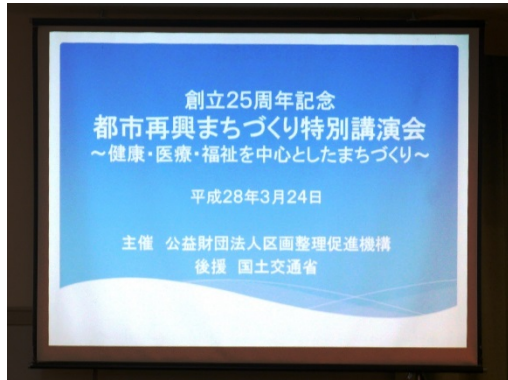


(公財)区画整理促進機構創立25周年記念  
**都市再興まちづくり特別講演会**  
—健康・医療・福祉を中心としたまちづくり—

都市再興まちづくり特別講演会は、創設25周年記念事業の一環として主催：(公財)区画整理促進機構、後援：国土交通省で開催された。  
日時：平成28年3月24日(木)  
場所：主婦会館プラザエフ8階(スイセン)



講演1：中貝宗治氏『豊岡市のまちづくり』  
(プロフィール)  
・兵庫県豊岡市長  
(ご講演内容)  
・豊岡市における健康まちづくり、スマートウェルネスシティ構築への取り組み  
・これからの地方創生とまちづくりのあり方



講演2：清水喜代志氏『健康福祉とコンパクトシティ』  
(プロフィール)  
・国土交通省大臣官房技術審議官(都市局担当)  
(ご講演内容)  
・国土交通行政(まちづくり)の最新の話と今後の方向性  
・「医療・福祉を中心としたまちづくり」に関する国の取組み



講演3：雄谷良成氏『生涯活躍のまち』で描く地方創生』

(プロフィール)

- ・社会福祉法人佛子園理事長、日蓮宗普香山蓮昌寺住職、(公社)青年海外協力協会理事長
- ・社会福祉法人佛子園理事長として金沢で高齢者のためのまちづくりを実践
- ・まち・ひと・しごと創生本部 HP(地方の事例紹介動画「地方のススメ!~地方の元気最前線~」)にて紹介

(ご講演内容)

- ・こども、学生、高齢者、障害者がごちゃまぜで暮らせる「佛子園・share金沢」のこれまでとこれから。
- ・地方創生のまちづくりはどのようにして生まれ、どこに向かうのか。



講演4：笹田昌孝氏『健康生活未来都市を創る』  
(プロフィール)

- ・京都大学名誉教授(医学、血液学)
- ・滋賀県病院事業庁長、滋賀県立成人病センター特別顧問、そしてNPO法人健康生活まちづくり副理事長として、からだと心の健康を併せ持つために医学のみならずまちづくりについても取り組む

(ご講演内容)

- ・からだの健康とこころの健康を併せ持った「望ましい健康」を追求していくと、三世代が自立し共生して健康的に日々暮ら姿が見えてきます。これを創り出す生活空間、「健康生活未来都市」の創生を目指すことにたどりついた。



※講演3, 4は、それぞれ雑誌区画整理 2016.9月号と10月号に掲載されました。  
※付属CD-ROMには講演1~4の記録全文が収録されています。

# 講演1 『豊岡市のまちづくり』

中貝宗治氏 兵庫県豊岡市長

区画整理に直接役立つ話にはできないが、まちづくりの物の考え方のヒントとなるお話しをしたい。



## 1. 地方都市は東京より貧しいか(?)

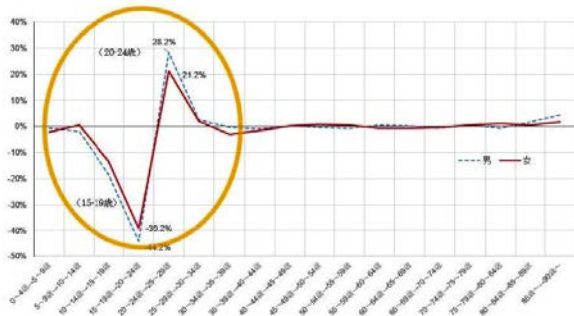
豊岡市は兵庫県の人口8万2千人のまち。

地方創生戦略のベースは、まずは人口減少対策だったが、その減り方が異常なので、人口の減りかたを緩やかにした上で、それでも元気なまちを創るという戦略に切り替えた。

豊岡市では2040年までに33%が減少すると予測。

従来の豊岡市の人口の社会増減を見ると、高校卒業の時、大学や就職で40%が失われる。大学卒業時35%しか返ってこない。

豊岡市 年齢性別・純移動率 (2005→2010年)



夫婦の数が減るので、子供の数も減る。なぜ帰ってこないのか？

社会的経済的文化的に貧しい地方というイメージに子供も大人も閉じ込められている。

例えば豊岡病院は病床数500、3次救急病院に、平成22年ドクターヘリを入れて、日本中から20名の若い医師が腕を磨きに来ている。

ドクターカーも並行運用している。

この結果、119番が入ってから患者が医師の治療を受けるまでの時間が全国39.3分、東京都54.6分、兵庫県37.1分、豊岡市33.9分、ドク

ターカー18.9分、ドクターヘリ23.1分。すなわち救急医療に関していえば、豊岡の方が東京よりも安全といえる。

## 病院収容時間

(119番通報入電から病院収容までに要した時間)

区分	平均時間
全国	39.3分
兵庫県	37.1分
豊岡市消防本部	33.9分
ドクターカー(※)	18.9分
ドクターヘリ(※)	23.1分
東京都	54.6分

※119番通報入電から医療介入時間

地方都市には大都市とは別の価値観による、豊かさ、楽しさとやりがいのある仕事がある。

小さな世界都市を実現する、人口規模は小さくても世界から尊敬される都市を創りたい。

東京を飛び越えて一気に世界と結びつくことで、世界の人は偏見なく公平に見てくれるから、世界からの評価が直接豊岡に跳ね返ってくる。

『豊岡で世界と出会う』と定義して、努力している。

## 2. 受け継いできた大切なものを守り育てる

日本の文化を見たい外国人が、日本文化を守っている城崎温泉に来る。

オーストラリア、アメリカ、ヨーロッパから来る人が増えている。

ゆっくり町を楽しむ人に来てもらいたい。ローカルで地域固有なものを意識している。

春と秋の閑散期に来てくれるのがヨーロッパの人。

夏と冬は以前から繁忙期なので、通年の観光が実現するようになる。

## 城崎温泉外国人宿泊客数の推移





### 3. 芸術文化を創造し発信する

城崎国際アートセンターをオープン。

演劇、ダンスなど舞台芸術に特化。

最高3か月まで宿泊、けいご場、ホールの使用料は無料。24時間稽古と制作に没頭できる。

芸術監督は、日本代表する劇作家平田オリザさんが就任。

今年度は6か国26団体から応募、6か国16団体にお貸しする。

来年度は13か国40団体から応募、7か国17団体にお貸しする。

世界中から著名な芸術家が東京を經由せずに豊岡にダイレクトにやって来る。

作品が出来上がると世界の国際芸術祭に持っていき、本国に持って帰る。

豊岡市はダイレクトに世界と結びついている。



**アーティスト・イン・レジデンス**  
2015年度  
**応募：26団体（6カ国）**  
**採択：16団体（6カ国）**  
日本、韓国、アメリカ、イギリス、ルーマニア、オーストラリア

2016年度  
**応募：40団体（13カ国）**  
**採択：17団体（7カ国）**  
日本、シンガポール、フランス、ドイツ、オーストラリア、アメリカ、カナダ

### 4. 環境都市豊岡エコバレーを創る

町の真ん中の円山川の河川勾配は1万分の一。

風が無いと鏡のような水面になる。

大雨が降ると水浸しになる低湿地帯には、コリヤナギが自生している。この植物から柳行李（やなぎごおり）が出来上がり、取っ手を付けると鞆になる。現在豊岡市は鞆の生産量が日本一。

コウノトリがいる。1971年日本の最後の野生の一羽が豊岡で死んで日本の空からコウノトリが居なくなった。1989年春に始めて人工孵化に成功し、現在78羽が空で暮らし、94羽が鳥かごにいる。

コウノトリは完全肉食の大型の鳥。コウノトリが野生で暮らすためには膨大で豊富な生き物が背景に必要。そのような豊かな自然は、人間にとって素晴らしい自然なのではないか。どんなに自然が豊かになって餌が豊富になっても、飛んできた鳥をやみくもに撃ち殺す、そういう文化

のところコウノトリは暮らすことはできない。あんな鳥が近くにいてもいいと思えるようなおらかな文化が人間の側になければならない。そこでコウノトリを空に帰そうということを含い言葉にして、コウノトリも住めるような豊かな環境、すなわち豊かな自然環境と豊かな文化環境をもう一度この地に取り戻そう、それが最大の狙いだ。

環境と経済は相入れないとかたく信じられてきた。しかしそうではなくて、環境をよくすると経済が活性化をする。そのことが誘因となって、環境をよくする構造がまた活発になる。環境と経済が共鳴する関係を環境経済と名づけて、それを今、豊岡で広げる努力を続けている。



56事業を豊岡市環境経済事業として認定し、95億6千万千円の売り上げがある。環境に貢献する事業が豊岡市の経済を支え始めている。

農業もちろん重要。農業に頼らないコウノトリを育む農法も広がってきました。減農薬タイプで通常のお米より6割から7割高く、無農薬タイプで10割以上高く店頭で売られている。

**例2. 環境創造型農業**



コウノトリ人工巣塔

コウノトリ育む農法

コウノトリ育むお米

## 5. 小さな世界都市の市民を育てる

コウノトリが戻ってきて、豊岡の田んぼに子供たちが帰ってきた。



コウノトリを育む米の大切さを学んだ後、この米の生産を増やすためには消費が増える必要があることを理解した小学生の行動力と提案で、学校給食に「コウノトリの米」を使うようになった。

豊岡の一員であることを考えて行動する子供たちが育っている。

ふるさと教育をする。全ての小学生に英語を身に付けてもらう。

演劇の授業を増やし、コミュニケーション能力を身に付けてもらう。

世界中の人々に豊岡の誇りを伝える力を持ってもらおうと思っている。

## 6. 健康は個人の問題か(?)

医療費などの社会保障費を維持するために、みんなのためにお互いのために元気であることが必要。

市民共通の課題という認識に至る。

健康政策というと健康に関心がある人しか集まらないし、保健士だけが頑張ることになっていたが、総合的まちづくりの視点が欠けている。美しい景観の町をつくれば、自然と人は歩く。公共交通政策との関連も大切。

健康条例から健康まちづくり条例へ「歩いて暮らす(“暮らせる”ではない)まちづくり」を定めた。自分自身の問題だと考えてもらいたい気持ちを込めている。

健康づくりを続ければ医療費が減ることが明らかになってきた。

しかし、健康づくりは続かない。

健康ポイントと環境ポイントを作った。

ポイントは交換または小学校に寄付できる。半分の人が学校に寄付している。

集落単位で「玄さん元気教室」を作って、仲間を作ってもらい、運動習慣を続けてもらう。

## 歩いて暮らすまちづくりの推進

- ◎ヘルスアップ事業の実施 2007(H19)～
- ◎幼児期の運動遊び 2007(H19)～
- ◎e通勤の推進 2009(H21)～
- ◎ウォーキングロードの整備 2009(H21)～
- ◎小学校・幼稚園校庭の芝生化 2009(H21)～
- ◎健康増進施設ウェルストーク豊岡の開設・運営 2010(H22)～
- ◎健康まちづくり推進室の設置 2011(H23)～
- ◎総合健康ゾーン(運動療法)診療所の開設 2011(H23)～
- ◎健康ポイント制度の実施 2011(H23)～
- ◎中心市街地活性化計画の策定と実施 2011(H23)
- ◎e通勤プロジェクトの推進(200円上限バスの実験 2011(H23)～)
- ◎総合特区による健康クラウドの開発 2011(H23)～
- ◎健康づくり推進モデル事業の実施 2012(H24)～
- ◎玄さん元気教室の実施 2013(H25)～ など

## 玄さん元気教室の展開



企業へも、議会にも働き掛けている。

市民みんなの夢をかなえるために、市民みんな月まで3往復33億キロメートル歩こうとしている。来年度の予算を500万円確保して、市民公募して選んだ夢の実現に協力する。

あの手この手を使って、努力を続けられるようにしている。

## 7. 近所の信頼

ハーバード大学教授の研究で、近所の信頼の度合いと要介護状態に明らかな差がある。社会との信頼関係の強い所が、健康寿命が長い。

運動習慣づくりと仲間づくりが組み合わせられ、この町に来ると知らない同士がなんだか触れ合ってしまうということができるのであれば、まち全体を健康にすることができると思う。

高齢化が進む日本で、この問題に取り組むことはチャレンジングだが、答えが見いだせれば世界最先端になる。





## イチロー・カワチ (ハーバード大学)

- ・愛知県で  
65歳以上の男女約13,000人を対象  
Q.「近所の人たちを信頼しているか？」  
(2003年)
- ・2年後、約1,900人が要介護状態に
- ・周りの人への信頼感が低い地域  
／ そうでない地域 = 1.68



### 講演2 『健康福祉とコンパクトシティ』

清水喜代志氏

国土交通省大臣官房技術審議官(都市局担当)

#### 1. コンパクトシティはコストが少ない町

人口は大阪万博があった1970年から2010年に掛けて増えて、2040年には元に戻ってしまう。

市街地面積は1970年から2010年に掛けて倍増している。

人口密度が半分になることを意味している。

コンビニを例にしても、今のままでは厳しくなるので、コンパクトにしなければならないと考えている根拠だ。

年金、医療、福祉の社会保障の給付金が年間1兆円増えている。

近年国の税収が増えて一息ついているが、厳しい事は変わらない。

収入を増やして、支出を減らすことを考える。

コンパクトを市街地が狭いと理解してしまったことは間違いで、コストが少ない町、収入が多い町をコンパクトと理解して欲しい。

生活、福祉、防災の面からもコンパクトを理解するようにして欲しい。

国土のグランドデザインで「コンパクト+ネッ



トワーク」と言い始めた。

#### なぜコンパクトシティか？



まち・ひと・しごと創生本部は出生率の改善と人口の維持を目的に作られた部署だが、「地方に仕事をつくり、安心して働ける」ことが人口問題の最初の切り口になったことは、すばらしい。

人口が同規模の静岡と浜松の比較で、出生率に差がある。静岡が低く、浜松が高い。

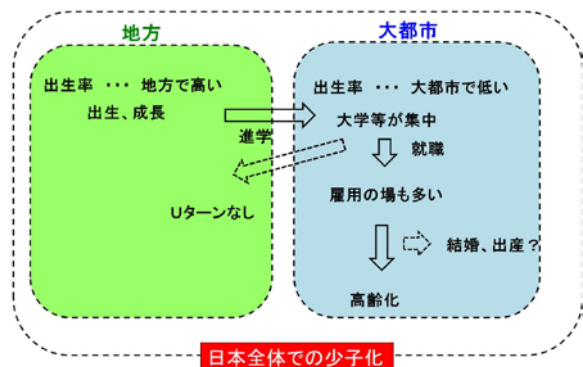
浜松には工場と農業がある。熱海と伊東は出生率が低い。

産業に違いがあるのではないかと考えている。

地方都市では高卒、大卒時に転出して、社会人になってUターンしなくなっている。つまり、地方に働く場所が無くなっている。

大都市の長時間通勤では、保育所に預けても、何かあったら帰れない。三世同居しているような環境でしか子育てができない。このままでは、日本全体の子供が減っていく。

#### 少子化の構造



鳥根県浜田市、城下町に国立病院がある。需要が無いので、撤退の話が出た。

国土交通省には、浜田駅前に病院を合築する費用を出して欲しいという要望があった。これが出来れば、遠くから人が来られるようになる。

これもコンパクトシティと考えてもらって良い。バス、鉄道などの公共交通網と市街地が一緒に

なって、まちをつくっているという意味だ。

北海道帯広市、十勝バスのHPで時刻表を見ると、始発駅順だけではなく、お買い物用、病院用の頁がある。地図が付いていて、行きたいお店付近をクリックすると行き方や時刻表が出てくる。

交通を売るのではなくて、生活を売るようになった。この考え方は全国に広がっている。

### 健康・医療・福祉のまちづくりの推進ガイドライン

平成26年8月1日 都市局まちづくり推進課長・都市計画課長・街路交通施設課長通知

<b>1. 変化する超高齢化を迎える都市政策の課題</b> ① 高齢者が安心して暮らすことが困難となる社会 ② 更に低下する地域の活力 ③ 暮らしを豊かにする都市経営 ④ 健康・医療・福祉施策との連携推進の不足	<b>2. 健康・医療・福祉政策における取組</b> ① 地域における医療・介護体制の見直し ・2025年を目途に「地域包括ケアシステム」の実現 ② 医療費適正化の推進 ③ 「健康日本21（第2次）」を中心とした健康づくりの推進
<b>3. 「健康・医療・福祉のまちづくり」の推進</b> ・多くの市民が自立的に、また必要に応じて地域の支援を得て、より活動的に暮らせるまちづくり ・日常生活圏域等における必要な機能 ① 健康機能 ② 医療機能 ③ 福祉機能 ④ 交流機能 ⑤ 商業機能 ⑥ 公共公益機能 の確保、歩行空間、公共交通ネットワークの充実等を一体的に取り組む都市構造のコンパクト化の推進 ・都市政策の取組に当たって、健康・医療・福祉の視点から必要な事業や施策へと大きく舵を切っていくことが必要 (1) 首長を中心とした推進体制づくり (2) 「現状」「将来」の把握と「見える化」による関係者間の意識共有 (3) 必要な取組 ① 運動習慣を身につける ② 地域活動の活性化 ③ 都市機能の計画的確保 ④ 歩行空間の整備 ⑤ 公共交通の利用環境整備 (4) 優先施策を立案するための「診断」の実施 (5) 必要な施策を組み合わせたパッケージによる取組	
<b>4. 取組効果の検証と取組内容の改善</b> ・定期的な実施状況を継続的にを行い、市民や地域と連携した必要な取組の改善 【取組効果の検証】 【取組内容の改善】 ＝歩行距離の増加した住民数 × 1日当たりの歩行増加量 × 0.001円/歩 × 365日	

静岡鉄道ではバスや鉄道の結節点にスーパーマーケットを作って、一体となって頑張っている。道路や下水道をつくるのが都市計画だった。われわれも市民の生活をどうするのか、ストーリーを重視しなければいけない。

## 2. 歩くことによる医療費削減効果

個人的な話ですが、過去に健康指導を受けたことがある。1時間程の生活習慣に関するヒヤリングを受けた結果、3つの禁止を言われたスカレータ、エレベータ、内線電話だった。つまり、良く歩けということだった。

結果、一日1万5千歩から2万歩歩くようになって、半年で10キログラム痩せた。

健康診断の結果がオールAになった。

一歩あるくと0.06円医療費が下がるというデータがあるが、私の場合、年間約20万円の抑制効果になる。

ある町で、一年間の医療費がゼロだと1万円還付している。

日本人は一人平均年間医療費が年間40万円かかっている、半分が生活習慣病。歩く町をつくることで、この費用は大きく減るかもしれない。

コロンビアの旧ボゴタ市長、ここはBRTで有名。「私は家にいるよりも外へ出かけたくなる街を目指してバスを作った」と言っていた。

コンパクトシティは「出かけたくなる街、出かけて楽しい街」を目指したら良いのではないかな。

出かけたくなる楽しいまちをめざして

私は、家にいるよりも外へ出かけたくなるまちを目指している  
by ボゴタ(コロンビア)市長



まちづくりは  
出かけて楽しいまち  
人々が集まってくるまち

目指すまちは  
歩いたり、自転車に乗り  
たくなるまち  
高齢者まで健康で  
活動するまち

街路課(現・国土交通省都市局街路交通施設課)の名前を変えようとした時、お出かけ企画課、お出かけ企画室を提案したのだが、却下された。

清水文化再生プロジェクトというHPがある。清水は私の名前。文化は文化住宅という長屋の名前。それを再生するプロジェクトがある。つまり、自宅だ。

父親にはことわったそうだが、改造されて高齢者が集まって、カラオケする場所になっている。家に帰る度に、近所の空き家などでリニューアルが増えている。

高齢者の方々が出てくるカフェや集会施設を作っている。地場の不動産屋さんがやっている。皆が楽しく暮らせるためにアイデアを出し合って街をつくっていくのもコンパクトシティだろう。

歩くと疲れるが、自転車は健康の効果があり、かつ楽しい。マナーの問題はある。

自転車のシェアサイクル、地方のまちで自転車を借りられると楽しい。

橋の写真を撮る趣味があるが、車に乗らないので、公共交通だと最寄駅から20とか30キロメートルある。自転車だとたどり着ける。

公共交通機関と自転車を組み合わせることが大切。



### 講演3『「生涯活躍のまち」で描く地方創生』

#### 雄谷良成氏

社会福祉法人佛子園理事長、日蓮宗普香山蓮昌寺住職、(公社)青年海外協力協会理事長

#### 1. 生涯活躍のまちとシェア金沢

生涯活躍のまちは、施設型、エリア型、タウン型がある。

現在、私どもではエリア型のシェア金沢<sup>※1</sup>、佛子園を中心とするタウン型に取り組んでいる。

経済と反対側にあると考えられてきた「福祉」が日本の方向性を示す新3本の矢の内の2つにあがっている。これが立ち上がっていかないと日本の経済が立ち行かないという認識に至っている。

これは、福祉に関わってきた人間にとって大変な事だ。

地域再生法の改正の中に生涯活躍のまちが謳われ、手続きが簡素化され、これまで取り組むこと



を阻んでいたものが無くなり、取り組みが容易になった。

「生涯活躍のまち」に全国で、平成31年までに263団体がCCRC<sup>※2</sup>に取り組むことになった。先行交付金が26年度、加速化交付金が27年度補正予算で出た。26、27年度合わせて2700億円。112団体が今年の4月から取り組む。残りの140団体の取り組みも加速化する。

これらの団体の殆どがシェア金沢に視察で足を運んでおり、昨年は年間35万人の見学者があった。

佛子園では、県内20か所にグループホームを作っており、こちらの方が本質だと思っている。障害者施設を中心に半世紀の取り組みをしてきたが、今では地域の理解もしっかりと根付いている。

#### 2. 小松市の西園寺エリアプロジェクト

西園寺(さいえんじ)という廃寺の再生を地元の人たちから依頼されたとき、2つ条件を付けた。

600年近く続いたお寺は、人任せにするのではなく地域の人たちが主体的に関わる。障がい者、高齢者が使う住職がかつて住んでいた場所は温泉になっていて、地元の方々と障がいを持つ方々が無料で使えるようになってきている。障がいのある人が男湯、女湯交代で掃除していたが、町の人たちが自発的に掃除に参加するようになった。

### 「佛子園」の組織概要と取り組み事業

#### それぞれの地域に応じた コミュニティ支援を展開



**B'sプロジェクト** 2015年～  
多機能高医療福祉連携の  
住民自治モデル



**美川37café** 2012年～  
駅利用者が1.5倍に!  
「みんなが集う駅」に変貌



**西園寺** 2008年～  
廃寺を温泉に、  
地域コミュニティセンター  
として復興

**ブータン・プロジェクト**  
「幸せの国」のさらなる  
しあわせづくり

#### その他70事業を展開



本堂は、趣も変わり飲み屋になっている。8年もたって自分は健在なので、罰は当たっていないようだ。

元気な高齢者、障がいのある人ない人、高齢でも認知症でも関係なく「ごちゃませ」で皆が助け合い楽しんで使っている。

力仕事は障がいのある若者が担い、色んな塩梅は高齢者の人たちが教えながらやっている。

重度心身障がいを持った若者がここにいる。

今では相当な角度まで首が動くようになったのだが、当初は左右10度しか動かなかった。そこに、認知症のおばあちゃんが昼にもらったゼリーを彼に食べさせようとした。彼は首が動かないので、逃げられない、しかも無表情だった。

おばあちゃんはそのゼリーを彼の口に入れようとするのだが、手が上手に動かなくて、口に入れない。

2、3週間したら、おばあちゃんの手の震えが治まって来て食べさせられるようになり、彼も行くようになるようになった。ある日、娘さんが来て「西園寺に行かないとあの子が死んでしまう」とおばあちゃんと言っていると言う。

因果関係を証明することはできないが、認知症の方と重度心身障がいの方が関わることで福祉のプロを差し置いて、二人で良くなっていく。

これはショックだった。縦割りの福祉の中で、任せて下さいと言っていた僕らは情けないと思った。



西園寺の周りがある55世帯の内、当初ここに来なかった人が来るようになった。西園寺は人口減少している人口10万人の小松市にあるのだが、周りは田んぼしかない所に、14世帯増えた。若者が出なくなった。西園寺に来ていと他の人もいるので、適度な距離を保って家に帰れる。そういった様子を見ていた人が首都圏を含めて、移住してきた。ここだけが人口が増加している。これが地方創生の目にとまった。

地域に新年会があるのだが、乾杯が終わったあ

## Share金沢



この街をきれいに「洗濯」！  
代表/大久保雅之



美味しいものに国境はない！  
シェフ/石田祐一



笑顔と幸せをつなぎます！  
助産師/須 玲珠



人がつながら  
新しい街モデルをデザイン！  
プロデューサー/下田武央



楽しい音楽と  
うまい酒があふれる街に！  
店長/北村悦子



## 私がつくる街

SOUTH地区	MIDTOWN	NORTH地区
S-1 自然温泉	M-1 福祉 児童入所施設	N-1 福祉 日用品・生活雑貨「若松共同売店」
ニューももや(レストラン)	M-2 福祉 サービス付き高齢者向け住宅	N-2 福祉 ボディケア&からだ塾「金澤山山ゆらり」
S-Grill (配食サービス)	M-3 福祉 サービス付き高齢者向け住宅	N-3 福祉 アート&モックショップ「TARAYANA JAPAN」
高齢者デザインサービス・生活介護・短期介護	M-4 福祉 学生向け住宅	N-4 福祉 Planning & Creative「グルーヴィ」
EAST地区	M-5 福祉 学生向け住宅	N-5 福祉 Publish Bar「Mock」
E-1 福祉 E-2 福祉 児童入所施設	M-6 福祉 産前・産後ケア塾「子育て応援1.2.SUN」	N-6 福祉 Foods & Smile「加藤キッチンスタジオ」
E-3 福祉 S-ステーション	M-7 福祉 学生向け住宅	WEST地区
E-4 福祉 クリーニング&コインランドリー「おしゃれ洗科 ハンズプラス」	M-8 福祉 産前・産後ケア塾「子育て応援1.2.SUN」	W-1 福祉 アトリエ付き学生向け住宅
E-5 福祉 バックヤード	M-9 福祉 サービス付き高齢者向け住宅	W-2 福祉 サービス付き高齢者向け住宅
E-6 福祉 児童発達支援センター「S-ベランダ」	M-10 福祉 学生向け住宅	W-3 福祉 サービス付き高齢者向け住宅
E-7 福祉 「PSI」地域スポーツシステム研究所	M-11 福祉 学生向け住宅	W-4 福祉 「ウクレレバイン」金沢
E-8 福祉 ネットワークコミュニケーション「NPO法人 ギャップ自然学校」	M-12 福祉 児童入所施設	
E-9 福祉 アトリエ付き学生向け住宅	M-13 福祉 サービス付き高齢者向け住宅	
E-10 福祉 天然温泉グラウンド「S-Stadium」		

シェア金沢  
〒920-1155 金沢市若松町セ104番1 Tel:076-256-1010  
E-mail: s.kanazawa@bussien.com



スポーツを通して人づくり、街づくり！  
所長/榎 敏弘



元気な子どもと元気な未来をつくる！  
代表/成田 裕



この街の住人を元気に、  
健やかにする！  
ボディケアセラピスト/吉原みゆき



北陸のウクレレのメッカに！  
この街から世界発信！  
代表/藤本美和、ナガイアキラ、Gen



この街から金沢の  
新「食King」スタイルを創造！  
代表/加藤重和



と会話が無くなる。2時間が苦痛だったそうだ。今は、重度障がいをもった若者が混ざっている。すると、今日の彼はいい顔してるねとかいう話題で、話しが尽きない。結果、西園寺を利用する人が増え、地域力がアップしたと言える。

高齢者、病気がち、老若男女様々な人が家族、仲間、地域社会に積極的に貢献できるということを我々がしっかり持ちづけることができること、主体的に関わる、参加するとはどういうことなのだろうかをシェア金沢の中で実現することがプロジェクトの大きな課題だった。

人間のQOL<sup>※3</sup>を支えるには住宅や福祉だけでは足りない。

ケータイ電話やスマホは障がい者は使えない人が多い。今、手持ちのこれらの機器が使えなくなったら我々は大変な困る事になる。

人生に目的があるか、働いているかどうか、ボランティアの参加率が高いかどうかで要介護認定度が低くなる。

高齢者用の福祉施設に来る男女比率は、女性が8割。

従来の福祉施設は、来てくれる人しか救えない。男性は来ない。

どうやって支えていくか。社会全体で支える必要がある。

支える社会をつくるためには自治が大切。

この自治は行政が行うのではなく、住民自治が行われることが大切。

小学校区の大きさで、顔と名前が一致できる範囲で、声が届く範囲で、色んな事が決定できる住民自治をし、多世代が混じって若者が定着定住する。これがC C R Cの核的施設の役割。

要介護直前の人たちが誘い合って施設内の蕎麦屋に御蕎麦を食べに来る。この人たちを放っておくとあっと言う間に要介護者になってしまう。

子供たちが集まってきて、勝手にフルーツを吹いたりしている。

ダウン症の若者が居るのだが、彼が今日も元気なのかどうかを周囲の人が皆で気にして、話題にしている。

その他、多くの自発的活動が積み重なった結果、佛子園関連の施設に年間1万2千人の人が来ている。

### 3. 輪島KABULET (わじま・かぶーれ) プロジェクト

人がうるしに触ると「かぶれますよ」ということから付いた名前。

輪島市と佛子園とJ O C A (公益社団法人青年海外協力協会) とが連携して日本版C C R Cの認定を受け、先行交付金の対象となることが決まっ

# 人×漆＝KABULET

とにかく輪島はいいとこやいらし、いらし! (83歳)

輪島塗は時代と一緒に買うつもりで使ってほしい (37歳/蒔絵師)

輪島に来て一番感動したのは人まるで家族みたい (30歳/漆作家)

中国から輪島に来て5年住んでいると優くなる (35歳/輪島市観光案内人(外国人担当))

私たちが“かぶれ人”です

世界を元気にした人は輪島も元気にできる!  
一緒に輪島を元気にせんけ!!

輪島大好きっていう人をたくさん増やしたい (39歳/輪島市職員)

風景や文化など輪島にしかないもので迎える空間を大切にしたい (41歳/輪島商工会議所勤務)

三人の娘達にはいい所で生まれ育ったのよ。と伝えています (39歳/団体職員)

この仕事がなげりやさみしい。死ぬまでやりたいなあ (57歳/塗師)

祭り好きの三太郎兄弟 魚もうまいし輪島大好きや! (鳳至小学校児童)

た。

全国4万人の海外協力隊のOBがいて、この人たちに呼びかけた所10日間で移住して良いという人が40人も集まった。

福祉部門と地域のブランディングを重ねるとどうなるかというプロジェクトだ。

能登半島地震でダメージを受けた古い家や空き家を改築。

核となる場所を作って、人口2万8千人のまちがどう変わるか。

輪島の朝市に来る人を町並みにどうやって誘導するか、町に住んでいる人を買物などに使えるように電動カートを走らせて、空き家と町をつないでいる。

週に1度、2週間に1度しか話さない独居男性が沢山いる。町中に住んでいても、これは孤立しているのと同じ。

これらの男性たちを輪島市が運営しているケーブルテレビを使って、双方向に結び付けている。

顔が見えるシステムにして、何月何日に一緒に出掛けることを何日か前から、独居高齢者に投げかけている。

一日1回出かける人と2、3日に一回の人では、歩行障害の発生率が4倍違う、認知症の発症リスクが3.5倍違う。

卵を買いにいったいわしを買って来ても良い。出かけることが大切。買い物をするとき頭が働いていることが大切。

申し込んだら卵が届いてしまう仕組みではダメ。一緒に買いに行こうということが人の暮らしだ。それで人間が元気になる。

#### 4. 遠野駅前プロジェクト

シェア金沢は4年前のモデル、タウン型のモデルが最新で随分進化している。

遠野は、生涯活躍のまちに認定され 駅舎の中にホテルがあるが、その様な駅は

日本中で東京駅と遠野の2か所しかない。車中心の社会ではあるが、大型の駐車場は作らない。

遠野物語は暗がりで見るとおばけの話が有名だが、そこに居る人のありのままの暮らしぶりをそのまま見せる事が大切。地元の人がおいしそうに食べている草餅など、暮らしのそのまま、本物を見せることが大切。

駅舎を中心にデーサービスや銭湯、子育て支援、学童保育、サービス付き高齢者住宅、グループホーム、シェアハウスなどの施設を配置したら、交流人口が増え、周辺の飲食、物販の店が復活した。

全国で263箇所が生涯活躍のまちとして着手している。多くのまちがハードだと認識しているようだが、ソフトが大切。地元の人に関わりや活躍が移住者の目に留まるのが大切だということが、シェア金沢の経験から見えてきたことだ。

※<sup>1</sup>シェア金沢とは、「人が直につながり、支え合い、共に暮らす街（同ホームページ、

URL：<http://share-kanazawa.com/index.html>）」とされている。敷地面積は約1万1,000坪であり、福祉・児童入所施設、サービス付き高齢者向け住宅、天然温泉、飲食店、カフェ&バーなど多彩な施設で構成されている。内閣官房まち・ひと・しごと創生本部HPの「地方のスヌメ！～地方の元気最前線（URL：<http://nettv.gov-online.go.jp/prg/prg11932.html>）」でも詳しく紹介されている。

※<sup>2</sup>CCRCとは Continuing Care Retirement Community（直訳）継続的なケア付きの高齢者たちの共同体。

※<sup>3</sup>QOLとは Quality of Life（直訳）生活の質。



## 講演4 『三世代の自立・共生による「健康生活未来都市」を創る』

笹田昌孝氏

京都大学名誉教授、滋賀県病院事業庁長

今回の講演はタイトルが示すように「まちづくり」の提案である。一臨床医がこのテーマに至った経緯、そしてタイトルに「生活」の2文字を加えた意図から話しを始めたい。



### I. 望ましい健康づくり

#### 1. 目指すは望ましい健康

40年余り前、一医師として医療の現場に立った時、最もやっかいな病気の1つはがんであった。がんは死の病とされ、実際担当させて頂いた患者さんの経過はまことにつらいものであった。

私はこれを何とか「治したい」と考え、がんの臨床、研究へと進んだ。やがて我が国のめざましい医学・医療の発展のおかげで、がんは一部ながらも「治り」、またその治療成績は著しく改善された。これでやがては大きな目標「治す」が達成できそうだと感じた。ところがこれは大きな早合点だと患者さんから教えられた。がんは手術などで取り除かれて確かに病気と決別でき、それは大変な成果であった。しかし、元の生活とはほど遠い状態であったり、その人にとって大切な思いや失いたくない夢を打ち砕かれてしまった人にしばしば出会った。がんの治療で声を失い人と話ができない、毎日の大小の始末がつらい、乳房を失い、あるいは子供が産めなくなった大きな心の痛みなど。もちろん救命が重要であるが、その人にとってはからだの健康と同じ位こころの健康が大切だ。また、外来診察室で、からだの具合がすっかり良くなされたのに辛そうな暗い顔をして「先生、もう長生きはいいですわ。早よ死にたいわ。」の声。私達がずっと追い求めてついに手中にした世界の長寿国のつばやきである。私達が長寿を求めたのは間違いだったのかと、一瞬とまどった。

そうではない。これ迄追い求めて手中にしたからだの健康は大きな宝であり、これを土台として、これからこころの健康創りへと進めていく、この両者の揃った望ましい健康こそ医学・医療が目標とする姿であることを教えられた。

以来、「望ましい健康」を目標とし、人々が、のびのびと、はつらつと、いきいきとして日々健康的な生活ができる「健康未来都市」の構築を目指すこととなった。

からだの健康とこころの健康を併せ持って  
三世代が自立し、共生して日々健康的に暮らす



【図表1】

#### 2. 望ましい健康を創る

人々が図表1に示すような健康的な姿となるように、まずはからだの健康づくりから。

##### 1) からだの健康づくり (図表2)

からだの健康づくりを考える時、いわゆる常識や巷にはびこる宣伝文句、おどし文句に惑わされないようにしたい。からだの健康づくりを正しく進めるポイントとして、①まずは足が大切。血液の流れを助け、足は自分で生きていくための必需品。歩くことで血液の流れを助け、外に出かけて社会で活動し、こころの健康をつくる。

②からだはいろいろな臓器の寄せ集めでなく全体で一体となる。頭の前から足の先まで全部使ってこそからだの健康が出来上がる。

③からだを車と考えると、自分はドライバーの心づもりが良い。からだをよく識り上手な運転を。からだづくりに食が大切。目で賞(め)で、香りを楽しみ、舌で味わい、そしてからだの声にしっかりと耳を傾けて適量を楽しみ健康食とする。これらのポイントを具体化できる都市を構築する。

#### からだの健康づくりのポイント

- 足が大切  
: 自立、社会生活、こころの健康に
- からだは全体で一体  
: からだの健康は全身でつくる
- 自らのからだを識り、  
自ら管理、疾病予防、実践を

【図表2】

## 2) ころの健康づくり

人は胎内で生を受けるや、ころの営みが始まるだろう。このことは妊婦のみならず、家族や見護る者の協力の大切さを示す。出生とともに母親と密なふれあいを続けながら外界から種々の刺激を受け入れる。幼児、小児へと発育、発達する頃には自然環境やきょうだいを含む他者とのふれあいを通して、よろこび、不快、哀しみ、感動などの経験を積み重ねる。やがて家庭や学校における教育を基盤としながら、自らの活動を通してそれぞれの人に独自の感性、個性、人格を作り上げていく。**(図表3)** こうした自然とのふれあい、他者とのふれあいを通してころの健康を支える基盤を築き、自然の摂理である生と一体となった死を受け入れ、生ある限り自己の存在を社会の中で確認し、そして人間にのみ与えられた他者を思いはかるころのゆとりを内に育みながらころの健康を創り上げていく。

ころの健康づくりに重要なポイントが具体化できる都市を構築する。

### ころの健康づくりポイント

- 自然とのふれ合い
- 他者とのふれ合い
- 文学、音楽、芸術、科学、スポーツとの出会い
- 生と一体となった死の受け入れ
- 他者を思いはかるころのゆとり
- 社会の中で自己の存在の確認

### ころの健康を育み、発展させる

**【図表3】**

## 3. 自立と共生

### 1) 三世代の自立と共生

からだところの健康づくりはこどもたち、若者、お年寄り三世代のいずれもが自ら考え、自ら行動し、社会の一員として生活する「三世代の自立」と三世代が互いに他世代を必要として生活する「三世代の共生」によってできあがる。なお三世代の共生は三世代の同居ではない。この両者を備えて生活する三世代の健康度は極めて高く健康的な顔が浮かんでくる。**(図表1)**

健康生活未来都市の構築において望ましい健康とともに最も重要なキーワードである。

### 2) 高齢者の自立

健康づくりには三世代すべての自立が必要であるが、超高齢社会を迎えた今、高齢者の自立が特

に不可欠で急がれる。高齢者の自立に大切なことは高齢者自身が希望する内容であることだ。高齢者は決して医療福祉づけを望んでいない。自分のことは何でも自分でしたい、そして社会の一員として何らかの役割を担いながら人生を全うしたいと希望している。**(図表4)**

そこで高齢者に対する認識をはっきりと変えよう。高齢者を決して医療福祉づけにしない、そして高齢者は社会にとって邪魔者でなく歓迎すべき存在である、との視点に立つ。みんなで策を編み出し、やがて高齢者が自立し健康的な姿となった時、同時に子供達も若者も揃って健康的となっている。**(図表5)**

### 高齢者が自立し、社会で生活する

- 楽しく生活している
  - 行きたいところへ行き(足)
  - きれいな物を観て(目)
  - 人と楽しく話し(耳)
  - 好きなものを食べ(歯)
- 社会で役立っている

**【図表4】**

### 高齢者の自立は結果として

- 若者の負担が軽減され、若者を支える
- 社会活動で子供たちを育む(自然の摂理、文化を伝える)
- 健康長寿は、医療経済に寄与する
- 公的交通の利用は、低炭素社会に寄与する

**【図表5】**

## II. 健康生活未来都市

望ましい健康を追求していくと、からだところの健康を併せ持って三世代が日々健康的に生活している姿にたどり着く。この到達像の達成に必要な事項を列挙し、そのすべてを備えた生活空間を「健康生活未来都市」と名付けて具体的構築へと進めていく。**(図表6)**

### 1. 基本理念と到達像

「健康生活未来都市」は人の安寧、社会の安寧、



環境の安寧を三本柱とし、人々が穏やかなところで日々健康的な生活ができる空間である。

この生活空間は建造物や交通システム等の集合体ではなく、自然、環境、文化を基盤に交通、情報、教育、ビジネスなどが組み込まれ、必要時にサッと機能する医療を備えた生活者の健康生活を創り出す機能体である。(図表6)

## 2. 基本方針

健康生活未来都市を企画・立案する基本方針と必要な視点は次の通りである。

- 構想する都市は中小都市であり、市街地のみでなく市域全体を対象とする。
- 人々が健康的に生活する空間と位置づけ、それに則した機能と構造を備える。
- 対象は自立・共生して生活する三世代である。
- それぞれに独自性をもつ複数の中小都市が連携・協働を行い、互いの成果を活用しながら長期的かつ広域的構想とする。

## 3. 構想の設定時点

健康生活未来都市の企画立案作業に先だち、我が国の将来における重要な変化に注目して構想の設定時点を定める。医療の視点から疾病の種類と患者数に注目して、2025年、2040年、2070年を設定時点とした。

### 1) 2025年

2025年は、第2次大戦後の1950年頃に誕生した団塊の世代が後期高齢者(75歳)に達する時期である。この時点を「2025年問題」として、医療界で特に問題とするのは70歳代に特徴とする疾病と深く関係する。(図表7、8)

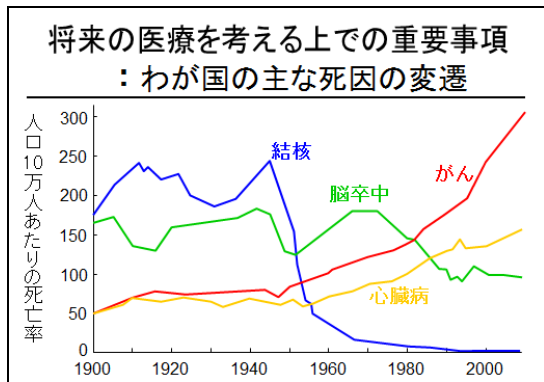
わが国で死因第一位はがん。多くのがんは男性では70歳代、女性では70歳～80歳代でピークとなる。(図表8) また死因第2位の血管病並びに今後増え続ける認知症は高齢者の病気と言ってよい。このような病気をかかえた高齢者が増加し、ピークに達するのが2025年頃であり、その対策を急がなければならない。これからの10年が極めて重要である。(図表9)

# 健康生活未来都市構想

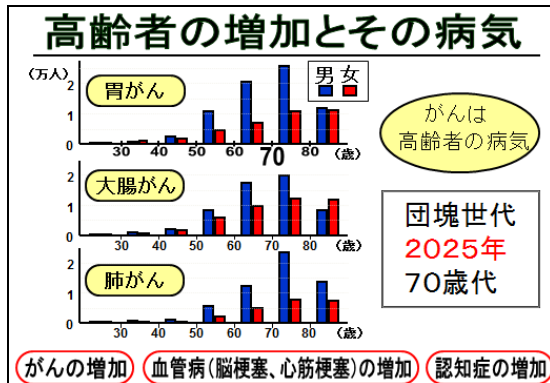
— 三世代が自立・共生し、健康的に生活し、安心して老いる街 —



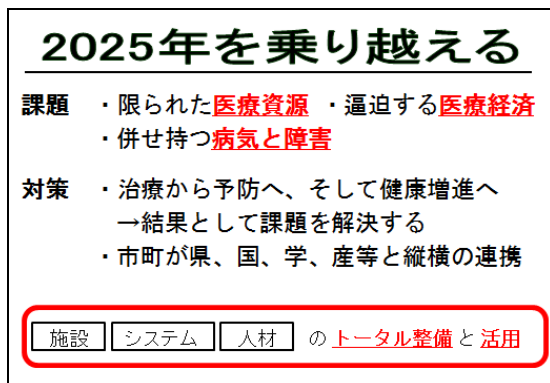
【図表6】



【図表 7】



【図表 8】



【図表 9】

#### 2) 2040年

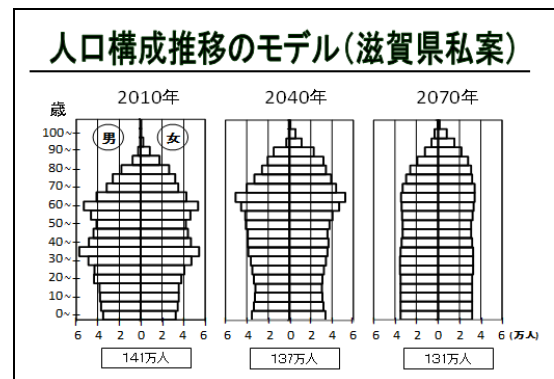
我が国においては今後とも少子化、人口減少が進む。その対策として出生数に注目するとともに、就労、特に若者の就労が重要である。

2040年はこれから生まれ出る子供たちが成人する頃で、その時、彼らが求め発刺と取り組む仕事が必要である。このことは地域再生の観点からも重要で、若者は希望する仕事のある地に向かいその地で生活を始めるだろう。若者達が住み、仕事に励む地域はやがて中・長期的に発展し地域創生を達成すると期待される。

#### 3) 2070年

2070年は年代別人口構成が一定状態になる頃である。人口構成が最もバランスの取れた鉛筆

型となって、政策をはじめ種々の計画を長期的に進めることが可能となるため構想設定に適当な時点と言える。都市構想に将来の年代別人口構成図は極めて重要であり滋賀県についての私案を参考までに示した。(図表 10)



【図表 10】

#### 4. 具体策

##### 1) からだの健康づくり

2025年に向けて疾病の種類、患者数は大きく変貌する。それらの質的、量的変化に的確に対応して2025年問題をクリアするには、ICT※1を活用し広域を対象としたシステム、合理的診療体制を可能とするシステム、そして優れた人材育成システムなどに加えて、疾病対策から疾病予防へ、疾病予防から健康増進へと向かうことが必要である。(図表 11～16)

このような目的で滋賀県で具体化あるいは進行中の事例を示す。

・**全県型医療情報システム(図表 11)**：県全域を網羅して病・病・診・在宅をつなぎ、多様な目的に活用する

・**全県型病理遠隔診断体制(図表 12)**：がん診断に不可欠の病理診断における課題(病理医不足、迅速診断、広域展開など)を解決する

・**ICT活用リハビリテーションシステム(図表 13)**：術前リハや、病床リハシステムで早期離床、早期退院を可能とする

・**病病診在宅連携体制(図表 14)**：地域包括センターを機能体として診療の流れを一連とする

・**全県型高度医療専門職の育成(図表 15)**：これからの医療に重要な役割を果たす高度な医療専門職を設置したセンターで全県対象に育成する。

・**疾病予防・健康創生センター(図表 16)**：設置したセンターを中心にして全県下に健康情報の提供(びわこ放送)や実践を支援する

さらにこの度新たに構築する「自立・共生型リハビリテーション体制」は広域を対象とした基盤構築と考えている。このような事業を学・産・公・



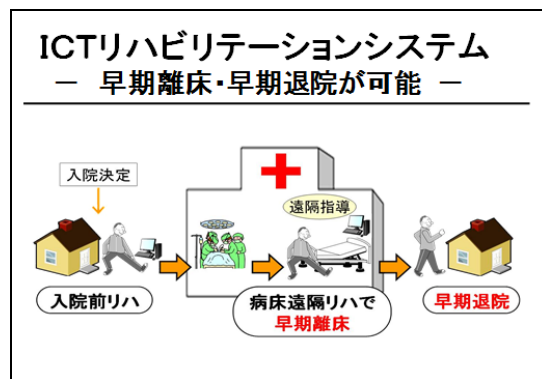
金等の協働により進めることが肝要である。こうした事業の推進に限られた医療資源や医療経済の観点から極めて有効な結果をもたらすことになる。

## 2) こころの健康づくり

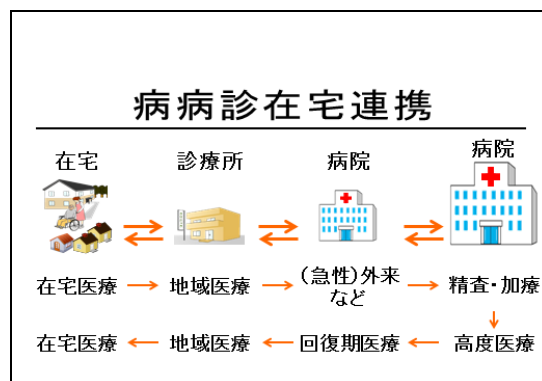
からだの健康づくりに比べてこころの健康づくりはこれから開拓する分野と言って良い。我が国の将来においては最も重要な課題と言える。認知科学、脳科学等の知見によるこころのしくみの理解と併せて、こころの健康づくりに人と自然、人と人のふれあいが基盤となる。さらに文学、音楽、芸術、科学、スポーツなどが大きな役割を担って図表3にしめすような発展につながる。これらを創りだす場づくり、体制づくりを健康都市構築の軸として位置づけることになる。(図表3)

## 5. 高齢者の健康生活具体像

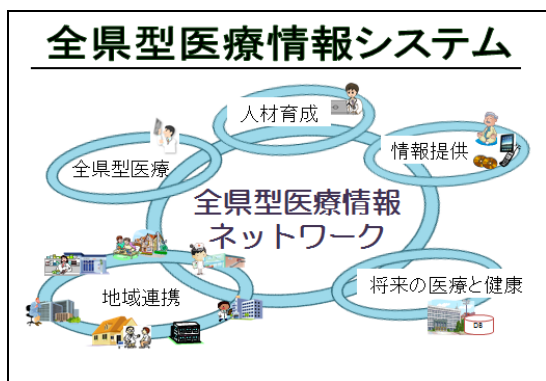
我が国の現状において、まず高齢者の健康づくりを進めるのが適当である。高齢者が日々公的交通を利用して一人で出かけ、銀行に、役所に、病院等に行き自分で用を足す。図書館や文化施設やグラウンドに行き友を交えて楽しいひと時を持つ。このような生活を成り立たせる仕組みがちりばめられた都市が良い。(図表17)



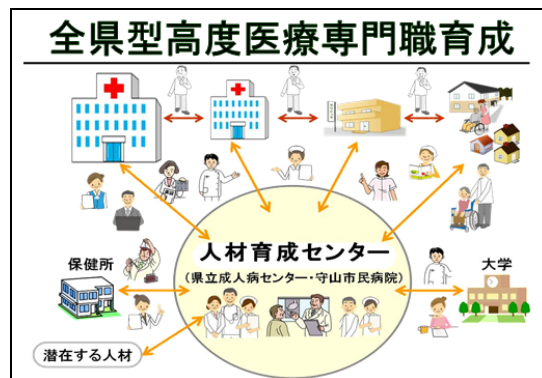
【図表13】



【図表14】



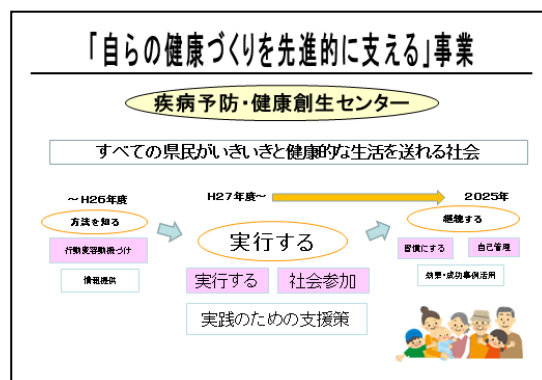
【図表11】



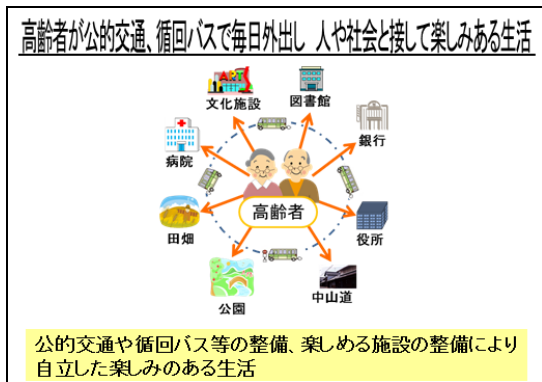
【図表15】



【図表12】

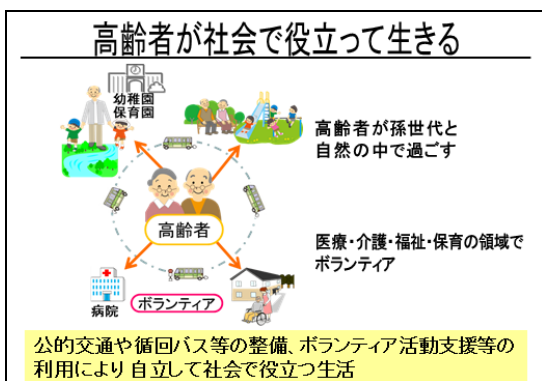


【図表16】



【図表 1 7】

住環境のイメージとしては車の入らない広場を囲んだグループハウス群（グループホームではない）などが挙げられよう。また、高齢者が社会の中に居場所があり、何らかの役に立って堂々と生きている姿である。学校から帰った孫世代と小川や林や畑に行き孫世代に自然との触れ合いを創る、幼稚園や保育園や病院でボランティアをする、子供たちを含めたいろいろな人に知恵を伝える、など。これらを支える施設、環境、システムそしてインセンティブが必要だろう。（図表 1 8）



【図表 1 8】

## 6. 健康生活未来都市のイメージ図

図表 1 9 は本稿に述べた健康生活未来都市のイメージ図で、その構築を目指して滋賀県守山市を中心に少しずつつながりながら進められている。今後、県内複数の市や他府県の市町等と連携、協働を図り、近未来に三世代が健康的な生活を送る都市の構築を進める計画である。

【図表 1 9】

## 7. 望ましい健康創生と健康生活未来都市構想の検証

望ましい健康創生を目的として健康生活未来都市を構想した。本構想が三本柱とする人の安寧、社会の安寧、環境の安寧に関する現在進行中の企画立案につき検証した。

人の安寧については概ね予定通りの作業が進行中と考えている。一方、社会の安寧については必要事項の1つ、健康産業の創生や、健康創生の視点に立った観光産業、農林水産新展開事業を計画進行中である。環境の安寧では自立支援交通システムの低炭素化や三世代による「緑(林)、実り(農)、水プロジェクト(計画中)」が寄与するかと考えている。社会の安寧、環境の安寧に関する事業の更なる推進により、本構想の目標到達に向けた検討を重ねる予定である。今後多くの事業を展開する必要がある。

## 8. 地域創生と健康生活未来都市構想

本構想で対象とした中小都市においては、地域創生には中長期的計画のもと、有機的に機能するひと、もの、仕事の体制を整え、将来まで継続して発展させる企画立案が重要で、着実な実践の積み重ねからやがてその地域に人の安寧、社会の安寧、環境の安寧をもたらされると期待される。

まずは現在の生活者を中心に現在の課題に対応した策を考えると、その地域の特性を生かしてその地域の将来を担う年代にふさわしい仕事を創生することである。産官学行政等が一体となって、新産業のシーズを萌芽させることを重要課題とする。我々も高齢者の自立生活に必要な聴覚に注目し、高齢者難聴の克服をめざした新産業の展開を計画している。（「新型人工内耳により高齢者難聴を克服し、自立した健康生活を創生する」が国立研究開発法人日本医療研究開発機構公募事業「産学連携イノベーション創出プログラム」に採択。2015.9）その地域の特性を活用したアイデアを生活者からまた広く分野横断的に募れば将来産業につながるシーズの誕生が期待される。都市の再生・発展に向けたプロジェクトや事業は1都市に限定せず広域を（例えば全県を）対象とした共同企画が大きな成果につながる可能性がある。有用性が確認できた事項は他府県と相互に共有、支援に発展させるのが良い。（図表 2 0）



# 健康生活未来都市のイメージ図



【図表 1 9】

向けた具体化策作成ではいろいろな分野、立場の方々から知財やご意見を賜わりながら到達像達成に必要とする事項として考えられるすべてを列記することとしたことなどである。

スタートから8年余り経ち、ようやく一部ながら実践の途についた。今後はさらに住民、産、学、行政等が一体となった協働により推進できればと思う。

これから先に多くの課題があり難題も生じようが、仮にこの構想が進展するならばそれは単にわが国の健康創生にとどまらず、現在そして将来に直面する様々な領域の重要課題に対して、さらに健康に関してアジアをはじめとする国際貢献において本構想が何らかの参考になることを願っている。

- 三世代が自立・共生して  
健康生活を送る未来の中小都市
  - 特色ある中小都市として  
質の高い知財を提供できる中小都市
  - 大都市、中小都市、  
まちの有機的連携により広域～全国的発展につなげる中小都市
- このような健康生活未来都市を**

【図表 2 0】

## 9. まとめ

望ましい健康の理念とその創生に向けた理論の構築に始まり、現状と課題に基づいてそれらの実現に向けた企画・立案へと進めた。ようやく実践への第一歩のところであるが、ここに至った経過を振り返るとスタート時に立った視点と作業が幸いしたと考えている。

「現在、私（個人）、物（物質）」から「将来、みなさん（他者）、こころ」を視点の軸にしたこと、そして一つ一つの課題に対する検討ではなく、先に到達像として主体である人々が望む姿を明確にして作業を始めたことだと思う。さらに到達像に

※<sup>1</sup> ICTとは Information and Communication Technology、情報・通信に関する技術の総称。