

大府市議会

議長 早川 高光 様

大府市議会厚生文教委員会

委員長 小山 昌子

報 告 書

～健康づくりについて～

令和5年3月

大府市議会 厚生文教委員会

1 はじめに

当委員会は、令和4年6月15日、本市議会におけるテーマ活動10年間の節目として過去の調査研究活動の振り返りと対応状況について、これまでのテーマ活動の内容を大きく「健康づくりについて」及び「子どもの育ちについて」の2点と整理し、以降、閉会中を中心に調査を行ってきた。

このたび、調査研究の成果を取りまとめたので、その内容を以下のとおり報告する。

2 過去の報告書の振り返り及びテーマの絞り込み

(1) 過去の報告書の振り返り

過去のテーマ活動の報告書「健康づくりについて」及び「子どもの育ちについて」の二つに分類し、報告書の内容について、委員それぞれで振り返った後、意見交換を行った。その結果、報告書の提言内容等については、おおむね対応されており、本市の事業が着実に行われていることを確認した。その後、委員から以下のとおり意見があった。

① 健康づくりについて

- ・テーマ活動を始めてからの約10年間で、健康づくりに対する市民の意識と行動が変化したように思われる。
- ・過去の提言のうち、スポーツに関する部分は、大府市スポーツ推進計画2030にほぼ反映されている。
- ・委員会から提案した「健康都市おおぶ」みんなの健康づくり推進条例が制定された。
- ・令和4年度から、子どもから高齢者までを対象とした取組として、eスポーツ（※1）プロジェクトが始まる。

② 子どもの育ちについて

- ・小中学校における電子黒板、タブレット端末を活用した授業等が展開されており、ICT教育の環境整備が進んだ。
- ・大府市幼保児小中連携教育の指針「きらきら」が改訂された。きらきらチャレンジカードの見直しがされ、現在、小中学生は、タブレット端末を活用して実施されている。
- ・日本語初期指導教室が開設されるなど、やさしい日本語と翻訳ツールの活用等が進んだ。

※1 eスポーツとは、「エレクトロニック・スポーツ」の略で、電子機器を用いて行う娯楽、競技、スポーツ全般を指す言葉であり、コンピューターゲーム、ビデオゲームを使った対戦をスポーツ競技として捉える際の名称である。（一般社団法人日本eスポーツ連合ウェブサイトより引用）

(2) テーマの絞り込み

二つのテーマについて、委員間で意見交換をしていく中で、「健康」という言葉を、テレビCM等で、以前より見掛けるようになり、日頃から「健康づくり」を意識する機会が多くなったこと、また、国勢調査の老年人口指数等を見ても、本市の高齢化の進行が確認できることなどから、今任期において中心とする調査研究テーマを「健康づくりについて」とした。

さらに、令和4年度から始まるeスポーツプロジェクトについても、健康づくりの新たな方策になり得るものとして調査研究することとした。

3 調査研究の概要

(1) 健康都市スポーツ推進課との勉強会

令和4年度に新規事業として始まるeスポーツの取組について、健康都市スポーツ推進課の職員を講師とした勉強会を開催し、更に知識を深めた。

本市におけるeスポーツは、事業運営のノウハウを吸収する目的もあり、愛知県のスタートアップ企業に選定されている企業と契約を結び実施するもので、eスポーツが健康寿命の延伸につながる一助となり得るか探っていくところである。

石ヶ瀬児童老人福祉センターにeスポーツルームを整備する記念として、令和5年1月にオープニングイベントが開催された。まずは、シニア世代を対象とし、今後、参加者の反応を見ながら、施設の利用方法を検討していくとのことであった。ゆくゆくは子ども、高校生、大学生等へと対象を拡大して多世代交流を図る取組にもなると考える。

(2) 行政視察

先進地視察として、健康都市宣言に着眼した健康づくりの取組とeスポーツの取組について調査を行った。

東京都大田区では、健康都市宣言をした日を記念してスポーツイベント等を実施することで、健康づくりに対する意識の高まりが見られ、スポーツをしている住民の割合において、平成29年では38%程度だったものが、令和4年度現在では63%程度まで上昇した。

茨城県水戸市では、健康に関する事業を取組ごとに分類し、年代ごとに見やすくした一覧表にカレンダー機能を追加した健康宣言カレンダーを全戸配布していた。

東京都西東京市では、フレイル予防に重要と言われる社会参加の促進を進める中で、関心の薄い方の参加を促すための施策の一つとしてeスポーツに取り組んだ。eスポーツは、高齢者のデジタル機器への苦手意識を払拭するきっかけとなることや、多世代交流の機会にもつながる。例えば、免許を返納した高齢者が車のeスポーツをプレイすることで、運転を楽しみながら、フレイル予防に取り組むこともできるとのこ

とであった。



茨城県水戸市への行政視察

(3) 大府市健康づくり推進員協議会との情報交換会

「健康づくり」についての市民の意見を聴くため、市民の健康づくりを支える活動をボランティアで行っている健康づくり推進員協議会の皆さんと情報交換会を行った。

健康づくりの魅力について、また、コロナ禍の影響や健康づくりの推進についての意見や感想などを伺い、意識を持って活動されている方とそうではない方へのアプローチの仕方や、世代に応じて健康づくりの取組方法を検討する必要性を感じた。



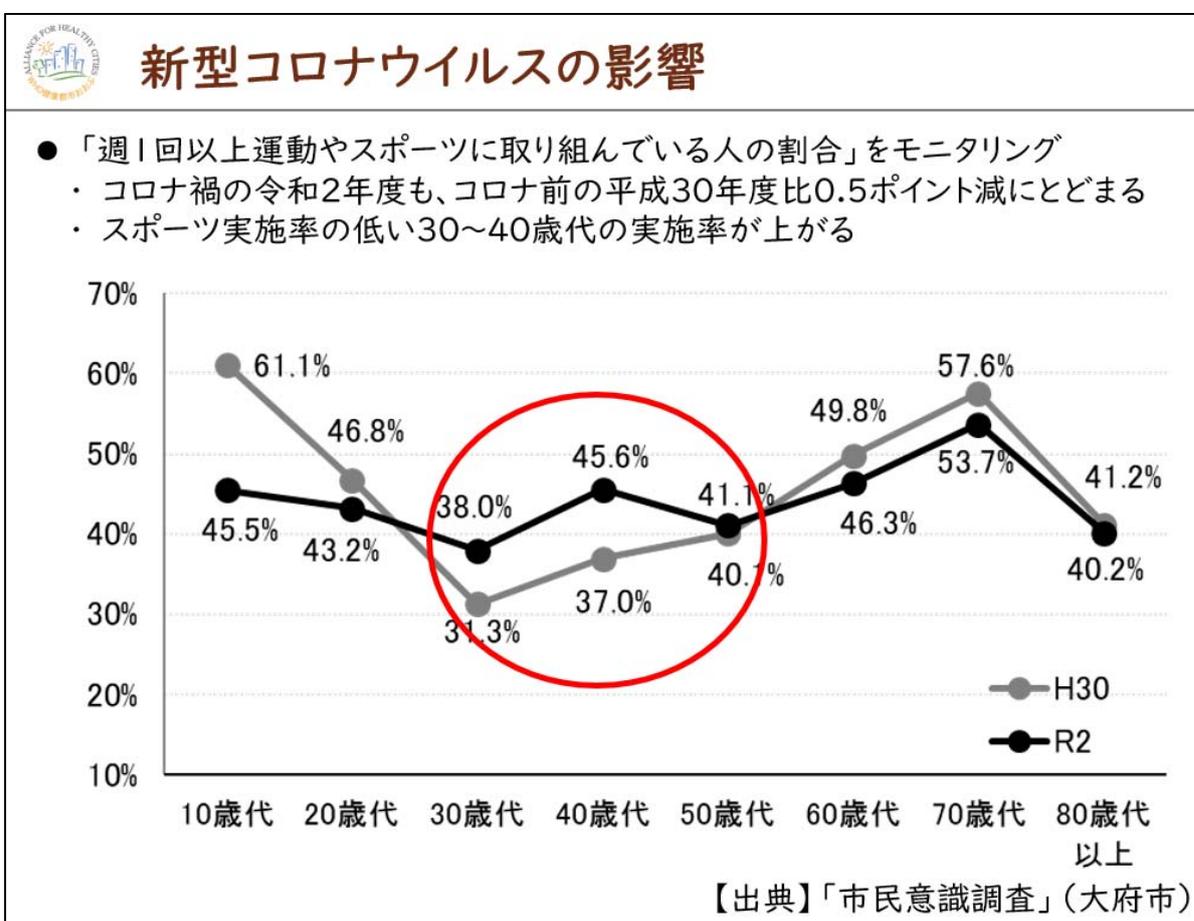
大府市健康づくり推進員協議会との情報交換会

4 調査研究の結果

(1) 健康づくりについて

委員意見交換会において、健康づくりの極意は、フレイルを構成する三要素にあること、三要素とは、「身体的な衰え」、「心理・精神的な衰え」、「社会性の衰え」であり、裏を返せば、それが健康づくりに必要なものになっているということを共通認識とした。

令和2年度の市民意識調査での「週1回以上運動やスポーツに取り組んでいる人の割合」は、コロナ禍前の平成30年度比で0.5ポイント減にとどまっている。また、スポーツ実施率の低い30～40歳代の実施率が上がっており、コロナ禍における健康づくりへの意識の高まりが読み取れる。



同様に、スポーツ庁の令和2年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」では、スポーツの実施率について、全ての年代層で前年度を上回っており、特に女性は20代～40代、男性は20代～30代の各層で10ポイント程度上昇していた。その理由としては、「新型コロナウイルス感染症対策による日常生活の変化」「仕事が忙しくなくなったから」の順で挙げられていた。

(2) eスポーツが持つ多面的な効果及び可能性

健康づくりに必要な三要素に対して、eスポーツが持つ効果及び可能性をまとめた。

① 肉体的健康

eスポーツによる運動体験を体験することによる脳と体への刺激がフレイル予防に有効とされており、健康寿命の延伸につながる可能性がある。

② 精神的健康

eスポーツは、年齢、性別、場所、障がいの有無など、始めるに当たってのハードルが低いため、気軽に楽しむことができ、多くの人との対戦や協力プレイの中で会話やつながりが生まれる。また、生涯スポーツ、パラスポーツとしての発展にも期待できる。

③ 社会的健康

eスポーツは、複数人で行うものであり、対面でもオンラインでも実施できる。多世代交流、地域活性化の促進として、高齢者の社会参加やデジタルへの苦手意識克服、男性の地域デビューや若い世代との交流もでき、ひきこもりの解消にも期待できる。



eスポーツ出張体験会の様子

5 本市に求められること

運動に取り組む人の意識は、コロナ禍において低くなるどころか、高まっていることがわかった。そこで、コロナ禍で高まった健康志向を市が実施している事業等に結び付けることで、講座やイベントの参加者を増やし、健康づくりやスポーツに取り組む習慣を身に付けてもらい、ひいては健康寿命の延伸へとつなげていけるのではないかと考える。

そのためには、本市において既に実施している様々な事業について、その時々ニーズに合わせた、より効果的な開催方法や周知・啓発が必要だと考え、委員間で検討した方策についてまとめた。

また、健康づくりの新しい取組となり得るeスポーツの効果を引き上げるために、委員間で検討した方策についてまとめた。

(1) 「健康都市おおぶ」に住む市民一人一人の意識の醸成

- ① 市制周年記念等に健康づくりイベントを開催することで、「健康都市おおぶ」を意識でき、更なる健康づくりのきっかけになる。
- ② よりわかりやすい事業等の周知方法が求められる。例えば、水戸市で作成されていたような事業の一覧表やカレンダー、LINEを活用したイベントのプッシュ配信等を行うことで、コロナ禍による健康意識の高まりをイベント等の参加につなぐ仕組みをつくることで、運動の継続性や新たなきっかけになる。さらに、「健康都市おおぶ」を意識できるように健康づくりに関する目標と、その達成方法を市民一人一人に宣言してもらい「市民宣言」を実施することで、健康づくりへの関心が更に高まる。
- ③ 世代に応じた健康づくりの取組方法を検討する。例えば、若年層や現役世代に合った内容や時間等にするすることで、参加しやすい環境を整える。

(2) eスポーツの効果を引き出すために

- ① 更に進んだフレイル予防にするための方策として、国立長寿医療研究センター、介護福祉施設、大学等、産官学で連携してeスポーツに取り組むことで、他市町にはない知見を生かした事業にすることができる。
- ② 市民への周知、参加を促す方策として、世代に応じた媒体による周知や仕掛けづくりを行うことで、世代を超えたつながりを生む等の効果が期待できる。また、参加者にわかりやすいマニュアルを作成して、導入時につまづかないように丁寧な説明を行う。さらに、体感的なeスポーツができる環境を整える。

- ③ 継続して事業を行うための方策として、多世代交流を見据えたサポーターの育成や、企業頼みにならないように指導者の育成を行う。
- ④ 参加者の健康を守るための方策として、適切な間隔で休憩時間を取る。休憩の際には、筋肉をほぐす体操や目の運動（まばたき、眼球の運動、遠くを見る等）を実施する。

6 おわりに

健康づくりについては、本人の自覚が大切であると同時に、身近な人からの声掛けや、誘われて参加したことなどがきっかけで始める機会となることを情報交換会や意見交換会等で確認した。興味関心のない方にも、目に留まりやすく「やってみよう」と思うきっかけづくりをすることで、一人一人が継続して健康増進や健康寿命の延伸に取り組めるように引き続き検討いただきたい。

今回、報告書の本編では取り上げていないが、視察を行った先進自治体での課題の一つとして、運動を行う際の場所の不足が挙げられていた。本市においても、同様な課題があると考えるため、市民への健康づくりの啓発をするとともに、健康づくりのための活動場所の提供についても、しっかりと取り組んでいただきたい。

eスポーツプロジェクトについては、令和4年度の新規事業として、現在は高齢者を対象にして取り組まれているが、順に子どもたちとの多世代交流事業へと展開されていく予定である。eスポーツは、これまで「ゲーム」として子どもたちに親しまれてきたので、過度な使用時間になることや依存リスクなどについても留意すべきである。行政が推進する事業として、対象者を広げるためにはeスポーツが持つメリットだけではなく、本市が実施している近視予防プロジェクトも踏まえ、子どもの発育への影響にも留意すべきであることを合わせて申し添える。

最後に、当委員会の調査活動に御協力いただいた全ての方々に、この場をお借りしてお礼を申し上げ、本報告書の結びとする。

調査研究の経過

- (1) 令和4年5月13日（金） 厚生文教委員意見交換会
 - ・ 1年間の活動の流れについて、委員間で情報を共有した。
- (2) 令和4年6月2日（木） 厚生文教委員意見交換会
 - ・ 1年間の活動の流れについて、委員間で情報を共有した。
- (3) 令和4年6月15日（水） 厚生文教委員意見交換会
 - ・ 所管事務調査として「健康づくりについて」及び「子どもの育ちについて」の調査を行うことに決定した。
- (4) 令和4年7月4日（月） 厚生文教委員意見交換会
 - ・ これまでの委員会のテーマ活動報告書の中で「健康づくりについて」に関する内容について、現状と反映されたこと等を確認し、委員間で共有した。
 - <平成25年度> 「健康づくりについて」
 - <平成27年度> 「健康づくりと運動・スポーツについて」
 - <平成28年度> 「健康づくりについて」
- (5) 令和4年7月22日（金） 厚生文教委員意見交換会
 - ・ これまでの委員会のテーマ活動報告書の中で「子どもの育ちについて」に関する内容について、現状と反映されたこと等を確認し、委員間で共有した。
 - <平成26年度> 「幼保児小中連携教育の推進について」
 - <平成29年度> 「子どもの教育について」
 - <令和元年度> 「児童生徒の教育環境整備について」
 - <令和2年度> 「子どもの健やかな育ちについて」
- (6) 令和4年8月22日（月） 厚生文教委員勉強会及び意見交換会
 - ・ 健康未来部健康都市スポーツ推進課職員を講師とした勉強会を開催し、委員間で意見交換を行った。
- (7) 令和4年10月12日（水）から10月14日（金）まで 行政視察
 - ① 東京都西東京市 eスポーツを活用したフレイル予防事業の推進について
 - ② 東京都大田区 スポーツ健康都市宣言について
 - ③ 茨城県水戸市 元気な明日を目指す健康都市宣言について

- (8) 令和4年11月1日(火) 厚生文教委員意見交換会
- ・ 視察後の意見交換を行い、委員間で自治体の取組について議論を行った。
- (9) 令和4年11月15日(火) 厚生文教委員意見交換会
- ・ テーマ活動全体会議について、委員間で確認を行った。
- (10) 令和4年11月22日(火) テーマ活動全体会議
- ・ テーマ活動に関する中間報告を委員長から行い、報告内容に対し、委員外議員から質疑や意見を頂いた。
- (11) 令和4年11月25日(金) eスポーツ出張体験会の見学
- ・ 老人クラブを対象としたeスポーツの体験会を見学した。
- (12) 令和4年11月29日(火) 厚生文教委員意見交換会
- ・ テーマ活動全体会議において委員外議員より頂いた質疑や意見について、委員間で意見交換を行い、報告書の内容を検討した。
 - ・ eスポーツ出張体験会の見学後の意見交換を行った。
- (13) 令和4年12月2日(金) 厚生文教委員情報交換会及び意見交換会
- ・ 大府市健康づくり推進員協議会と健康づくりについての情報交換を行い、委員間で意見交換を行った。
- (14) 令和4年12月12日(月) 厚生文教委員意見交換会
- ・ 委員間で意見交換を行い、報告書の内容について検討した。
- (15) 令和5年1月11日(水) 厚生文教委員意見交換会
- ・ 委員間で意見交換を行い、報告書の内容について検討した。
- (16) 令和5年1月23日(月) 厚生文教委員意見交換会
- ・ 委員間で意見交換を行い、報告書の内容について検討した。
- (17) 令和5年2月6日(月) 厚生文教委員意見交換会
- ・ 委員間で意見交換を行い、報告書の内容について検討した。
- (18) 令和5年2月6日(月) 厚生文教委員会
- ・ 報告書の内容を決定し、本会議で報告することとした。

厚生文教委員会委員名簿

(令和4年5月13日～令和5年4月30日)

役職名	氏名	所属会派
委員長	小山 昌子	市民クラブ
副委員長	太田 和利	自民クラブ
委員	三宅 佳典	市民クラブ
委員	加古 守	自民クラブ
委員	柴崎 智子	公明党
委員	鷹羽登久子	無所属クラブ

(備考)

正副委員長のほかは、議席番号順