強い後押しもあって、この会議は年々充実度を増していると思っております。

来年、東京で 2 回目というオリンピックが開かれるタイミングで、鈴木大地スポーツ庁長官を迎え、「スポーツが変わる。未来を創る。」と題して基調講演をいただきます。私たち大学関係者も、ユニバースという団体の結成では長官に大変お世話になっていますが、ラグビーの盛り上がりもあり、ノーサイドの意味や心の健康、友好と親善、観客への挨拶

に見る文化の交流等、ラグビーのルールばかりではなく、スポーツの持つ特別な意義も理解されつつあるように感じます。

また、遠路お越しいただいた、ジュディ・ブラウノフ議員からは、カナダにおける高齢社会を迎えての取り組みの紹介が聞ける他、今回初めてロシアから、お2人のゲストを迎えました。

(英語で) 私はかつて科学アカデミーから招待を受けモスクワの物理学研究所におり、当時ゴルバチョフ大統領がソ連の大統領でありまして、チェルノブイリ原発事故が発生いたしました。私が覚えておりますロシア語を少し御紹介いたします。

(ロシア語で) こんにちは。ようこそおいでくださいました。

(日本語で) 今日は、日露関係からロシアでの健康増進への取り組みまで、幅広くお聞かせいただけますことを楽しみにしております。

(ロシア語で) ありがとうございます。

こうした講演と並行して、この下の幾つかの階においては、松本山雅関係者を交えたセミナーが開かれております。興味をお持ちの方は、こちらも御聴講ください。

2日目も、多彩なゲストを招いての講演とパネルディスカッションが繰り広げられます。初日と同様、下の階ではいくつものセミナーがシリーズで開催されております。皆様方の問題意識や興味に合わせて御参加くださいますようお願いいたします。

さらにことしも、2日間を通してブース展示が行われています。健康、食、運動、ものづくりをテーマに、体験を含めて楽しめるようになっています。

松本工業高校生の若者の挑戦もありますが、松本市と連携を深めている台湾高雄市にあります高雄医学大学附属中和記念病院や、高雄市立小港病院から継続的に出展し国際色を醸し出していることを申し添えておきたいと思えます。

最後になりましたが、協賛いただいております企業、団体はもちろんですが、いつも裏方に回ってこの会議を支えてくださっている、松本市職員の皆様に感謝の意を表して、私の開会の御挨拶とさせていただきます。

2日間多いに盛り上がりましょう。どうもありがとうございました。

来賓 林宏行様(長野県産業労働部長): 御紹介いただきました、県の産業労働部長の林でございます。第9回世界健康首都会議の開催に当たりまして、一言、御挨拶を申し上げます。

まず初めに、このたびの台風19号により、多くの県民の方々が被害にあい、現在も避難生活を余儀なくされている方も多くいらっしゃいます。犠牲になられた方々の御冥福をお祈りするとともに、被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。県といたしましても被災者の皆様が、一日も早く安心した生活を取り戻せるよう、国や市町村、関係機関とも連携して全力で対応に当たってまいります。

さて本日は、ここ松本市において、第9回世界健康首都会議が盛大に開催されることに對して、心からお祝いを申し上げます。また後ほど御講演される、スポーツ庁の鈴木長官、

またカナダ、ロシアからお越しいただいております学識経験者の皆様初め、国内外から多くの方々にお越しいただき、心より歓迎を申し上げます。

冬季オリンピックの開催地でもある長野県は、「日本の屋根」とも呼ばれる、標高 3,000メートル級の山々と清流が織りなす、雄大な自然が自慢の山岳観光県です。

また、県民の皆様の平均寿命は、女性は日本国内第 1 位の 87.675 歳、男性は日本第 2 位の 81.75 歳であり、日本はもとより世界的にも注目される健康長寿県でございます。

こうした成果は、医療関係者や地域のボランティアの方々の、長きにわたる御尽力によるものでございまして、この場をお借りして敬意と感謝を申し上げます。

県では平均寿命とともに、健康寿命を延伸するべく、ACTION（運動）CHECK（健康診断）EAT（食生活）に着目した健康づくり運動として、「信州 ACE（エース）プロジェクト」を推進しているところであります。

他方、長野県内には、地域経済を牽引する製造業者の皆様方が 5,000 社ございます。強みである、超精密加工技術や材料技術等を生かし、健康医療はもとより、航空機や環境エネルギー、発酵食品など、成長分野におけるイノベーションを目指して、技術革新や販路の拡大に取り組んでおります。

さらに本年 9 月には、県内の経済界、大学、行政関係の皆様のご協力により、「信州 IT バレー構想」を策定いたしました。IT 産業はソサエティー 5.0 の基幹技術であるとともに、教育、福祉、防災など暮らしの安全・安心を支える産業分野でございます。

ここ松本城下や善光寺平等に IT 人材や IT 企業の集積を図ることで、あらゆる産業のデジタルトランスフォーメーションを推進し、大自然と共生するテクノハイランドならではの IT ビジネスが創出されるよう、産学官でプロジェクトを進めてまいります。

今後も健康首都、まちづくりをリードする、松本市の皆様とも連携を一層深めながら、健康と産業の両面の取り組みを進め、活力ある長野県を目指してまいりたいと存じますので、関係者の皆様の一層の御支援をお願い申し上げます。

結びになりますが、このたびの会議が、御参加の皆様にとって実り多いものとなり、さらに発展されますよう祈念申し上げます、歓迎とお祝いの御挨拶といたします。

本日は、おめでとうございます。

来賓 仁賀建夫様（経済産業省 商務・サービスグループヘルスケア産業研究官）: ただいま紹介いただきました、経済産業省商務・サービスグループヘルスケア産業研究官、仁賀でございます。

まず初めに、今回、台風 19 号で被害にあわれました皆様方を、心からお見舞い申し上げますとともに、被災地の復興を祈念いたしておるところでございます。

さて、防災対策、これも非常に重要な政策でございますが、健康対策というのは、これから我が国、地方におきましても非常に重要な政策だというふうに考えております。

その意味で、世界健康首都会議、2011 年から 9 回にわたって、この地で市長がイニシアチブをとられて活動されていますことに非常に敬意を表したいと思っております。

ちなみに我々ヘルスケア産業課のできた年も 2011 年でございます、ちょうど、こししが 9 年目でございます。その意味で松本市と一緒に、日本人の健康寿命の延伸という活動を協調してやらせていただいた、というふうな気がしております、非常に心強く思っているところでございます。簡単ではございますが今回、我々経済産業省がやっていることを、御説明させていただこうと思います。

まずこれは日本の人口構造でございます。何が言いたいかということですが、この人口構造の図でございますが、明治から 2110 年までの絵を描いてございます。

それでこの真ん中の線、50 歳の線のところでございますが、下から 1 歳から人数を足していって、全体で 100%になるようにしよう、とこういような絵を描いております。

そうすると何がわかるかというと、19 世紀型、すなわち戦前、戦後ちょっとのところまでですが、「19 世紀型の安定」と書いてございます。今後、高齢者がふえるという中で、高齢者の割合はある程度のところで一定化する、というのがこの絵でございます。

簡単に言えば、19 世紀型、すなわち若いときに人が亡くなったという時代から、長寿の時代がくる、と。長寿の時代が来ると、こういう形で人口構造が変わりますよ、ということなんです。

今、長野県の方からも御説明ありましたが、長野県というのは非常に高齢化、高齢者が長生きする長生きの社会でございますので、さらに先に行っているのではないかというふうに思います。こういう形で、21 世紀型で一つの形ができ上がるというふうに我々考えております。

今までの社会保障制度というのは、1970 年、特に 1973 年が福祉元年でございます、この時をベースに、この時をピークに政策が考えられました。したがって、こっち側をベースに考えた政策でございますので、21 世紀型の政策というのは、また新しいものがあるというふうに思っています。

何が変わったかということ、これは死亡率の変化でございますが、すなわち結核がなくなって、がんがふえて生活習慣病がふえたと、こういう絵でございます。すなわち疾患構造が変わりました。外因性の疾患、感染症から糖尿病、がん、内因性のものになりました。単一疾患から多因性のものになりました。不衛生なところから生活習慣病に変わりました。こういうように原因が変わったということでございます。

それは何かというと、単一性の疾患というのは、病気で外からの外敵がやってきたと。それに対してどう戦うかと。こういう話があるので、患者さんはじっとしていたらよいのです。対策はプロに任せる、お医者さんに任せる、こういう時代でした。

これが、内因性の疾患、原因が生活習慣となりますと、原因は自分の中にある。戦うのはそれぞれの人であって、お医者さんは単なるアドバイザーになるというふうに思っております。

アドバイザーになった時に、お医者さんにかわることができる、お医者さんよりもよいアドバイスができるようなデバイスなり装置、機械なりがあれば、あるいはサービスがあ

れば、それを上回る効果が出るのではないかというのが、我々が考えているところでございます。「予防医療マーケット」ということになります。

一つは、今までは感染型なので、この線が病気の線です。病気になる、すなわち症状を見て様子を見る。まず病院にかかるとまず疾患名がつけられます。疾患名がつけられた上でその対策が出てくればよいのですが、これから、というか今の状態は、多因子性の疾患、すなわち生活習慣が一番大きい原因なのですが、それが原因になると、病名がつけられる前の対応が必要になります。

ここが一番重要になるので、ここの部分について、エビデンスに基づく健康サービスを提供しなければいけない。だけどエビデンスがないというのが現状です。

対策として簡単に考えられますのは、大学や大学病院、松本にも医学部あり歯学部あり健康スポーツ関係の学部がございますが、そこには治験がたくさんあるので、そのエビデンスに基づいた新しい対策を打ちましょう。こういうことを実現していくのが新しい政策だというふうに思っていますし、これにより、健康寿命及び健康が維持されるものというふうに思っております。

最終的に我々が目指す社会というのは、ハイブリット型。すなわち高齢者が非常に多くなるという社会で、その中でやるべきことはというと、生産年齢のところと高齢者の時代、この2つの形の社会をつくらなくてはならないと。今、こちらが圧倒的に不足しております。

病気になって年をとって、介護が必要になれば介護になってなさい、というように社会から隔離しましょうということになりそうなのですが、それを続けていると、こちらの第2の社会活動期というのが、非常に寂しいものになります。そうすると社会の大半を占める高齢者が、それほど幸せでない社会を送らなければいけないというふうになりますので、そうではなくて、ここをいかに充実させるか、ということを考えているところです。

今の社会、よく言われるのが、若い人たちが高齢者を支えましょうという話はあるのですが、これからは多分逆で、高齢者が若い人を応援していくというような社会をつくっていかねばいけないのではないかと考えているところでございます。

今後、松本市におきまして、高齢社会に新しい形の絵を描いていただければと思いますし、我々としても、こういう形の社会をつくっていききたいなと考えているところでございます。どうもありがとうございました。

来賓 相原允一様（厚生労働省健康局健康課課長補佐）: ただいま紹介にあずかりました、厚生労働省健康局健康課の相原允一でございます。まず台風に被災されました皆様に心よりお見舞い申し上げます。

さて、きょうは厚生労働省の取り組む健康づくり対策の御紹介ということで挨拶にかえさせていただければというふうに考えております。

まず、国が進めております「健康日本 21」について御説明させていただきたいと思いません。

こちらが、我が国における健康づくり運動の歴史になります。我が国では昭和 53 年ごろから国民健康づくり運動ということでプロモーションをしているわけです。昔は主に二次予防が中心だったわけです。疾患構造の変化で、この 2000 年から始めました「健康日本 21」というのは、どちらかという、一次予防に重視した施策にだんだんと変わってきております。

そして、健康増進法が平成 15 年に施行されたということで、平成 25 年からの、この健康日本 21（第二次）が初めての、この健康増進法に基づく健康づくり運動ということになっております。

また、この健康増進法ですけれども、昨年改正を行いまして、受動喫煙対策が強化されたところでございます。

こちらは健康日本 21（第二次）の概要になります。健康増進法第 7 条で「厚生労働大臣は国民の健康増進の総合的な推進のための基本的な方針を定める」ということで、この健康日本 21 の中で、5 つの方向性を示しているという状況です。

この 5 つの方向性というのは、ただ列挙されているだけということではなくて、ある程度構造がございまして、この 5 番目の方向性を実現することで、生活習慣を予防する、社会生活機能の維持向上や社会参加の機会の増加、また健康のための資源へのアクセスの改善と公平性の確保、こういうようなことをとおしまして、個人の生活の質の向上と社会関係の質の向上を図る。このことが最終的に健康寿命の延伸や健康格差の縮小につながるのではなかというふうに考えているわけでございます。

また、昨年「健康日本 21」は 11 カ年計画のちょうど折り返し地点、中間評価を行ったところでございます。

目標は全部で 53 項目あるのですが、A・B・C・D が、改善している・変わらない・悪化している・評価困難、ということで、それぞれに評価をしたわけです。全体の 60.4% が改善をしているということだったのですけれども、一方でやはり全体の 40% ぐらいは、改善をしていない項目だった、あるいは不十分な項目だったということになります。

中をそれぞれ見てみますと、いくつか代表的なものを挙げております。こちらは改善した項目の代表的なもの、こちらは改善不十分なものの項目です。

例えば「健康寿命」に関しましては改善を認めているわけなのですが、例えば「健康格差対策に取り組む自治体の増加」とか、どちらかという自治体が頑張ったり、あるいは構造的なものに関しては、かなり改善傾向、よかったのですけれども、例えば改善が不十分な項目としましては「肥満傾向にある子供の割合」とか「メタボリックシンドローム該当者・予備軍の数」あるいは「喫煙率の減少」といったような、個人の行動変容が必要な項目に関しましては、なかなか改善が不十分という状況でございました。

このようなことに対して、まず私どもとしては「スマート・ライフ・プロジェクト」という健康増進運動を行っているところでございます。

「スマート・ライフ・プロジェクト」は「健康寿命を延ばしましょう」をスローガンに

運動、食生活、禁煙、健診をテーマに健康づくりに取り組んでいくための、国民運動への発展を目指したものでございます。

この中では、例えば松本市も受賞しました「健康寿命を延ばそう！アワード」といった表彰や、こういうリーフレット、ポスターの提供、そのような普及啓発運動をしているところでございます。こちら松本市が受賞されたときのものでございます。

こちらは「健康増進普及月間」。先月ですけれども、このように芸能人の方を起用しまして、このような健康増進のための普及啓発運動としてポスターの作成を行ったり、あるいはテレビ、ラジオなどの広報等を行っているところでございます。ほかにもイベントなどを行っており、ことしの8月、9月にそれぞれ神宮球場と横浜スタジアムで、ヨガのイベントを行って国民の方々の運動する機会をつくったり、きっかけになればということでイベントなどを行っているところでございます。

次に健康寿命についてお話しさせていただきたいと思えます。

こちら健康寿命の平均寿命の推移ですけれども、上が男性、下が女性で、赤が健康寿命、青が平均寿命でございます。男性ともに平均寿命、健康寿命は延びておりますし、健康寿命と平均寿命の差、これを不健康期間と呼びますけれども、この不健康期間は男性女性ともに短縮傾向を示しております。

また、この健康寿命のトップの県と一番悪い県の差分をとってみますと、この差は平成22年から28年では男性女性ともに縮小傾向であり、健康寿命の地域格差に関しては縮小傾向を示しているという状況でございます。

さて、この「健康寿命」、今とても厚生労働省内では非常にトピックスになっておりまして、昨年、厚生労働大臣をヘッドに、省内横断的なプロジェクトチームをつくりまして、2040年を展望し「誰もがより長く元気に活躍できる社会の実現」ということで、さまざまな議論を行ったところでございます。

というのも、2040年を展望しますと、高齢者の人口の伸びは、とりあえずは落ち着くと。一方で現役世代は急減するという状況で、総就業者数の増加とともに、より少ない人手で回る医療、福祉の現場の実現をすることが必要になってくる、という局面になってまいります。

そのためには、多様な就労社会参加、医療福祉サービスの改革とともに、健康寿命の延伸ということが大きな課題であるということがうたわれているわけでございます。

この中で、そもそも健康寿命を延ばすとどういいことがあるのか、あるいは定義について、この中でよく議論を行ったということで、有識者の方々に研究会を開催していただきまして、非常に専門的な深い議論をしていただきました。

まず健康寿命の定義に関しましては、先ほどお見せしたのもそうなのですが、
「国民生活基礎調査」という調査を用いて、日常生活の制限のない期間の平均というのを健康寿命として扱っているわけなのです。その方針は継続していくということで、2040年までに健康寿命を男性・女性ともに3年以上延伸して、結果的に75歳以上にするというこ

とを目標に掲げております。

そこに至るまで、各自治体やさまざまな方々が、適切な指標が必要である、と。また、どのようなことをしたら健康寿命が延びるのか、ということ、ちゃんとはっきりさせる必要があるということで、補完的指標を出しまして、毎年各自治体別に出ます要介護度を活用した日常生活動作が自立している期間の平均というのを、政策評価に補完的に使っていきましょうということ。

また、健康寿命に影響を及ぼす要因分析に関しましては、今後も研究をどんどん進めていかなければならないということが提言されたところでございます。

また、健康寿命を延ばすとどんなよいことがあるのかということについても、議論を行っていただいたわけなのですけれども、医療費に関してはあまり変わらない可能性もある。介護費に関しては多少ポジティブな効果があるのではないかと。ただし、やはり予防健康づくりの取り組みは、個人のQOL向上というとても大きい価値を見出しますので、望むべき方向性であり、また健康寿命が延びることは、地域社会や経済等への影響については、生きがいの向上など個人にとってプラスの効果、社会にとってプラスの効果があるのではないかなという議論が行われたところでございます。

そのために、健康寿命を延伸していくために、私たちは「健康寿命延伸プラン」というものを作成しました。この中では先ほど「健康日本21」の中間評価でも不十分でした、健康に無関心な方々にどうアプローチをしていくのか、ということで、健康無関心層を含めた予防健康づくりの推進と、地域・保険者間の格差の解消ということで、こういうことを目標に、幾つかのやり方でやっていきます。

その中では、自然に健康になる環境づくり、環境が大事であるということと、あと行動変容を促す仕掛け。今までなかなか行動を変えていただけなかった方に、どのようにアプローチしていくのかということで、行動経済学を活用してみたらどうだろうか、あるいはインセンティブをうまく使ったらどうかというような議論を行い、このように幾つかの柱の中で具体的に、例えば来年度に開催されます栄養サミットを契機とした環境づくりですとか、保険者インセンティブの強化、あるいはナッジ理論を活用して検診受診数を向上させるような取り組み、あるいは介護予防・フレイル対策、認知症予防としては「通いの場」の強化というようなものを、ますます推進していただきたいと考えているところでございます。

以上になります。御清聴ありがとうございました。

【基調講演】

「スポーツが変える。未来を創る。」

スポーツ庁長官 鈴木 大地 氏

鈴木：皆さん、こんにちは。ただいま御紹介をいただきましたスポーツ庁の鈴木大地でございます。時間もないので、早速始めたいと思いますが、まず、私の自己紹介をしたいと思います。

私は、今、スポーツ庁の長官を務めていますが、それまでは大学の教員をしておりまして、その前はスポーツ選手、水泳をずっとやってまいりました。オリンピックはロサンゼルスオリンピックと、それからソウルオリンピック、2回ほど出させていただきまして、金メダルは1個しか持っていないということになります。ありがとうございます。

その後、日本水泳連盟の会長や、あるいは東京オリンピックの招致の仕事等をしながらか、ちょうど4年前、2015年10月1日から、このスポーツ庁が新しく創設されまして、そちらの長官ということで、今4年も経ちまして、やらせていただいております。

スポーツ庁の組織図をごらんいただきたいと思いますが、文部科学省の外局ということで、文化庁と兄弟庁ということになり、今130名体制で行っております。文部科学省のスポーツ青年局というのが母体になって、スポーツ庁の職員がいるわけですが、そのほかに民間企業の方から10名ほど、職員に来ていただいておりますし、外務省、経済産業省、厚生労働省、国土交通省、農林水産省からも職員を派遣していただいております。それから地方自治体、この辺だと富山県の滑川市とか、あとは福島県の郡山市とか、そういったところからも来ていただいております。それから大学、独立行政法人から職員を派遣していただいております。

仕事の内容は、このようなセクションに分かれております。特徴的なのは、地域振興という担当がありまして、スポーツの力で地域を元気にしようということもありますし、民間スポーツ担当といって、スポーツビジネス、これまではスポーツでお金を稼ぐことに否定的だった人もいるのですが、今はどんどんスポーツで稼ぐ、そういう時代になっておりまして、新しい所掌として、スポーツ庁はこういったことをしております。それから厚生労働省から移管をされた障害者スポーツの普及振興、パラリンピックの支援などもやっております。後でまた、少し御説明をしたいと思います。

まず、第2期スポーツ基本計画というのを、今動かしております。今この基本計画に則って日本のスポーツ行政を進めているところです。2017年4月から2022年3月というのが、この第2期スポーツ基本計画で、国のスポーツはこういう方向でいきますよというのを示しております。国民、スポーツ団体、民間事業者、地方公共団体、国、それぞれが丸となって、スポーツ立国を目指すということになっています。

この基本計画の中で、スポーツをやると人生が変わります。社会をスポーツで変えます。スポーツで世界とつながります。それからスポーツで未来を創りますよ。そういう4つの

指針を立てております。少し見てみたいと思います。

さて、いよいよ、2020年東京大会も1年を切りまして、大分差し迫ってきました。今はラグビーワールドカップの真っ最中ということになります。ラグビー、オリ・パラ、ワールドマスターズゲームズと、日本で国際大会が立て続けに開催されまして、まさにスポーツの関心が高まっているときであります。

ラグビーの話を少しさせていただきますが、アジアで初めての開催となるラグビーワールドカップが、9月20日に日本対ロシア戦で開幕いたしました。4連勝と日本が勝ち続けまして、見事ベスト8進出を決めました。全国12会場でラグビーワールドカップは開催されていますが、私は、もう11会場行きました。あとは来週大分に行きまして、12会場全部になります。各地で皆さんがおもてなしの心で、日本人、外国の方に接していただきまして、大変評判のいい大会になっております。

特に、私は3年前の2016年にこの釜石の試合会場予定地へ行ったのですが、当時は震災があった後で、小学校、中学校の跡地などは更地でした。今回、また行きまして、すばらしいスタジアムが完成し、そしてラグビーワールドカップの本戦がここで開催されるということに、非常に感慨深いものがありました。今のラグビー協会の会長さんが、また森さんと言うのですが、もともと新日鉄釜石でプレーをされていた方で、この試合の前の日に釜石のまちを歩いていたら、釜石の市民から手紙をいただいたと言うのです。その手紙の中には「震災で大変なことがありました。ただ、我々市民は、今日、このために、このワールドカップがくることを楽しみに、ここまで頑張ってきてきました。」という内容が書いてあったということなのです。森会長も試合前に挨拶で、その手紙を見ながら涙ぐんでおられましたけれども、思わず我々ももらい泣きをするというような状況でありました。

とにかく各地で、それぞれの雰囲気や、ラグビーワールドカップに向けての思いがありまして、特に今回感じたのは、やっぱりスポーツの力です。スポーツをすることで、まちも、市民がそこでまた頑張っていく、エネルギー源になっているのではないかなというふうに感じました。

これは2020年大会の1年前ということでセレモニーが始まりまして、着々と準備も進んでおります。この2020年大会に国民の皆さんは何を期待しているかということ、やっぱり日本選手の活躍が見られること、これが一番楽しみであると、期待しているということですので、我々も日本選手が活躍できるように競技力向上に向けて取り組んでおります。

次に「スポーツの力で経済・地域を元気に」というテーマでお話を進めていきます。先ほど、スポーツで稼ぐという話をしましたけれども、スポーツの市場規模を、どんどん大きくしていこう、今、国は新たな有望成長市場として5つを挙げていますけれども、そのうちの1つはスポーツなのです。2つ目に健康というのも掲げられていまして、スポーツも健康に関係していますので、5本のうちの2つがスポーツ絡みということになります。

その期待もありますけれども、スポーツの市場規模というのは、現状5.5兆円なのですが、2020年に10兆円、2025年には15兆円、2倍、3倍に伸ばしていきたいという高い目

標を掲げております。スポーツで儲けてどうするのか。スポーツ環境の改善に充てます。投資します。そして、それによってスポーツの参画人口が増えます。そして市場がさらに大きくなって、さらに環境改善に充てるという正の好循環を目指しております。

このスライドは、スタジアム・アリーナ改革。市場規模目標の 15 兆円もこういったスタジアム・アリーナによって売り上げを上げていきたいということがありますが、これまでの、いわゆる球技場、あるいは体育館といったものから、スタジアム・アリーナというものに変えていきます。こちらはスポーツ界最大の投資の 1 つなのですけれども、こういった施設が赤字を思いつきり垂れ流すようでは、その 15 兆円は達成できない。スタジアム・アリーナと何かを結びつけながら、いい場所に立地して、民間の活力を導入しながら、スタジアム・アリーナと言いながら、いろんな機能を備えて、商業施設などを組み合わせ、儲かる施設にしていくということに、今、取り組んでいます。

そして、こちらのスライドでは、ラグビーの選手も、ここによく見ると小さい GPS をつけていますが、これは何キロ走ったか、試合中、何キロ走ったかがわかるのです。そういう、テクノロジーとスポーツというのは非常に相性がいいのと、このようなスポーツ関係で集まるデータというのは、今一番資産になるというふうに言われていますが、スポーツ界はデータを持っています。そして、事業、人材を、企業や金融の方はお持ちですし、それから大学・研究機関は技術や知識、検証もできるノウハウを持っているということで、自分が持っている宝をテーブルの上に出しましょうよ、そして、これを Sports Open Innovation Platform と言いますが、それぞれの宝を出し合って、新しい産業と結びつけながら融合させて、スポーツ市場をもっと大きくしていこう、そういう考え方を我々は提唱しています。

そして、地域の活性化につきましては、インバウンドです。日本に来る外国のお客さんをもっと増やしていきます。その中で、スポーツ目的の訪日外国人数を 250 万人に倍増させていきたい。そして、スポーツツーリズムの関連消費額は 4,000 億円近くにしていきたいということで、スポーツと文化と観光を、今、結びつけて、国ぐるみで頑張っています。

今日は松本市に来ましたので、次にこれをお話したいと思っています。スポーツは感動を与えるだけではなくて、地域に社会的効果、経済的效果を生むものであります。

まず、この社会的効果なのですが、まず、ブランド力って言うのですか、例えば松本市でスポーツイベントをやるとすると、松本市が全国に、あるいは世界に知れわたる。おらがまちを誇りに持てるような、そういうものがあります。

それから、ローカルアイデンティティが醸成されるとか、観光が忙しいときだけでなく、常に来るような仕組みが生まれるようになる。あるいは、経済効果ももちろんあります。いろいろな人たちが来て、宿泊したり、スポーツをすることでお金が落ちるといったものがあります。ですから、社会的効果だけではなくて、この経済効果もあるということでございます。

それから、我々は、日本全国のスポーツイベントを紹介する取り組みも行っておりまし

て、12冊の漫画を作りました。おらがまちの誇れるスポーツイベント、スポーツを地元の漫画家の卵に描いていただきまして12冊の漫画の本にしたのです。それを全国の2万2,000校の中学校、高校、大学の図書館に配っています。何と、そのうちの1冊がサッカーで地域を盛り上げる、松本市の事例も本になっておりますので、皆さんもご覧いただきたいというふうに思っています。こちらは、日本生命さんとスズキさんに協賛いただきまして、この本を作りました。我々の自慢は、国のお金を少ししか使っていないのに、この本を作ったということです。これは、大変好評でして、第二弾はいつかって言われているのですけれども、もっと活性化していきたいと思っています。

また、今日はこれを言いたかったのですけれども、スポーツっていろんなスポーツがあります。その中に、アウトドアスポーツツーリズム、それから武道ツーリズムというのがあり、私たちは今これを推しています。

こういうアウトドアスポーツは、この地方のまちの山、川、自然に東京はひっくり返ってもかなわないです。地元の人が、意外におらがまちの自然のスポーツ資源に気づいていないっていうことがありますので、どんどんこういうものを日本国内、外国に売り込んでいただきたいというふうに思っております。

それから、武道ツーリズムもそうです。武道は、特に海外で非常に人気が高い。各国にアンケートを取りましたけれども、相撲だけじゃない、武道にも関心があって、見てみたいというニーズが高いことが分かりました。コスチュームを着てみたい、道具、刀を持ってみたい、竹刀を持ってみたいという声もあります。この間、熊本城に行ってきましたが、熊本城の近くで居合術みたいなのをやっている、外国の方がぐーっと見てビデオを撮っています。その方居合術の方に、これを商売にしたらどうですかって言ってきたのですけれども、写真を撮るだけでも、みんな嬉しいし、実際に刀を持って、やーっとやったり、あるいは指導も受けたいわけです。これが、今、ビジネスになるのではないかなと言っているのです。

それから、長野県で言うと白馬のトレイルランに、昨年の9月に参加させていただきました。これも長野オリンピックのレガシーです。地元の方が、国際大会を開催して、外国の人たちも来て、国内からもいろんな人が来て、自分の街を走ってくれる。それが嬉しくしょうがない。そう感じたそのときのスタッフのメンバーが、今でもこうやって活躍をされて、まちの人たちが自分たちの手で一致協力してこの大会を行っていました。残念ながら、大雨で、途中、捻挫もして、二度と走るかと私は思ったのですけれども、でも不思議なもので、こういう自然のスポーツっていうのは、それをやっているときは結構辛いなと思ったりするのですけれども、終わってからしばらくすると、また走りたいなと、そういう自然のスポーツの魔力っていうのがあるかなと思っています。渡部暁斗君も走ってくれたりして。このまちは何だろう、人口比からしたらオリンピックの排出比がすごく高いじゃないですか。人口はそれほど多くはないのですけれども、スキーやジャンプのオリンピックの人たちがたくさんいます。自然というの、そういうことからもものすごい武器なの

ですと申し上げたいと思います。

こちらは、四国ですけれども、自転車で四国から瀬戸内海を渡って広島まで行くという、そういうイベントなのです。特徴的なのは、順位は競わない。むしろ、早く走っちゃだめですよっていう先導者がいるのです。本当に景色を楽しむ、風を感じる。そういうことを目的とした大きなイベントなのですけれど、ここに今、台湾の方などがたくさんいらっしゃって、ジャイアントという自転車メーカーの社長もいらして、アメリカのケネディ大使も一緒に走りまして、本当に、これは楽しいスポーツイベントであります。

今、スポーツ庁でも YouTube でプロモーションビデオをたくさんつくっています。この視聴回数が 200 万回とか 300 万回とか。もう、ピコ太郎並にすごいのです。ちょっと、これをもらいたいと思います。

(動画 : Outdoor Sports Tourism Japan – Feel The Force of Nature)

ありがとうございます。

私も松本と言えば、よく若い時に上高地の方へ行ったりもしまして、この辺の山や自然には本当に憧れておりますし、皆さんにももっとこういった自然を活かしていただきたいと思っております。

そして、本日のメインテーマですが、スポーツで「健康」な人生をとという話をさせていただきます。ある研究によると、運動不足が原因で亡くなる方が一年間で 5 万人いらっしゃると報告されています。また、国民医療費の推移をみると、直近のデータでは 43 兆円にも達しており、順調に右肩上がりできてしまっています。ここを、スポーツの力で改善できるのではないかと、もっとスポーツが健康に対して、国に対して、何か寄与できるのではないかと、我々はこのように考えて、スポーツを普及、振興しているところです。

私たちの一つの目標として、成人の週 1 回程度スポーツをしている人を、65% まで上げていきたいと考えています。直近の数字では 55%。調査を始めたときは 42% だったので、少しずつ上がってきております。

スポーツ実施率が低いのは、若い世代の方々です。その理由は、仕事や家事が忙しいからと回答が多くなっています。70 代ぐらいになると、健康に対しても意識が高くなってスポーツをする人が増えるのではないかなと思いますが、本来は若いときから健康の重要性、大事さを認識して、始めて欲しいということでございます。

我々は、皆さんにライフスタイルの中にスポーツが組み込まれた生活をどんどん送っていただきたいと思っており、これを「スポーツ・イン・ライフ」と称してプロジェクトを開始しました。

来年の 2020 年東京大会がありますが、この「スポーツ・イン・ライフ」の考え方で、スポーツをする人が増えることをオリンピック・パラリンピックの一つのレガシーにしていきたいと思っております。2000 年以降、先進国でオリンピックやパラリンピックが開催さ

れてきました。シドニー、バンクーバー、ロンドン、いずれの国、都市も、このオリンピックの前後で国民のスポーツ実施率が上がったというデータはないのです。調査すらしていないところもあります。我々は、2020年、このオリンピック・パラリンピックを開催して、オリ・パラ大会を開催すると、その国の国民がスポーツするようになる、健康になる、そういう発信をしていきたいと思っています。ということで、7月には東京2020組織委員会のアスリート委員会の委員長の高橋さんと私で、そういうことを目標にしていきたいと思いますという発表を行ったところです。

では、我々は実際にどのようなことをやっているのかということなのですが、私は、オフィスがある文科省ビルの13階まで、毎朝階段で上がっています。それから、早起きして就業前にスポーツをすることがあります。1964年大会の水泳のウォーミングアッププールとして使われた、国の代々木のオリンピックプールというのがあります。国の持ち物なので、何時から営業しているのかと聞いたら、10時だということです。だめだ、朝5時からやれと。でも、5時は勘弁してくださいと言うので、7時からにしたのですが、それでも、これだけたくさんの方がひと泳ぎしてから会社に行くために、集まってくれました。このトライアル期間の稼働率は95%ぐらいだったそうです。ものすごい大人気でありました。あるいは、早く始業して、早く終わって、夕方運動する。要は、時間をつくれればいいではないかということなのです。

また、本日、私はこのような晴れ舞台に立たせていただいておりますが、革靴というわけではなく、ちょっと革靴っぽい、運動してもいいような靴を履いています。このような、動きやすい、歩きやすい服装で通勤しませんかというFUN+WALK PROJECTにも取り組んでいます。一番身近で簡単にできる、歩くということをもっと国民の皆さんに広めていきたいなと思っております。1日8,000歩ぐらい歩きましょうと言っています。1日8,000歩ぐらい歩くと、大抵の生活習慣病は防げるという医学論文もありますし、日本のある地域では、一日8,000歩歩いたグループ、それから何もしないグループの追跡調査で、その後医療費がどうなったかを検証するという論文があって、8,000歩歩いていたグループは何もしていないグループより医療費が安いという研究報告もありました。これを、我々はいかに全国展開していけるか、そういうことだというふうに思っております。歩くぐらいだったら、ちょっとした時間を使ってできるのではないかと、このように思っております。

そんなことを言っていましたら、いろいろな民間企業の皆さんと一緒にやりましょうと言ってくれます。新宿高島屋さん。我々のFUN+WALKの看板を店内に貼っていただきまして、店内をこう歩くと何キロですよ、何歩ですよ、という表示もつくっていただいておりますし、全国展開しているイオンモールさんでは、広いモールを持っているところが大変多いですが、こういったところをウィンドウショッピングしながら、実は歩いちゃってましたよ。ショッピング×ウォーキングです。そういったことを一緒に推進しています。施設の中なので車が出てくることはない、ほぼ段差はない、雨もないというところもいいですね。

それから、スポーツエールカンパニーという認定制度を実施してまして、会社で運動

会をやっているとか、スポーツの部活動などを奨励しているような、従業員のスポーツ実施を積極的に推進している会社に手を挙げていただき、我々がこの認証をさせていただいています。就職活動中の大学生の皆さんが、この会社に入れば自分の好きなスポーツが続けられるなといったことや、この会社は従業員の健康のことを考えてくれているといったことが、そういう認証があることによってわかるということです。

スポーツエールカンパニーに認定されている企業の中で、「スポーツ・エール・オフィサー」という役職つくった企業があり。ロート製薬さんという会社でスポーツ・エール・オフィサー（SYO）に、サッカーの長友さんが就任しました。会社の中に長友さんがいる、じゃあ、俺たちも私たちも何か運動しなきゃ、スポーツしなきゃ、そういうふうな雰囲気になるわけですし、新しい取り組みです。

それから、先ほどの厚労省さんの話にもありましたが、厚労省さんでも健康づくりの一つとして運動・スポーツイベントを開催しており、そこにアスリートなどが御邪魔をして、花を添えたりしているわけですけど、事実上、厚労省さんのイベントをスポーツ関係者がお手伝いをしているようなところがあります。そうであれば、もっと組織的に厚労省さんとスポーツ庁で、しっかり手を握って組織的にやっていきましょうよという流れになっておりまして、スポーツ庁と厚労省さんとで、健康増進のための連携会議を実施しております。

また、外国ではどうかというと、“Exercise is Medicine”。つまり、もう薬を飲む代わりにスポーツを通じて健康にという考え方が、だいぶ出てきております。お医者さんが薬の処方箋を出す代わりに、あなたは運動してください、スポーツやってくださいよと言ってくれたら、どれだけコストを下げながら、健全な形で健康な人をつくれるのか、そういうことが、外国では当然行われているということです。これからは自分の体は自分で守る、そういう時代が来ると思いますが、こういう考え方を我々は普及していきたいというふうに思っています。

2020年東京大会が始まりますけれども、この1年で、このようなスポーツへの関心が高まる時期に、前向きで活力のある社会、スポーツを通じて絆の強い社会、こういったものを創り上げてまいりたいと、このように思っています。

本日お話をさせていただいたような、我々スポーツ庁の情報を SNS でもアップしておりますので、興味のある方は、ご覧いただきたいと思えます。スポーツが変える、未来を創る。本当は、もっと話したかったのですが、時間が過ぎました。ということで、終わりたいと思えます。

ご清聴いただきまして、ありがとうございました。

【基調講演】

アクティブ - シェア - コネクト ~ 高齢者の社会的孤立を防ぐ取組み ~

“ Active – Share – Connect ”

カナダ ブリティッシュコロンビア州サーニッチ地区議会議員 ジュディ・ブラウノフ氏

ブラウノフ：皆さん、こんにちは。私、ジュディ・ブラウノフと申します。私、カナダ ブリティッシュコロンビア州のサーニッチ地区議会議員を務めております。カナダからまいりました。今回、光栄にもこのように皆様にお話しする機会をいただきました。

私ども、人口高齢化のためにいろいろなものをつくりました。もちろん、両国文化は違うわけですが、やはり同じような機会は共通化できると思います。特に高齢者人口がふえている中で共通項はたくさんあると思います。

私ども、シニアの方々と仕事しながら気づいたことは、彼らは、敬意を持って、過去と現在、そして未来の貢献に価値を見出したいと願っています。そして、ウェルビーイングをできるだけ長くしたいと思っています。つまり、ずっとつながりたい、学び続けたい、積極的に地域社会の生活、コミュニティライフに参加、貢献したいと願っています。

社会的なつながりといったもの、それこそが重要だということが報告されています。特に高齢になると大事です。

まず、最初に、私どものエイジ・フレンドリー・コミュニティについて御紹介したいと思います。そして、カナダ全体の AFC、リファレンス・グループについて御紹介します。これはカナダの公衆衛生庁がつくったものであります。まず、ブリティッシュコロンビア州の AFC のイニシアチブを御紹介します。そして、サーニッチのプログラムを御紹介します。いかに私たちが高齢者を支援しているか、そして健康を維持するか。つまり、アクティブで、知識を共有化し、さまざまな形でつながりを維持することで健康を維持できるかをお話します。

よく村全体で子育てをしなくてはといます。個人的には、やはりコミュニティ全体がシニアとつながるべきだと思っています。どうやってつながりを維持するかが大事です。それがみんなのための健康なコミュニティにとって大事です。ビデオ 3 分半を、後ほど御紹介します。サーニッチの状況を御紹介して、最後にまた質疑応答を設けます。では、本題に入りたいと思います。

さて、2006 年に、サーニッチはこのブリティッシュコロンビア州を代表する WHO イニシアチブの代表に選ばれました。グローバル・エイジ・フレンドリー・シティプロジェクトというものであります。

私はコミュニティリーダーでございまして、ヴィクトリア大学というところが研究機関として活動しており、このプログラムで随分学びました。エイジ・フレンドリー・コミュニティには、政策とかサービスとか構造といったものがあります。そうしたものが物理的

社会的な環境を整備することによって、アクティブに年をとることを実現します。

どういったコミュニティか。高齢者にはさまざまなスキルや能力があるということを認識する。そして、このシニアのニーズをよく理解して満たす。また、高齢者のライフスタイルの選択、意思決定を尊重する。そして脆弱な人たちを守る。高齢者はコミュニティに貢献することがたくさんあると認識する。また、この高齢者を、そして全てのコミュニティの生活の中に包含すること、包摂することがいかに大事かというやり方を認識しているということでもあります。

さて、これがさまざまな領域であり、重要な分野ですが、高齢者がこのプロセスで、こういったところにかかわってきたということでもあります。

さて、この後、カナダの公衆衛生庁が、カナダ全体にわたる高齢者に優しいリファレンス・グループをつくりました。私が共同座長となりました。私たちは、毎月同僚との電話会議等を開いております。その中で、この火急の医療課題について審議をいたします。認知症や社会的な孤立問題などを話す、あるいはこの住宅のニーズについても話します。また、いくつかウェビナーも開催しております。

そして、それぞれの話の最後に、いわゆるラウンドテーブルという仕組みを持っております。カナダ全体の人に意見を聞きます。自分のコミュニティは何をしているかを聞くのです。当局のほうで、もう1つカナダ全体に当たりますエイジ・フレンドリー・コミュニティ・レコグニション・フレームワークという枠組みをつくりました。

このカナダの地図を見てください。幾つのコミュニティが、こうした仕事に現在、関与しているかがわかります。御存知のように我々の人口は高齢化しています。現在、カナダ人の20%が、今、初期の中高年化をしており、14%の人口が既に65歳を超えているといわれています。そして80歳以上のグループが、最もカナダでふえている人口の部分であります。2061年までにカナダは、この80歳以上のカナダ人が500万人を超えるとされています。そして100歳以上を超える人は7万8,000人になるといわれています。

さて、ブリティッシュコロンビアにおきまして、エイジ・フレンドリー・プログラムには、いくつかのイニシアチブがございます。2018年度、124万人の人たちがブリティッシュコロンビアで、60歳を超えていました。これは大体ブリティッシュコロンビアの全人口の25.6%を占めています。そのうちの55から65歳の人の52%の人たちが高等教育を受けているということになります。

BC州政府のほうで提唱し、それから今後もこうしたプログラムを踏襲し続けます。そして、高齢者が健康で地域社会でのつながりを維持できるように活動しております。いろいろなツールがあります。また、リソースも、プログラムもあります。そして、高齢化するコミュニティを支援しております。ここに幾つかの例が出ています。また幾つか、この厚生労働省のほうのデータであります。

このシニア・アドヴォケイト・オフィスが2014年に設立されました。これは、カナダでこの種の高齢者支援の最初のオフィスであります。

さまざまな報告からのいくつかの情報として、例えば、BCの高齢者人口の約半分の所得は2万4,000カナダドル未満である。高齢者で85歳以上の人の85%は、独立して自立して暮らしている。高齢者で85歳以上の人の80%は認知症の診断は受けていないということです。

もう1つ、最近の調査から、長期の介助生活のための民間介護施設に、州政府は補助金を支給しており、免許も持っている必要がありますが、こういったところは人員不足であり、いろいろな懸念があるということです。例えば、薬剤が使われていて高齢者がコントロールされているとか、そのほかの問題なども指摘されております。

さて、日本に来てからのお話をしたかったのですけれども、これがサーニッチから松本まで真っすぐ直線で延ばした場合ですね。そうしますと、7,600キロということです。もちろん真っすぐ行くわけにはいなくて、いろいろ電車に乗ったり飛行機に乗ったりということは必要にはなります。サーニッチはカナダのブリティッシュコロンビア州にあります、その中、バンクーバー島にあります。そしてその名前ですが、この原住民の言葉でサーニッチというのは、「あらわれてくる、新興する人々」という意味を持っています。

こちらでは土地の利用に関していろいろな利用がありまして、スライドの中の濃い色、これが都市部ということになります。いろいろなサービスが成長しているところです。そして、より明るい色のところは農地になっています。

サーニッチの面積は103平方キロで、このブリティッシュコロンビアの中では、第8番目に大きな市町村ということになります。そしてバンクーバー島の中では最大のもの、ヴィクトリアというのはブリティッシュコロンビア州の州都ですけれども、それに隣り合っています。

こちらにあります数字ですけれども、これは、この人口統計をあらわしているものです。この45から60歳のグループというのが今後、老化していく、加齢して高齢化していくわけなのですけれども、サーニッチの45%というのが、もう既にこの高齢者の部分にもう今入っているか、今後10年以内に入るということになります。

人口として高齢化しておりまして、私たちはそれを考えると、よりプラスのやり方で、その変革に対応する必要があります。大事なものは何年生きるかということではなく、その間にどう生きるかです。

私の母がそういう生き方をしました。2年前に96歳で亡くなりましたけれども、最初のiPadを手に入れたのは90歳のとき。レッスンを受けて、使い方を習って、図書館に行って、その図書館の本をどうやってダウンロードするか、司書から習いました。そして1つ、彼女が嫌いだったことなのですけれども、お医者さんのところに行ったときに、お医者さんから「高齢ですからね」と言われることでした。それは嫌だということです。

私たちがいろいろアンケートをとったシニアの人たちのコメントなのですけれども、こういうことを言っていました。「私は老けて見えるかもしれない、そのように対処されます。けれども、鏡を見れば老けて見えるかもしれないけど、私自身は若く、そして美しいつも

りだ」と、そういう言葉がありました。

それからまた、アクティブ・エイジングというアプローチ。これは国連が認めた原則、つまり、自立、参加、尊厳、ケア、そして自己実現というものに基づいています。つまり、これはジェンダーや、若いときの経験、文化が、年をとる上でどれほど重要かということを見えています。生物学的、心理的、行動学的、経済的、社会的、環境のファクターというのが、その人の健康に後になって影響を与えるわけです。

それからまた、ほかにも聞いたコメントとして、クリエイティブ・エイジングという言葉があります。この言葉はいろいろな可能性のこと。つまり、自分自身をその高齢化というところから解き放って、まだ成長できる、学べる、社会に貢献できるということを理解することであると言っています。

これらの写真は、サーニッチのコミュニティセンターです。もっと小さいシニアセンターというものもございます。プライオリティーとしては、さまざまなチョイスを高齢者に対して提供できるようなプログラムをつくるということです。

高齢になりますと、身体的、認知的な変化が訪れます。例えば、そのプログラムには、いろいろな社会の手のつながりを必要としたりするものがあります。

それから、また別のコメントを御紹介します。「このレクリエーションセンターというのはすばらしい。けれどもこの運動施設というのは若い人でいっぱい使いつらい。若い人とはやはり運動の仕方が違うから」ということで、それに対して、いろいろなやり方で対応しようとしています。

また、いろいろな人を巻き込んでいくということで、資金の援助もあります。これはいろいろな市町村のプログラムの中に組み込まれています。

サーニッチでは、いろいろな無料のプログラムというのを提供しています。例えば、いろいろなエクササイズや、水泳など、私の母は 90 歳になってないころだったでしょうか、週 3 回、水泳に行きました。母は無料だったのですね。父はそうではなかったのですけれど。

これは、スタッフのトレーニングをしています。高齢化すると、どういう身体的な状況になるかということを学ぶためのものです。このエンジニアリングのディレクターが、幾つか車椅子を用意し、車椅子を使って外に行って動き回るとどういう障害があるかを感じてもらおうということです。

また、高齢者がコミュニティセンターなどでアンバサダーとなっています。このアランさん、86 歳なのですが、水泳を 1 週間に 4 回教えています。スタッフのトレーニングも、しっかりと高齢者を助けるようにしています。そしてある高齢者の人が言いました。「1 週間に 2 回、センターで泳いでいたのだけれども、そのときにはボランティアがいて、自分の着がえを手伝ってくれた」ということです。ところが、そのボランティアの人がいなくなってしまった、ということで、水泳ができなかったということです。センターで「手伝ってほしい」と言えば、ボランティアの人が、着がえの手伝いくらいしてくれたのに、

それを言えなかったのです。

サーニッチでは、いろいろなエクササイズがあります。例えば、高齢者がアクティビティを続けるためには、インドア、アウトドアのスペースというのも非常に歓迎するような形になっている必要があるとわかっています。

それからコミュニティ、社会的な保護が必要だと考えています。

例えば、3人の男性がいて、全て奥さんを亡くしてしまった。そして手術を受けて理学療法が必要だったという人です。ウエイトトレーニングのところでトレーニングをしていたのですが、結局、そこで3人は、社会的なつながりのためにやっていたということで、もう今ではコーヒーを一緒に飲むような仲間になっています。

それからこれはトライ・ビフォア・ユー・バイということで、何か実際に始める前に1回お試しのクラスをとれるという、そういうプログラムになっています。

またいろいろなスポーツ活動では、フレキシブルというところが大事になります。自分自身で勝手に来てやりたいという人もありますし、例えば、父はプールに週3回行って、水中ウォーキングをやっていました。それからその後、サウナに行って、お風呂にも行って、そのプールの友達とつき合っていたわけです。

自分一人では、なかなかスポーツをやる勇気がないという人もいます。そのような人のために、何らかの社会的なつながりをつくろうとしています。

このサーニッチのシニアの人たちはいろいろなスポーツに参加する、あるいは競争もしています。例えば、水泳だとか、ピクルボール、バドミントン、ローンボーリングなどいろいろあります。

サーニッチでは、ちょうど先日、最初のバテ投げ競技会というもののホストをしました。2021年には55プラスBCゲームというのを、私たちのところで開催することになっています。

スポーツに参加をするということ、これは高齢者にとっては、自分自身がほかの人とつながっていく能力を高めることにつながります。

また、アウトドア活動を楽しむチャンスというのも提供しています。多くのものが無料です。

例えば、これはジェントル・ウォーク・アンド・トークスというものなのですが、ネイチャーのスペシャリストで、いろいろな植物、あるいは薬草について学ぶような機会です。

このスライドでは、マウントダグラスパークのものなのですが、これはサーニッチの一番大きな都会にある公園です。180ヘクタールあります。舗装道路はそこには1本しかありません。サーニッチでは、この道路を車両通行どめにするということになりました。毎週日曜日の午前中は、車両通行どめということで、人にアクティブに歩いたりしてもらおうということでした。非常にそれが人気があったので、今ではこのゲートは毎日午前中は車両通行どめとしています。

この方たちなど、レギュラーで定期的にいろいろウォーキングをやっています。そして毎日 1,000 人以上の人が歩いています。それから一番下の駐車場から一番上まで 1.5 キロありまして、大体 12 から 15 度の角度となっていて、その人のエネルギーレベルによって大体 30 分くらいでできます。

一番上にいけば、都会の公園なので、ここで立って、何も聞こえない、車も聞こえない、単に自然だけを聞こえるというすばらしいときがあります。

私どもの地域におきまして、自然の多様性に富んだ大きな公園がたくさんあります。地域政府のほうでユーザーフレンドリーガイドというのをつくりました。そこでどういう地形なのか、そしてアクセシビリティについての情報を提供しています。

また、幾つかのガイドつきツアーのウォークもあります。毎月いろんな活動がそこにリストアップされています。どういう種類のウォークなのか、どういう地形のところを歩くのか、何曜日の何日ということがそこでわかるようになっています。

また高齢者と話しながらわかったことは、ウォーキングというのが最も人気のある活動だということなのです。

サーニッチでは今、都市環境改善を図っています。それによって安全性を高め、つながって、利用しやすい都市地域を実現しようとしています。例えば、より広い歩道をつくらうということ、そしてコーナーの隅切りカットで、利用しやすくしています。

例えば、歩行器とか、ビジュアルエイドをつけている人たちなどに関しては、コーナーのあるところに、このような切り込みが入っています。こういうコーナーですが、高齢者に聞きますと、今まで動くのが大変だったということです。特に歩行器なんかを押していると歩きにくいと。なぜかというと、その歩行器をこのように押していくと、約 1 インチくらい高まっている角があって、それはもちろんこの排水溝の水を流すためです。そこを上げて何とか上がったとしても、逆側で今度はそれをさらに上げていけない。つまり、歩行器というものは非常に硬いゴムでできたタイヤですから、自転車タイヤとは違います。ですから動きにくい。そこで新しいデザイン基準を設けました。つまり、このような流水などで流れを受けますけれども、こういった上りにくいものにいたしません。

そのほかに、このような信号機を変えました。カウントダウン式に変えました。これも高齢者が心配だと言っていたことなのです。もともと信号のところでのように歩く。そしてすぐ赤になると。そうすると時間が限られていて、早く歩いて歩道を渡りきれません。そうすると走らなくてはならないくらい信号の時間は短いのです。実際、誰も転ばなかったのが驚くべきことでもあります。それを改善しました。例えば、カウントダウン式で歩行者がゆっくり渡れるようにします。

どこにいるか、場所にもよりますが、高齢者の人口の密度にもよります。そこで、高齢者でこのような歩行器を使っている人を使ってテストしました。十分、横断歩道を渡る時間があるのかどうかの試験です。これは非常にいいイニシアチブとなりました。高齢者もそれをよく理解しました。例えば、カウントダウンが始まったとしても、もうちょっと時

間のゆとりがある、ということがわかります。そこでサーニッチの地区の一部の地域で、6車線の道路で、歩行者のために30のカウンタダウンが始まるわけです。

この地区の歩行環境の多くのところには、いわゆる電柱などがたくさん立っています。特に歩道のところを邪魔して立っています。特に古い地域で、電柱などが邪魔しています。交通密度の高いところでもあります。ですから地区として決めたのは、そこにいわゆるコンクリートラップといったもので電柱を改善するということです。そこで追加スペースを設けて、例えば歩行器で歩く人でも、それをうまく回避できるようにしました。

最初にトライしたときの問題は、エンジニアの人たちに任せて、やってもらったのですが、高齢者が実際に歩行器を使った実験をしなかったのです。実際、曲がり角が厳しすぎて回れないのです。そこで今、新しいスタンドの試験をして、このように改善しました。電柱はこの真ん中に立っていたものの改善の方法です。これ、動かすのはお金がかかります。しかしやり方として、このような電柱とか何かがあったときには、ここで歩道を後ろのほうにもつくってもらう。そして歩行者が自由に通れるように、位置を変えてもらいました。

もう1つの仕組みとして、トイレ戦略というのがあります。高齢者からも聞いた苦情がありました。つまり公共トイレが近所にほとんどないのです。また、レストランに行ったときに「トイレ使わせてください」とお願いしても、「二、三杯コーヒーでも買わないと使わせませんよ」と言うのです。そこで、マスタートイレ戦略をつくりまして、それが近々、完全実施になります。

私どもの地区で採択したのはもう1つ、アクティブ交通戦略があります。30カ年のプランで、短・中・長期といったプランになります。この中で、歩行ができるようにする、自転車、歩行器、車椅子、若い人はスクーターの子もいるでしょう。ですから、そういった車輪もOKです。公共交通の仕組みであります。まず歩行者が大事です。バス停に行けるようにするからです。

私のお気に入りのプロジェクトの1つが、この写真です。「ファブ5」と呼ばれる5人組がコルドバベイの近所に住んでいます。この高齢者の人たちは、シニアセンターを近所につくってほしいと願っていました。頑張って、このメッセージを議員に伝えました。実際、我々、個別に呼ばれて「お茶はいかが」と言われて、説得されてしまったのです。

こちらが小学校の写真です。この地区は人口減少に苦しんでいました。地区は学校閉鎖を考えました。残りの学生はほかの学校に転校させようとしていました。しかしサーニッチは、それについて学区との関係者と討議をしました。そこで未利用のスペースの幾つかを使って、シニアセンターをつくったらどうかということになりまして、約2,000平方フィートくらいの面積です。そこで合意ができて、小学校は継続して、学校は運営します。しかし、シニアセンターが新しくそこにつくられました。そうなりますと、そこで世代間の交流が生まれます。

昨年、学校の校長先生が私に言いました。「学校の入学希望者がむしろふえた」と。その

理由は、この親たちは「この世代間の交流が気に入ったから」と言っています。一緒に調理をしたりしています。これはピククルボールのボール遊びをしているところです。いろいろなことを高齢者と子供たちが一緒にやるのです。

さて、高齢者のグループが数年後に、また私どもに言ってきました。「この施設が余りにも狭すぎる」と。シニアセンターのメンバー400人以上にふえたということで、地区のほうに拡張を求めてきました。それで学校関係者と交渉しました。そこで補助金を州と連邦政府が出すことになりました。

そして1つ、高齢者にも要求しました。つまり、新しい追加部分の設備をつくるために資金集めをしてくださいと。そうすると、彼らはやりました。センターは今、4,500 スクエアフィートになり、メンバーも700人以上です。そして無料ボランティアだけで運営しています。雇われている人はいません。これは本当に大成功で受賞されまして、我が地区におきまして、あと、55 プラス・センターをもう1つつくりました。これはシダーヒル・コミュニティセンターであります。ここのこのメンバーもふえています。これももう1つの地区で成功事例となっています。

この55 プラスの会長の1人が言っていました。男性の中で何人かの人たちはセンターに来て説明会は聞くと。しかし、あえてフィットネスプログラム、運動プログラムには参加しようとしなない男性がいるということに気づいたそうです。デーブ・ドカティさん、彼は元ヴィクトリア大学教授です。運動科学、体育などの専門家でした。彼が決めたのはそれを変えるということです。そこで彼は男性のつながりを強化しようと思いました。

彼は、フィットネスプログラムに3つの段階を作りました。そしてあえて、その仲間の間での競争を生み出したということなのです。つまりそこで彼は違ったレベルの強度、それからちょっと楽しい元気の出る音楽とかいうものを取り込んで、運動プログラムをつくりました。例えば、時々指を鳴らすような運動も入れました。30から35人の男性がそこに入りたがって来ました。そして運動プログラムに参加したのです。その後で週1回のメンソーシャルという社交の場も設けました。つまり一緒にどこか見学に行ったり、ランチを一緒に食べたりという、そういったお付き合いの場です。

最近の英国のインディペンデント・エイジと国際長寿センターの報告書によりますと、こういったことが強調されています。つまりさまざまな年齢、グループごとにこうやっていろんな活動が出てきています。そして、社会孤立問題を高齢者の間で解決しようとするのです。しかし、サービスも必要で、ユニークな高齢男性のニーズを満たすことも必要だということです。男性は女性ほど、奥さんを亡くした後に適応性がありません。つまり、必ずしも、いわゆるこういったものに手を広げようとしなないのです。男性だけが参加できる運動プログラムがありますと、健康的で楽しいつながりも生まれて、ほかのプログラム外の社会的なつながりにも発展するでしょう。

そのほかのカナダや世界でのいろんなプログラムでメンズシェッズという男性小屋というものがあります。これは900人ぐらいのものがあります。

こういった小屋の中に男性が集まって木作業をしたり、調理をしたり、自転車を修理したり、いろんな活動をやるわけです。

さて、サーニッチのほうでは、ガーデニングスペース、コミュニティ・ガーデンを提供しています。これは高齢者がそこで植物を植えたり、栽培のコツを分かち合ったり、お互いのつながりを強化したりします。そのほか、世代間プログラムといったものとともに、例えば高齢者に優しいガーデンづくりのやり方に関して本を出しています。

もう1つ、健康な食事。特にフルーツや野菜がとても大事だということを知っています。それが健康長寿につながります。シニアセンターの幾つものところで、栄養士がそこに来て説明会を行います。

そこでわかったことですが、低所得、孤立した高齢者にとっては、こうした健康な食事へのアクセスが難しいということです。

地域に幾つかのプログラムが生まれました。フード・レスキュー・プロジェクトがあります。これは店が寄附をするのです。つまり野菜や果物を寄付する。そして、それをいろんな形で配布します。シニアセンターでも配布します。

もう1つのプログラムは、それは無料で野菜や果物、あるいは実のなる木を植えるという、その木を配るということです。

コミュニティ・キッチンというプログラムがあります。これはサーニッチのセンターですけれども、高齢者のグループが集まって、コストも払って、一緒に働きながら健康な食事づくりをするというものです。健康な食事が安価に提供できますし、一方、孤立も減らすことになります。社会ネットワークを高齢者のためにつくることにつながります。

私どもがつくった1つのプログラムですけれども、これは糖尿病協会と組んでいるわけです。栄養士がプログラムに参加しました。メニューをつくって、計画して、健康な食事の教育を行う。予算の立て方とか、買い物のコツも教えます。

第2回の会議、それは実際に参加する。一緒に調理をしたり、後片づけをしたりします。食事を一緒につくって、食事を一緒に食べるわけです。

もう1つ、大量の食事をつくるわけですから、参加者はそれをシェアできます。このプログラムで高齢者が、それをさまざまな食事、少量でも大量でも持ち帰って、家で冷凍したりできます。

みんなが参加することをこの両方のセッションで期待されます。そしてメニューの選択とか、教育ワークショップとか、準備、片づけ、調理、全部に参加が期待されます。そこに行くクッキングデーの交通手段もそれに含まれています。つまり高齢者の中で、公共交通機関で重い物を持って帰れない人のために、交通も提供されます。

このキッチンですけれども、これはもともと若い人たちが来るセンターでした。しかし今は、これは世代間がそこに集まれる場となりました。高齢者がこういった施設を昼間使うわけです。そして夜になると学校後とかに、若者がそこを利用します。

このユニークなプロジェクトなのですけれども、これは宗教団体だとか、コミュニティ・

グループなどから来ています。この寄附をいろいろなところで受け付けています。例えば、パーソナルケアの商品などですけれども。

ただ注目しているのは、フーズケア。いろいろな缶詰のつくり方、野菜やフルーツのブリザーブのつくり方を教えたり、家庭菜園でのいろいろな栽培の仕方を教えることで近隣のつながりをつくっています。

サーニッチでは、パートナーシップというのが鍵です。私たちもパートナーシップとしてはアイランド・ヘルス・オーソリティーというところと協力して、このいろいろな患者、クライアントに対して、そのコミュニティの中での援助を行っています。

1つのプログラム、ステップス・トゥ・コネクトというものがあります。これはこのレジジャーの教育、あるいはコミュニティ・オリエンテーションなどをそのアイランド・ヘルスの人たちに行っています。コミュニティのナース、あるいはセラピストがこのプログラムを手伝っています。そしてアイランド・ヘルスの慢性疾患の自己管理というプログラムのほうから、いろいろな参加者が来ています。

このプログラムというのは、いろいろなコミュニティのレクリエーションへの参加の障害となっているものを乗り越えて、社会とのつながりをつくるというものです。別のプログラム、マインズ・イン・モーションというのがあります。これは早期の認知症の症状を経験しているような人たちのためのソーシャルプログラムです。友人や家族、介助者などと一緒に参加するというのを促されています。インストラクターがフィットネスをいろいろ教える。ファシリテーターに対しては、参加者は非常に歓迎を受けているという気持ちにさせる。そして、いろいろな活動を行うというものです。

それからほかにも、このアイランド・ヘルスとやっているプログラムがあります。NEAT（ニート）というのは、Neighbours Engaging in Activities Together の略語なのですが、これはアイランド・ヘルス、BCハウジング、シェア・レディー・ハウジングとの協力で、低所得者、そして独居老人の多い建物が選ばれています。

別のプログラムですが、オン・ザ・ゴー・アゲインというのがあります。ボランティアのサービスで、教会との協力をしています。このボランティアのサービスの人々が、家でクライアントをピックアップして教会に連れてくる。教会では昼食を食べたり、その活動に参加したり、スピーカーの話を聞いたりします。コルドバベイ・55プラスというプログラムもやはり話し相手が訪問するプログラムです。

そして、社会的隔離に関する高齢者協会協議会報告書というのがあります。これによりますと、家族とのふれあいや交通手段が少ないひとり暮らしの老人というのは、やはり社会的隔離のリスクが高いというふうに言っています。

私たちとしては世代を超えた活動というのを促進しています。お互いに話を聞いて学ぶということ、これは若者にとっても高齢者にとってもつながりをつくる上でいいものです。

ことしの秋、ヴォイス・イズ・イン・モーション・クワイアという合唱団をつくっています。これは一緒に歌うということ、特に記憶障害が始まっているような高齢者にとって

はいいものですし、若い人たちを鼓舞することにもなります。お互いに違う世代に対しての共感をつくり出すことができ、フレンドシップを築くということができるわけです。

私は覚えていることがあります。『サーニッチの今と昔』という本があり、若い人に対して、昔の記憶を語っていたシニアの人が次のように言っていました。「私、新しい友人ができたみたいな気がします」と。90歳以上の人で、サーニッチのパイオニアの人がそう言っていたのです。

サーニッチの消防隊ですが、防火活動に関してのプレゼンテーションをしています。そしてまた高齢者に対しては、転倒防止の活動ということもやっています。高齢者がふえてくると、やはり転倒の問題というのがふえています。この秋には、高齢者に対して無料で煙探知機のチェックを行って、不具合があった場合は、無料で交換をするということをやっています。またそのときに高齢者の家の中を歩いて、実際に転倒を引き起こしそうな危険なものを見つけてあげるということもやっています。

ボランティアというのは目的意識を提供します。そして、シニアの人たち自体のつながりをつくり出します。私たちもボランティアのチャンスというのをどんどんふやしています。例えば、マウントダグラスパークのパークアンバサダーというものをつくっています。また、コミュニティセンターのアンバサダーも導入しようとしておりますし、プリング・トゥギャザーといって、公園の草むしりのボランティア、それからもちろん、シニアセンターでのボランティアというのもあります。

さて、ここで、少しビデオをお見せしたいと思います。このビデオでは、サーニッチでは、地方自治体として、健康なコミュニティをつくることできるというふうに信じているということを示しています。そしてクリエイティブ・エイジング、アクティブ・エイジングが、サーニッチで可能です。サーニッチは全ての世代の人のためのコミュニティです。

(動画視聴)

ありがとうございました。

それでは、御質問をお受けしたいと思います。

会場：とてもいい御発表、ありがとうございました。私、本当に感銘を受けました。非常によいコミュニティができて、世代間のコミュニケーション、交流ができる場ができていますね。気づいたのですけれども、いくつか日本とは違うなと思いました。

まず、最初にお見せになったスライドのところで、100歳以上の人の数が多いと思いました。しかしながら、世代間分布のグラフを見ますと、必ずしもそんなに人口減ではないです。しかし日本はそうです。これははっきりしています。10歳から75歳とか、年齢曲線は安定しています。真っすぐです。つまり、カナダにおいて、コミュニティに若い人の供給が何であるのでしょうか。まずそこを伺いたいと思います。

ブラウノフ：あのスライドを見ていただきたいと思います。これはサーニッチの統計情報です。学校の学区から聞いたところによりますと、確かに若い世代の人口は、かつてほどは多くないとは聞きました。学校の土地など、そこでほかの活用をしようという話も出て

います。ですから、カナダでは、かつて言っていました。「我々には、より多くの高齢成人がいる」と。14歳未満より多いという言い方をしていました。ですから、それでお答えになったのでしょうか。統計ではそうなのです。おわかりいただいたでしょうか。

会場：もう一つ、私ども日本での問題は、都市部での問題が深刻化しています。近隣の人がお互いしゃべりもしないし、顔も知らないとお互いを知らないのです。若い人を教育し、コミュニケーションをしよう、大人の人と話さないというわけです。つまり高齢者とのつながりの前に、そういったことすら問題です。

ブラウノフ：私どもの地区において、ブロック・ウォッチという言葉があります。これは、「地域の人たちが、お互いしゃべりをしましょう」という話なのです。もう一つのプログラムですけれども、これは、エマージェンシー・プリペアドネスといいますが、これは近隣の人がお互いに話し合える関係になろうということです。若い世代の人と話す大変ですね。これは消防庁なんかもかかわっていますが、若い人がそういった話に加わるのは大変だと。地区の中で緊急の備えをすとか、防災をすとか、そのブロック・ウォッチをやるときには、防災の一環としてお互いに目を見るということです。美しい自然もありますよね。ひどい雪とかもない、いい自然に恵まれています。雪が降ったとすれば、みんなドアを閉めて外に出ないだけです。そんな雪もないということです。

会場：ありがとうございました。NEATのプログラムについて、お聞きしたいのですが。ひとり住まいの高齢者の近くの人たちが集まって何かしようということで、訪問して、迎えに行って、教会その他のところで一緒にいるというのですが、どこに、誰が、そのひとり住まいの人がいるかとかという情報とか、それから、それはどうやって組織化していくのかということが1点です。

それから、もし教会をベースにしてそういうグループを立ち上げるとすれば、教会はいろいろあると思うのですが、その宗派ごとにやるのか、それとも地区ごとにやっているのか、それもちょっと教えていただきたいと思います。

ブラウノフ：御質問、ありがとうございます。NEATのプログラムというのは、シニアの人たちをどうやって見つけるかというところは、アイランド・ヘルスが見つけています。つまり、健康当局からの情報ということです。それからBCハウジングという、低所得者住宅に携わっているところが見つけているわけです。そういう情報をもとにしています。

このプログラム「オン・ザ・ゴー」というのに関して、それは1つの教会だけではありません。例えば、55プラスというようなプログラム、これは何年も前からあるわけなのですが、そういう人たちが出ていって、自分の近所に独居老人がいるだとか、そういうような人たちがいるかということをお知らせするわけです。そしてそういう人々をピックアップして、センターのほうに連れて来て、レクチャーをしたり、活動をしたり、それから、ランチを提供したりするということです。

それで今、全部のお答えになりましたでしょうか。

会場：カナダはケアギバーという制度があると思うのですが、そのケアギバーは、

高齢者の方の利用がどれくらいかということと、それから国が、幾らくらい利用の代金を負担してくれているのかなどを知りたいのですが。

ブラウノフ：ケアギバー・ネットワークというのがあります。WHO との協力もいたしまして、ケアギバーのことでいろいろ調べて、家族から調査いたしました。

私どもの地区ではプログラムを導入しました。コモンプレイスというものですが、これは介護する人たちが家族を連れてきていいわけです。そして認知症の人とか、大変な問題がある人を連れてくる。そこで、そのプログラムの場所で過ごせるわけです、デイケアみたいなものです。そこから運動したり、買い物に行ったりします。ですから、そうした介護をする側の人も、ちょっと休憩や自分のことをする時間が得られます。

お金の出方ですが、州の、例えば、保健当局が払います。どの程度の額かわかりません。しかし、このケアギバーは、私ども地区におきまして、非常に使われているし、介護疲れしている方とか、自分も休みが必要だからです。

ですから地区の中にそのような場所、デイケアセンターみたいなものがあるって、家族とか配偶者とか誰か連れて行って、週末そこに預ける。そしてその預けた週末は、介護者が休めるという仕組みになっています。連邦政府がお金を出しているかどうかはわかりません。

しかし、州のレベルではそういったことを決めたのですが、例えば、高齢者は家にいたがるのです。できるだけ在宅で住みたいと。そうすると州政府のほうで十分な、このようなアシスタント・ギビング用のベッドの支援もありません。ですから、もっとホームサポート、在宅ケアに今、重視に移行しつつあります。お答えになったでしょうか。

会場：ありがとうございました。

【基調講演】

「ロシアの政治・社会状況と日露関係」

モスクワ国際関係大学 教授・東洋学科長 ドミトリー・ストレリツォフ氏

ストレリツォフ：ありがとうございます。先ほどご紹介に預かりました、ストレリツォフと申します。

私の、今日の発表テーマは、ロシア政治・社会状況と日露関係ですけれども、まず、第一に、ロシアの経済状況についてお話ししたいと思います。つまり、経済状況の分析なしでは、ロシアの政治・社会プロセスがわからないからです。

ロシア経済の状況についてですが、現在、基本的にロシア経済は、停滞しているという結論に至らざるを得ません。GDPは14年から17年までマイナスになりましたが、17年からやっとプラスに戻って、回復しておりますが、しかし、その成長率は1パーセント未満というやはり停滞状態に近いわけです。

その理由は2つあります。1つは、ロシア経済はやはり資源エネルギー、特に、石油の輸出の依存から抜け出していないからです。ロシアの予算の収入源は、資源エネルギー、ガス、石油の輸出が主要となっており、半分程度の、40～50%を占めております。しかし、2008年には世界金融危機の影響で、原油価格がほとんど半分100ドルから50ドルまで下がり、現在60ドルで推移しておりますので、それはやはり、成長に影響しております。

もう1つの理由は、やはり欧米による制裁です。クリミア事件、クリミア併合による制裁ですけれども、ロシアに対して、大体3つの制裁があります。1つはやはり、石油生産。特に大深海及び北極海、シェール層での生産技術あるいは物資の輸出禁止。もう1つは、ロシア銀行に対して、金融面での新規の信用の提供が禁止されている。それはやはりロシアの金融状況にも悪影響を及ぼしています。3番目は、渡航禁止。特に個人、法人向けの渡航禁止及び資産凍結という制裁です。その3種類の制裁は明らかにロシアの経済に悪影響を及ぼしています。

しかし、日本とロシアとの関係について申し上げますと、欧米による制裁は大きな影響はありません。つまり、ロシアに対して日本が輸出している、例えば、自動車部品とか建設機材、工作機械などの技術及び部品は制裁が及んではいけません。

また、経済対策として政府は、インフラ投資及び道路整備などに力を入れようとしており、中国に倣って景気回復の政策をとっています。特に、記憶に新しいのは、ロシア政府は13本のいわゆる国家プロジェクトを打ち出しています。それは、今年の2月に政府が公表したプロジェクトですが、その目的は、主に政府消費及び公的固定資本形成拡大という、つまり、政府の大幅な投資によって、ある程度景気を回復させる対策です。それは、ロシア国家プロジェクトです。

そのプロジェクトについては、3種類ありまして、1つは、人的資本、つまり、教育及び文化・保険などの対策。2番目は快適な生活環境づくり。つまり、住宅及び道路整備な

どの生活環境改善ですね。そして3番目は経済成長の対策、つまり、例えば科学研究の更新及びデジタル経済、並びに中小企業の発展などの経済成長につながる政策です。この国家プロジェクトは、どの程度効果があるかは未定ですが、ある程度長期の影響が期待されます。しかし実際には、まだ経済状況は芳しくありません。

社会面での状況ですが、特に貧富の差、貧困問題があります。それともう1つの特徴ですが、ロシアは個人消費がGDPの半分ぐらいになっており、個人消費が非常に停滞しています。また、個人ローンの問題が非常に大きく、特に社会問題になっています。ロシアの市民の多く、半分以上は個人ローンを抱えていて、そのだいたい3分の1の家庭の個人ローンの返済額は、月収の6割以上になっているという恐ろしい数字があります。それは消費、あるいは経済発展にも悪影響を及ぼしています。

もちろん、こうした経済状況は、政治にも影響しています。特に政府への支持率が低下しています。その理由は、1つは経済状況、もう1つは、18年に政府は年金改革をおこなった際、特に、具体的に言えば、年金支給開始年齢を引き上げたということです。男性は5歳、女性も5歳引き上げました。ですから、それが非常に大きな不満を及ぼし、それにより、政府に対する支持率が20%低下し、特に政治分野では、ことしの夏には大きな抗議デモにもつながりました。

今年、いわゆる地方統一選挙が行われましたが、特にモスクワでは60人近くの人が出馬を拒否されました。いわゆる、支持署名に問題があるという理由で出馬が認められませんでした。そのことが、それは大きな抗議デモを招き、その抗議デモには、かなりの拘束者が出ました。その数は2,200人です。

ことしの抗議デモの特徴について指摘をしたいと思います。その特徴はいくつかの点があります。1つは、抗議デモ参加者がかなり多いということです。以前も抗議デモはありましたが、ことしは特に規模が大きくて、たとえば、8月10日には、モスクワで5万人以上のデモがありました。それは、許可を得たデモでしたが、モスクワにとって前例のない大きさの規模のデモでした。それはやはり、政府への不満をあらわしています。

また、地方選では、反対票を恐れて、結果として、与党からの候補者は自分が与党の所属ということをして隠して出馬しました。それは非常に異常な状態で、例えば、モスクワ地方選挙では、与党候補者は1人もおらず、全員無所属で出馬しました。それは、外国では、まったくもって異例なことですが、それは、やはりこうした政府への不満、あるいは、反対ムードをよくあらわしている事実です。

もう1つの特徴は、政府からの反応が過剰に厳しかった、ということです。つまり、(警察による)鎮圧が目立っておりまして、多くのデモ参加者が、警察への暴力行為という罪で訴追を受けて実刑の判決を得ました。そのうち、何人かは、最長4年もの禁固刑を言い渡されました。それは、逆に社会では新しい不安のきっかけになり、多くの人がこうした判決に対して、抗議デモを起こして、「政治的な囚人に自由を」というスローガンを掲げ、2万5,000人ももの大きな参加者反対デモを起こしました。

さらに、もう1つの特徴は、若年層の参加です。つまり、こうしたデモ参加者には、20代、30代の若者が目立っておりまして、その理由は、プーチン政権が成立したのは2000年くらいですが、特にこうした年齢層は、その後に生まれた人、あるいは、その直前に生まれた人であり、普遍性の強いプーチン政権に対して、若者の中には変化を求める声が強まっているからです。特にこうした若者が、プロテスト、つまり抗議の指導力になっているということが顕著になってきています。

政治状況については、最後になりますが、ロシア憲法上、プーチン大統領の任期は2024年、つまり2期目に切れるということになっておりますが、その後どうなるのかについて、多くのさまざまな分析があり、それには3つの大きなシナリオがあります。プーチン大統領は、今66歳ですけれども、あと5年後、2024年には70歳弱です。欧米の考えでは、これは決してシニアとは言えませんが、憲法が許さないの政治界をそのまま素直に退場するという事はないという意見がかなり見られます。

どういう形でプーチン大統領がロシア政治界に残るか、3つのシナリオが考えられます。その1つ目は、新しいポストを新設するというシナリオです。たとえば、ロシアとベラルーシが連邦国家を作って、その国家議長としてプーチン大統領が、退職後でも実際の権力を握るというものです。もう1つのシナリオは、憲法を改正して、任期制限を撤廃し、プーチン大統領はまた3期目を務めるというものです。これはかなり非現実的だとは思いますが、可能性は決して否定することはできないと思います。3番目のシナリオは、特定のポストは占めずに、例えば中国の鄧小平及び、カザフスタンのナザルバエフのように、いわゆる院政政治、つまり、ポストなしでの最高指導者になるという、いわゆる、闇の指導者、キングメーカーになるということも考えられます。

次に、日露関係について、一言申し上げたいと思います。御存じのように、平和条約問題は一番大きい問題となっておりますが、18年11月に行われた露日首脳会議では、平和条約は、日ソ共同宣言を基礎に加速させることが合意されました。御存じのように、その宣言によると、ロシアは、平和条約の締結後、日本に歯舞・色丹島を引き渡す義務を負っています。しかし、その合意が達成されたあと12月に、ラブロフ外相は、「日本は、まず第二次世界大戦の結果を認めるべきだ」、つまり、「南クリル4島がロシア領土となったことは、第二次世界大戦の結果であって、日本が認めるべきだ」と発言したわけです。それについて、日本はどの程度受け入れられるかということ、恐らく受け入れられない、ということになり、平和条約を巡る交渉では、具体的な進展は見られないです。

その理由について申し上げますと、2つの理由があります。まず、日本はアメリカが主要な同盟国ですけれども、もし、ロシアがこの2島を引き渡すとしたと、やはりそこで軍事施設を置くという恐れがあって、それはロシアの安全にも悪影響を及ぼす、とロシアの多くの政府従事者が発言しています。もう1つの理由は、プーチン大統領の支持率の問題ですが、やはり支持率が低下している中で、領土を引き渡すことで、この支持率、つまり、プーチン大統領及び、現政権の支持率がさらに低下するのではないかという恐れがあ

る、つまり、それは現政権にとっては不利になるわけです。

北方領土と安全保障問題との関係について申し上げますと、まずは、先ほど私が申し上げたように、北方領土でのアメリカの軍事基地の設置の問題、もう1つは、ロシアの軍事プレゼンス、例えば、レーダー基地の新設の問題については、日本側に大きな不満があって、それがやはり日露間の大きな分裂、及びもめごとを招くわけです。

また、安全保障問題について申し上げますと、日本が導入する新型迎撃ミサイルシステム、イージス・アショアについては、ロシアが大きな懸念を示しています。それは北方領土と直接関係はないですが、安全保障面ではかなりの相違があります。ですが、北方領土、南クリル4島について平和条約の交渉はまだ続けられておりまして、共同経済活動が進められています。スムーズとは言えないですけれども、18年の決定により、その活動は特定の分野において、具体的な経済活動の結果、あるいは、進展が見られております。たとえば、今年9月に日本のごみ処理の専門家が現地を訪問して、ごみ処理のプロジェクトがクリル4島で進められていたり、10月に試験的な観光ツアーが実施されるなどで、それはやはりポジティブな面です。

また、領土問題、平和条約については進展が見られない中で、ほかの分野ではどうなっているのか。まずは、安全保障ではやはり相違があります。北朝鮮問題、つまり、非核化問題、それも、ロシアと日本は密接な協議を実施していますが、基本的に非核化に対しては大きい相違はありません。具体的なアプローチにはある程度の違いがあります。日本は、米国と共に北朝鮮に対して最大の圧力をかけるべきというアプローチを進めています。また、ロシアは、よりマイルドなアプローチを進めています。それはつまり、圧力と経済協力、北朝鮮に対しての経済協力、インフラ整備などのより協力的なアプローチですが、この2つのアプローチの間にはやはり開きがあります。

また、最後になりますけれども、経済はどうなっているのか。日露関係において、経済分野は一番有望な分野であって、その分野は、私の意見では、日露関係の今後の発展の主要な基礎になると思います。まずは、御存じかと思いますが、安倍総理大臣は、16年の12月に、ロシアとの経済協力関係において、8項目プランを打ち出しています。主要な分野は、医療、都市環境、中小企業、エネルギー、生産性向上、極東開発、先端技術及び人的交流というプランです。それは、経済の中でもさまざまなプロジェクトがあり得ます。

具体的に言いますと、このスライドでは、ことしの実績が特に8項目プランの実施状況が述べられております。いくつかの覚書、たとえば ロシア国内の工場の生産性を向上させる覚書、及びIT技術を活用したモデル工場作りだとか、または、民間レベルでごみを焼却して発電するプランとか、さまざまな分野での協力関係が進められております。

私の意見では、特に、エネルギー開発について、協力関係が進められています。これは、ことしの経済フォーラムの8項目プランが再確認されておりますが、安倍首相の発言では、依然として継続されており、「継続は力だ」とおっしゃっていました。

ここで、日露間の今後の経済協力の一番有望な分野を挙げますと、宇宙開発、及び輸送、

特に、コンテナ輸送です。例えば、シベリア鉄道を利用して、日本からヨーロッパへのコンテナを輸送するプロジェクトで、それは、パイロットプロジェクトとして、つまり、今年いくつかの試運転がなされてかなり成功したわけです。

また、エネルギー、中小企業、極東工業化、輸出基地の拡大、イノベーション。特に私が注目したいのは、LNG プロジェクトです。これは、非常に大きい注目を集めています。ヤマル半島、これは、北極海に面した半島ですが、これまで日本は、LNG 輸出生産が始まった18年の12月に、ヤマル半島プロジェクトに参加しています。これは、LNG を日本に輸送するプロジェクトです。

そして、ことしの6月に3つの大きい組織、つまり、日本の政府関係の公的法人である、JOGMEC、また、三井物産と、ロシアのノヴァテクが、株式売買契約を締結しました。この契約では、日本側は、「アークティック LNG 2」で10%の持ち分を取得するということになっています。これは非常に有望なプロジェクトです。また、3番目ですが、LNG 関係のプロジェクト、それは、カムチャツカ半島での積みかえプロジェクトです。つまり、LNG 船から通常船へ積み替える施設、ターミナルをつくっており、日本が出資するのではないかというロシア側の期待があって、今、日本は参加を検討しています。

また、アークティック LNG プロジェクトについて先ほど申し上げました点について、追加ですが、このプロジェクトは、日露とも相互に非常に利益のあるプロジェクトです。なぜかという、日本にとって、アークティックはガスの埋蔵量が多く、北極海の回路を通じた LNG 輸送は、世界のエネルギー界で最も将来性のあるプロジェクトであるので、日本はこれにニッチを見出そうとしています。

ロシアにとっては、2つの利点があります。1つは、やはり世界最大の LNG 市場である日本の市場へのアクセスを拡大すること。それをロシアは非常に期待しています。もう1つは、今後の制裁対策。つまり、アメリカの制裁に対しては、このプロジェクトが成功すれば、それはロシアにとって一定の保護にもなります。

御清聴ありがとうございました。

【基調講演】

「ロシアの健康増進政策 ～理論から実践へ～」

“Health promotion policies in Russia: from theoretical approaches to practical solutions”

ロシア科学アカデミー経済研究所 社会分野経済理論センター長

タチヤナ・チュバーロワ氏

タチヤナ：皆さん、まず最初に、この松本市、また、今回の会議にお招きをいただき、お話しさせていただきますことを感謝申し上げます。

きょう、私は、ロシアにおけるヘルス・プロモーション、健康増進の政策についてお話をしたいと思います。私は、ロシア科学アカデミーにおりますので、まず、基本的なところからカバーしていきたいと思います。

まず、ヘルス・プロモーション、健康増進ということの概念、それから政策ということでお話をします。ロシアの健康増進について、2つカバーしたいことがございます。まず、背景。どうして、それほどロシアで力が入っているのか。それから、政策の目標。政府が設定している目標についてお話をします。そして、2番目は、実施ということをお話しします。どういうメカニズムで行われているか、どういう評価、テクニックが使われているかということで、2つの例も引きたいと思います。最初は、たばこについて。2番目はアルコールの消費についてお話をします。ただ、時間も限られておりますので、2番目に関しては飛ばしていかないといけないかと思えます。もし、御興味がありましたら、その冊子の中にもございますので、ごらんいただく、あるいは、後でお話しさせていただきたいと思えます。また、実際のロシアの経験から、どういう教訓が学べるかということをお話しします。

非常に有名な言葉があります。ロシアでも有名なのですが、「健全な精神は健全な肉体に宿る」ということ。実は、これは、ギリシャの哲学者、タレスの言葉です。つまり、これは、身体の運動とそれから精神の安定、それから生活を楽しむというところには密接なつながりがあるということの意味をしています。次はイギリスの哲学者、ジョン・ロックの言葉であります。18世紀のものでございますが、「健全な精神は健全な肉体に宿る」は、この世における幸福な状態というものを簡潔に、そして十分に説明している。この両者を備えた者は、上に望むものはほとんどない。この両者のどちらかを欠く者は、何を得ても、その埋め合わせはできない」ということです。

言うのは簡単ですが、それを実現することとは全く違います。実際に始めると、言葉どおりにはなりません。言葉では誰でもわかるのですが、それを政策に落とし込むところには、大きな差があります。健康増進は、まさにその言葉を現実の生活に実現することを目指す政策です。

WHOによる「健康の社会的決定要因」という定義には、3つの基本的なメッセージがあります。

まず、健康増進には、非常に広い社会的、環境的な相互作用があるということ。それから2つ目、健康増進には、おのこの人の健康、そして、QOLを守るものであるというメッセージ。もう一つは、治療だけでなく、不健康の根本原因を予防して対処していく。このようなことがあるということです。

この概念の根底にあるのは、健康の社会モデルです。19世紀から20世紀の初めは、科学と政策は医療に支配されていました。健康のモデルは、単なる病気の治療に過ぎませんでした。しかし今では、健康の社会的決定要因を含む社会モデルに移行しました。健康の社会的決定要因は、人々が生まれ、成長し、働き、年をとる状況です。収入や教育、環境、健康システムに及びます。

健康増進と健康の社会的決定要因というのは、1978年のアルマ・アタ宣言に基づくと言えます。当時はソ連だったのですけれども、この国際宣言は、健康は基本的人権であると宣言しています。この健康増進と健康の社会的決定要因という概念で重要なのは、それが非常に積極的な概念であり、市民が最高の健康基準を達成するために、社会的および環境的決定要因に取り組むのは、政府の責任ということです。

そして、健康増進の重要な分野は国際機関によって明確に定義されており、第一に、健康のための良いガバナンスがなくてはならない。つまり、政府が健康増進に責任を持ち、適切な行動を組織するための措置をとるべきであるということです。

第二に、健康的な選択をするために、人々が知識とスキルと情報を持っているべきです。

第三は、ヘルシーシティ、健康な都市ということです。松本市というのは模範にもなるようなものでありますけれども、人々が健康的な生活を送ることができる環境を作るということです。

第四は、学校での健康増進ということがあります。できるだけ、早期の段階から健康増進をしていく。子供たちに知識をつける、どんなふうに健康に成長していくかということ。これも重要になります。

そして、社会の結集も重要です。すべての社会的および個人的な影響を、健康管理のためにまとめる必要があります。そして、健康増進は学際的なアプローチを通じて促進されるべきです。

全ては健康のために、健康は全てのためにという、WHOのスローガンがあります。この概念というのは、健康的な生活のための一種の基盤から、人間開発を促進する概念へと発展しています。

1986年、オタワで健康増進に関する国際会議が初めて開催され、オタワ憲章で健康増進のための基本的な戦略を定めました。その中の大事なこととして、擁護する、可能にする、仲介する、ということがあります。

また、2016年には上海で第9回の健康増進に関する世界会議が行われました。そして、上海宣言というものが採択されましたが、持続的な開発のためのアジェンダで、普遍的な権利、必須のリソースとしての健康がうたわれております。また、健康は、政治的な優先

事項です。この概念を実生活で実現するためには、政治的な選択とコミットメントは非常に重要です。スライドの一番の下にあるのは WHO のスローガンで、“ GOOD HEALTH IS GOOD POLITICS ” というアドバイスになります。

もちろん、覚えておかななくてはいけないこと。健康増進というのは、幾つもの機能、そしてセクターを横断的にやる必要がある。つまり、学際的なものということで、マルチセクターというのは、いろいろな行為者がいるということです。このいろいろな社会の部分の当事者ということになります。政府や地方当局、市町村だけではありません。雇用者や産業界、民間セクター、もちろん市民社会や、地域コミュニティ、NGO の参加も必要になります。また、家族、そして個人も、やはり健康のアドバイスを受け入れていかないとけないということになります。

また、同時に、健康増進というのは、多彩的なアプローチということで、いろいろな対策というのがあります。後で、ロシアの例をお話ししますが、例えば、禁酒をするや、刺激をする、動機づける、教育する。また、個人と、集団的なアプローチ。それを組み合わせていくということも必要になります。

このスライドは、WHO からとったものですが、非常に活動としては複雑なものだということをお願いいたします。健康増進には、いろいろな活動がかかわるわけです。つまり、簡単にはできないということになります。

このスライドは、重要な活動の一つ、健康な食事についてです。

WHO は 2004 年に「食事、身体活動、健康に関するグローバル戦略」を採択しました。

4 つの主な目的があります。まず、不健康な食事や運動不足から生じる慢性疾患の危険因子を減らしていくこと。ウォーキングに関しては、ロシアでは多くの人が 1 日 8,000 歩を歩くことにこだわっています。私の友人も、いつも歩数計を見ながら、きょうはまだ 5,000 歩しか歩いていないからあと 3,000 歩必要だとか言っています。

2 つ目に、食事と身体活動が健康に与える影響への認識と理解を高めること。

3 つ目の目的として、食事を改善し、身体活動を増やすためのポリシーとアクションプランを開発、強化、実施すること。もちろん、それは持続可能でなくてはなりません。

そして 4 つ目は、科学を監視し、食事と身体活動に関する研究を促進していくということです。もちろん、WHO は、個人だけでなく、いろいろなステークホルダーが参加する必要があると言っています。

この概念をより魅力的にするため、減塩の事例を少し御紹介していきたいと思えます。WHO は SHAKE というパッケージをつくっています。この SHAKE というのは、頭文字をとっており、Surveillance(監視)、Harness Industry(業界を利用する)、Adopt standards (標準を採用する)、Knowledge (知識)、Environment (環境)、これを簡単にしたものです。このような介入措置を行うということによって、効果的に全体としての健康を改善することができるというものです。

ロシアについて、ここで 3 つのコメントをしていきたいと思えます。まず最初に、これ

を翻訳するのは非常に難しいのですが、健康増進ということなのですけれども、この全ての英語の言葉をロシア語には変えられないわけですが、このロシア語で書いてある部分は、
(ZDOROVY OBRZH ZHIZHNI) と言っています。これは、健康増進というよりも、むしろ、健康な生活、生活習慣です。

それから、2番目、ロシアは非常に WHO などのいろいろな国際機関で活動的、積極的に活動しています。ですから、そういう意味で、WHO などの勧告に従おうとしていますし、ほかの国の成功事例も見習おうとしています。

3番目ですが、ロシアでは、ソ連からの、やはりレガシーというものがあります。非常によい健康増進の事例があるのですけれども、その一つ、メリットと考えられるもの、ソ連のシステムでよかったものは、残念ながら今では余りそのまま進められていません。実は、公衆衛生施策と医療が、非常にしっかりと連携していたわけです。また、有名なロシアの反アルコールキャンペーンというのがあります。ゴルバチョフ大統領が1986年に始めたものなのですけれども、このキャンペーンの間に、出生率が上がったというような話もあります。

では、なぜ今ロシアで健康増進政策がこれほど人気があり重要なのかという背景についてお話しします。

もう既に今日の講演の中で、人口動態が変わっているという話がありましたが、ロシアでも起こっています。高齢化が進んでおり、平均寿命はかなり短いわけです。後で、スライドをお見せしたいと思います。

また、人々の健康状態の問題があります。主なものとしては、高い死亡率と罹患率、特によくないものとして、ペレストロイカからの推移で、労働年齢の男性の死亡率が高いということがあります。

また、疾患のパターンも変わってきています。つまり、非伝染性の疾患がふえています。新しいものとしては、一人の人が複数の疾患を持っているということがあります。また、生活習慣病、特に、糖尿病などもふえています。これは、非常に危険な病気だと言えます。多くの場合、実際に糖尿病があっても、なかなか気がつかないからです。診断を受けたときには、もう既にかなり進んでしまっている状況になっています。

また、もちろん、ライフスタイルの変化というのもあります。これも、マイナスのほうに変化しているものもあります。不健康な食事というのもあります。いろいろな環境の問題というのもあります。また、身体活動が欠如しているということもありますし、また、健康の不平等というところもあります。これは、残念ながら、ロシアだけではなく、ほかの先進国でも起こっているようなことです。グループ間の健康状態の差があるということです。

そして、健康関連の支出の問題もあります。公費の支出は低く、個人支出のシェアは増加しています。一方で、健康システムに対する圧力が高まっているということで、何とかこの両方のバランスをとる必要があります。

幾つかのスライドで、出生地の平均寿命を示したいと思います。女性は赤、青は男性です。このように、今は上がっているのですけれども、それでも日本に匹敵するためには、まだまだ何年もかかるという感じがします。こちらは死亡率と出生率です。出生率は赤で、死亡率が黒ですけれども、死亡率は、2000年より前は非常に高かったのですけれども、だんだんと下がってきています。けれども、まだまだ高いと言わざるを得ません。出生率に関しては、余りよくないですね。また、最近では減っているわけですから、つまり、高齢者の割合というのがふえているということになります。ロシアでも、やはりそう、同じことです。

そして、こちらはGDPの割合としての医療費を示しています。緑がロシアです。ですから、余り大きな割合を医療費に費やしていないということになりますけれども、濃い緑は、これは公共支出でありまして、少し黄色っぽくなっているのが、これは民間の支出というものです。全体としましては、医療費としては5.6%になっています。日本では、左のほうにありますよね。左のほう。ということで、日本は、2016年ですと、11%ぐらいになっているわけです。これは、一人あたりの医療費なのですけれども、ロシアはこちらですね。濃い色が公的、そして薄いのが民間です。日本は、こちらです。ロシアでは1,200ドル、日本ではここです。その4倍ぐらい高くなっています。

そして、これらの要素が、全て組み合わせると、私たちの健康増進政策は、非常に重要になります。一般的な社会、それから経済政策の中でも重要視されています。2018年に法令が出ました。ロシア連邦の大統領のゴールとして、戦略的にロシアの2024年までの目的とする法令を出しました。その目的としては、健康的な生活を送る市民の割合をふやすということ。そして、市民の55%がスポーツや運動にかかわるということ。これを組織的に行うということが目的です。これによって、組織的、体系的なアプローチをとることになりました。また、高齢者の生活も改善するという目的があります。市民が健康的な生活を送るため、そして健康的な食生活を送り、そして悪い習慣を諦めるようにするということを促進しようとしています。この運動というのは、もちろんスポーツになりますけれども、そのためには、マスポーツとも呼ばれていますが、一般大衆が行えるスポーツを促進しようとしています。スポーツの設備に誰でもアクセスができるようにするという。そして、プロのスポーツ選手がインストラクターやコーチとなって、しっかりと市民に対して運動のサポートをするということが掲げられています。

そして、健康的なライフスタイルをつくるという優先順位の高いプロジェクトがつくられました。これは、2025年末までに、健康的なライフスタイルに取り組む市民の割合を60%に増やす。そして、今、30%の人がたばこを吸っているわけですけれども、27%まで減らす。一人当たりのアルコール消費量を、今、1人当たり1年間で10リットルなのですが、8リットルまで減らすという目的が上げられています。また、政府の部門間での戦略もあります。この健康的なライフスタイルの中で、しっかりと国民に対して促進することによって、非感染症の疾患を減らすという目的も持っています。

そこで、国民に対して、健康的な生活を送るということの動機づけをしなければいけま

せん。まず、第一に、そうした環境をつくるということが重要です。それによって、皆が健康的に生きようと思うわけです。塩分と砂糖の摂取を減らす、喫煙を減らす、アルコールの消費を減らすという、この3本柱になっています。

そして、2つ目に、市民が情報とコミュニケーションのキャンペーンを通じて、健康的な生活を送るように動機づけするとともに、市民とNGO等を公衆衛生強化のための活動に参加させます。

そして、3つ目は、職場での健康増進プログラムの開発と実施です。これは、ソ連時代にも、非常に強い雇用主の役割というものがああり、労働者の健康を守っていました。しかし残念ながら、非常によい習慣だったと思うのですけれども、企業や雇用主の健康促進という面が失われてしまいました。ですので、今、この時代になって、やはりもう一度雇用主が社員の健康に対して気を使わなければいけないということが戻ってきたわけです。政府関係者と官僚は、このモデルプログラムをつくって、社員の健康、そして社員の福祉を促進しようとしています。

さて、2018年にDEMOGRAPHY-2という国家プロジェクトができたと申し上げましたけれども、やはりスポーツがかなめにもなっています。ここで、極めて重要なのが、情報とコミュニケーションを利用したキャンペーンを行うこと、ということは先ほど申し上げました。それによって文化を育成するわけです。例えば、実はロシアのときには、文化とスポーツの複合施設というものがああったのですけれども、これはソ連の時代のものです。つまり、何らかの基準、運動の基準というものが今は必要になります。それによって、個人ができる範囲での運動の基準ができます。また、フィットネスセンターのようなものも建設することになっています。例えばトレーナーと一緒に運動して、いろいろなグループの人たち、いろいろな対象者に運動ができる施設を提供します。非常に重要なのは、さまざまなレベルでスポーツ競技を行うことです。

今日、日本のスポーツ庁長官の講演をお聴きしまして、日本で今スポーツの大会が開催中であり、日本では東京オリンピックがあり、ロシアではモスクワオリンピックがありました。ソチでの冬季オリンピックがあり、長野での冬季オリンピックもありました。モスクワではサッカーの世界カップが2018年にあり、今、日本ではラグビーの世界カップを開催しています。今、ロシアではラグビーの世界カップを次に招致しようと立候補しています。ですので、それがどうなるか見たいと思います。

さて、ロシアの反たばこ政策の話に移りたいと思います。ロシアは、2008年にWHOのたばこ規制に関するフレームワーク条約に参加しました。参加したからには、喫煙と闘うという義務があります。WHOは非常にこの分野で活発に活動しています。もしかしたら、攻撃的すぎると思う人がいるかもしれませんが、ロシアも、今はたばこの消費を減らそうとしており、これが健康省の優先事項の一つになっています。また、この条約は、2008年に署名したのですけれども、2013年に連邦の法律が施行されました。これによって、喫煙、それから、たばこの消費を減らすことが法律になっています。

ここには、4つの措置があります。喫煙ができる場所を制限すること。たばこの販売の制限。広告の禁止。その他の措置となります。

これは、ロシアの社会学者のリードする団体が行った調査ですけれども、どういう措置が重要だと思うかというアンケートです。喫煙を予防、低減させるためには何が大事かということについて、45%が、やはり公共の場での喫煙を禁止すると答えています。それから、広告を禁止して、反喫煙キャンペーンを行うということが重要だと言われています。また、たばこに対してのネガティブな情報を訴えるということも重要だと考えています。

これだけではなく、ほかにもいろいろな調査があります。ロシアの政府は、恐らく、今、先ほど申し上げた3つ、禁煙、それからたばこの販売の制限、それから広告の禁止ということに、特に注力をしています。

実際に喫煙できる場所を制限するという事は、非常に一時大きな論議になりました。ただ、段階的に行われました。2013年6月から、まず場所を決めて、ここでは喫煙してはいけないというふうに決めました。例えば、鉄道駅、バス停、空港、地下鉄駅の敷地への入り口から15メートル未満のオープンエリアでは喫煙してはいけないこととしました。

2014年6月からは、バー、レストラン、長距離電車、プラットフォーム、電車、ホテル、ホテルでも喫煙ができなくなりました。

今はもう、喫煙エリアというものが設けられるようになっていきます。非常に積極的な措置をとっています。今は、恐らく、特別なスモキングエリアに行かなければ、ほとんどの場合、喫煙できなくなっています。

それから、たばこの販売も制限されています。これも2013年6月から開始されました。例えば、学校から半径100メートルのところでは、たばこを売ってはいけないとか。それから、未成年に対してはたばこを売ってはいけない。未成年がたばこを売ることも完全に禁止されています。

たばこの広告の全面禁止もあります。また、映画でたばこを吸うシーンがある場合には、たばこを吸うシーンが望ましくないという言葉が入るようになりました。

たばこを買うということを思いとどまらせるために、たばこの値段も上がっています。それから、情報をしっかりと載せるというキャンペーンも行われています。たばこの専門家の意見として、たばこはこういう害がありますということも載るようになっていきます。

さて、その結果はどうでしょうか。やはり測定は難しいです。これらの措置は、一晩で結果が出ることはありません。しかしながら、幾分、やはりヘビースモーカーの割合は減ったように思います。また、52%の人がたばこを吸ったことがないと答えています。それから、約20%の人がたばこをやめた、もしくはある一定期間たばこを吸っていないと答えています。

保健省は、この結果に非常に勇気づけられています。そして、今、もっと制限を加えようとしています。新しい目標が設けられました。それは、たばこの消費を2050年までに5%減らすということです。つまり、国民でたばこを吸う人の割合を2050年までに5%に減ら

すということです。ただ、まだ 22%の国民が毎日たばこを吸っていると言っています。そして、5%が、たばこがない人生なんて考えられないと答えています。そして、17%の smoker がヘビースモーカーになっています。1日1パック以上吸っています。ところが、これを 2050 年までに 5%に減らそうというのが政府の目的になっています。

さて、新しいコンセプトもあります。2つが非常に大きな議論を呼んでいます。2015 年以降に生まれた市民に対しては、たばこを売らないという非常に厳しい措置になります。

もう1つは、匿名の無印のたばこを売るということで、全くブランドのないたばこにすることです。それから、たばこのロビー活動に対して、対抗措置をとるということです。たばこのロビー活動というのは、世界で非常に大きな問題になっており、なかなか対抗することが困難です。ですので、たばこ産業に対して、ロビー活動をしてはいけないということも目指しています。これが、たばこについてです。今、どんどん活発になっています。

そして、喫煙を減らし、禁煙をふやそうとしています。また、たばこに対する税率も、今、70%までふやそうと考えられています。

これは WHO のスライドになりますけれども、こちらはアルコールの消費についてです。ロシアで、アルコールの消費が減っています。とてもいいニュースだと思います。ビールは現在ロシアで非常に人気がありますが、スピリットの消費は減っています。おそらく、統計には反映されていませんが、皆、アルコール分の高いスピリットから、ワインやビールを飲む割合がふえています。

それから、簡単にお話をしますが、ヘルシーシティ運動というものがあります。ロシア全体での運動もありますけれども、今、モスクワや、ロシアのまちの1つのチェリャピンスクというところがあります。ここでも、市民の QOL を高めようとしています。そして、ここへの移住を促しています。ここでの大きな目的というのは、いろいろなセクターでの活動を調整して、ロシアで非常に健康的なまちをつくらうとしているわけです。

きょうと、あした、実はロシアでも非常に大きな公衆衛生の会議があります。ここでロシアの保健省が実施しているコンテストがあり、受賞者が発表されます。このプロジェクトで、例えば、最も優れた身体活動、最もよい食生活、最もよい依存性の管理のプロジェクトに対して賞が与えられます。実はこの協会には、100 以上の都市が参加しています。小さな都市から、サンクトペテルブルグのように大きな都市も参加しています。このムーブメントは、今、どんどん大きくなってきて、非常に重要性が増しています。

さて、この政策を立案する際に、何が問題かということに対して、お話をしたいと思います。皆様の国にも参考になるかもしれません。やはり、評価、測定、モニタリングをすることが難しいです。また、統計をとるのも難しいです。社会学的な調査を使って、たばこやアルコールの消費を測定しなければいけません。こうした調査は、通常、社会学的な問題というのを全てはらんでいます。

次は、責任です。誰がこの責任をとるべきか。誰が、オーナーになるかという問題があります。保健省が、全ての国民の健康的な社会生活の促進に対して責任をとるわけにはい

きません。そのほかの全ての省庁も、健康に対して責任を持つべきですけれども、やはり教育省などは、これは保健省の責任だろうという形で、なかなかどこに責任を持たせるかということが決められません。

また、同時にとても重要なのが、健康の行動的及び社会的決定要因です。先ほどのカナダのプレゼンテーションに非常に多くの情報が含まれていましたが、個人だけでなく、地域社会ですとか、そういった人たちも協力する必要があるわけです。そうした協力がなければ、この健康的な社会活動というのは、促進するということできません。

また、ロシアの体験でもわかりますが、モチベーションが極めて重要です。つまり、どうやって、個人個人に健康的に生きよう、健康的な生活をしようと思ってもらえるかということが大事なわけです。

最後に、3つの非常に重要なモチベーションの逆説というものを話したいと思います。私と同僚が、きょうもいらしていますけれども、わかったことです。全員、わかっていると思いますけれども、健康的な生活をしなければいけないとは誰でも知っています。知っているけれども、やはり、ちゃんとそちらに目を向けてもらわなければいけないわけです。例えば、行動科学で、ナッジ理論というコンセプトがあり、今、非常に有名で、ノーベル賞も取りました。例えば、環境を少し変化させ、ナッジする、プッシュをすることによって、正しい方向に向いてもらうというものです。ですので、異なった方向を見てもらうということも大事かもしれません。例えば、自動販売機を学校に置いて、そこで不健康な飲み物や食料を売っていたら、間違った方向に行ってしまう。それは、間違ったナッジです。

それから、「最初にお金を」ということです。多くの場合、健康増進というのは、後から結果が出ます。ですので、まず、投資を最初にするということ。そして、健康的な生活を後で得るというものです。つまり、ある一定期間は投資をするということが、非常に重要です。

そして、最後の逆説なのですけれども、これはプーシキンの言葉になりますけれども、「私たちにとっての習慣というのは、上から降ってくる」というものです。私たちは、持続的なパターンをつくらなければいけません。健康的な行動が、習慣にならなければいけない。知識や情報が提供されていることだけでは達成されず、本当に行動しなければいけないわけです。

非常に興味深いスライドをお見せしたいと思います。これは、12歳ぐらいの少女が描いた絵です。この真ん中に描いてある猫は、ロシアで非常に有名なアニメの猫です。"Let's live in friendship"というキャッチコピーが変わって、"Let's live in health"と、猫が言っています。皆さん、健康に暮らしましょう。

以上です。ありがとうございました。

「超人スポーツによる共創社会の実現」

AXEREAAL 株式会社 代表取締役社長

一般社団法人超人スポーツ協会 ディレクター 安藤良一氏

安藤：よろしくお願いいたします。

超人スポーツによる共創社会の実現というお話をさせていただきます。

AXEREAAL 株式会社で代表取締役をしております、安藤良一と申します。よろしくお願いいたします。

この AXEREAAL 株式会社ですが、そもそもスピンオフでできた企業でございます、大もとが、一般社団法人超人スポーツ協会というところから、端を発しております。

まずちょっと、超人スポーツみたいなものの説明をさせていただきたいと思います。

(動画再生開始：超人スポーツとは)

2020 年。日本発で、我々が持っている技術や文化を、広く世界中にお伝えする機会があります。このときに、どうやって、僕らみたいな、要はオリンピックにもパラリンピックも出られない普通の人たちが超人になれるかみたいなところで、アカデミア、学会などのメンバーが中心になって、そもそも存在した思想が、超人スポーツということになります。

そこから、デザイナーであったり、アーティストであったり、手品師さんもいましたし、中にはゲームクリエイターの方、学生、ニートを自称する人もいて、とにかくいろんな人たちを集めて、みんなで一緒に新たなスポーツみたいなものをつくって、みんなで超人になろうよ、という活動です。

一般的に超人というと、我が国文化、異常な数それはございますが、身体を拡張するだけじゃないのですね、技術によってできることというのは。

拡張できる領域には、例えばスポーツ器具であったり、トレーニングであったり、あるいは僕らの観戦そのものというのも少し変わります。

そういう技術が高まっていくと、次に起こるのは、これまで一緒にスポーツできないと思っていた人たち同士でも、一緒にスポーツができるような環境がつかれるのではないかと。そういう思想のもとに、さまざまな活動を行っております。

設立自体は 2015 年になるのですが、数を挙げていったらきりがないので、ざっくりと去年の活動を、少し説明させていただきます。

主催イベントですが、オランダのデルフト工科大学という、アメリカでいうと MIT ぐらいの知名度はあるかなとは思いますが、工科大学でのワークショップであったり、イベントみたいなものも行いつつ、そこでは、日本、オランダ、ドイツ、その他の国々とかも含めて、いろんな各国にあるテクノロジーを媒体とした、新たなスポーツの発表会みたいなものを行いました。

これが、オランダで行いました、Superhuman Sports Design Challenge in Delft というイベントです。

ヨーロッパ圏内には、ほかにも結構もともと出ていまして、フランスにも出ていますし、ちょっと下のほうに行くとかドバイであったりだとか、中東エリアなんかもいろいろと進出を進めております。

アジア圏内ですと、Superhuman Sports Workshop という形で、台湾大学と連携して、イベントを行いました。これは、現地の大学の学生の皆さんに参加していただいて、実際にテクノロジーを活用した新たなスポーツそのものをつくっていただく、というイベントになります。

結構このスポーツクリエイションというモジュールそのものが、今、世界中に広く伝播しようとしている流れがある中で、後ほどもう少し、この点については詳しくお話をさせていただきます。

超人スポーツ、コンセプトが「人間の力を超える」であったり、「人間同士の一種の境界線みたいなものを超える」、この2つを指して「超人」と呼んでいるのですが、超福祉スポーツという体裁で、誰もが一緒に楽しめるスポーツをつくろうというイベントも行いました。

これは、スポーツ庁の官民連携事業、新たなスポーツの開発で予算をいただいて行ったイベントで、このプロジェクト自体の来場者は 1,200 人なのですが、その中で行った展示会の来場者はだいたい5万人ぐらい。

彼らが実際の、誰もが一緒に楽しめる新たなスポーツ、超人スポーツみたいなものを見て、体験して、次の福祉の、障がい者福祉ではなく、高齢者福祉でもなく、社会福祉としてのスポーツのあり方みたいなものを一緒に考えていただいたということになります。

そこで行ったイベントというのが、下にある共催イベントですが、超福祉展ということになります。

テレビ出させていただいている競技もここには出展させてもらっていて、たとえば AR で手から波動が出る、何かこういうやつですね。あれができる「HADO」という競技であったりだとか。VR 空間上に自らを投影して、レース用の車椅子を走る。未来の東京のまちみたいなところを滑走する「サイバーウィル」という競技であったりだとか。後ほど少し御説明させていただきます、人間に、新たにドリフトという身体機能を付与する「スライドリフト」であったりだとか。これまでのモビリティは、衝突とスリップから、ひたすら逃げる開発を進めてきたのですが、積極的にぶつかり合うという競技つくれないか、ということで作った「ゴーンボール」。それらを実際に出展しました。

協力イベントになると、その幅がもう少し広がって、ちょっと数が多くなってしまおうので、ざっくりと紹介させていただきます。

まず岩手県と、前回の国体からことしも、これからはずっとですが、連携して新たなスポーツをつくるという、スポーツクリエイションの文化を根づかせようという活動をしています。また、沖縄も、北海道も行きましたし、多分結構、日本中、普及は幅広くできているのかなと思います。それが去年のイベントとかですね。

超人スポーツ協会、実はスポーツそのものは開発しておりません。我々はあくまで、民間の皆様や、法人の皆様、自治体の皆様が、テクノロジーを使ったスポーツを開発されます。その開発した競技を認定するという仕組みで、幅広い皆さんに、一種ハブとして利用してもらおうという役割をしているのですね。出してもらった、申請してもらった競技を、我々のほうで、ある程度の、有識者の皆さんを集めて協議させる。これは超人スポーツだね、と思ったものに対して、超人スポーツの認定を行っています。

認定競技、現状で 22 競技ございます。例えば、足の長さを 45 センチ足して、ばねの力でより跳ねるようにした状態で、全身を衝撃緩衝体で覆います。その状態で、要は巨人になった状態で、プレーヤー同士が相撲を行う「バブルジャンパー」という競技であったり、昔、西洋の方であったスポーツなのですが、馬車競技で「チャリオット」というものがありました。これを現代版に復刻する競技として、インホイールモーターを馬がわりに使う「キャリオット」という競技とか、さっき言いましたが、手から波動を出してドッジボールをやる「HADO」という競技とか、僕らの足を、インホイールモーター、要はミニセグウェイにつけかえて、その状態でスポーツを行う、という、「ホバークロス」という競技とか、手からめちゃくちゃ強い風を出して、その風の力で陣取り合戦をするという「バルーンジャマー」という競技とか。

これ岩手県との連携で生まれた競技なのですが、宮沢賢治の作品の中の一つに、「トリトリ」というキャラクターが出てくるのですね。この名前をお借りして、鳥が鳥をとるみたいな競技できないか。僕らが鳥を制御するのは難しいので、ここはドローンでやりました。

小型ドローンを、オフenseとディフェンスに分かれるのです。ディフェンス側は小型ドローンをひたすら用意するわけですね。対象側が大型ドローンを用意して、この小型ドローンを捕まえていくみたいな。鳥が鳥をとるみたいな競技ができるのではないかなというスポーツをつくりました。

ヘッドマウントディスプレイを装着すれば、僕らはドローン視点に切りかわれます。なので、プレー中はちょっとしたレイテンシが今、問題にはなっているのですけれど、あたかも自分自体がドローンになった状態で、ドローン同士の、一種の鬼ごっこみたいなことをやる競技になります。

「HADO カート」は、先ほどお話しした波動みたいなものがさらにカートに乗って、知財とかでよく話題になりますが、マリオカートみたいな、ああいうことができないかという競技で、「スライドリフト」はまた後ほど説明します。

「ロックハンドバトル」というのは、これも岩手県で生まれた競技ですけど、そもそも岩手県の名前の由来に、鬼と岩と、その手形というのが、すごく強いキーワードとして残っているのですね。これは、実際に神社を巡れば明らかになる歴史の話で、そこから着想を得て、現地に存在する文化というものを、新たなモジュールとして広くまちに出していく。あるいは伝承というものを支えていく活動として生まれたのが、「ロックハンドバトル」という競技で、これは、皆さんの御協力もありまして、神社の奉納祭とかで、実際に

その一種の神事を帯びたものとして、プレーされています。

車椅子でもできるような競技ということで、「車椅子ボールシューティング」というものがあつたりだとか。

風を操る、先ほど上で、手から強烈な風を出すとは言いましたが、その風で今度はその物体というものを空中に保持させたまま、移動を行う「マタサブロウ」という競技もあります。

剣術を最新の技術を使って更新させるというものもありますし、ポッチャみたいなものももうちょっとおしゃれにならないかみたいなことで、センシング技術と映像投影技術、計算機を使って、もうちょっとサイバーチックにポッチャを行う「サイバーポッチャ」だとか。

衝突するためのモビリティ「ゴーンボール」とか。VR 空間上に我々がマッピングして、そこで陣取り合戦を行うという「タワータグ」という競技とか。

ボルダリングみたいなものを、映像投影の力でもうちょっとアクティブにできないかということでやられてる「ヴァロ・クライム」という競技とか。

フィールドそのものを、例えばこういう空間であっても、映像投影すれば、ここが一瞬でバレーコートとか、バドミントンコートになるわけです。そういう映像投影技術を使った、「サイバープレイヤーズ」だとか。

今のところeスポーツのほとんどがコントローラーを手に持ってやっていると思うのですが、別にこれである必要はありません。やっている内容としては、各ボタンのオン・オフを0・1に直して操作しているわけなので、あるいはそれは、大きな玉でもいいわけです。この大きな玉というのは、実際にゲームの空間にある巨大な岩でもいいわけです。

「シシーフォックス」という競技になるのですが、この競技では、大きな玉を転がします。大玉転がしなのですが、その大きな玉というのは、ゲーム空間上では、巨大な岩として表現されています。そこに、我々プレイヤーがアバターとなった存在が投影され、実際に、山であつたり谷であつたりっていうのを転がしていくという競技。

「スケルトニクス」は大体外骨格スーツなのですが、全長3メートルくらいの長さになるのですね。それに僕らが実際に乗って、体中思いのままに動かしていく。巨大な人間になった体験ができる。そういった競技群が、今、認定競技として認められています。

(動画再生開始：スポーツクリエイション)

スポーツを、我々をつくってはいない、という話はさせていただきました。実際につくっているのは、各団体の皆さんなのですが、スポーツをつくる場は提供しているのですね。

スポーツクリエイションと呼ばれているイベントのうちの1つに、「超人スポーツハッカソン」というものがありまして、これは2日間、特定会場をもう完全に借り切って、いろんな人たちを呼ぶ。例えばさっき言った、デザイナーとかクリエイター系の人たちから、手品師さん、漫画家さん、自称ニートの人たち、ゲームデザイナーもゲームクリエイターも入れて、とにかくいろんな人たちを集めて、みんなで一緒にスポーツをつくるみたいな

イベントを行う場を提供しています。

このときは「第3回超人スポーツハッカソン」というイベントで、グループの中には二足歩行より四足歩行の方が速いと信じる人たちが、腕をさらに長く外骨格でさせた状態で走ったらもっと速くなるのではないかという挑戦をしたり、我々が生きるこの物理空間において、重力というのが余りにも強い意味を持っていると。もしかしたら宇宙だったら足はいらないのではないかと、みたいな話もあるわけですよ。そういった未来みたいなものを想定して、重力に逆らうスポーツ、簡単に言うと、体を浮かすことになるのですが、ばねの反力とかを使って、あたかも空中に浮いてないとできないようなパフォーマンスをして、競技を行うものであったり、結構いろんな競技がこの超人スポーツクリエイションとして、ハッカソンの現場ではつくられます。

実際の現場には、技術者はもちろんですが、実際のプロスポーツ選手、トップアスリートと呼ばれる人たちにも来てもらって、できた競技というものが、超人スポーツなのかどうかをチェックしていただくようにしています。

そうした評価を受けつつ、競技ごとに最終的な発表会みたいなものも実施して、最優秀賞とか優秀賞みたいなところには、我々が持っている幾つかのイベントへの出展の場を提供して、実際に彼らが、そのスポーツを、2日間で終わらずに、ずっと続けていけるような環境を提供しようというふうになっています。

場合によっては、その出展料みたいな形で、開発の皆さんには開発資金みたいなものを手にしていただいたりすることで、これまでのハッカソンとは変えたい。昨年くらいまでは結構はやっていたかと思うのですが、ありがちなのは、ハッカソン当日はすごく盛り上がったんだけど、次の日からは全く関係ない、普通の一般業務に戻ってしまうみたいな現象を避けるために、いかにしてこの現象を継続させるかというところが、我々協会として求められている部分であると思いますし、実際に幾つかが成功しているために、例えば事業会社みたいなのが生まれ始めているという話なのかなと思います。

スポーツクリエイションという行為を少しお話させていただいたのですが、それがどんな社会的価値を持っているのかというのを次にさせていただきます。

スポーツクリエイションの現場、特に我々が強く意識しているのが、いかに多様な人々を、その場に巻き込むかです。同じ属性の人たちを集めてしまえば、多分、究極言ってしまうと、いつもどおりの会社のワンシーンになってしまうので、できるだけ全く関係ない人たちを数多く集められるように、アプローチをしています。

何が起こるかという、それぞれ当然技能が異なりますので、それぞれが持っているポテンシャルの発揮みたいなことが、グループのアウトプットを最大化させるための手法になりますので、当然そこで起こる現象というのは一種の共生社会みたいなものの姿になるのかなと思っています。

これは、種が出始めている程度なのですが、ハッカソン以降持続的な活動を行うことで、事業化というものが達成されるようになってきました。

幾つかのスポーツ団体は、そのスポーツを運営していることで収益というものを得て、研究開発や人を雇うお金というものを獲得しています。これが、さらに少ない数になるのですが、スピノフまで起きています。

つまり、超人スポーツをつくって、みんなでプレーしているだけの事業と、そこから得られた技術を使って、一般社会に対して、何かしらの商品開発みたいなことでアウトリーチまで出しているところがあるのです。

ゆくゆくはこういった、超人スポーツがあって、各スポーツ団体があって、そこら辺で得られた知財みたいなものが、僕らの日常生活をかたどっていく。一種の産業レベルでの構造がつかれるのではないかなという期待を持っています。

多様な人たちを集めると言ったのは、業種だけじゃないのです。当然、身体的な差異性であったり、精神的な差異性であったり、あるいは生まれたところとか、よく言う、僕らの「違い」ですよ。そういったところを全て包括するようにしているので、当然そこに、例えばスポーツの開発で、普段車椅子に乗られている方とか乗られてない方が、一緒になってスポーツをつくるとしたら、そのスポーツは少なくとも、どっちにも楽しむことができるスポーツということになります。そこから生まれた日常生活への転用ケース、シナリオというのは、あるいは、誰もが楽しめる日常みたいなものを提供し得る可能性があるのではないかなと考えております。

実際に生み出されたものなのですが、それがこちらになります。

(動画再生：生み出されたもの)

これまでの車椅子と大きく異なる点が2点ありまして、1つが電動アシストモーターの仕組みです。小2の女の子でも、全然プレーできるくらいの軽さで、このモビリティは動きます。今実物を持ってきているのですが、もう1つの特徴というのが、真横に動くという性質です。

車椅子の利用に関して、そのほとんどの人たちが、下肢に障害を持つ、あるいは身体的な衰えを持つ方が多いです。そういった方々にとって、車椅子の横転リスクというのは、ニアリーイコール復旧困難な出来事になってしまうのかなと思います。

横方向に対して、横転をする力を全て逃がすことができれば、究極横転はしないのではないかな、みたいなところを考えております。

こういうモビリティが、超人スポーツの活動の一環として実際に生まれ、例えば今でいう「AXERREAL 株式会社」とお話しさせていただきましたが、これ、要はこれが事業化の成果になります。

もう少し、「スライドリフト」についての説明をさせていただければなと思います。

(動画再生開始：コンセプト・技術)

国内のみならず、結構国外でも受けがよくて、先ほど少しお話ししました、フランスだやドバイなどの展示会、実は招待で行っているのです。特にあのあたりは、こういった社会福祉的な要素を持つ新たな器具というものに対する関心が強くて、僕としては、もう少し

しこの国から発信していけるような方法がとればなというのを祈りつつ。結構高齢化みたいな、超高齢化みたいな話がされていますけれど、そこを課題に考えている国というのは、結構広く存在するんだなというのを肌で感じています。

発想の発端は、これを当然僕一人で開発しているのではなくて、開発グループが存在します。みんなであだこうだと話し合いながら、今回来ていただいた大林さんという方のところの事務所とかで、みんなですっと話していたのです。

少しシビアな話。子供の運動会で 100 メートル走があって、車椅子の子がいたと。トラックの都合上、彼はそこに参加できなかったのですが、それを何の違和感もなく平気で受けとめている僕らが存在したのですよね。「しょうがないじゃん、車椅子なんだから。」と。でも、体育としてはそれで正しいのかもしれないのですが、スポーツはもっとみんなで楽しみたい、みたいな話があったのです。

方法 3 つありました、正確に言うと。1 つは、僕らが車椅子に乗る。1 つは、彼らが義足をつけてもらう。そうすれば互いに、同じフィールドで 50 メートル走なり 100 メートル走できる。

ただ、本当に同じかというのが、どうしても残ってしまった。もともと僕はラグビーをやっていたのですが、ラグビーが終わった後の、あのノーサイドの「互いに全力尽くしたね、悔いないね」とは、何かが違ったのです。そういうものをつくろうとしたら、もう、新たなフィールドそのものをつくるしかなかったのですね。人間にない能力をつくって、そこで競争してしまえば一緒だという話です。

先ほども話しましたが、これは前方向にアシストの力が加わってしまっていて、横方向に対しても、オムニホイールがついていますので、究極を言ってしまうと、ドリフト行動を起こすことになります。

(安藤氏自らスライドリフトに乗り、ドリフト操作)

この動きですけれど、これができる人間は、そもそも存在しないはずなのです。僕らの足は、体は、こんなふうにはできていないので、できないのですよね。

このドリフトという現象を、競争の種にしてしまえば、足の有無というのを超えられるだろうと。そういうことを考えて、スライドリフトという競技ができました。

理想像としては、大体こんな感じです。

別に身体的な衰えがあったとしても、技術の力を使えばそこは補えるわけですよ。

あるいは、練習量としては、ずっと蓄積されたものがたまっていくので、もうちょっと加齢みたいなものがポジティブに捉えられるよね、みたいな話だったり、足があろうがなからうが、どうせ僕らはドリフトなんかできないのです。この器具を使ったときに、僕らの足の有無というものから解放される。

そういうものもあるし、これまで普通にスポーツをしていたような人たちも、これに乗ればフラットな状況で、初めてみんなと一緒に遊べるよね、と。こういう絵を、夢見ています。

実際に幾つかの体験会とか展示会みたいなものを進めていくと、僕らも、最初そこまで期待してなかったのですけれど、福祉事業者の方から御相談を受けました。この横滑りする技術というのが、福祉現場ですごく使えるかもしれないという話だったのですね。

これまでの車椅子、例えば、ここをエレベーターの中だとして、出口付近で待っていると、向こうから人が来たときに、まずやらないといけないのは、車いすを曲げる、引く、曲げる、引く。その人が乗ってきたときに出る場合は、車いすを押す、回す、押す、回す、押す。

大変だという話ですね。当然ですよ。エレベーターの空間はそんなに広いわけじゃないですから。ましてや中に人がいた場合、こんなの邪魔とわかれても仕方ないかなと思ってしまいますよね。それがいいか悪いかは別ですが、そういう現象があったと。ただ、スライドリフトを使えば、横滑りで終わりなのです。横に動くだけでこんなに便利になるね、という話です。

では、この技術、スライドリフトで培ったスポーツという現場で見られた、一種F1的に発見された、新たな技術群というものを使って、福祉事業をもう少し楽しく、もしくは楽にできないかということで、一緒にアイディエーションを行いました。

一種のスポーツクリエイションの話と一緒に、これも共創になります。彼らも彼らで、膨大な量の知見みたいなものを蓄積されてらっしゃいますので、そことの融合を図ることになります。

出たアイデアは4つでした。

1つはまず、車椅子というのは、実は積載能力がすごくて、法の最大で空間をつくったとするじゃないですか。車椅子つくって、その下に物を置いたときの積載量というのは、飛行機にぎりぎり許されるキャリーバッグ、あれぐらいのサイズになるのです。あのサイズを、普段僕ら持ち歩けますかという話です。

背負って歩くのもおっくうだし、キャリーバッグでの大変さは、皆さんもう、よく御存じだと思うのです。あれを、こいつに載せてしまえば、重さなんか無視して運べるのですね。何ならそれに乗ってしまえば、もう無自覚状態ですよ。僕らの身体というのはすごく拡張することができる。

それで、思いついたのが、PCをいっそ載せてしまったらどう、という話です。

この移動体に乗っている人たちというのは、自らがインターネットみたいになって、その場で必要なあらゆる情報というのを、その人を介して周囲と共有できるようなシステムがつかれるのではないかな、というのが、まず左上の「共有」というアイデアです。

車椅子、福祉の現場においていろんな方々に伺ったら、「まさか車椅子に乗るとは思わなかった」とか、「乗り始めた瞬間にすごく自尊心が傷つけられた」という方々がいらっしまったのです。これまで、本棚の本をとるのも、自分一人でやっていたのですけれど、いつの間にか、その「本をとる」という行為すら困難になっていた、ということなのです。

ちょっとそれだと、加齢というのはネガティブになってしまうよね、みたいな話しをし

て。それなら、車椅子が変形すればいいのではないの、という話です。本を棚からとりた
いときは、よくベッドとかで折り畳みの自動のあるじゃないですか。ああいう感じで普通
にこう、立たせてくれれば、一緒じゃない、みたいな。

これまで持っていた自身の可能性というものを傷つけることなく、静かなのですが、我々
のともも持っていたポテンシャルみたいなものが、ちゃんと解放されるモビリティみた
いなものもあり得るよね、という話だったりとか。

これまでの介護現場は、実は上下関係があったのではないかなと僕は思っています。車
椅子の使用者がいて、それを助けてあげる、介助者・介護者がいるのですね。超高齢化が
特に話題になっているこの国において、残念ながら今、その業界は、離職率も高いですし、
定着率も低いですし、その労働環境についても、結構厳しいものだというのは周知のもの
になっている。上下社会があって、車椅子利用者にとっては、「私は助けられている、この
介助者に」。介助者にとっては、このハードな環境で働かないといけない、みたいな。

もうちょっとこれ、見方変えられるよね、という話で、思いついたのが、介助者の皆さん
が、使用者の方々を支えに、ミニセグウェイみたいな形で、電動で動くモビリティにし
てしまえば、お散歩は少なくとも楽しくなるし、押して歩くという関係性から離れられる
よね、と。つまり、介助者を支えているのは間違いなく使用者なのです。使用者がいるか
ら安定走行ができるようになる。この人たちは、これまで自分が支えられていたものが、
新たに支える立場になって、活動ができるのではないかな、みたいな。要は、2人が一体
になるような車椅子をつくれるのではないかなという話で、このモデルはつくられました。

もう1つはスポーツです。これまで自分ができなかった能力を新たに付与して、「もうか
なわん」とかって言っていた若者たちとも普通にフラットで試合、ゲームができるようにな
れば、多分もうちょっと遊び心というか、活発になるのではないかなみたいなことが、提
案としては出されました。

福祉領域のお話を今させていただいたのですが、新たな身体が得られるということは、
実は、新たな表現というものが得られる可能性があるということの意味しています。

(動画再生開始：新たな表現領域)

このときは、超人スポーツ協会ができてから3年目のシンポジウムがあったので、ちょ
うどそれに合わせてちょっとコンセプト動画みたいなものつくろうかということ。

リオとかで車椅子ダンスを披露された神原健太さんという方に、その表現みたいなもの
を新たに作っていただきました。

技術によって身体が拡張するというお話をさせていただきましたが、このケースの場合
は、単なる車椅子のみならず、今、腕につけているこの測量機器みたいなものも入ります。

この測量機器では、我々の加速度や、向き、音というものを全て収集し、その音を変換
して音楽に変えます。そのときの音楽というのは、この移動体から生まれた音です。コン
テンポラリーダンスとかに代表されるような身体表現のほとんどというのは、一般的に、
与えられた音楽、空間の中で、いかにその身体を表現するかという話になります。

新たな身体表現というものは、あるいはこの上下関係を変えられるのではないかという話です。

演者が踊ること、身体を表現することで、それに適した音楽が流れ、1人で全て表現できるような、新たなスキームみたいなものが、拡張身体であればつくれる。要はデータ処理みたいな技術を入れれば、そこら辺ができるのではないかなという取り組みをしたのが、この新たな表現領域として行った、文化と身体と技術の融合というものになります。

僕らが強調したいのは、スライドリフトこそが身体を拡張する器具ではないということなのです。器具を利用することで、僕らにできなかった身体表現ができるようになります、ということが提案の趣旨だったので、この動画では、これまで、今、至るまでは、彼が普段使ってもらっているパフォーマンス用の車椅子を使ってもらいました。

身体拡張というのはただの選択肢で、例えば空を飛びたいのであれば、車輪をつける必要はないです。翼をつければいいですね。地面をもっと自由に走りたいのだったら、初めて車輪の中でオムニという選択をしていただければいい。

このドリフトの動きというのは当然、あの横方向への加速度が継続して起こりますので、この、今流れている音楽そのものに対しても実は影響が出ています。全く同じ動きができない以上、全く同じ音楽はつukれないという話です。

この辺もパフォーマンスとして結構話題になっていて、一部ですが。おかげで、今このパフォーマンスにかかわる関連費用なんかは、全て興行収入的なところで賄えている。経済的自走が可能なレベルにはなっているという話になります。

もう少し先になったらきっと、こういう身体表現というものが、徐々にメジャーになってくるのではないかな、などと夢見ながら、活動を続けております。

先ほど社会価値について述べましたが、あれはどっちかというと超人スポーツクリエイションですが、もうちょっとスライドリフトに特定して、生み出された器具のもたらした、社会的価値みたいなところをお話しさせていただきたいと思います。

技術の力を使えば、これまで一種のバリアとして存在した障壁というものが個性に変わる可能性があります。そのとき訪れるのが、きっと、多様性みたいな話になるのだと思うのです。ちょっとこの言葉の使い方についてはいろいろと議論もありますし、僕自身もどう表現したらいいのかわからないなとは思っているのですが。一般的に皆様が使われている用語ですと、「多様性社会」みたいなものが実現する可能性を秘めているという話と、年をとる、それによる身体の衰えみたいなもありつつ、その身体だけを技術でカバーできるのであれば、年をとるということが、ニアリーイコール、もしかしたら経験を「獲得」していくもの、行為として捉えられるようになるのではないかなとか、これまで表現できなかった新たな身体による、新たな表現というものができるようになるのではないかなというのが、生み出された器具がもたらした社会的価値なのかなと思っています。

そこら辺を集めると、大体今回のお話しさせていただいたかった6点というのはこれです。超人スポーツを用いて、6つくらいの社会的価値というものが実現できる可能性があ

りますというお話をしたいのです。

1つが、誰もが持っている長所というものを互いに組み合わせた「共創社会」がつかれるかもしれない。そこでつくられたものというのが、どんどん展開していくことで、もしかしたら「新たな産業」そのものがつくれるのではないかという、一種のもくろみというか、考えで。みんなと一緒につくるということは、みんなと一緒に楽しめるものをつくるということなのです。進めていけば、「誰もが楽しめる日常」が、実際に提供できるかもしれない。技術の力を用いれば、これまで障害だと認識していたもの、一種のバリアみたいなものが、単なる個性、特徴になるのではないかなという考え。

例えば、その中には身体的なもの、加齢によって衰えると考えていたものというものすら、あるいはポジティブに捉えられる。経験を蓄積させる要素なのではないかなみたいな捉え方をできる可能性もありますし、拡張された身体は当然、「新たな表現」を生み出すというような考えを持っていますということを、本日お伝えさせていただいた次第でございます。

今回、できれば、皆様とのコミュニケーションが進められればと思っていて、僕の提供する要素はこんなものなので、もし何か御質問等ありましたら、お願いします。

余りないようでしたら、ちょっと僕の個人的な活動の話になってしまうのですが、もともと超人スポーツを始めようとしたきっかけが、僕、練馬区の大泉学園というところで生まれ育ちました。東映アニメーションの制作があって、ドラゴンボール、セーラームーン、ワンピースもそうですか。日曜日の朝にやっついそうなのもそうですし。要はそこで生まれているのです。東映アニメーションで生まれたという都合もあって、中学校から僕は私立に行ってしまうので離れたのですが、その時点まで、僕のコミュニケーション手段はアニメ、漫画だったのです。当然、僕の友達たちの親がそこで働いているわけですから、ちょっとマニアックな話なんかも出たりするのですね。

中学校に入って、幾つかの事件がきっかけになって、そういうものを見ている人たちというのが、一種犯罪者予備軍として扱われるような社会が一瞬来ていました。最近ようやく直ってきましたけど、これは事実として受け入れるべきだと思っていました。

そういう中で、僕がどうして超人スポーツをやったかという、これが、僕らの生活を豊かにする方法だと思っているのです。あの世界を否定する方のほとんどというのが、現実から離れすぎているとか、それをやって将来何になるのだという話なのですよね。ということは、あの世界を実現させる技術というのが、例えば僕らがつくれて、さらにそれが僕らの日常生活を豊かにする、つまりお金になるのだったら、多分否定する要素ないよねと思って、こういう活動を続けています。

皆さんにお伺いしたいのですが、アニメ、漫画好きという人どれくらいいるのですか。
(多くの聴衆が挙手)

うれしい話で、さっき高校生に向けて、「ジャンプをどれくらい読んでいる？」という話をしたのですよ。少なくとも僕は、中学校から大学ぐらいまでは絶対にジャンプを毎回読

んでいたもので、いや、それは読んでいるだろうなと思ったら、1割満たないくらいで。皆さんコミックス派になったか、NetflixかAmazonプライムで、特定作品を見るようになったからだと思う、思いたいところなのですけれど。どうやら離れているらしいみたいなのが少しありまして、伺わせていただいた次第です。

松本市が、エヴァンゲリオンの第2東京のモデルになっているのを御存知な方いますか？

(挙手する人あり)

すばらしい。そうなのでよね。知らなくて。何か松本市聞き覚えがあるなと調べたら、エヴァだ、と思って。

もしかしたらああいう絵を見て、このまちをこういうふうにつくっていきたい、みたいな具体的なビジョンを得る人が、多分いるはずなのですよ。

そういう意味でも、実はSF、アニメや漫画とかというのは、めちゃくちゃな効果があるのではないかなというのを思っています。個人的な話ではございますが、アニメ、漫画みたいな文化のところをもう少し活用すれば、僕らの日常生活が豊かになるのではないかなみたいなことも思っています。

あとは、それ関連とかでもいいので、もしお話し合いができたらと思って。何かないですか。ありがとうございます。

会場1：大変おもしろいお話をいただきまして、ありがとうございます。

1つお伺いしたいのですが、実際、こういう超人スポーツを実装されている自治体の例は、岩手以外にどこがございますか。

安藤：まず、御提案いただいたのが岩手県の達増知事からです。岩手県として行っております。

超人スポーツに関して言うと、各競技団体がそれぞれ独立で行ってしまっていて、地方自治体との連携は少しずつ進めてはいるのですが、まだ中長期計画に名前が出るほどには至っていないという現状があります。一方で、教育現場との連携が多いです。

会場1：なるほど。

今おっしゃいましたように、SFのアニメを見て、まちを思い出したり、そのまちの印象づくりができるというのもおもしろいです。実際、地方自治体の、いわゆる町おこし・村おこしというものに、こういうものも大いに使えるのではないかと考えておりました、その考えで動いておられるとは思いますが、そこからスピノフされた会社が、実装を受けて育っていかれるというのが非常にいい考えなのですけれども、具体的に、超人スポーツを自治体に落とし込むときの問題点は、どのようなことがございますか。

安藤：すばらしいです。特に岩手県との連携の中で、そこら辺は結構露骨に出てきて、今回ようやく中長期計画で固まったのも、幾つかの大きな問題が解消されたからだと思うのですが、そのうちの第1が人材ですね。新たな技術を用いて、身体を拡張するという話をしているのですが、この時点で、その話を理解する、もしくはしたいと思えるよう

な人材が、実は潜在的にすごく少ないです。それをご理解いただいて、一緒に盛り上げていきたいと思いますな形で場を用意するのですが、その新たな技術が、そもそも使える人がいないというシナリオがあります。

現地の高専生や、大学生、情報系を研修している方々みたいなのを巻き込まざるを得ないのですが、正直言うと、僕ももともと理系でも何でもないので。今 Arduino なんて便利なものがあって、機械工作なんか、正直 1 カ月も学習すれば十分なのに、皆さんやろうとしないのですね。その土壌をつくるのが一番大変でした。インターネットで検索すれば、コードが出てきて、それをコピーペーストすればモーターだって動かせるし、光だって自由に操作できるのに、それができないという、基本的なマインドセットがあるのですね。一種の食わず嫌いみたいな。それを解消するのが一番問題でした。

会場 1：あと、そのハードルとしては、やはり安全性というところが、非常に自治体としては、嫌がるかな、危惧するかなとは思っていますが、そこら辺はいかがでしたか。

安藤：それに関しても、僕ら結構手を回して、特に岩手県の場合は、その開発プロジェクトが半年から 1 年という、すごく長期的なプランになります。定期的に僕らが中に入って様子を見ていくことで、幾つかのリスクというものを切っていく。あくまでけがはしないように、という話をさせていただきながら、実際の技術面も、僕らはもうそれなりにわかるので、このモーターの負荷のかけ方は危険、爆発が起こるよとか話をして。できるだけ、けがリスクからは離れつつ、スポーツという特性上、多分けがは起こり得ると思っています。その境界線に関しては、僕らと、例えば自治体の皆様との協議の中で、どこら辺を落とすところにするという話をします。

例えばトランポリンとか、頸椎損傷が起こり得るものを受け入れるかどうかであったり。僕もラグビーをやっていたのですけれど、すり傷は絶えないわけですよ。それをけがのリスクとして捉えるかとか。卓球やったときの捻挫、これをけがのリスクとして捉えるかどうかみたいな話をしていくと、何となく、自治体がスポーツをどこまでスポーツとして認めているかというのが明らかになるので、そこで線引きをしました。

会場 1：最後の質問ですけれども、自治体と超人スポーツ協会の関係性は、何となくイメージして、こういうアクセスをしながら、良好な関係なりウィンウィンの関係になったほうが結びつけられると思うのですけれども、一方で、問題は、どのスポーツを選んで、かつ、どういう、その技術を持っている会社さんを選べるかというところがポイントかなと思うのですけれども、そういう目ききといいますか、企業を、技術を持っておられる産業さんを、見つける方法について、ちょっとコメントいただけませんかでしょうか。

安藤：技術を持っている産業を、企業さんを見つけるというのも手法の 1 つなのですが、正直、別に自分が身につければいいのではないかなと思っています。

先ほどもお話しさせていただきましたが、すごく簡単な話をしてしまうと、2 日もあれば機械工作はできるのです、何も知らない人でも。パソコンさえ持っていれば。ただ、その身につけ方を知らないだけなのです。マインドセット的に食わず嫌いになっているだ

けなので、正直、加速度とか、音、この周辺環境となるようなデータを全て処理して、光としてアウトプットするみたいなのところまでを、ビジュアルを無視すれば、1日で作れてしまうのです。

その意味で、技術を持っている産業を見つけるということが至上命令というよりは、むしろ本当にやるべきなのは、一緒にそのまちの文化をつくっていかうと決意をしていただける団体さんだと思います。

運営には当然コストがかかりますので、そのコスト部分を負担できる場所というのは探す必要があるかなと思っていて、僕らの場合は、もう足でした。ひたすら回るしかない。いろんな企業さんところへ行って、お話しして、この技術というものがこのまちに息づけば、あるいは、このまちから新たな産業が生まれ出されるかもしれない、その産業というのは、単純に金もうけできるだけじゃなくて、人々をすごく幸せにできるポテンシャルを持っている可能性があるのですよというのを、ひたすら歩いて見つけました。

会場1：どうもありがとうございました。

会場2：山口県の宇部市役所から来ました。私もアニメファンでございます。エヴァンゲリオンですけども、エヴァンゲリオンをつくられた庵野秀明さんが、実は宇部の出身でございます。今、宇部のほうで、エヴァンゲリオン展、海洋堂のフィギュア展やっていますので、そのつながりもあって、もし宇部市のほうにお越しいただきましたら。

今の車椅子の部分は、本当に垣根を外すという新しい考え方で、ダイバーシティに向かっていく中で、ビジネスチャンスもあるのではないかというふうに思っています。

フィギュアつながり、アニメつながりとかありますけれど、またいろいろ機会がありましたら、ぜひコラボさせていただけたらと思っています。よろしくお願いします。

安藤：ありがとうございます。山口県の、実はもう連携というのは少しずつ進めさせていただいておりまして、YCAMは、スポーツクリエイションのイベントを運動会協会さんとかといろいろされているかと思うのですが、実は運動会協会の中の人、超人スポーツ協会の中の人だったりして、結構連携は進めさせていただいています。

というのと、すごく個人的な話になるのですが、母方が山口の湯田温泉のあたりなのです。徳高とかあの辺なので、結構個人的に思い入れがあって、お話しさせていただいたら、高専があるじゃないですか。あそこの学生がめちゃくちゃいいのです。ポテンシャルの塊で、そういう連携の仕方みたいなのができると。

要は自治体と僕らが上に立って、どうこう言っても何も進まないのですよ。これは岩手するときもそうだったのですが、いかにその現地の人たちに参加してもらうか、みたいな話になるかと思うので、そこら辺は多分、あらゆる自治体で言えると思います。俗にいう「上の人たちがどんなに物事を言っても、回す人がいなければ回らない」ので、優先順位というものを少し変えていただいて、実際に、頭の人たちというのは、彼らをサポートする役割という図を描けると、多分地方の連携というのも、より円滑に進むのかなと思います。

これもちょっと個人的な話になってしまうのですが、来年2020年がありまして、その後、名古屋、大阪でも大規模なイベントが行われるということになっています。

個人的に、他国の動きも見つつの話になるのですが、そろそろここら辺で、少し何か流れを変えるようなことをしておかないと、次の流れにまた乗りおくれしてしまうのではないかと。すごく抽象的な表現ばかりで恐縮ですが、思っておりまして、僕、何とかこれをどうにかできないかなというのをひたすら考えていたりします。

もし、そういったところで、お話しさせていただける方がいらっしゃったら、また個別にでも御連絡とっていただければと思っておりますので。

超人スポーツ含め、僕はこの身体を拡張するというのが、次のラウンドのゲームになると思っているのです。AI とかが今のゲームだとしたらです。

これまで僕らがつくってきた環境、道路であったり、家であったり、インターネットというものであったり、その外部環境に対して、僕らの身体を最適化させるというのが次のゲームだと思っているので、もし何か、個人的でも結構ですので、御質問等ありましたら、お話しいただけますと幸いです。よろしく申し上げます。

「丸井グループのウェルネス経営～社員の「やりたい」を叶える健康経営～」

株式会社丸井グループ執行役員 健康推進部長 専属産業医 小島玲子氏

小島： 皆様、こんにちは。丸井グループの産業医をしております小島と申します。

丸井グループは創業 90 年の小売業の会社で、社員数は約 5,400 名、平均年齢 43 歳です。実は百貨店業界ではなく、細かく言うとチェーンストア業界になるのですが、丸井のお店というのが関東中心に関西九州に全国 25 店舗あります。

日本で最初にクレジットカードをつくった会社でもあります。こちらのほうが今、割と好調でして、現在 10 期連続増益、1 株当たりの利益はバブル期以来過去最高ということになっております。

そういうとすごく景気がよさそうなのですが、実は 10 年前に 2 度の赤字転落をしたことがあります。バブル時代は流行の物を置いておけば売れたという時代で、上から言われて、これを売れと言われた物を、社員は一兵卒として売っていけば稼げたという時代でした。それではもう会社として生き残っていけない、流行物を置いておけば売れる時代はもう終わったということで、会社全体が自ら考え自ら行動するという組織文化をここ 10 年でつくってきたという歴史があります。

そんな中で丸井グループのミッションは、「すべての人がしあわせを感じられるインクルーシブで豊かな社会を共に創る」ということです。

丸井グループでは、病気の人とかりリスクが高い人だけでなく、全員がインクルーシブに全員が今よりも輝くように生き生きとするということを目指した健康経営をやろうということをお考えの基本としております。先ほどのインクルージョンという言葉がキーワードにありましたが、インクルーシブな健康経営をやろうということをしています。この黄色い本は、ウェルネス経営を本にまとめたのです。

今よりもっと活力高く幸せになること、ということをお今、丸井グループでは「ウェルネス経営」と呼んでおります。ウェルネスというのは輝くように生き生きした状態ということをお指す言葉です。そういったことをお目指していますので、きょう 2 つ、その柱となる活動について御紹介したいと思います。

まず柱の 1 つ目なのですが、ウェルネス経営を推進するプロジェクトの中心となる社員をお手挙げ式で募集いたしました。メンバーは全社員をお対象に手挙げ方式公募制で、なぜ健康経営のプロジェクトに参加したいのですか、ということをお、作文をお提出してもらって、その中から 50 名選ぶということをおしました。

そうすると、いろんなたくさん社員からの思いが集まりまして、「プロジェクトスタッフの一員となることで、グループ全体の健康に関する意識向上や活力ある組織風土など、自分から発信をしていきたいと思って公募しました」とか、あとは大動脈解離といったような重病になった人が、「少しでも今、健康で生き生きできることの幸せをお実感してもらいたい。それを社員に伝えたいから応募しました」といったようなたくさんのお声が集まりまし

た。

その結果 50 名の枠に対して、初年度応募総数 260 名、倍率 5 倍を超える 1 番人気のプロジェクトになりました。

こういったプロジェクトで役職や立場を問わず、管理職以外の一般社員で新入社員から 50 代までが参加しまして、毎月 1 回就業時間中に朝 10 時から夜 6 時まで集まって、自分たちが目指したい健康経営とは何なのか、健康診断の結果が問題なければいいのか、そうではないならどういう状態を目指したいのか、社員が自分たちでビジョンを決めて話し合いました。

その一方で、もしそういった活動を部下の社員がしているのに、上司が「そんな健康のこととかしている暇があったら目の前の仕事の 1 個でも終わらせてよ」と言ってしまったら台なしなので、トップ層の理解というところが、あわせて非常に重要というふうに考えまして、組織への影響力が大きい役員部長以上というところを対象に、1 期 1 年間のプログラムを行なっています。部長以上の現在 85% が受けておりまして、これを受けた管理職は、完全に味方になってくれるというか、進める主体になってくれるという構造をつくっています。

そんな中でだんだん、事業所ごとのアクションが増えてきています。その中の幾つか、きょうの世界健康首都会議が食と運動をテーマにということですので、食と運動に関する部分を御紹介したいと思います。

例えば、本社オフィスには 18 階ありますが、全フロアに健康にいい低 GI 食品、低いグリセミック・インデックス、つまり血糖が急に上がらない食品の補食コーナーを自分たちで企画して、設置をしています。

あとは、お店や物流センターでは、社員食堂で、シフト制で生活時間がばらばらになりやすいという面がありますので、サラダバイキングを積極的に導入をしたり。あとはプロジェクトメンバーが、健康に関する情報発信をしたり。それからお店では、閉店時間が夜 9 時、家に帰ってから夕食食べるのが夜 11 時みたいになる社員がとても多いのですけれども、社内の自販機には今までは粒あんのあんパンとか蒸しパンとかお菓子とかばかりが並んでいたのですが、それをこんな感じでヨーグルトとかサラダチキンなどの健康なメニューに替えるということ、プロジェクトメンバー起点でやっております。

また運動の取り組みの特徴としては、1 つはプロジェクトメンバーの一般社員が前に立って各フロアで体操をやっていることです。産業医や保健師や上司が「さあやみましょう」と言っても、いまいち広がりには欠けたりするのですが、自分たちの仲間の社員が前に立ってやると、みんな前向きにやるようになることが多いです。

ラジオ体操はいろいろなバージョンがあるのを、皆さん御存知でしょうか。石垣島バージョンとかイタリア語バージョンとかスペイン語バージョンとかあるんですね。それを曜日ごとに変えて、みんなで楽しんでやっています。職場のランニングクラブができたりもしています。

あと、オフィスでヨガボールで仕事をして体幹を鍛えています。これも社員の発案なのですが、そういったことが進んでいます。

あとお店ですと、ショップ対抗の階段上りイベント。これも社員の企画でして、例えばこんな「メンズ統合ショップ健康経営ど真ん中行くぞ。ゼロ円ジムに参加します」というポスターも社員が自分たちで作っています。丸井の溝口のお店は、全ショップでウォーキングイベントをやったり。これは海老名のお店ですが、これもゼロ円ジム階段上りで、みんなの進捗がわかるようになっています。

最初はショップごとに、こうやってウォーキングのイベントをやっていたものを、第2弾からは、あえてお店の中の警備の方とか設備の担当の人とかと同じグループをつかって、全員分のチームの歩数の合計を競うということをしなすと、お店の中で全然しゃべる機会がなかった人と初めて話す機会になったという声も聞いており、職場のコミュニケーション向上にも役立てられています。

事業所によっては、階段のところに「人の腹見てわが腹直せ」という表示が貼ってあったり、あとは上司のお宝写真にブロックが貼ってあって、チームで3万歩達するごとに、それをめくっていけるというような仕掛けとか、いろいろ社員が工夫をしてきてくれます。

そのような中、受験率 98%の調査の中で「直近6カ月に職場で行われた健康の取り組みに参加しましたか」という質問を入れたところ、全社員の67%にあたる4,250名が職場の健康の取り組みに参加していると回答し、かなり職場の中で広がってきているなということがわかりました。

ここで、もう一つ分析してみようということで、健康の取り組みに参加している人と、参加していない人でストレス度がどう違うか、というところをストレスチェックの結果とあわせて分析をしてみました。

その結果が横のグラフなのですが、縦軸がストレス、上に行くほどストレスが低い、いい状態。下に行くほどストレス高い状態。横軸は何かと言いますと、ワークエンゲージメントといってポジティブに仕事にかかわっているかどうかという指標です。

健康の取り組みに参加している4,250名というのは、参加していない人に比べてストレス状態もよく、仕事にもポジティブにかかわっているということがわかりました。

したがって、健康と企業活動というのは全然別のものではなくて、生き生きと仕事ができているかどうかにもかかわっているということが示唆されました。

あくまで手挙げ式、強制参加は絶対させないということで、日本健康マスター検定の受験を社員に呼びかけたところ、有休で任意での受験にもかかわらず、初回620名が手を挙げました。その後も団体受験の呼びかけをしまして、ことしの7月時点で、全社員の4人に1人が健康マスターの資格を持っています。

丸井グループでは、労働協約が就業規則に当たる社内の最高法規です。これを2016年度に改定をしまして、「健康推進」という章を新たに設けて、会社の姿勢と社員の責務を示し

ました。「健康経営を推進することにより、従業員が活力に満ち、自らの能力を最大限に発揮できる環境づくりを行なう」と。

インクルーシブな健康経営、そして企業活動としての健康経営ですので、病気予防ということだけではなく、生き生き働いているというところをなんとか数値として、しっかり効果を見ていこうということで、プロジェクトの参加前と参加後で、ウェルネスサーベイというものをやりました。その結果、1番左、「主観的な健康観が高い」というのは、ある程度予想していたのですが、ほかの項目「働きがいを感じている」「職場の一体感を感じている」「自己効力感が高い」「職務遂行能力への自信」が上がっていました。こういうプロジェクト活動をすることで、生き生きと輝くようなウェルネスな社員をつくる、ということにも効果があるのではないかと、ということを我々考えております。

社外の機関の御協力をいただきまして、健康診断の中の問診による生活習慣の調査と、人事評価、業績のデータをかけ合わせて分析をしたところ、2014年度の間診で、睡眠で十分に休息がとれている群は、2015年度の業績評価が優位に高い。そして今回の世界健康首都会議のテーマでもあります「運動」。1回30分以上の汗をかくような運動を週2回以上、1年以上継続している群は、やはり翌年の業績評価が優位に高い。相関分析ですので因果関係はわかりませんが、統計学的に優位な相関があるということがわかりました。これは年齢や職務グレード、性別による偏りを補正して、正規分布が確認された4,160名の調査です。これを会社の統合報告書にも載せまして、だから企業戦略としてやっているのですよ、ということを発信しています。

健保組合が、リスクの高い人ががちり指導するという施策を行っていることもあり、メタボリックシンドローム率が現在約20%を切るぐらいになっておりまして、全国平均より低く推移しています。平均年齢は43歳ですが、保険料率も、全国平均9.2%に対して8.2%ということで、今のところ低く抑えられている状況です。

ということで、この世界健康首都会議の皆様からもお知恵をいただきながら、こういった活動をブームで終わらせず、社会の活力につなげる活動をしていければというふうに思っております。

きょうお話しした活動を、このウェルネスレポートというところにまとめております。よろしければお読みいただければ大変うれしく思います。

御清聴いただきましてありがとうございました。

パネルディスカッション

テーマ「食」と「運動」～健やかにみんなでつながる～」

パネリスト：千葉大学予防医学センター教授	近藤 克則氏
株式会社丸井グループ執行役員健康推進部長	
専属産業医	小島 玲子氏
株式会社ユカシカド代表取締役	美濃部 慎也氏
株式会社ルネサンス取締役専務執行役員	高崎 尚樹氏

統括コーディネーター：株式会社三菱総合研究所理事長 小宮山 宏氏

小宮山：ありがとうございます。世界健康首都会議、既に第9回になっておりまして、このパネルディスカッションも第9回ということになるわけですが、第1回目からの流れを振りかえってみますと、最初、恐る恐る「世界健康首都」というのを宣言して始まったわけですが、第1回目の参加者が約300名です。それが、去年は1,700名までふえてまいりまして、この間、「松本ヘルス・ラボ」といったような具体的な成果も出て、大変いい活動ができているのではないかというふうに、大変喜んでおります。

その間、松本はもちろん、日本、長野自体が長命でもありますし、非常に医療、健康には配慮したまちであることは間違いありませんが、その中で松本は、特に市長もお医者さんでいらっしゃるし、危機管理というようなことに関しては、今回の災害なども含めて非常に力を入れておられるし、非常に世界健康首都と言うにふさわしいまちだと思います。

ただ、自分たちだけでやっていると、よくわからないと。自分がわかるということは、周りがわかって、比較の上で自分がわかるわけですから、世界を知ろうということでスウェーデン、オランダ、アメリカですとか、世界各国から、欧米中心でしたけれども、来ていただいて、そちらの取り組みの勉強をさせていただくということは、ずっとやってきております。ことしは、ロシアに来ていただいて、さらに枠を広げる。来年あたりは、もしかするとアジアというような視点がそろそろ出てきてもいいのかもしれない。

その間に勉強をしたことも随分とございまして、一つは、健康はあくまで最後は個人の問題ですけれども、個人が健康になるためには、決して個人一人で健康になるのではないと。社会全体のつながりと、コミュニティというようなものが個人の健康を豊かにし、それでまた社会も健康になっていくのだというようなことがわかってまいりまして、そんなのを「ソーシャル・キャピタル」と大学では言っているのですか、そうした言葉も根づいてまいりました。

さて、これから、どうやってこうした健康という、みんなが興味を持っていることを、さらにいい活動につなげて、最終的には人の自己実現ということだと思いますけれども、

そうしたものにつなげていけるかどうか。これ、案外、ビジネスというのが重要なのです。

今まで、さまざまな人間の活動を見てみても、共産主義をやっているのではないのです。自由主義経済で動いております。やはりビジネスでもって動いていくということが、社会が動いていくことの、恐らく必須な条件なのだと思います。そういうあたりが非常によくわかってきて、今後はどうやって、いわば健康産業、ビジネスの大きな塊と言うのですか、それが産業と呼んでいいのだと思いますが、健康産業といったものにどうやってつなげていくのかというような、大きな話までやりたいというふうに、私は思っております。

そうした観点から、きょうのパネリストは最適の方がおいでいただいて、近藤先生は先ほど御紹介いただいたように、こうした社会健康の意味ではナンバーワンのお一人でいらっしゃいますし、小島さんは丸井です。丸井の会社で、丸井は非常に熱心に社員の健康に長く取り組んでおられる。これは、社員が健康であれば、よく働いてくれますから、これは丸井のビジネスにとって非常に有効な手段だという、これは間違いないわけ。健康保険も減りますし。それは、そうなのだけれど、むしろ、もっと大きく、そうした企業でないと今後は生き残っていけないのではないかというのが、多分、社員を労働力としてだけ見るような会社というのは、多分、立ち行かない時代にもう既に入ってきているのです。そうした意味で小島さんがおいでになって。

美濃部さんは、後からお話しになると思いますがけれども、スタートアップです。新しいビジネスを健康でもってつくっていかうとされている方なわけです。

それから、高崎さんはルネサンスという健康ビジネスとして、今のところ成功されている会社を、ここまで引っ張ってこられたという方で、学を中心の方から、今申し上げたような多様なビジネスの方、お三方においでいただいているということになります。

今回の基調講演で、鈴木スポーツ庁長官も、スポーツというものが人を引っ張る力があるのだということをおっしゃったけれども、同時に彼が言っているのも、やはりビジネス。経済効果がある。社会的な効果と経済的効果があるのだという言い方。ワールドカップのラグビーなんか見ていると、よくわかりますよね。

ロシアの方も理論から実践ということをおっしゃっている。カナダからおいでになったブリティッシュコロンビアのブラウノフさんは、孤立ということをおっしゃっています。これは、孤立をどうやって防ぐのかということをおっしゃったわけですがけれども、きょうは、これはもう我々がここで勉強してきたソーシャル・キャピタル、コミュニティ、健康といったようなものを、まさに実践していかうとされているわけで、大体大きな流れが見えつつあるというのが、ここまでの経過だと思います。

それで、今回は栄養と食と運動ということにいたしました。これは、具体的ということです。どうやって具体化していくかということ。みんなで健やかに、みんなにつながるといのは、健康は一人のものだけれども、やはり社会のものであって、一緒にコミュニティ全体として伸びていくものだという、そういう思想で、食と運動、健やかにみんなにつながるといパネルをやるうということになったわけでございます。

以上、前ぶりといたしまして、これから、まず、4人のパネリストの方に自己紹介を兼ねて、お話をいただきたいと思います。では、近藤先生から。

近藤：皆さん、こんにちは。では、トップバッターとして、抄録集の99ページから入っている資料を使いまして、私どもが松本市と一緒に取り組んできた松本市の健康度を切り口に、『「食」と「運動」～健やかにみんなでつながる』まちづくりについて話題提供をさせていただきます。

まず松本市が、ほかの全国の約40の市町村と比べて、どの辺が強みで、どの辺が課題なのか見えてきたことを御紹介します。次に、見えてきた課題を解決していく手がかりを、データから引き出します。運動・食・社会参加の順に、「このあたりが大事そうですね」ということを御紹介しようと思います。

使ったデータは、日本老年学的評価研究（JAGES, ジェイジス）という私どもが取り組んでいる研究プロジェクトで、2016年には全国の約20万人の高齢者の方にお答えをいただいたビッグデータです。

北は北海道から南は九州まで39市町村、長野県下では唯一松本市に御参加いただきました。全国のほかの町と比べて、松本市のどういう側面が強みで、課題なのかを調べさせていただきました。

まず、松本市の特徴、強みのほうです。前期高齢者（65～74歳）と後期高齢者（75歳以上）に分けて、「学習・教養系サークルに、月に1回以上参加しています」と答えた方が、先ほどの39市町村の中で、どの町が一番多かったのかみてみました。松本市の位置を、水色の棒で表すと、前期高齢者で上から6番目、後期高齢者では、全国で1番、学習・教養サークルに参加している方が多いまちでした。伺ったところ、長野県は、公民館活動の発祥の地だそうです。そういう歴史とか文化がこういうところにあることを拝見して、大変興味深く思いました。

その一方で、何が課題かを見てもみますと、右の青いほうが参加率等が高かったまちで、左の赤い方が最も低かったまち、赤い線が平均値で、黒い四角の点が松本市の位置です。先ほど紹介したように、学習・教養系のサークルは青い良いほうに入っていて、後期高齢者では全国でトップなので、右端です。それに対して、これはちょっと課題だな、平均を下回っているなというものもありました。それは、前期高齢者のスポーツの会と趣味の会への参加割合。全国の中で、すごく悪いわけではないのですが、平均を少し下回っていることがわかってきたわけです。

そのほかの健康指標を見てもみますと、ほとんど黄色いところ、つまり大体全国の平均的なところで、一部、いいものもあれば、悪いものもありました。赤い色にかかっていて、やや課題だぞというものが2つありました。1つが、物忘れが多いと答える方が多いのです。こういう方を追跡すると、実はその後、認知症になる方が多いとわかっています。松本市は、少しですけれども、ぼけやすいまちかもしれないことが見えてきたわけです。

もう1つは、うつ病の割合。気持ちが少し沈んでしまっている方が、3つのうつ指標のうち

の1つでやや多目のまちでした。つまり物忘れとうつが課題だと、相対的な比較によって浮かび上がってまいりました。

ではどうしたらいいのか。実は先ほど、前期高齢者で全国の平均以下にとどまっていたスポーツの会に参加する人をふやすことにありそうだということが、全国の市町村データから見えてきています。前期高齢者、後期高齢者、どちらを見ても、スポーツの会に月1回以上参加している人が多いまち、図の右側にあるまちほど、幸せだと感じている高齢者が多い。他の健康指標でも同じ傾向がありますし、健康に無関心だという方も多くは幸せにはなりたいたと思っています。そういう意味では、多くの方の望みをかなえるために、スポーツの会参加者をふやす取り組みは、一つの手がかりになりそうです。

では、それをどうやって進めたらいいか。その手がかりを引き出すために、松本市の中でも比べてみました。これが、スポーツの会参加者が多い地域です。前期高齢者では、松原とか里山辺では、前期高齢者でスポーツの会に参加している方が4割を超えていました。そして、それらの地域では、物忘れが多い方が少ないことがわかりました。先ほど、全国に比べると松本市は、ちょっと物忘れが多目でした。もし松本市の全ての地域がこの図の右側に、つまりスポーツの会への参加割合がふえる方向にいけば、物忘れを持つ人が減るのではないかと。そんな期待ができそうだと見えてきます。

後期高齢者でも同じような傾向が見えます。岡田とか、寿台では、後期高齢者の何と64%の方が月に1回スポーツの会に参加している。きっと、そこには手がかりがあるだろうと、見えてきたわけです。

そこで、市の職員の方たちに集まっていたいで、今挙げた4つの地区を中心に、これらの地域で、スポーツの会に参加している方が多いのか、みんなで仮説を出し合いました。その中で出てきたのが、このスライドに示す4つでした。まず、スポーツをできる施設が多い。次に、スポーツリーダーをやってくださるボランティアの方が多い。あとは、運動系のサークルが多い。最後は、スポーツ大会が多い地区じゃないかというものでした。果たして、これらの仮説は本当だろうか、データで裏づけてみました。

これは、松本市内ではなく、全国の92市区町村で比べたものです。横軸が人が住める地域面積の中で公園の占める面積が広い自治体ほど右側になります。そういう自治体ほど、上段のスポーツの会参加割合が前期高齢者でも後期高齢者でも右肩上がりです。つまり公園が広いまちほどスポーツに参加している人が多いという関連がありました。さらに、下段の図では、そういう市区町村ほど、運動機能が低下している人が少ないという関係が出てまいりました。松本市内から引き出した仮説、公園や運動施設が充実したところほど、スポーツに参加している人が多いかもしれない、だからスポーツをやる人をふやすのには、それらが有利な環境になっているという仮説が支持されたわけです。

次に、運動系サークルが多いのではないかとという仮説があがりましたので、市の職員の方たちに、担当地域でサークルが幾つあるか、年に何回活動しているかを調べていただきました。大変な御苦労だったと思います。すると、運動系サークルの開催回数が多い地域

ほど、やはりスポーツの会に参加している頻度が多い人が多い地域であることがわかりました。

もう一つ、今度はスポーツ大会の開催数を横軸に取りました。スポーツのグループの数ではなく、イベントの数です。それも大事だとわかりました。イベントが一番多いところは、何と年間 50 以上の大会がある。毎週のように何かやっている地域があるのです。そういう地域では、運動機能低下者が少ないことが確認できました。

このように仮説が裏づけられてきたので、これらの取り組みを強化することで、特に松本市内でまだスポーツの会に参加している方が少ない地域で強化することで、底上げが図れるのではないかと。そんな手がかりが得られたわけです。

ここまで、運動の話でした。今度は、食についてわかってきたことを 2 つだけ御紹介します。この図の左が男性、右が女性です。食事を誰かと共に食べている人（共食）と、一人で食べている人（孤食）で、新しくうつ傾向を発症確率が違うのではないかと調べてみました。すると、同居者がいる方と、ひとり暮らしの方で分けて比べても、色のついた、一人で食べている孤食の人たちでうつ傾向の発症割合が多い。同じ食事でも、一人で食べるのに比べ、誰かと共に食べる方が、うつ予防につながるらしいということが裏づけられてきました。同じような関連がうつだけではなく、何と、死亡率でも見られて驚きました。

もう一つ、食に関わることで、ごく最近、発表したものです。「近くに食料品店、野菜・果物などを売っている店がどれくらいありますか」とお尋ねして、「たくさんある」から「まったくない」まで 4 段階で答えていただき比べてみました。すると、お店が近くにまったくないと答えた方たちほど、認知症になりやすいという結果が出てきておどろきました。先ほど、松本市は物忘れが多めで認知症になりやすい傾向があるかもしれないと、ご照会しましたが、認知症になりにくいまちづくりをするには、実は食料品店をどこに配置するかという、まさにまちづくりが大事らしいと見えてきました。これについても、認知症発症だけでなく、死亡率でも、同じような関連が同じように出て、大変驚きました。

最後に、つながりの大切さについてです。社会参加がとても大事だとわかってきました。運動グループに月 1 回以上参加している人では、認知症のリスクが 28% も抑えられる。今まではそんな個人レベルの要因を主に調べてきたのです。加えて、その人が暮らしている地域が、スポーツの会に参加している人が多い地域か、少ない地域かで、違うかもしれないと分析してみました。すると、スポーツの会に参加する割合には、松本市内でも前期高齢者で 10% から 40%、後期高齢者で 15 ~ 60% くらいまで 4 倍の差があります。それが 10% 多い地区では、本人がスポーツの会に参加していなくても、他の人がスポーツの会に参加している地域に暮らしているだけで、認知症になる確率が 8% 低い。そんな結果が出てきて大変驚きました。

なぜなのだろうと、いろいろ考えてみました。スポーツで活躍している人たちを見て「元気をもらった」という人がよくいますよね。「元気をもらった」十大ニュースを調べた調査によりますと、そのうち 5 つがスポーツでの活躍をみて元気をもらったと答えていました。

周りの人がスポーツをやっている地区ほど、認知症のリスクであるうつの人も少ないという結果も出ていますので、それらの結果、認知症になる人も少なくなる。そんなことがありえるかもしれないと徐々にわかってきました。

以上、運動・食・つながり、それらによる健康なまちづくりについてお話ししてきました。運動には、公園や運動施設、スポーツイベントが多いかとか、食事は、誰かと共にするかとか、周りの人が運動している地域に暮らしているかとか、いずれも環境が健康には大事なのだということが裏づけられてきています。このような話を、角川新書「長生きできる町」にまとめてありますので「ほんまかいな」と思った方は、ぜひ手にとっていただけたらと思います。

松本市には、さらに健康なまちづくりを目指して進んでいただきたい。今年、追跡調査を松本市でさせていただきます。この3年間の取り組みで、社会参加する人がどれくらいふえたのか、いずれ御報告に上がりたいと思っています。調査への御協力をお願いして、私の発言を終わります。どうもありがとうございました。

小宮山：大変貴重なデータとおられて、それを見せていただき、大変ありがとうございました。ちなみに、松本市は都市の競争力の順位で、全部で幾つあるのかな、1,700 ぐらい自治体あると思いますけれども、10 位に入っておられるという、大変すごいなと思って感心しているのですが、今のデータでもいい点がたくさん出ておりましたわけです。

では、小島さん、お願いします。

小島：皆様、こんにちは。丸井グループという会社で専属産業医をしております小島と申します。私は企業の産業医を約 20 年近く複数の会社でやっているのですが、そこその規模の会社だと健康経営という言葉が世に生まれる前から、何十年も前から健康の取り組みはやってはいるのです。

しかし、産業医とか保健師さんとかが健康づくり教室みたいなことを主催するのだけれど、来るのは働く世代の人たちですと健康オタクみたいな人ばかりだったりとか、別にそれもいいのですが、本当に来ていただきたい人には来てもらえなかったりとか、やらされ感で、ただ病気になりますよと脅すだけだと、行動は変わらないということ、すごく自分の仕事の中で感じてきました。そんな中で、いろいろ試行錯誤をしてきましたということ、1 時から 1 時半の、この前の講演でお話をしたのですけれども、その要旨を少しお話ししたいと思います。

先ほどのお話の要旨は、社員の手挙げ式で、うまく社員でやりたい人たちで中心になって広げましょうということで、産業医は仕掛け役ということで全社プロジェクトをつくってきましたと。それと並行して、上司がそれにサポートティブでなければ、やっぱり潰れてしまうということで、上司のプログラムを並行で行いました、という活動をやってきました。

1 期 1 年間で全部メンバー入れかえまして、また公募をして、そして現在 3 期目ということで、あえてメンバーを入れかえて、伝道者をふやしていくということをやってきました。

ります。

3期のプロジェクトは、社会に取り組みを広げるべく7つの分科会をつくっています。

例えばイベント班。中野区で丸井グループが起点となって地域のつながりをつくるということで、ランニングイベントとか、ヨガイベントをやったり、産官学チームというのができていまして、同じ地域にキリンビールのキリン様の本社がありまして、そこに出かけて行って、一緒に何かやりませんかと言ってセミナーを開催したりとか。

あとは、楽しく体操とか運動イベントに参加できるようにどうしたらいいか、ということ社員が考えるというチームができております。

社員の発案なのですが、最初はオリジナルの丸井グループ体操というのをつくろうと思ったのです。もっと大規模な企業は、会社の中にトレーナーとか専属トレーナーみたいな人がいて、体操をつくったりということをやっている会社はたくさんあるのですが、誰か専門家が言ってやらせるのではなくて、社員が自分たちでやったほうがいいと当社では考えています。

ですので、最初は社員が体操をつくろうと思ったのですが、やっぱり素人なので、自分たちで体操はつくれませんでした。そこで、誰もが知っているラジオ体操を、もっと楽しくやれる方法はないだろうかということ、プロジェクトメンバーが考えまして、自分たちで動画をつくったのです。

ちょうど東京都で「みんなでラジオ体操プロジェクト」というのをやっていて、ラジオ体操動画をどうも募集しているらしい、ということ社員が探してきて、そこに応募しました。そして、プロジェクトメンバーの社員が撮影、動画を制作しました。一般社員約120名登場。専務ほか役員も参加しています。出向会社、関連会社も複数登場。そして、ナレーション。伸びをしてみたいなのがあるのですが、それも全部社員がやっています。ラップ歌詞作成も一般社員が担当。最後に社長が登場しています。

この動画は、東京都のコンクールで入賞兼特別賞を受賞し(1社のみ)、プロジェクトメンバーが東京都庁で小池百合子都知事から直接表彰状を受け取りました。

それでは、動画、よろしくをお願いします。

(ラジオ体操の動画が流れる)

小島：ありがとうございました。

会社全体で楽しみながらやっている雰囲気、伝われば幸いです。

小宮山：これが一番いいことだね。昔、やったのだけど、結構忘れてるね。ありがとうございました。

それでは続きまして、スタートアップの美濃部さん。

美濃部：こんにちは。ちょうどラジオ体操で目が覚めたところだと思うので、しっかりとというより箸休め程度に聞いていただければと思います。僕もラジオ体操、多分23年ぶりぐらいだったのですが、僕、覚えていました。

当社、どんな会社か簡単に説明させていただくと、栄養改善に特化したスタートアップ

です。今7年目の会社で、社員でいうとまだ24名ぐらいです。

簡単にサービスの内容とか、僕らがどんな課題に対してサービス提供しているかを御説明させていただきます。

この数字、わかる方いらっしゃいますか。実は左の20億人というのが、世界で微量栄養素と呼ばれるビタミン、ミネラルが不足している人です。それに対して、国内でも栄養改善が必要な人が5,000万人ぐらいいる、というような状況です。

ビジネスの観点でいうとやはり課題があるところには大きなビジネスチャンスがあって、日本国内5,000万人のうちの1,000万人が、ポジティブに栄養改善をしてくれる人で、例えば健康食品や、サプリメントを常用している人が1,000万人ぐらいいるというような状況です。

皆さん御存じのとおり、今日本でいうと超高齢化社会になっていると。これももうもちろん御存じだと思うのですが、健康寿命延伸ということに対して大きな課題があると。これらの問題というのはいろんなところですごく難しいように語られているんですけど、僕はそうじゃないと、すごく簡単だろうと思っています。

アプローチは3つなのでですけど、1つはヘルスステージで分けています。いかに健康を維持するか。要は、病気になる前にちゃんと維持しましょうよと。もう1つが、病気を早期発見しましょうと。3つ目は病気治しましょうと。いたってシンプルで、これをちゃんと1個1個やればいいじゃないかということですね。

我々は、健康をいかに維持するかということに対して、栄養というのはすごい影響があるので、ここでサービスを提供しているという状況です。

そこでいかに健康状態を維持するかに必要なのが、運動・栄養・休養という健康の三原則です。運動と休養に関しては、昨今ウェアラブル端末などで定量評価できるようになりました。

栄養に関しては昔から大きく分けて2つありました。

1つは食事調査ですね。もう1つは血液検査。これが主流でした。ですけども、食事調査というのは大きな課題があって、今でこそ余りやっていないですけど、「24時間思い出し法」というもので、きのう具体的に何食べましたかと全部ヒアリングしていったメモしていく感じです。

そのときに、例えば御飯何グラム食べたか、なんて覚えている人はほとんどいなくて、それを最近の技術でいうと、写真で撮ってそれを画像解析してというのがあるんですが、それやっても正直難しくて。理由としては季節とか調理法、煮たり焼いたりとかで栄養というのは5倍ぐらい変化があると。かつ、それをとった人も、体質で、人によって消化吸収代謝とか、みんな違うという問題がありました。

血液検査に関して言うと、栄養の欠乏症と呼ばれる疾病、病気に対しての発見はできる状況なのですが、健常者における栄養の過不足というものはわからなかったと。なので、食事調査や血液検査では、栄養の過不足というのは、わからなかったというのが、

約2年前までです。

そういう課題に対して、12年ぐらい研究した結果、サービスをローンチ(市場投入)しまして、それが「ビタノート」という我々のサービスです。これは尿から栄養の過不足を評価できるというものです。

具体的には、尿中の解析をするのですが、その結果で、例えばママに重要な栄養の葉酸が、具体的に何マイクログラム不足しているかというところまでわかります。

検査できる、評価できる項目が、大体15種類ですね。酸化ストレスのようなバイオマーカーもみえています。

サービスは簡単で、朝一のおしっこを採ってもらって郵送してもらえれば、検査結果が約10日前後でパソコンとかスマートフォンで閲覧することができる。

我々は栄養を、ちゃんと定量評価するだけではなくて、改善するまでが重要なので、その結果に基づいてオプションですけれども、必要な人にサプリメントや食品を提供するというサービスまでやっております。

私が考えている世界観でいうと、この生活を支えるためのインフラは、電気とかガスとか水道が当たり前にあるように、僕らがやっていかないといけないなと思っているのは、この栄養をインフラ化することで、それは我々でいうと「パーソナライズドニュートリション」という概念で説明していきまして、簡単に言うと、意識せずにあらゆる場所で栄養改善が簡単にできている、という世界観ですね。

実際、我々の栄養のデータというものが、世界的にも我々しか保有していない観点で、サービスのローンチ2年で、今上場企業だけで約200社の提携の話をいただいています。

ちょうど今回、たまたまなのでですけど、10月1日からルネサンスさんとも一緒にいろいろやらせてもらっていて、会員になるタイミングで我々の検査をして、タンパク質がどれくらい足りていないかを検査して、その後、運動と栄養でコラボレーションするみたいなこともやらせてもらっています。

僕らとしては理想を現実にして、栄養というものを供用していきたいなと思っております。よろしくお願ひします。

小宮山：いや、随分進んでいて、おしっこだけで大丈夫。

美濃部：はい。

小宮山：血液との対応なんか、ついているわけ。

美濃部：はい。

小宮山：そうですか。素晴らしいですね。ありがとうございました。

では高崎さん、お願いします。

高崎：ルネサンスの高崎です。よろしくお願ひします。スクリーンから離れているので、近くで画像などについて話します。

昨日、松本に来ました。年に何回かこちらに来ますが、安曇野の風景が見えるとほっとする、いい所ですね。ただ今年は、長野で乗りかえたときに洪水の被害が見えました。被

災された方にはお見舞いを申し上げます。

さて、松本駅についたら、世界健康首都会議の横断幕が迎えてくれました。いいですね、第1回のときはもっと小さかったのですよ。階段をおりたら牛の模型も迎えてくれて、朝は私の大好きな女鳥羽川沿いの「喫茶まるも」でコーヒーを飲んで参りました。

世界健康首都会議には第1回から私は関係しており、9回目にして「健康づくりをスポーツで」という願いが叶いました。昨日は、スポーツ庁の鈴木長官にお越し頂き、講演後は四柱神社に参拝し、山雅のカフェでコーヒーを飲んで頂き「スポーツで健康づくりしましょう」と語ってもらいました。

次の写真は私の自宅の廊下です。第1回のときのパンフレットを額に入れて飾って毎朝「松本に負けないように今日も頑張ろう！」と拜んでおります。先ほども、小宮山先生から、「調子がいいうちに、もっと頑張れ！」と激励までされています。

世界健康首都会議も第9回になると、パワーアップがすごいですね。台湾の高雄市からもお客様をお迎えしていて、私も嬉しかったです。

次の写真、これもすごかったですね。どこかの会社が、右側のブースで栄養素を計り、左側のブースでギョーザを食べさせています。出展者同士のコラボレーションが今回の展示でできていました。マッスルギョーザと書いていますね。

第一興商さんも出ておられました。塩原さんという松本市の職員の方がスゴく頑張って第一興商さんと一緒に“スポーツボイス”という取組みをしておられます。これは、本当にすごくいい結果を松本でもたらしたのです。男性の健康づくりは各地でなかなかうまくいかないのに、松本では素晴らしいモデルができています。私は厚労省の委員として全国を取組みを拝見していますが、とても嬉しい松本市の快挙です。私が勤務するルネサンスも出展させて頂きましたが、ブースが消えて小宮山先生に叱られないよう頑張ります。ということで、今日はルネサンス取組み・ビジネス・松本市についてお話し致します。

ルネサンスはスポーツクラブを経営する会社です。松本のライフサイトで長年お世話になっており、今後とも宜しく願いいたします。ルネサンス松本は、5,000人ほどの松本市民の方に御愛用いただいております。ルネサンスは国内外各地でスポーツクラブを経営していますが、前回のリデオジャネイロオリンピックでは、水泳で池江選手も送りだしました。体調を崩し皆さまに御心配かけておりますが順調に進んでおりますので、回復したらまた元気に泳いでくれると思います。

ルネサンスは、グローバルで9番目の規模の会社です。20年前、60歳以上の会員は全体の3%しかおられませんでした。今は30%以上も在籍され高齢者の皆さまにも御愛顧頂いております。

さて、体を動かす言葉として、スポーツ、フィットネス、身体活動、運動、体育などのいろいろな言葉があります。「運動は“クスリ”だ」という有名な研究があり、こういう事について近藤先生からよく教えてもらっています。私達はスポーツクラブの経営だけでなく、広く健康づくり全般について取り組んでいこうと考え、健康経営から開始しました。

現在の取引先は、1,300社、対象者は4,000万人くらいです。丸井様にもお世話になっております。ANA様やローソン様では専用の体操を作らせて頂いております。経団連会館では、健康経営会議というイベントを毎年実施しています。

次に介護予防ですね。全国の400自治体くらいやっています。年間1,200教室で地域の介護予防を支援する事業です。健康づくりのインストラクターを養成する仕事もしています。主に高齢者向けのリハビリ特化型サービスは介護保険を使った事業で、施設を30カ所経営しています。その中でも、昨年開業した施設は新たな取り組みで良かったです。脳卒中の方の片麻痺のリハビリを専門にする施設です。50代の人が多く来られていて、早く職場復帰したいとリハビリに励んでおられます。横浜市では、子ども対象のリハビリと放課後サービスも始めました。

いわゆる認知症予防については、250社500カ所の事業所等に、「シナプソロジー」という、デュアルタスクの軽度認知機能低下予防プログラムを導入しています。アルツハイマー型認知機能低下を中心に予防するもので、2014年の経産省モデル事業に採択されました。

海外は、ベトナムに2カ所クラブを運営しています。他には今回お越しいただいている台湾や中国の天津等で認知症予防の運動をお教えしています。

滋賀県の米原市では「子供の健康づくりプログラム」に取組み、NTTドコモ様と弊社で手伝っております。子どもの運動指導については、最初は運動が苦手な私の娘を実験材料にして、山梨大学の中村教授と10年以上苦労して、やっと厚労省から表彰してもらいました。

政府の活動では、経済産業所・厚労省・スポーツ庁などで委員として参画し、必要に応じて事業でお手伝いしています。

自治体関連の事業では、福島県でスポーツリゾートを第三セクターで運営しています。また沖縄の北中城村というところでスポーツクラブを作ったのですが、村(そん)には、土地はあるけれど建設資金ないというこいとでした。そこで私達がスポーツクラブを作るから土地を村からお借りして、一緒に村民体育館を建てました。出来あがった体育館を村にお貸しし、運営を私達が手伝っています。こういう方法であれば、各地でたくさんできそうです。大阪の堺市は総工費75億円で市民体育館を建て、私達が運営することになっています。

各地で様々な健康関連の仕事をしており、事業経営を深く学ぶ必要性に迫られ、私も大学院に行き直しました。いわゆるMBA的なマーケティングやマネジメント等を私達は勉強しています。しかし、ヘルスケア事業には、他の企業経営とは異なるいくつかの特色があり、そこをうまく考えて取り組まないといけません。

次のシートからは、日本の経済全体の様子を説明します。人口が減り、医療費の総額が増え、国際競争力が落ちるといった厳しい現実がわかります。しかし、日本には、世界に誇れる整った医療保険制度があります。

私達は、政策をつくる委員会に入れていただいております。これは法律や制度であるデジュリ・スタンダードを作るものです。同時に私達は、健康づくりの現場にも携わってい

ますので、時々上手くいっていない点や、不思議なこと、もったいない事などが見えてきます。そういう時には、企業経営のマネジメントやマーケティングの手法を使ったり、時にはネットワーク理論などという考え方をういたりもします。最近では「コレクティブインパクト」という官民連携のあり方などについても勉強しています。

先ほどお話ししたヘルスケアビジネスの特色について、少しお話しします。皆さんも御存じの通り、ヘルスケアビジネスや健康関連事業には「Who pay?」という問いがあります。それは、誰がそのコストを払うのかという問題です。現時点での私達の考え方では、Safety Net は政府や自治体等が担当するのだろうけれど、原則として自分の健康維持・増進の費用は自分自身で支払うという考え方をしています。事業戦略を考える場合、意外にも Supply side の意見が多いのですが、私達は Demand side = 需要側に特に着目します。

次の1つは、「人間は、動物である」ということを忘れないこと。今日も美濃部さんが、尿から健康状態を測るというお話をされました。決してスマホで全部わかるということはありません。人間=動物の尿から健康を測るという原則は、とても大事な事です。

事業経営の考え方を、少し勉強してみると、スポーツクラブは開業時でもたくさん会員が集まるようになりました。小宮山先生にも先ほどお話ししていたのですが、私が担当する事業の一つは、開始時から10年ほどで売り上げが30倍になっています。

次のシートは、福岡市の健診受信者の人数が4倍になった例です。その次は、ある会社で対象者の5%しか健康づくりに参加しなかった例です。案内の内容を表記方法を変え、その申し込み用紙の渡し方と申し込みの方法を変えたら、参加者人数は14倍になりました。こういうケースの場合、よく考えさせれば、参加率というものは向上するものなのです。

今までお話ししてきたような取組みをされていて、各地での健康づくりの「自立自走」ということを考えています。これは、住民の方々が高齢になっても自分自身の足で立って、何歳になっても自分で歩けるという介護的な意味もあり、また自治体も企業も個人も、自立自走して自分達の費用で自分の健康づくりをするという意味でもあります。国や自治体の医療制度や補助金などに頼らないということです。その一例は熊本県合志市での取組みです。合志市と熊本大学、UNYSYSと私達で、市民のための健康づくり拠点を創り、具体的な健康づくりや、蓄積される健康関連データの利活用に取り組んでいきます。

また、鳥取県の伯耆町は人口1万人の小さな町の例です。過去に16億円かけて町民用の温泉施設等をつくってしまいました。あまり活用されておらず、毎日決まった方々が70人ほど温泉に入りに来ているだけで、関連施設もほとんど利用されていませんでした。当然大赤字の経営状況ですので、コスト管理を厳しくしたところ、施設運営の指定管理者が逃げて行ってしまいました。御縁があって、私達にお声がけ頂き、およそ一年間に渡り町の方々と議論を重ねました。方向性を決めたところで、政府の補助金を町で頂き、施設の内装を少し変えて小さなトレーニングジムとフィットネススタジオを作ってもらいました。そこで、町民の方に向けて「自分の健康づくりのためには、町民の皆さま自身で月に5,000円払ってください！」という会費制スポーツクラブを作ったのです。この施設を運営して

いるのは地元で雇用した方々です。開業してみると、町民を中心として 500 人の人が入会していただきました。町民が健康になり、雇用創出し、施設経営は初年度から黒字。まさに、三方良しである素晴らしい施設に生まれ変わったのです。

こういう仕組みを全国に展開したいと考え、他の地域の皆さんにお披露目をしたら、多くの方が視察に来られて、民間企業も含めると 30 ほどの案件が検討されています。現時点で、既に 10 か所ほどが開業されておられます。先ほど紹介した人口 1 万人の伯耆町でも、既に 2 か所目を開業しました。次の施設は仕事してもらおうと、高齢者のための就業支援の仕組みも組み込み、お金を稼いだあとは、私達健康づくりや第一興商さんのカラオケやカフェで楽しんでもらっています。

さて、松本市ですが、世界健康首都会議の案内の 1 回目が左側、9 回目が右側です。この間に何が変わったかという、先ほど小宮山先生が言われました通り、街の魅力度ランキングが高くなりました。すごくいいことですね。そして、松本ヘルス・ラボ。ここまでできた松本市を見ていて、関係者の一人として、とても嬉しいと思います。

では、もう一つ。ヘルスケア・健康関連産業は松本市で育ったのかという点。これは、まだ課題があるのかもしれないですね。また第 1 回目のときに、私は壇上から「健康産業を育てるまちは、市民がまず健康になるということが第一です」と話しました。昨夜、ホテルの部屋で松本市の最近の健康関連データを拝見しました。この点も松本市は、まだまだやることがあるなと感じています。

大切なことは、今の松本市がまだまだ道半ばだと考え、未来の松本市、どういう社会、どういう街にしたいのか？という事を市民の皆様と私達と一緒に考えることができればと思います。以上です。ありがとうございました。

小宮山：さて、私、今の話をずっと伺ってしまして、大分、話がまとまってきていますよね。最初の近藤先生の話から、その後、具体的にいろんなことをやられている。ただ、一つ、最初の質問は予定の質問を変えましたので、皆さんの話を伺って。

というのは、高崎さんのほうの最後の話なんかは、非常にもうかっているというわけですよ。ビジネスとしてもね。美濃部さんも、そのつもりでおやりになっているし、工場もできる。

だけど、先ほど、400 自治体がやっているとか、福岡市で 2,500 人だったのが 9,000 人になったとか。5 倍にふえたというけれども、福岡市というのは 120 万人ぐらいになってきているのですよ。そうすると、1%もいっていないわけだよ。

要は、何が言いたいかと言うと、スポーツ、いい。もう大概の人は、もうわかっているのだよ。だけど、例えば、私の妻なんかは、スポーツはもう絶対嫌いな。私は好きだからあれなのだけれど。だから、スポーツをやれと言われただけで、心がめいるというわけよ。そういう人は多分やらないと思うのだよね。食だって、大体、バランスいい食、はかってみないと。さっきあなたが言ったように、人によって吸収とか何か、いろいろ違うから個別にやる必要があるのだ、多分、それはそのとおりだけれども、みんな、気をつけて

いる人は結構気をつけていると思うのですよ。

だから、それを、今までも、よく言われるのは、健診に来る人はいいのだと。健康オタクだから。オタクかどうか知らないけれど、好きだから。残りのマジョリティーの、来ない人たちが問題なのだというふうに、僕らは思っている。

だから、ビジネスの、そういうことで、どう考えているのかを聞きたいね。特に小島さんのところは、これは、みんながやっているのですかね、社員。コアの人。では、最初に伺いましょうか。

小島さんの話は、最初にやりたい人たちのコアメンバーみたいな人が、あれをどうやってつくったの。それで、その人たちが核になって、会社に広げて行って、今は外にまで、日立から何とかまでやっちゃおうというわけでしょ。それは、すばらしいのだけれども、そこは最初の人たち、どうやってつくって、それがどうやって広がって行って、丸井は全て、もう、要するに 90%の人がやっているのか。社長がラジオ体操をやるから 100%なのか。そこら辺をまず言っていただいて、やりたくない人をどうするのという話を、お三方に、ちょっと御意見を伺ってみたいと思うのですけれども。

小島：御質問ありがとうございます。まさに、関心がない人にどう広げていくかというのが、もう仕事が忙しくて、もう健康どころじゃないよという人たちがいっぱいの中ので、どう広げていくかということが課題です。

企業の中で重要なのは3つだと思っています。1つは、福利厚生じゃなくて企業活動と位置付けること。それに参加していると重要なことをやっているというふうに、社員に思ってもらえる構造にすることが重要です。そして、IR デーという投資家との対話の日にも、そのプロジェクトメンバーに出ていってもらって、話して、社長も聞いてもらうなど活躍してもらいます。

小宮山：それは、誰が、小島さんがやらせているわけ。それとも、社長命令なの。

小島：仕掛け人は私ですが、企業の公認プロジェクトという位置づけです。なので、何かこう、健康づくりと言うと、急に、高齢者向けみたいに思っている人もいるのですけれども、そうじゃなく、新規中期経営計画の公認プロジェクトとして、そこで活躍して、そのことが結果的に上司からも、君、頑張っているねというふうに評価されるってというような構造を、まずつくるっていうこと。

2つめは、知らないうちに健康になる仕掛けです。ステルスケアなどと呼ばれることもあります。さっきの1時からの講演で少しお話ししましたが、会社のフロアの全フロアの休憩所で買える自販機の食べ物を、全部健康にいいものに変えちゃって、ちょっとお腹がすいて、おやつを買いたいときも、知らないうちに大豆の製品を食べているというような仕掛けです。

1つは企業活動の一つに位置づけること。福利厚生というよりは、企業活動であるというふうにする。

2つめは、楽しい、カッコいいと思わせること。さっきのラジオ体操、楽しそうだった

と思うのですが、楽しい、かっこいい活動にすること。

そして、もう1つは、知らないうちに健康になるという、その3つかなと企業の中では思っております。

小宮山：それで、今は、ほぼ全員がやっているわけ。

小島：今は、全社員 6,300 人中 4,700 人が、ことし6月の調査では何らかの健康の活動をやっています。

小宮山：75%。

小島：そうですね。

小宮山：あとの25%というのは、どういう人なの。

小島：よく2・6・2なんていう賛否両論ありますが、ほっといても健康のことをやる2割の人。それから、何を言ってもかなり手強い2割の人、その中間の人といえるのですけれども、まず最初の目標は、その2・6の人。

小宮山：2・6・2。

小島：はい、2・6のところを。

小宮山：そこも大体成功したわけね。

小島：はい、そうです。

小宮山：それで、最後の2はどうするわけ。ほっとくわけ。

小島：あとの2割の人も、もう、うちの会社にいたら、これ、企業戦略なのだと思って巻き込まれていく、というようなことを考えております。

小宮山：おもしろいですね。近藤先生、何か、そこら辺。

近藤：私は研究者なので、すぐ形にする企業などより、長い目とか、大きな目で見て考えるのが役割かなと思っています。その視点から言うと、まちのつくりが変わると、歩く人が増えることがわかっています。一つは人口密度が高い、いわゆるコンパクトシティになると歩く人がふえる。

小宮山：ああ、そうか。

近藤：夏休みに海外旅行で、あるまちに行ったら、そのまちには、車が1台も走っていない。観光旅行だったせいもありますが、普段の1.5倍、歩きました。だって、車が使えない。そこには、自転車もない。

小宮山：どこですか、それ。

近藤：ベネチアです。

小宮山：ベネチアですか。

近藤：水の都で、半円形の橋が一杯かかっている、だから車も自転車も通れない島です。救急車もないそうです。そうすると、観光客だけではなくて、住民もみんな歩くしかない。そんな環境だと、歩行量がめっちゃめっちゃ増えるわけですね。

そりゃあ海外の特別な例で、日本を水路のまちにできないだろうと思われたと思うのですが、実は、国内にも、人口密度が高くないのに高齢者が歩いているまちを、全国の40の市

町村を比べるなかで発見しました。何で高齢者がそんなに歩いているのかと訪ねてみました。ある新聞記者に話したら、面白がって、彼も取材に行って記事にしてくれました。その町は、実は徳川家康のお母さんが生まれた町です。つまり、江戸時代より前の車がない時代の、だから車が通れない細い歩行者中心の曲がりくねった道がいっぱい残っているんです。

小宮山：豊橋。

近藤：それは愛知県東浦町です。車で移動するよりも、歩いて移動したほうが便利なんだそうです。それで、高齢者たちがシルバーカーを押しながら、歩いている姿をよく見かける。

小宮山：それは参考になりますね。

近藤：そういうまちのつくり方によって、実は、歩く人が増えるまちづくりは可能なのだということです。

それから、もう1つ。先ほどの自動販売機の例、とてもいい例だなと思ったのですけれども。食に関わるもう1つの例をあげます。信州みそは有名です。減塩みそ、しょうゆはおいしくない、とよく言われるのですが、実験した報告を見つけました。目隠ししたまま食べさせて、どっちが減塩でしょうか、普通でしょうかと尋ねたところ、実は半分の人がわからなかったそうです。なので、みそ、しょうゆに入れる塩の量を、もし3%減らすことを、日本中の食料品メーカーがやってくれたら、健康無関心な人も知らず知らずに減塩になっている。そんな社会づくり。

小宮山：イギリスが、それ、強制的にやったのでしょうか。たしか。

近藤：成功した例として有名になりました。

小宮山：そうですね。

近藤：日本も、そういうことをもっと積極的にやってみたらどうでしょう。

小宮山：積極的にね。

近藤：それこそ、松本市も率先してやって、美濃部さんのところのおしっこの検査をして、市民の塩分摂取量が減ったかどうかを検証したりすると。

小宮山：それはおもしろいな。

近藤：とてもおもしろいのではないかなと思いました。

小宮山：そうですね。なるほど、おもしろい話ですね。だから、まちづくりを、そういう意識的につくったというよりも、歴史的にそういうまちになっているところが、という、今のお話なわけね。

近藤：そういうところにヒントを得て。

小宮山：ヒントを得てね。

近藤：松本市も成功していると思います。駅前あたりも、車がビュンビュン通れない細い路地がけっこう残っています。そこを、観光客も、生活している人も、歩いたほうが早いとなれば、意識せずに歩く。そんなまちを、意図的というか、積極的にデザインしてい

く。それが、これからのまちづくりの一つの方法ではないかなと考えています。

小宮山：ありがとうございます。美濃部さん、いかがですか。今の点は。

美濃部：ビジネス的観点で言うと、余りマジョリティーを追いかけないというのが若干あって、一つは、栄養のリテラシーがさほど高くない人は、まず、僕らは初めはターゲットにしていない前提があります。

小宮山：していないね。

美濃部：ただ、とは言え、先ほどの 5,000 万人に栄養改善が国内で必要っていううちの、4,000 万人が、まさに栄養に対して、余り興味のない人なのです。その動かし方として我々がやっているのが、簡単に言うと、ポイントがタイミングキャッチのようところがちょっとあるのと、動機づけと、あと、強制力みたいなどころがあるなと思っています。

そのために、一番初めに必要なのは集客なのです。いかに、関係なくても集めてくることが必要で。

僕らの栄養検査をする前段でやっているのが、実は日本で一番おかしやおやつを僕らは売っているのです。実際にインターネットで。それは一見、健康に関係ないのですよ。その人たちは、話を聞いていると、習慣的に週3ぐらいでラーメンを食べている、という人なのです。やはりそういう嗜好品を好むというのがわかっていて、そこでまず、お客さんをつまめると。そのナーチャリングという観点があるのですけれども、そこから引き上げるのが、やはりタイミングがあって、正直、そのタイミングというものは、僕らも余りわかってない部分が多い。ただ、一つわかっているのが、不妊治療をしている人が、例えば、子供ができたタイミングとかというのは、すごい栄養に対して急に敏感になっていったりとか。あと、高齢の方で言うと、孫ができたタイミングとか、ちゃんと元気に生きたいみたいなのがキーワードとしてあって、そういうときに、僕らとしては動機づけというのが、結構うまくいっている例が、今、ギフト事業なのです。

小宮山：何事業。

美濃部：ギフトです。

小宮山：ギフトね。

美濃部：秋に、おじいちゃん、おばあちゃんにプレゼントをあげる日は何でしたっけ。

小宮山：敬老の日。

美濃部：敬老の日だ。済みません。敬老の日とかは、昔で言うと、ハムを送ったりとか、何か、そういうものの、延長線上であったのが、最近、「こと」重視に変わっていて、我々のほうでも、かなりうまくいっているのが、ギフトとして、僕らの検査をプレゼントする、というのが。

小宮山：なるほど。

美濃部：孫からのプレゼントとなると、今まで全然興味がなかった、自分では受けなかった人が、孫から、「やってよ、おじいちゃん」とか、「おばあちゃん、お願い」と言われるとやるのですよ。逆もあって、おじいちゃん、おばあちゃんから、「俺はいいと。孫だけは、

元気でいてくれ」というのに、プレゼントを。

小宮山：君、孫なんかいないだろうに、よくわかるね。孫は多分、効くよ。それは。

美濃部：そうですね。そういう、ある意味、半ば強制的にというか、おじいちゃん、お願いという、この孫のひと押しというのが、結構、強制力としてあるのかなと思います。

小宮山：大変、おもしろい視点です。高崎さん、いかがですか。

高崎：「とにかくスポーツは素晴らしいものだ！」という思い込みは、我々スポーツ関係者の強みであり、同時に弱みでもあります。これはマーケティングではイノベーション曲線と言う考え方です。多くの場合、イノベーターというのは2.5%しかいません。いわゆる「スポーツは素晴らしいと言うスポーツオタク、健康オタクの人々です。その人たちに付いていく人が13.5%いて、合計16%ぐらいで実施率が止まります。成長というのはこういう変遷をたどるのです。最初にこれに飛びついてくる人は理念や想いだけで共鳴・行動する人です。その次は、何らかの利害で動く方々ですから、スポーツや健康づくりをしないと死んでしまうとか、具体的に取り組まないと給料が減るとか、損するとか、そういう利害を考えて動く人達です。

小宮山：なるほど。

高崎：最後は力学関係です。これをやらないと部長に叱られるとか...。私達は、こういう手法を使って事業を進めています。先ほどMBA的マネジメントやマーケティングが大切だと話しましたが、実は、最後に効くのは人をどうやって動かすのか？という知識や知恵です。MBAのテキストだけでなく、三国志や鬼平犯科帳なども読まなくてははいけません。おそらく、人をどう動かすかという点においては東洋思想が効くのだと思います。だからこそ、「人間は、動物である」というところから外れてはいけないのです。ちゃんと作戦を考えて仕掛けていけば、健診受診率などは100%で当たり前だろうと考えています。

「ビジネス」と聞くと、多くの方は「金儲け」だと思ってしまいますが、実は違いますよね。自治体の事業もビジネスですから、うまく人を動かすというのは、今、はやりのナッジ理論とか行動変容だけでは効きません。ぜひ三国志を読んでもらいたいです。

小宮山：今の、もう本当におもしろいですね。

小島さんがおっしゃった2・6・2。今、高崎さんののは、20%じゃなくて16%だったみたいだけれども、やっぱり、トップ層みたいな、ほっといても好きな人たちがいて、そのあとにマジョリティーの人がいて、非常に動きにくい人たちがいると。

それを、今、どう動かすかという話を、近藤先生の話は、まちづくりという観点からやっていただいたし、小島さんの話は、まず、カッコいいという形にするわけね。そこ、どういうふうにするのだろうかというのは、ここは各論でしょうけれど、カッコいいという動きにして、コアメンバーみたいなのができてきて、それが企業活動になって、それがステルス。ステルスはどういう意味でおっしゃったの。見えない戦闘機ということですよ。

小島：そうです。見えない、知らないうちに健康行動をとっているような仕組みのことを指しています。

小宮山：なるほど。気づかずにやらせてしまう。

小島：そうです。

小宮山：という仕組みをステルスとおっしゃったのですね。

それで、美濃部さんのものも同じだね。まず、ビジネスだから、いいところを狙うのだけれども、集客しているうちに6割の人がその気になるというわけね。6割の人の中から、その気になる人が出てくるから、まず集めるのだというわけですね。

高崎さんののは、最後のところに、最後の力学関係というのは何ですか。最初は、16%までの人たちはオタクでわーっと行くわけでしょう。それで、その後、そこら辺でビジネスとしても黒字になるという話ですよ。その後、もっと大きな黒字にまで行くのだけれど、最後の力学関係は何ですか。

高崎：小島先生が言われていたことは、先ほどお話ししたことに似ています。健保組合や産業医、生命保険会社から「健康診断を受けてください」と言っても、動くのは、ある程度の人しか動きません。しかし一例をあげれば、ビジネスの指示命令系統に沿って、本部長 部長 課長と案内を渡し、そのルートで申し込みをしてもらえば、先ほどの参加者14倍等となるのです。言うこと聞かないと痛い目に遭うぞという力学関係です。

小宮山：なるほど。ありがとうございました。本当に、いい議論をしていただいたと思います。

それでは、その次は美濃部さんが、パーソナライズドニュートリションとおっしゃった、あれもう少し説明してくれませんか。そんなに個人によって違うのですか。食べた物がどうなるかと。それは、先ほど近藤先生のデータなんかも相関係数はそんなに大きくないですよ。確かにこれ見るとこうなっているけれども、いろんな相関がね。

例えば糖尿病の人が認知症になる割合というのが、糖尿病と認知症の相関が一番高いというのですよ。久山のコホート。久山のコホートは絶対信用できるのだよ。あれは世界でも最も優れたコホートなのだけれど、せいぜい1.6倍なのですよ。ということは、10倍じゃないわけですよ。ましてや、そういう意味では、ほかの因子がすごく関係している話なわけですよ。そういうときに個人個人によって違うのだというのは、非常に魅力のある話なわけで、そこをもう少し説明してくれませんか。

美濃部：そうですね。今回例を持ってきていないのですけれども、僕ら検査するときに、今どういう目標で栄養検査をしているかだったり、自覚症状とかいろんなデータを一緒にとっているのですね。一例で言うと、すごく似ている栄養状態になる人という方がいて、それは夫婦なのですよ。例えば旦那さんは仕事に行っていて、食べている物が一見違うはずじゃないですか。お昼とか全然違う物を食べていて、外食・会食が多いとかあるのですけれど、やはり似てくるといえるのは、結構その夫婦間で同じような趣味・嗜好になっていたりして。例えば野村監督と奥さん、すごく顔似ていたじゃないですか。何かああいう感じに、栄養でもなるのだなというような。ちょっと傾向としてあると。

あとそれ以外で、「なるべくしてなっている人」もいて。例えば美容に対する質問をとっ

ているのですけれど、肌がきれいになりたい人とか、爪がきれいになりたい、髪の毛がきれいになりたい人みたいなのを聞いていると、これはコインの裏返して、肌がきれいになりたい人というのは、今現状、多分肌に課題がある人の可能性が高いですよ。その栄養の状態を見ると、なるべくしてなっているようなのです。

ビオチンという栄養の数字が思った以上に少ない傾向があったりとかというのはあるので、やはり食習慣というのはその人によっていろいろ個別で違うっていうのはわかっているという感じですね。答えになっていましたか。

小宮山：なるほど。どうもありがとうございます。今の点、要するに1人1人の問題だということと、統計データ、統計でいろいろ議論しているという話との間を、どんなふうに考えたらいいのですかね。近藤先生、どういうふうに考えたらいいの。

近藤：先生がおっしゃった相関は必ずしも因果ではない。あと相関の強さといってもたかが知れているじゃないかという話。それは一面の真実です。一方で、これが個人レベルの話なら、影響は小さいと言っていいと思うのですが、集団レベルの話になると小さくはない。

例えば人口12万人の松本市で、市内で運動している人の割合が10%の地域から40%の地域まで30%ポイントの差があります。1地域に1万人いたとすると、30%なら運動している人の数が3,000人違うのです。そういうポピュレーション（人口集団）全体を見たときの10%ポイントは、小さくはありません。数千人を動かすような環境要因の違いが、松本市内の地域間にも実はある。それが今までは何だかよくわからなかった、あるいは、そんなことを考えていなかった。そこから、たぶんこれが関係していそうだと見え始めたところです。他の町では、それらを積極的に活用して、実際に参加する人が10%増えたと確認できています。1,000人規模でスポーツの会などに参加する人が多いと要介護認定を受ける人が1~2百人位は少ないとわかってきました。介護保険のサービスを使っている人は、1人が年間に平均約200万円介護給付費を使っていますから、松本市全体で、例えば1,000人介護サービス使う人が減れば、それで年間20億円ぐらいになる。そうやって集団で見ると、10%といっても20億円だったら小さくないと思います。

小宮山：お金からいうとそういうことは言えますよね。透析なんかもまさに日本全体で2兆円だから、松本市でどれぐらいになるのか知らないけれども、大変ですよ。

今の個人のということと、全体のというようなところで、何かございますか。小島さんなんか産業医として何か。なければいいですよ、ないで。

小島：全体、大きな人数を動かすに当たってということですかね。

小宮山：それで、個人がどれくらい、例えば8割の人が今参加してラジオ体操をやり、いいものを食べているわけでしょ。それでその人たちは、一言でいうと健康になっているのですか。

小島：その辺も、実は選べるようにしてしまして、健康の取り組みに参加していますか、という中にはいくつか種類があって、入り口はどこでもいいと思っています。キーストー

ンハビットと言って、運動の習慣ができた人は、朝ちゃんとランニングするために前の日残業しないで帰るとか、前の日飲み過ぎると調子が悪くて走れないから、ちょっとお酒飲む頻度を減らすとか、連鎖してくるので、入り口はどれでもいいと思っています。

必ず運動しなさいとか、必ずいいものを食べなさいということはやっていなくて、いろんなメニューを実は選べるようにしています。社内のウォーキングイベントとかランニングイベントみたいなものから入る人もいるし。さっきの食のプロジェクトチームというのがいるのですけれど、そういったところで自分たちが健康の情報を発信するために食から入る人もいるし。さっきお話しした睡眠のところから入る人もいるし。あと紹介しませんでした、マインドフルネス瞑想のグループみたいなところも広がってしまっています。今会議の前に、丸井グループは会議の前に瞑想をするのですね、会議に集中できるようにとか。なので、結構いろんな切り口から入って行って、そうするとだんだん自己イメージが変わってくるので、広げるというような、余りお仕着せではなく選べるということも大事かなと思いました。

小宮山：高崎さんいかがですか。

高崎：先ほど松本市の特別会計の医療費を見ておりました。230億円ありますので、これを生活習慣病に使っている3分の1くらい減らしたらいいなと考えていました。

こういう政策をつくっていく場合には統計学が有効となります。しかし、統計学で出てきた数値やグラフを、「広報まつもと」でそのまま市民に出すと、これは他人事でしかありません。キーワードは「自分ごと化」です。これをやらないと自分は動けないということです。そのためにはビッグデータも使うのですが、自分ごと化する場合には、時にはスマートフォンデータの使い方も変えたほうがいいなと思いました。

小宮山：ルネサンスの方ではいかがなのですか。いろいろスポーツは薬だといって、やらせているわけですね。それでその結果、よくなっているのですか。

高崎：例えば近頃はやりのナッジ理論。これはポピュレーションアプローチという全体に知らしめる手法の一つです。直接的に個人を誘うことと混同してはいけません。広報チラシ、案内文書、ダイレクトメールなどを、役割を考えて切り分ける必要があります。私達は安くない月会費を会員様から頂いていますので、健康アプリも作っており、ダイレクトマーケティングの手法として、アプリで個人を呼び出したりしています。このアプリを松本市に無料で使ってもらってもいいと考えています。一種にポスターやチラシを作って、なかなか動かない市民を、健康づくりのために動いてもらうことが大切だと思います。

小宮山：僕、今、皆さんのお話を伺っていてね、一つ思い出すのがありまして、今青森県が一番平均寿命が短い。寿命が85歳ぐらいじゃなかったかな。それで長野が1番か2番ですよね、長寿では87歳ぐらい。

それで僕、弘前が最短命県を脱するといったら、非常にいい試みをやっておられるのですが。そのときに私申し上げたことがあって、87で死んだって85で死んだって、いいじゃないかと。たかだか2年長生きするというところに、そんなにかと思って。

それで実は、彼らも非常にデータを見始めたら、要するに、10万人のうちの何人が何歳で死ぬかというのをずっとやっていくのですね。そうすると、ゼロ歳児の死亡率も日本で一番高いし、5歳から10歳、10歳から15歳、それでまた30歳から35歳とか、そういう働き盛りの、そういう若い人たちがたくさん死んでいるのよ。その結果が85という平均値になっているだけでね。やはり87歳と85歳というところは、乳幼児の死亡率も低いし、ということで。なるほど平均寿命というのも重要なのだなと、実は思ったことがあります。ただ、高崎さんおっしゃったけれど、やはり統計というのは他人ごとで、個人ごとにしなないと物事動かないでしょうね。ありがとうございました。

もう一つ、伺いたいのは、これから松本、何をやったらいいのか。さっき、近藤先生から、自然と歩けるようなまちづくり。駅前がいいという話もありましたけれども、もっと進めていくというのものもあるのだろうけれど、それを、最後の質問にしたいのだけれど、松本に対する提案ね。

その前に、私、実は、おととい福岡にいたのですが、そこの福岡では、久山という有名コホートがございますよね。世界に誇る久山のコホート。そこが元気予報というのを出しているのですね。今、あなたはそのままやると、後5年ぐらいでもって糖尿病になりますよ、みたいな話なのですが、そういうことをやっている。いろんな都市が、弘前もそうですし、私が知っている限りでも、二、三十の市が健康に対する取り組みをやっているのですよ。

それで、僕は、それぞれが、私が偉いのだとやっても、大きなものにならない。我々、できれば、世界に誇れるようなアジア人、あるいは日本人、まず日本人の健康産業、健康システムというものをつくって、それを世界と連携をしながら広めていきたいと思えますよね。そういうときに、どうやって連携したらいいのだろうなと思っているのですよ。弘前だって、一生懸命やっているわけだし。高崎さん、何か知恵はありませんか。

高崎：ここだけの話にしてください。

小宮山：ここだけの話でいいですよ。どうせ広がりますけれども。

高崎：各省や多くの自治体、大学や研究機関など、手伝っているのですが、いろんなところで多くの施策をやりすぎだと思います。

小宮山：そうね。

高崎：スポーツを例にとると、週に3回スポーツをする国というのは、フィンランドとオーストラリアで世界最高レベルです。オーストラリアでは西オーストラリア大学に優秀な先生がおられ、今WHOで活躍されています。オーストラリアでは、国の医療費が異常に増え始めると、「スポーツを推進しよう!!」という政策が出てきます。各州の予算を一旦国家政策にまとめているようです。多くの政策が乱立するのではなく、良いものを選び、政策としてまとめたほうが良いように思います。松本市から発信したいものですね。

小宮山：だけど、日本は、そういうことをやるには大きすぎるのでは。フィンランドなんて、たかだか600万人ぐらいだからね。その程度のことのできるのだよ。

高崎：皆さん、富士通のテレビコマーシャルを見られたことがありますか。フィンランドでは、個人カード1枚で、国内のどこでも自分の健康状態がわかり、適切な医療を受けることができるのです。どこに行っても自分の薬が出てくるという仕組みです。富士通がフィンランドでできていることは、日本でもできるはずですが、おそらく技術的問題ではなく、政策とかの問題なのでしょうね。

小宮山：ありがとうございます。ここら辺に対して、どなただろう、近藤さんかな。

近藤：先ほど、高崎さんのスライドの中に出てきたコレクティブインパクトという考え方、あるいは取り組みが注目されています。今までは、産業界は産業界、行政は行政、研究者は研究者の世界と、それぞれのセクターにはそれぞれ得意なことがあって、それを突き詰めていた。それで解決する問題は、だいぶ解決した。残っている社会課題は、1つのセクターだけでは解決できない。異なるセクターがそれぞれの得意技を持ち寄って、手を結んだときに、初めて動かせるような厄介な問題が残っているのだ。そういう話です。

例えば、先ほど、小宮山先生が言われた、データだってそうです。研究者はデータがあれば、これもできるあれもできると欲しがっている。しかし、そのデータを保守管理することを考えると、相当額の研究費をいただかない限り、データの管理自体が、もう大変なんですよ。

小宮山：そうだね。続けないとならないよね。

近藤：ところが、そのデータを、個人を識別できる形で、ずっと積年で管理しているセクターが、実はすでにいるのです。それが、保険者です。行政は、実は、貴重なデータを保守管理されているのです。しかし、個人情報保護のために、研究者は、データにアクセスできなかつたりする。個人情報もしっかりと保護しながら、活用するルールづくりが、ようやく少しずつ始まったところですよ。環境を整備して、個人情報が守られた上で、使うのだったらいいのではないかと。そういう社会が合意できる環境を作る。その上で行政が持つビッグデータを、研究者が分析をし、そこから出てきたビジネスの種でお金が回るようにして持続可能になる、あるいは普及していくことが実現する日が近づいていると思います。縦割りにもいい面と悪い面があると思いますが、まだ、産学官連携は、理念として語られ始めた段階です。松本市は、このシンポジウムのようにその先頭を走っていると思います。ヘルス・ラボのような形でのチャレンジも始まっている。それが、もう一回り、二回り、大きくなって、実際に良い循環が始まるまで、ぜひ、松本市には突き進んでいただきたいと期待しています。

小宮山：ありがとうございます。小島さんは、企業モデルというのですかね、あちこちに広げようというのでは、やり始めておられるわけなのですが、連携ということはお考えになっているの。ほかで、あなたのようなところをやっておられるのが、松本から広がっているものがあるとか、そういうことがあるとか、そういうことがあるのかどうかは知らないのだけれど。そこら辺、どうなのだろう。企業を経由して、何か一緒にやるみたいなこともあるかもしれませんよね。

小島：さっき、小宮山先生が言われたように、健康寿命が低いところは、実はどの年代も低いのだというお話と関係するかなと思ったのですけれども、企業の働く人たちが健康になるということは、やはり日本社会の健康に非常に大事だと思います。

今、丸井グループは中野区役所と連携を始めています。あとは、さっき少しお話ししましたが、同じ地域のキリンの本社とか、日立さんとか、いろいろ協議を始めています。少し心配しているのは、今、経済産業省と東京証券取引所が、健康経営銘柄という、健康の取り組みを頑張ったら認定しますよということをやっている。それは追い風で、素晴らしいのですが、要件が今すごく細かくなりつつあって、みんな、それを国がこう言ったからこうやるという、ちょっと企業の主体性がない状況になっている面もあると思います。本来は社員を幸せにして、社会を幸せにするために、自分たちの強みを活かしてどうするかという自立性が、国が細かく法律をつくって、それを守るみたいな順番になりつつある面があるのではないかと思います。

なので、どんどん先進事例で成功事例をつくって行って、国が言うのを待たずに、どんどん突き進んでいくことが、本当に日本を発展させるために重要だと思います。ルール・ベーストではなく、プリンシプル・ベーストで進めることが重要じゃないかと思います。

小宮山：なるほど。私も賛成ですね。美濃部さんは、何かございますか。

美濃部：僕は松本で一つだけ、これをやれたらいいなと思っているのが、ヘルスバレーという構想を掲げられているまちだからこそなのだけれど。よくシリコンバレーにも行っていたのですけれども、そこは、エコシステムができあがっていて、一つはVC機能ですよ。お金をちゃんとベンチャー・キャピタルでスタートアップに投資する。かつ、大学が近くにあって、シリコンバレーというスタンフォードですね。そこにVCが集まってきて。アクセラ施設、日本で言うと今、渋谷とか京都に Plug and Play というのがあるのですけれども、そういうアクセラ施設とインキュベーション施設ですね。不動産会社、東急不動産とか、いろいろなところが、そういう施設を今構えて、日本で言うと、ビットバレーという観点で、渋谷ではそういうのができあがってきています。ヘルスケアをそういうふう盛り上げるのであれば、多分、その3つの要素は持ってこないといけないと思って、勝手ですけれども、そのアクセラのやっている Plug and Play にも声をかけました。

今、アフリカでVCをやっているのが、もともと長野県出身の方がVCをやっていて、その人にも、どう、やらない、と。きのう、八十二銀行さんにお金を出してくださいと、VCへ行きましょうと。ファンドつくろうと。アフリカ・松本ファンドでいきましょうという話をしていたりとか。そのインキュベーションの施設に関して、何か不動産会社、結構いろいろお話があるので、いきましょうと。松本にスタートアップのヘルスケアを集めたらおもしろいですよ、みたいな話はしています。

とって、僕だけで終わるのではなくて、それこそ巻き込みで、ぜひ、きょう、いらっしゃる横の方も、そのファンドにお金を出していただいたりとかしながら、本当にヘルスケアを本気でやるのだったら、スタートアップが絶対に来るのですよね。ただ、本社機

能は、やっぱり東京とかに置くのはあるのですけれども、そういうラボとか、工場は、今後、まだまだふえていく余地があるので、そういうふうに産業をちゃんと生んでいくことで、何か、そういうことに貢献ができるといいなとは、勝手には思っています。

小宮山：非常にいいお話をいただきましたね。ルネサンスだって、もともと10年ぐらい前は、スタートアップだったわけですね。もうちょっと前。

高崎：もうちょっと前。

小宮山：もうちょっと前か。スタートアップだったわけで。やはり、きょう、ずっと言っている、ビジネスが動かないといけないのだと。新しい産業をつくるのだ。そのためには、スタートアップが続々と、雨後のタケノコのごとく出てこないといけないのですよね。

そういう中から、ちょっとよくなるもの、潰れるものもたくさんあるのだけれど、かなりよくなるもの、いよいよ最後はGoogleとかいうものが出てきて、新しい産業ができるということですからね。ぜひ、頑張ってもらいたいというふうに思います。大きく、どうやって大きくするのかという議論ができたと思います。

それでは、最後に、松本、この後、ここまで来たわけで、第10回に向けて、また、その先に向けて、何をやったらいいか。なるべく具体的な話のほうがありがたいのだけれども。では、どなたから。近藤先生からお願いできますか。

近藤：松本市とは、この間、共同研究をやらせていただいて、先ほど見ていただいたような松本市の高齢者の方の健康状態とか、どんな行動をしているのかなどを調べさせていただきました。

松本市内にも、予想以上の4倍もの差があったんです、というところから手がかりを引き出し、だったら、こんなことができないでしょうか、そんな話が実際に動き出しています。ことし12月から1月にかけて、追跡調査をさせていただきます。そのデータを分析させていただいて、この間に、どの地域で特に伸びたのか、どこは残念ながらまだ動いていないのか、伸びたところはどういうことをやったのだろうか、そんなことを評価する。そこからまた新たな手がかりを引き出す。プラン(Plan)を立てて、Do、行った後、ぜひ、Checkをしてやり方を見直す(Act)、いわゆるPDCAサイクルを回す、そんな取り組みを、一緒に進めさせていただきたいなと願っております。

小宮山：ありがとうございます。小島さん、いかがですか。

小島：私は、松本市には、ステルスケアのようなことをやってほしいです。イギリスのある町では、真っ白な小麦ではなく、ふすま小麦のパンをどのパン屋でも売ると。そのまちでサンドイッチを買うと、必然的にふすま小麦の栄養価が高く、低GI、グリセミック・インデックス、血糖の上がりにくい食事ができるというような町が実際にあります。松本市には、ぜひそういったことをやって、最初はお金がかかっても、結果、医療費が少なくなり、輝く人が多いまちということを、ぜひ先例としてつくっていただきたいです。

小宮山：ステルスケアね。ありがとうございます。美濃部さん、いかがですか。

美濃部：多分、僕たちがしっかり実績を残すことでスタートアップが後についてくるとい

う可能性が高い。今、J-Startup という、国としてスタートアップ 100 社くらいですか、決まっているのですけれどもぜひ、松本も、圧倒的にユカシカドをえこひいきしていただけるとありがたいなと。それで、結果を出して、いっぱいスタートアップを連れてきたいなと思っています。

小宮山：どうもありがとうございます。高崎さん、いかがでしょうか。

高崎：2つあります。1つは、この健康首都会議は、健康ダボスを目指して運営してきました。今回で9年、次は10年で節目だという発言がありましたが、節目どころか、やっと第一ステップが始まったばかりで、これからこそ次に進んで行かなきゃいけないなと思っております。スポーツ庁の鈴木長官と「スポーツ・ダボスもやりたい!」という話を、昨日話しておりました。鈴木長官だけでなく、前文科大臣の馳衆議院議員も、「スポーツと健康」を進めていこうと一昨日相談しておりました。

2つ目。今月の「広報まつもと」を皆さん読まれましたか、今号は「生きがいて何」という特集です。これを見てハッと思いました。第一ステップでは、健康寿命延伸都市はできつつあります。次は、健康だけを目的にするのではなく、健康になって、働くのか、遊ぶのか、学ぶのかということです。この松本には働く場所があり、遊ぶところがあり、そして学都ですから、学ぶところもあります。そういう看板のかけかえを次のステップにしていってほしいなと思っております。ただ、残念なことに、若干、松本市の職員の方も含めて、市内外への発信が、少々おとなし過ぎるか心配しています。

小宮山：あなたが特殊なのだよ。

高崎：そうでしたか…。では、外への発信も含め私たちも手伝い、ガンガン進めたいと思っておりますので、頑張ってもらいたいと思います。

小宮山：大変ありがとうございます。

今、素晴らしい4人のパネリストの方々、学の方と、大企業の方と、成功したスタートアップの健康産業と、これから行こうというスタートアップ、4名の方から、大変いい議論ができたというふうに思います。

これまで、いわゆる社会の力というのが、今、最後に生きがいという言葉が出たけれども、個人の幸せの条件であるという、非常に相関が強いということはわかっていて、健康に関しても、特にそうだとわかっていたわけですね。

それで、私も、プラチナ構想ネットワーク、あるいは、プラチナ社会運動というのをやっているのですが、プラチナ社会というのを、「豊かで、地球が維持されて、人の自己実現を可能にする社会」というふうに言っているのですよね。

今、持続社会と言うときに、日本では、どちらかというと、地球の問題がクローズアップされて、たしかにそれはそうなのです。地球の問題は前提ですからね。温暖化を何とか、ある一定のところで抑えたいというのは、我々の生存条件だから、これは不可欠なのだけれども、やはり豊かさも不可欠ですよね。

その上で、どうやって人が鬱病にならないのか、生き生きとやれるのかという、この人

の問題がなかったら、地球だけ残ってもしようがないわけですので、最後に、やはり生きがいですよ。生きがいという言葉でもいいのだけれど、私は「自己実現」という言い方をしているのですけれども、そうしたところとつながるのだけれど、自己実現というのは、健康というのは、必要条件ですよ。

だから、それが高崎さんが言われた、健康ということを目的、中間目標みたいなものだけれど、それは大きな生きがい、あるいは自己実現というものの前提条件なのでしょうね。

それで、いろいろ具体的な議論をしていただきましたけれども、2・6・2理論、初めから意識の高い2割の人がいて、どうにもやろうとしない2割がいて、みんなが動き出すと動くというような6割ぐらいがいて。大概、何でもそうなのですよ。働きアリなんか、働き蜂もそうだよ。大体、1割から2割ぐらいの働き蜂だけが働くのです。残りの蜂は寝ているのですよ。だけど、何か隣の集団との戦いで、この1割がやられてしまったりすると、残りの8割の中から、この1割が出てくるという、虫社会というのは、どうもそういうふうになっているようですよ。

この2割を動かしてというのはいいのだけれども、残りの8割のところをどうやっていくのだという議論ができて、それが、「あれをやっていることがカッコいいのだ」というムードをつくと。それには、産業医からの発案があったり、社長のコミットメントがあったり、多分、いろんなものが必要なのでしょうね。

そうやって、企業活動の中に位置づけて、成功した丸井さんの例なんていうのは、非常に貴重ですよ。日本は、やはり大企業の強い社会ですから、今のところね。だから、大企業がそうやって動いてくれると、日本全体にとっても、非常に大きな動きになるわけだから、企業からの動きというのは、非常に重要でした。

それからそれぞれ、美濃部さん、スタートアップの方は、ビジネスとしてとにかく成功しなければいけないのだから、まず5,000千万人のところではなくて1,000万人のところを選ぶ。それは当然なのだけれども、同時に残りのほうにも、とにかく参加してもらうということで、まき餌みたいなものかな、お土産つけたり、集客のためにいろんなことをやっているという話をいただきました。

それから、高崎さんからは、もうその段階を超えているわけだよ。最初の2割のところを突破して、16%とおっしゃっていたけれども、そこをもう突破して、今6・2のところをやっているお話が伺えたのだと思います。

近藤先生からは、特に個人と社会という関係で、まちづくりが効くのだと、ベネチアと家康のまち、その2つ、歴史的に歩かないといけないようなまちがいいのだと。逆にそういうのを参考にして、別に松本全部がそうじゃなくても、そういうところがあるとかいうようなことができれば。まちづくりを通じて健康な。

思い出すのは、ポートランドが「ウォークアブルシティ」というコンセプトを言っていますよね。それで、1区画が、オーストラリアとかアメリカに行くと広いから、歩くのは大変なのですよけれども、ポートランドは半分にしたのですよ、1つの区画の大きさを。

それで、確かに我々にとっても歩きやすいようなまちができていて、日本流のまちづくりというのを何か考えていけば、社会というもの、あるいはまちというものと、個人というものをつなぐものができていくかも知れないというふうに思いました。

それから、2つ目の議論は、平均という統計値というのと、個人というのを、どういうふうに結び付けるのか。これは、統計だとどうしても、人ごとにしか思えないけれども、それをどうやって個人ごとに落とし込んでいくかという、ここがやはり重要。これはまちにとっては、統計的に少し動くというのは、20億円の介護費の削減につながるのだという話だったし、個人にとっては美濃部さんの言われる「パーソナルライズド」ね。平均値と、まさに自分のデータ、同じものを食べたときにどうなるのか、というものを学んでいくという形で、個人ごとに落とし込んでいけるのかも知れませんね、というような議論ができました。

それから、3つ目の議論は、今各地で、あるいはいろいろな企業で、あるいはいろいろな大学で、モデルとして、健康のための努力をしています。

今のところはまだ、うちのがいいのだ、というレベルなのですね、人々の感覚が。大学だったら東大もそうですし、名古屋大学もみんなそうですよ。恐らく信州大学も信州大学モデルというのがあると思うのですが、それは社会にとってはどうでもいいのだけよ。

それぞれが、ではどうするのかと言うと、皆さんのおっしゃった話を、私なりにまとめると、場所によって違うというわけですよ。個性がありますよね。気候だって違うわけだし。北海道の健康、弘前の健康と沖縄の健康は違いますよ。だけど、それでもどこまでを共通の、例えばデータなどは、どこまでを共通にして、どこまでを固有のものとしていくのかというのを、少しこの辺は大学なども中心となって、議論ができて。

ビッグデータという立場からは大きなビッグデータをつくりたい。途中でフィンランドは数百万人ですよ、というお話をしましたけれども、うまくいっているところは大概小さいですよ。スウェーデンが一番大きいけれど、それだって1,000万人いかない国ですからね。

日本は多様ですよ、非常に。気象も多様だし、江戸時代の名残かどうか知らないけれども、心持ちも案外多様なところがあると思うのです。これは、だけれどいいことですよ。多様性がなかったらつまらないですよ。だから、その多様性を生かしつつ、どうやって大きなグループ、まとまりをつくっていくか。私はこれは「自立分散協調系」という言い方をずっとしております。一つ一つは自立しているのだけれど、強調すべきところを強調する。これは、東京大学で言うことを聞かない教授を何とか引っ張るために言っていた概念なのですが、でも正しいのだと思うのですよ。一つ一つが自立して頑張らないと全体は強くない。一色でやると弱くなるというふうに思います。だから自立性は担保しつつ、そこを協調する。データなどはここから先は自分でやってくれと。カスタマイズしてくれと。だけど、共通のデータは持ちましょう。そんな意味です。

少し脱線しますが、弘前大学でやっているのは、県民1,000人以上から15年間、

1人 2,000項目を超えるデータをとっているのですよ。これだけのデータがとられると相当なことが言えるのです。

ところがこれは青森のデータでしょう、という話になるわけです。短命県。朝からラーメン食べている人がたくさんいると、本当かどうか知らないのですけれども、どうもそうらしい。今どうなっているのかというと、2,000項目のうちの相当項目を共通したデータを、京丹後市で京都府立医科大がとるわけ。これは京丹後市が100歳以上の人口の比率が一番多いのだそうです。これも本当かどうか知らない。だけど、長寿なことは間違いない。

それからもう一つ、沖縄で同じデータをとるのですよ。これは沖縄というのは長寿だと、皆さん思っているのではないですか。10年くらいまでは長寿だったのですよ、日本で有数の。ところが今は、平均寿命、三十何位まで落ちてきていますよ。理由はいろいろ推測することはできるのですけれども、ここでデータをとろうと。

ただ、2,000項目全部を同じ項目にする必要はないので、必須な共通なものをもって、あとは恐らく地域でこういうものを取りたいというものをとっていければいいわけです。これが私が申し上げている「自立分散協調系」のわかりやすい形なのです。

そんな形でやっていくべきであろう。そのためには、これはどなたかお2人くらいがおっしゃっていたのですが、トップダウンでやるのではないと思うのです。トップダウンでやるには、日本は多様性が大き過ぎますよ。だから、企業から広げていく。これは小島さんがおっしゃったのですね。あるいはスタートアップがやっていく。あるいは自治体のグループ、あるいは自治体が動いていくというような形で、実態から広げていくというか、法律から変えていくのではなくて、実態から変えていって、それを法律がカバーしていく、後押ししていくというのが、多分日本のやり方として正しいのではないかと思います。

大体そんな議論が行われたと思います。最後に、松本に対して、4方が熱い思いを語っていただいたと思います。

9回やって、本当に最初から思うと夢のような発展ですよ。だけど、高崎さんはまだ第1フェーズであると。何なのかと。ダボスにするのだとおっしゃっているわけですから。「健康首都会議」というのは結構いい名前だと私は思うので、これでもいいと思うけれども、場合によっては10回目、11回目から新しい名前に変えてしまってもいいですよ。「健康スポーツ・ダボス会議」ダボス会議というところがだめですよ。あくまで松本でなくてはいけない。

きょうは、4方の大変すばらしいパネリストのおかげで、すばらしい議論ができたと思います。どうもありがとうございました。

【閉会式】

杉山敦世界健康首都会議実行委員会副会長（松本市医師会長）: 松本市医師会、杉山でございます。第9回世界健康首都会議の閉会に当たりまして、一言御挨拶申し上げます。

2日間にわたります今年の会議は、多くの成果を上げて盛会となりました。御参加いただきました多くの皆様、本当にありがとうございました。実行委員会をはじめとする運営スタッフの皆さん、また、御協賛・御協力いただきました全ての皆様に、心より敬意と御礼を申し上げます。

スポーツ庁鈴木大地長官には、スポーツの力で経済地域を元気にし、健康な人生をつくる「エンジョイ・スポーツ、エンジョイ・ライフ」の講演をいただきました。

カナダ ブリティッシュコロンビア州のジュディ・ブラウノフ議員、モスクワ国際関係大学ドミトリー・ストレリツォフ教授、ロシア科学アカデミー経済研究所タチヤナ・チュバーロア経済理論センター長、皆様にはすばらしい基調講演をいただきました。

数多くの御講演、講座を担当して下さった講師の皆様、ブース展示をしてくださいました皆様に御礼申し上げます。

ただいまは、統括コーディネーター小宮山宏先生御司会による素晴らしいパネルディスカッション「食と健康、健やかにみんなでつながる」により会議を締めくくっていただきました。誠にありがとうございました。

台湾高雄市医師会、高雄医学大学の皆様においていただき、日本と台湾の医療について医師会同士の意見交換をさせていただくことができましたことも、大変有意義であり、ありがたいことでした。

日本の医療は国民皆保険、フリーアクセス、自由開業・標榜性を特徴として発展、維持されてきましたが、今一定の変革を迫られております。地域医療構想で病院病床の数を減らし、病床の質を急性期病床から慢性期病床に対応する病床に転換し、在宅医療を充実させ、地域包括ケアを構築するという現在の施策の先にどのような近未来があるのでしょうか。知恵を絞って考えなくていかなければならないと、少し危機感を持ちながら考えております。

菅谷市長のつくってこられた健康寿命延伸都市・松本で開催されます、世界健康首都会議の発展に御協力にいただきました皆様の御支援に重ねて厚く御礼申し上げ、閉会の御挨拶とさせていただきます。ありがとうございました。

濱田州博松本地域健康産業推進協議会副会長（信州大学長）: 皆さん、こんにちは。ただいま御紹介にあずかりました、信州大学長の濱田でございます。松本地域健康産業推進協議会副会長として、一言御挨拶を申し上げたいと思います。

今回の会議に国内外より多くの皆様に御参加いただき、誠にありがとうございました。多くの皆様の御参加により、充実した会議になったと感じております。まずは厚く御礼を申し上げたいと思います。また、本会議に開催に御尽力くださいました実行委員会の皆様方を初め、後援団体や協賛団体等多くの方々に感謝を申し上げます。本当にありがとうございました。

ざいました。

今回の世界健康首都会議のテーマは、「食と運動、健やかにみんなでつながる」ということで、健康にとって非常に重要な食と運動が取り上げられておりました。最近は多くの皆さんが健康維持や病気の予防のために、食に気を使い何らかの運動を行っているのではないかと思います。

私、残念ながら昨日は所用でご講演を聞くことができなかったのですが、鈴木大地スポーツ庁長官、あるいはカナダの方、ロシアの方ということで、いろんなお話が聞けたようで、そういういろんな国でそれぞれの国に合った健康増進があるのかなとテーマを見て感じていたところでございます。

先ほどパネルディスカッションということで、いろんな観点から健康、食を考えたパネルディスカッションだったなと思っておりまして、当然地域にとっての健康もあれば、企業にとっても健康もあると。それと何よりも感心したのは、これから多分健康産業という形でいろんな産業が根づいていく中で、松本に工場をもってくる方がいらっしゃるといのは、非常に大きなことかなと思っていたところでございます。

その中で松本も歩きやすいまちにというか、歩くまちにおっしゃっていたのですけれども、私、4年前に松本で勤務になりました後に、なるべく歩こうと思って歩いています。実は今住んでいるところから駅まで30分ぐらいあるのですが、ほぼ、よほど寒いとか、よほど暑いとかない限りは歩いて行っています。そのときに一番感じているのは、松本は、よく言われているのは、車は結構道が細いので危ないと言われるのですが、逆に路地みたいなところが多くて、歩くには非常にいいところ。それで、私これは余り健康によくないですけど、大体飲んだ後歩いて帰るものですから、そのときに車が来ないところを酔って歩いて帰るようにしております。そうすると車が余り来ないところがあるのと、路地みたいなところでも割とLEDの街灯が松本はついているところが多いですね。ですので、歩くにはいいまちだと私自身は非常に感じておりまして、皆さんもぜひ路地を見つけるとい楽しさ、ちょっと路地歩いていると怪しい人に思われると困るのですが、路地を見つけるとい楽しさも松本にはあるかと思しますので、ぜひ、松本のまちをもう一度探索してみると楽しい思いができるかな、ということで、今日はパネルディスカッション、そういう観点からも聞かせていただきました。

結びとなりますけれども、第9回世界健康首都会議に参加した皆様の健康がますます増進され、松本市が真の健康寿命延伸都市となることを御祈念を申し上げて、閉会に際しての挨拶とさせていただきます。どうもありがとうございました。