

○議長 内海 猛年君

まず6番、本田議員の一般質問を許します。本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

皆様おはようございます。6番本田です。通告書に沿って質問させていただきます。

件名1、町民の健康づくりについてです。

今日は町民の健康づくりについて焦点を当て、議論を始めたいと思います。私たちの町は私たちが誇りに思う場所であり、その一環として健康なコミュニティを維持することは不可欠なこととあります。私たちは町民の健康寿命や健康状態を正確に、そして早期に把握することで問題を特定することができるようになるかと思えます。健康状態をデータ化し、見える化を進めることで予防し、また健康習慣の啓発によって健康問題に取り組むことができます。

平素から芦屋町は町民に対して、健康に関する懸念や提案を持っておられるかと思えます。今後も芦屋町と町民が共に協力して健康づくりに取り組むことが、健康な芦屋町を維持していくためには必要となります。今後さらなる高齢化が進む中、生き生きとした生活ができることは幸せなことであり、地域社会の一員として芦屋町と連携しながら健康寿命を延ばすことは、今後において重要なこととなります。第6次総合振興計画の中に、芦屋町のまちづくりの課題として、

「健康でいきいきと暮らせるまちづくりの推進」が掲げてあります。そのことも含めて、町民の健康づくりについていかがお考えかお尋ねいたします。

要旨1、芦屋町は町民に向けた健康づくりにどのような施策を計画し実施しているのかについてお尋ねをいたします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。健康・こども課長。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

お答えいたします。

第6次芦屋町総合振興計画の前期基本計画第4章「いきいきと暮らせる笑顔のまち」におきまして、健康づくりの推進等を主要施策と掲げ、健康教室、家庭訪問などにより、健康づくりの支援やがんの早期発見、生活習慣病の予防のための住民健診の実施などに取り組んでいるところでございます。

具体的な事業としまして一例ではございますが、誰でも無料で参加でき、糖尿病や高血圧などの生活習慣病についての講座やウォーキング、スロートレーニングなどを実際に行います「元気になろうや！講座」を行っております。この講座では、保健師、管理栄養士、それから健康運動指導士、歯科衛生士が講師となり、参加者の方々の健康づくりをサポートしております。

また、国民健康保険加入者で特定健診等を受診する75歳以下の方が対象の事業ではあります

令和5年第3回定例会（本田浩議員一般質問）

が、日常生活に運動を取り入れていただき、生活習慣病の予防、改善に取り組んでいただけるよう健康運動指導士と一緒にストレッチや筋力トレーニング、リズム体操などを行う「からだ、ゲンキ！教室」などを行っております。

説明は以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

今お聞きしました内容では、「元気になろうや！講座」や「からだ、ゲンキ！教室」が開催されているとのことですが、どのくらいの方が参加をされ、また参加された方々の講座に対する感想や、「元気になろうや！」の元気度はどのようなものなのかお尋ねをいたします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。健康・こども課長。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

お答えいたします。

昨年度実績ではございますが、「元気になろうや！講座」は全12回の講座に延べ75名、「からだ、ゲンキ！教室」は全40回の教室に延べ556名の方に参加していただきました。

参加された方々の感想でございますが、「元気になろうや！講座」では「保健師や管理栄養士の講話が具体的で分かりやすかった。」、「参加して自分自身の身体を見直すことができた。」、「食事や運動などを見直したい。」。また、「からだ、ゲンキ！教室」では「トレーナーの先生の指導が分かりやすく、個人個人見てくれている。」、「内容が大変すばらしい。」、「運動習慣が付き、体力が維持できているように思う。」などの感想をいただいております。また、「講座に参加して血圧が高いことに気づいた。」「この教室で刺激を受けて家でもウォーキング等、体を動かしています。」など、健康教室への参加をきっかけとしまして、参加者の方々が自分の健康に関心を持たれ、生活習慣の改善に取り組んでいただけるようになったものと考えております。

なお、「元気になろうや！講座」では参加者の身体測定等は行っておらず、効果を数値でお示しすることはできませんが、「からだ、ゲンキ！教室」では体重、腹囲等を初回と最終回に測定をしております。

令和4年度の測定結果ではありますが、体重維持または減少した割合は87%。腹囲維持または減少した割合は93%と、数字からも改善が図られ参加者の方々の健康に寄与でき、元気になっていただけたものと考えております。

説明は以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

数値に結果が反映し、参加された方々は意識の変化や生活習慣の改善につながって、講座の名前のように「元気になろうや」ということでなれたという、一定の効果があつたように今お聞きしました。

要旨の2に移ります。

「健康でいきいきと暮らせるまちづくりの推進」の中に、予防医療の充実と共に、地域包括ケアシステムを深化・推進していくとありますが、どのような内容なのかお尋ねをいたします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。健康・こども課長。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

お答えいたします。

まず私からはですね、予防医療の充実について。地域ケアシステムの深化・推進につきまして、私の説明後、福祉課長よりお答えさせていただきます。

まず、予防医療とは、新型コロナウイルス感染症などの危険な感性症を予防する、病気の重症化や再発を予防する、病気にならないように健康な状態を維持するための医療でございます。予防医療の充実を図る必要がある背景には、我が国が抱える超高齢社会の問題があります。高齢化の進展に伴い、高齢者医療費は膨らみ続け、医療費全体を押し上げている状況にあり、健康寿命の延伸に向けた取り組みが重要となっております。高齢になっても、より生き生きと元気に過ごすためには長生きするだけでなく、生活習慣病を始めとした慢性的な病気にかからないよう、対策を講じていく必要があります。このため、生活の質を高めて健康寿命を延ばすための医療、つまり予防医療が重要となります。

予防医療は、大きく3つの段階に分けることができます。

1次予防は病気を未然に防ぐ。2次予防は初期段階で見つけて対処する。3次予防はかかってしまった病気の進行を食い止め回復を目指すに分けられます。

この3つの段階を少し詳しく御説明しますと、1次予防では、がんや高血圧、糖尿病などにならないよう生活習慣の改善、適度な運動により健康的な状態を保つとともに、予防接種などにより病気を未然に防ぐ。2次予防は、定期検診や検査などで早期に病気を発見し、病気の早期治療に取り組む。3次予防では、病気になっても専門的な治療や適切な治療などにより、病気の進行や症状を抑える。また、リハビリテーションにより病気の回復や再発防止等を図ることと言えます。

これまでは、がんや生活習慣病などの早期発見、早期治療が目的の2次予防が主流でございます。

令和5年第3回定例会（本田浩議員一般質問）

したが、健康寿命の延伸のためには、特に病気を未然に防ぐ1次予防が重要となります。

このため芦屋町では、予防医療の充実のため、先ほど御説明いたしました健康教室や家庭訪問などを行い、生活習慣を見直す機会の提供や乳幼児期から高齢期までの各期におきまして、予防接種を実施し、住民の方お一人お一人の健康の増進を図っております。

また、2次予防につきましては、がんの早期発見や生活習慣病の予防のため、住民健診を実施するとともに、啓発や受診勧奨の徹底などを行っております。3次予防につきましては、病気の進行や症状を抑えるなど、医療機関において主に実施していただく内容となりますが、高齢化の進展によりまして、生活習慣と社会環境の変化に伴いまして、糖尿病患者数の増加が課題となっております。

このため、遠賀中間地域糖尿病性腎症重症化プログラムを策定し、医療機関未受診者や治療中断者に対する受診勧奨、保健指導や重症化リスクが高い対象者への保健指導により、腎不全、人工透析への移行を防止するため、医療機関等と連携し広域的に取り組んでいるところでございます。

私からの説明は以上となります。

○議長 内海 猛年君

福祉課長。

○福祉課長 智田 寛俊君

私からは、地域包括ケアシステムの深化・推進につきましてそのことについて説明したいと思います。

まず、地域包括ケアシステムとは、地域の実情に応じて高齢者が可能な限り住み慣れた地域で、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、医療、介護、介護予防、住まい及び自立した日常生活の支援が包括的に確保される体制のことを言います。地域包括ケアシステムの深化・推進ということになりますと、人口や世帯構成、地域社会の変化があっても、介護や介護予防、医療はもとより、住まい、生活支援、そして社会参加までもが包括的に確保される仕組みを地域の実情に応じて構築し、維持し続けていくこととなります。

現在、芦屋町地域包括支援センターでは、第6次総合振興計画における目標である地域包括ケアシステムの深化・推進のため、高齢者福祉計画や地域福祉計画に具体的に施策を計上し、取り組むこととしております。

以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

令和5年第3回定例会（本田浩議員一般質問）

今お聞きしました内容から、健康な体をつくる、あるいは維持をするといった心と体と目的意識を持った健康づくりの視点が必要かと思いますが、いかがお考えか、お尋ねをいたします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。福祉課長。

○福祉課長 智田 寛俊君

健康づくりの視点から申し上げますと、地域包括ケアシステムを推進する課題の1つでもあります。介護を要する状態になる前に実施する介護予防、こちらの充実が重要であると考えております。高齢者が健康な状態と介護が必要になる状態の中間の段階に、フレイルと呼ばれる状態があります。

このフレイルの予防として掲げている柱が3つありまして、1つ目が栄養、2つ目が社会参加、3つ目が身体的活動、いわゆる運動であります。体の動くうちから習慣的に運動を行い、御自身の健康寿命を延ばすことが重要になってくると考えております。

以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

要旨の3に移ります。

健康づくりにラジオ体操は身近な体操であります。御手元に、今年の夏のラジオ体操カードを配付させていただいております。この議場の中には、夏休みに、このラジオ体操カードにスタンプ押ししてもらいながら朝の体操に参加された方もおられるかと思ひますし、なかなか久しぶりにラジオ体操カードを手にした方もおられるかと思ひます。今年のカードにはポケモンが参加を促しており、詳細は、後ほどでもこのカードの右下のQRコードから体操に参加された方々の感想等の動画がありますので、御覧いただければと思ひます。おおむね楽しかったとの感想であります。

ここで少しラジオ体操について述べさせていただきます。健康づくりの一環として、身近なラジオ体操は大変有効な役割を持っていると思ひます。ラジオ体操は昭和3年に天皇陛下御即位の大礼を記念して、当時の逓信省簡易保険局が制定し、日本放送協会の協力を得て、国民保健体操の名称で国民の健康保持増進を目的として実施したことが最初とあります。今年も郵便局やかんぽ生命の支店が全国の小学校等を対象に、夏休みの前にラジオ体操カードを配付しています。

子供の頃には、ラジオ体操カードにスタンプ押しもらうことが楽しみに感じておりました。体操ですからその効果もかなり高いものがありまして、インターネットで検索してみますと、効果については、1回3分、たるんだ体にラジオ体操が効く、驚きのダイエット効果がある究極の

エクササイズとありました。

日本人なら誰もが一度はやったことのあるラジオ体操は、カード左下のラジオ体操の歌の下に記載がありますが、かんぽ生命から生まれたラジオ体操は今年で95歳と、体操のほうもかなり高齢となっております。伝統ある日本ならではのエクササイズ。老若男女誰でもできて健康維持や美容に効果があり、改めて注目が集まっているとの記載があります。その理由としては、3つありますので紹介いたします。

1、全身のあらゆる筋肉を使えるラジオ体操は、全身の約400以上の筋肉を使うと言われていいます。動きは簡単ですが、ふだんの生活では動かさない様々な筋肉や関節を動かすことができます。しかも大きく動かすことができます。

2つ目、動きが左右均等ですから、体のゆがみを正しくしてくれるラジオ体操は、左右均等に体を動かすように構成をされています。それにより体の左右の筋肉のバランスが整い、ゆがみが取れ、美しい姿勢とプロポーションをつくることができます。

3つ目、内臓も活性化をする。体をひねったり曲げたり、側面をぐっと伸ばしたりと、腹部の体幹を刺激する動きが多いので、胃腸をはじめとした内臓の動きが活発になり、血行がよくなったり代謝が上がったり便秘が解消したりと、内臓からのきれいにも期待ができますとありました。

「新しい朝が来た。希望の朝だ。」でおなじみの軽快な音楽に乗って始まる巡回ラジオ体操・みんなの体操には夏期巡回と特別巡回があり、どちらも体操会の模様がラジオから全国に生放送されています。幅広い世代に定着しており、特に夏休みのラジオ体操は日本の夏の風物として浸透しております。

ここ芦屋町におきましても巡回ラジオ体操が実施をされました。当時の開催模様がインターネット上に掲載されておりました。平成23年7月21日の記事の紹介となりますが、「芦屋町は福岡県の北部に位置し、響灘を望む遠賀川河口に広がる町です。奇岩景勝の磯を形成する海岸や白砂青松のなだらかな海岸があり、多くの観光客が訪れる海洋レジャータウンとなっています。

今回は芦屋町町制施行120周年を記念してラジオ体操・みんなの体操会が開催されました。台風の影響が心配されましたが、当日は時折小雨が降る中、1,000名以上の皆さんに参加していただき、元気にラジオ体操を行いました。」と記事が載っております。夏休みはラジオ体操が日課だったという人も多いというのではないかと思うところでもあります。

以上ラジオ体操のことについて長々と詳細を述べさせていただきましたが、そこで、昨年や今年など、最近の芦屋町のラジオ体操の開催状況についてお尋ねをいたします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。健康・こども課長。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

令和5年第3回定例会（本田浩議員一般質問）

お答えいたします。

ラジオ体操の開催状況を把握している部署がなく、直近の区長会におきまして、各自治区長への聞き取りで確認できた内容になりますが、昨年度、令和4年度になりますが、30自治区中10自治区、今年度、令和5年度につきましては、30自治区中11自治区で開催されております。

なお、ラジオ体操はいつでもどこでも誰でも気軽にできる、すぐれた運動として全国的に定着していることもありまして、実施主体は地域住民、企業、高齢者福祉施設など、様々でありますので、自治区主体のラジオ体操以外の開催状況は把握できておりません。

説明は以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

ラジオ体操の健康づくりへの効果について、先ほどから述べさせていただきましたが、町としてのお考えをお尋ねいたします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。健康・こども課長。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

お答えいたします。

ラジオ体操は体の仕組みを基本に考案された体操で、ラジオ体操は第1、第2共に13種類の運動で構成された有酸素運動でございます。

また、1つ1つの運動に目的、狙いがあり、ラジオ体操第1は老若男女問わず、誰でもできることに重点が置かれ、ラジオ体操第2は第1より運動量を増やし、職場で勤労する人などが疲労回復や能率増進を図ることができるよう、体力、能力の強化にポイントが置かれております。ラジオ体操の健康づくりへの効果につきましては、ラジオ体操を継続的に行っている方々を対象にした全国規模の調査・研究結果では、体内年齢や血管年齢、骨密度などの数値は、年代ごとの標準値に比べまして良好であることが明らかになっており、ラジオ体操が健康づくりに効果的なことは科学的にも裏付けられております。

以上のことから、ラジオ体操を正しく理解しながら、自分自身の体力等に合わせて継続的に無理なく行うことで、世代を超えた幅広い人々の健康の保持増進等の効果が期待できると考えております。

説明は以上です。

○議長 内海 猛年君

令和5年第3回定例会（本田浩議員一般質問）

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

現在、ラジオ体操の普及に向けた芦屋町としての支援についてお尋ねをいたします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。健康・こども課長。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

お答えいたします。

現在、芦屋町にはラジオ体操の普及に向けた補助金等の支援策はございません。

なお、福岡県内では、筑前町、筑後市が一定の条件を満たした団体等にラジオ体操を実施するために必要となるCDラジオカセットレコーダー、いわゆるCDラジカセやラジオ体操のCD等を給付する支援を行っております。

また、神奈川県大和市では、ラジオ体操を継続的に行っている市内の自治会に対し、1か所当たり1万円を交付するといった支援を行っている例もございます。

説明は以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

ラジオ体操は運動効果だけではなくてですね、あわせて地域コミュニティーの結束にも寄与しているものと思っております。理由としましては、健康維持や増進効果が見込めることで動ける体が維持できる、ストレス発散が見込めることで健康な睡眠が確保できる、運動は骨や関節、筋肉を満遍なく動かす全身の運動であり、全身への刺激は身体の機能を高め、体力を増進させる効果が期待できます。

また、柔軟なけがしがしにくい体づくりのための起床後のストレッチやスポーツ前のウォーミングアップにも有効となります。また一番地域のコミュニティーというところで行きますと、身近な御近所のコミュニティーの場として、子供から高齢者までの参加が見込めることで会話が弾み、顔なじみになれること等、大きな効果が期待できます。

以上の効果等を参考にいただき、今後、ラジオ体操に対して何らかの対応策を検討してみたいかと思うのですが、お尋ねをいたします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。健康・こども課長。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

お答えいたします。

令和5年第3回定例会（本田浩議員一般質問）

ラジオ体操は世代……。

○議長 内海 猛年君

ここでちょっとマイクの調子が悪いので、しばらく休憩します。

午前10時27分休憩

.....

午前10時40分再開

○議長 内海 猛年君

再開します。それでは、一時中断しましたので、健康・こども課長の答弁をお願いいたします。

健康・こども課長。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

お答えいたします。

ラジオ体操は、世代を超えた幅広い人々の健康の保持増進等の効果が期待できるとともに、議員御指摘のとおり、地域コミュニティの結束にも寄与するものと考えております。

しかしながら、健康づくりに資する体操が各種ある中で、ラジオ体操のみを対象とした支援策を講じていくべきか、現段階ではお答えすることが非常に難しい状況でございます。

説明は以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

現段階では回答が難しいといったことのようにですが、例えば講師を招いて講習会を実施し、各地区に普及を図るとか、総合グラウンドで町全体のラジオ体操を夏期休暇中に回数を取り決めて実施するなどのことについてはいかがお考えかお尋ねをします。

○議長 内海 猛年君

健康・こども課長。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

お答えいたします。

ラジオ体操をはじめ全ての運動に共通することですが、健康の保持増進等の効果を得るには、いかに継続して行うことができるかが重要と考えております。このため、ラジオ体操は自己流であると効果が半減してしまうとも言われておりますので、正しい運動のために講師を招いて講習会を実施する、また、町全体のラジオ体操を実施するといったことも必要になるかもしれません。いずれにしましても、ラジオ体操を継続的に進めていくためには、住民の方自らがラジオ体操を実施したいとお願いすることが非常に重要であると考えております。このためラ

令和5年第3回定例会（本田浩議員一般質問）

ジオ体操自体の普及や、ラジオ体操をやろうといった機運を高めていくことが必要と考えております。

今回、本田議員より、ラジオ体操に関する一般質問をいただき、ラジオ体操の効果等を町民の方々に知っていただくよい機会になると考えておりますし、当課といたしましても、健康教室等におきまして、ラジオ体操の効果や有効性を知っていただく機会の提供等のため、ラジオ体操を取り入れていきたいと考えております。

しかし、現段階ではラジオ体操に対する機運が高まっていない状況と考えておりますので、町から各自治区にお願いして講習会を実施する、また、町全体で実施するといったことは難しいと考えております。

説明は以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

今後、機運が高まっていくことを期待しまして次に移ります。

要旨4、福岡県健康アプリについて、内容と芦屋町としての支援についてお尋ねをします。

まず、健康アプリにはどのような効果が期待されるとお考えかお尋ねをします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。健康・こども課長。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

お答えいたします。

福岡県では県民の皆さんの健康寿命を延ばすため、ふくおか健康づくり県民運動を推進しております。このため、県民一人一人が日々の運動や食生活の改善、健診の受診、健康教室やイベントへの参加など、健康づくりに積極的に楽しみながら継続的に取り組んでいただけるよう、ふくおか健康ポイントアプリが開発されております。アプリでは、歩数に応じたポイント付与や協力店でのお得なポイント利用など、楽しく続けられる機能や仕組みが用意されております。

主な機能としましては、歩数や距離、消費カロリーが一目で分かり、自分の体力に応じた目標歩数を設定できる身体活動量機能、歩数を日別、週別、月別など、運動量の変化を可視化できるグラフ機能、県内の市町村内の個人やグループの歩数順位が日々更新され、楽しみながら運動を継続できるランキング表示機能、体重、血圧、食事バランスなどの記録を入力すると、健康管理ができ、さらにポイントもたまる健康記録機能などがございます。

芦屋町におきましても、このアプリを活用していただくことで健康の管理や増進だけでなく、健康意識の向上や運動習慣の定着等の効果が期待できるものと考えております。

令和5年第3回定例会（本田浩議員一般質問）

また、芦屋町の支援策についてでございますが、アプリを使って楽しみながら継続的に取り組んでいただけるよう、昨年度、令和4年度は、アプリの5,000ポイントで芦屋町商工会の商品券が当たる独自のキャンペーンを実施しております。

また、今年度、令和5年度は「必ず当たる！芦屋町限定キャンペーン」と題しまして、アプリの7,000ポイントで芦屋町商工会の商品券が500円から3,000円分、3,000ポイントで500円から1,000円分当たる独自キャンペーンを予定しており、利用者の増加や継続的なアプリの利用のため、取り組んでいるところでございます。

説明は以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

お聞きした内容によりますと、独自のキャンペーンを実施され、継続的な取り組みに支援をいただいたとのことですが、このキャンペーンの応募状況や実施されての効果等についてお尋ねをします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。健康・こども課長。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

お答えいたします。

昨年度、令和4年度の応募状況でございますが、令和5年1月末時点のアプリ利用者220名に対しまして43名の方から応募がありました。キャンペーンによる効果が全てとは言いませんが、令和3年度の新規利用者52名に対しまして、令和4年度は116名と、2倍以上の新規利用がありましたので、キャンペーンによる効果があったものと考えております。

説明は以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

健康情報を入力しまして、健康状態を把握し病気の早期発見につながる、また可視化により健康維持につながると考えておりますが、いかががお考えかお尋ねをします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。健康・こども課長。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

お答えいたします。

令和5年第3回定例会（本田浩議員一般質問）

先ほど御説明させていただきましたが、アプリの機能としまして、体重、血圧、食事バランスなどの健康記録を入力管理することができます。

また入力した健康記録の体重、血圧はグラフ化されるため、増減を視覚的に確認することもできます。このため、アプリの健康記録を入力することにより健康状態の把握、病気の早期発見の一助になるとともに、健康維持にもつながるものと考えております。

説明は以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

継続的なアプリの活用は健康的な習慣が身につき、正しい健康情報を身につけるきっかけになるかと思います。そのことが病気の早期発見につながり、予防医療の面から大きな効果が期待できるとは思いますが、いかがお考えかお尋ねをします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。健康・こども課長。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

お答えいたします。

議員ご説明のとおり、継続的なアプリの活用が健康的な習慣が身につき、正しい健康情報を身につけるきっかけになると考えております。このため、健康的な状態を保ち、病気を未然に防ぐ……。

○議長 内海 猛年君

申し訳ありません。ちょっとマイクが、またちょっと中断してますので。——ちょっとここでしばらく休憩いたします。

午前10時48分休憩

.....

午前10時51分再開

○議長 内海 猛年君

すいません。ちょっとマイクの状況が悪いので執行部の答弁は演壇でお願いいたします。

それでは、ただいまより再開いたします。

執行部の答弁、健康・こども課長お願いします。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

お答えいたします。

議員御説明のとおり、継続的なアプリの活用は健康的な習慣が身につき、正しい健康情報を身

令和5年第3回定例会（本田浩議員一般質問）

につけるきっかけになると考えております。このため、健康的な状態を保ち病気を未然に防ぐ1次予防とともに、健康記録機能による健康管理等によって病気の早期発見、早期治療に取り組む2次予防につながるため、予防医療の面からも効果が期待できるものと考えております。

説明は以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

健康状態を体が動ける状態で維持することは、社会活動に参加するなど大きく自分自身の行動が活発になり、健康に関してのモチベーションが上がり、ほかとの交流にもつながり、地域全体の健康意識の向上につながるかと思えます。そういうふうには思っておりますが、いかがお考えかお尋ねいたします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。健康・こども課長。

○健康・こども課長 本郷 宣昭君

お答えいたします。

健康寿命の延伸のためには社会活動の参加などといった、人との関わりを持つことが大切であると言われております。実際に社会参加が活発な人ほど、要介護認定を受けたり認知症を発症したりする割合が減ることが明らかになっております。このため、健康に関してのモチベーションが高く、社会活動等に参加する意欲的で活動的な方が地域に増えることで、地域全体の健康意識の向上の一助になると考えております。

説明は以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

私も福岡県の健康アプリを活用しまして、健康のため時々散歩をしているんですけども、ここ最近、非常に芦屋町の登録の方が増えているのが実感として分かります。

先ほど言われましたランキングの話ですが、1位から100位までということで、新しいお名前がたくさん載っていることを見ますと、新たな方々が参加されてるんだなということを感じておるわけですが、これもひとえに担当課の方の職員さんにお聞きしますと、自治区での説明会のときに、資料も持たれて説明をしたりとか、あるいは健康相談の際にそういったアプリのことを周知しているということをお聞きしておりますので、担当課の方々の職員さんの努力が結果につながっているんだろうなというふうには思っております。

次に移ります。

要旨の5、町民の健康寿命を延ばしていく健康づくりについて、自治区の関わりについてお尋ねをします。

町民の健康寿命を延ばしていく健康づくりについて、自治区との関わりも大きな意味があると思います。令和5年版の高齢社会白書から抜粋となりますが、我が国の総人口は令和4年10月1日現在、1億2,495万人となっています。65歳以上人口は3,624万人となり、総人口に占める割合、高齢化率も29%となりました。65歳以上の人口は昭和25年には総人口の5%に満たなかったんですけれども、昭和45年には7%を超え、さらに平成6年には14%を超えたということで、高齢化率はその後も上昇し続けて、令和4年10月1日現在は29%になっております。社会保障の給付費、年金、医療、福祉、その他を合わせた額のことなんですけれども、この全体について見ますと、令和2年度は132兆2,211億円となり、過去最高の水準となりました。先進諸国の高齢化率を比較してみると我が国は昭和55年代までは、下のほうにいたんですけれども、平成2年、1990年代にはほぼ真ん中あたりになりまして、平成17年には最も高い水準となって、今後も高い水準が続くと見込まれていると記載があります。

以上のことから、高齢化社会は避けて通ることができない現状があり、1人でも健康状態を良好に維持できるように、芦屋町としては、実施している施策にPDCAサイクルによる検証を重ね健康づくりに寄与することが重要かと思えます。

今後、各自治区の高齢者への健康づくりには、自治区の間わりが大きくなってくるものと思われませんが、いかがお考えかお尋ねをします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。福祉課長。

○福祉課長 智田 寛俊君

高齢者の健康づくりにつきましては、本田議員がおっしゃられたように自治区の間わり、こちら大変重要になってきます。健康づくりの施策を行政主体として、仮に小学校単位で実施しましても、規模が大きくなりきめ細かな対応ができません。また、興味のある方は率先して参加いただけたとしても、そうでない方の参加はあまり望めず、施策が浸透しない可能性があります。だからといって規模を小さくして全地区に役場職員が出向いて実施するにしても、町の職員体制では実施回数が制限されるなど効率的ではないと考えます。

このようなことから、自治区が主体となって健康づくり、もっと広く言えばフレイル予防の拠点を運営していただくことが重要であるというふうに考えております。

以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

今後は健康な高齢者が地域のコミュニティーを支える中心になっていくと思われまます。老人会だけにとどまらずに、各種団体の役員の担い手も高齢者である地域社会が訪れることが予測されます。であるならば、健康寿命を延ばしていく施策が今の地域では重要な位置づけとなりうると考えておりますが、いかがお考えかお尋ねをします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。福祉課長。

○福祉課長 智田 寛俊君

国は、令和元年度に健康寿命延伸プランを作成しまして、2040年、令和22年になりますが、それまでに男女ともに健康寿命の3年以上延伸を掲げました。その中で具体的な取り組みの柱としまして、介護予防、フレイル対策、認知症予防、こちらが位置づけられており、住民主体で実施される憩いの場のさらなる拡充が求められております。通いの場には、介護予防に直結する取り組みや仲間と楽しめる活動があるため、地域の高齢者には様々なメリットがございます。高齢者一人一人が主体となり活動することで、自身の役割、生きがい、楽しさを見出すことができるため社会参加への意欲が高められます。

また、通いの場に参加して軽い運動やストレッチなどを行うことで、自宅で過ごすよりも身体活動量が増えるため介護予防にもつながります。さらに通いの場では、茶話会など仲間と会話してもらったり、様々な学びのプログラムで脳を使ったりすることで認知症予防も期待できます。

このような通いの場を充実、拡充することが健康寿命を延ばしていく重要な施策であると考えております。芦屋町では、現在通いの場といたしまして、自治区公民館体操や地域交流サロンを推進しております。自治区公民館体操は現在17の自治区で実施しております。自治区が主体となり、身近で通いやすい自治区の公民館に集まって開催してもらっています。いつまでも健康に暮らしていくために、体操を習慣化することを目的として町から講師を派遣して行っております。

町としましては、別に体操サポーター養成講座を開催し、体操についての知識を学んだ高齢者の人材育成にも取り組んでおります。講師派遣がないときにでも、それぞれの自治区で自主的に運営できるよう努めているところでございます。地域交流サロン、こちらも自治区主体で行ってもらっており、現在23の自治区で実施しています。うち、3つの自治区では現在休止中なのですが、新たに金屋区が実施予定というふうになっております。地域交流サロンでは、高齢者が定期的に集まりまして体操や脳トレ、茶話会等で触れ合うことを通じ、高齢者の引きこもりの防止や孤立感の解消、健康づくりを図っているところです。

町としましても、令和5年度には、今年度ですが、サロン同士の交流会を開催し、他のサロンの

令和5年第3回定例会（本田浩議員一般質問）

実施内容を共有することで、各サロンの活動内容の充実に向けた支援をしたいと考えております。

また、新たにサロンの開始を希望する自治区に対しましては、外部アドバイザーを招き、サロンの効果的な運営方法をレクチャーしてもらうなどの立ち上げ支援を現在行っておりまして、こちらを引き続き行っていきたいというふうに考えております。

以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

自治区の役員の担い手をするにも動ける体を維持しておく必要があります。芦屋町として、自治区としても、人生経験が豊富であり、健康良好状態を維持された高齢者が関わってくことを鑑みますと、健康づくりをさらに踏み込んで実施していく必要が重要であるかと思っておりますが、いかがお考えかお尋ねをします。

○議長 内海 猛年君

執行部の答弁を求めます。福祉課長。

○福祉課長 智田 寛俊君

福祉課といたしましては新たな施策をするのではなく、先ほど本田議員もおっしゃられましたが、PDCAサイクルによる評価検証により現在の施策のさらなる充実が重要であるというふうに考えております。コロナ禍によりまして、自粛をやむなくされていた通いの場をコロナ禍以前、コロナ禍前以上に活性化できるよう、現在の実施している地区でアンケートを実施し、必要な改善等を行っていききたいと考えております。

また、未実施自治区におきましては積極的な広報を行い、興味のある自治区に対して積極的な立ち上げ支援を行っていききたいと考えております。

今後も高齢者がいつまでも元気に活動し、地域の人たちとつながり、社会参加しながら生活するため、これらの通いの場が地域の介護予防、健康づくりの拠点となるよう町としても支援を行っていききたいと考えております。

以上です。

○議長 内海 猛年君

本田議員。

○議員 6番 本田 浩君

今後迎えるであろう超高齢化社会においては、早め早めに芦屋町のほうで自治区の役員等の担い手不足に対する理解をさらに深めていただき、課題解消に向けた人材の育成や研修を実施していただき、担い手となる地域リーダーのスキルや知識の向上をサポートしていただくことは重要

令和5年第3回定例会（本田浩議員一般質問）

かと思えます。

特に今回の質問に限って述べますと、健康状態をサポートするプログラムや町内の福祉施設との連携ができるさらなる環境を整えることが、地域の役員が共に情報を交換し活動できる、自治区活動に参加されている方々が共同の目的を持って、地域の健康利益を向上させることが重要かと思えます。

また、今後地域の自治区役員の高齢化については、自分自身の健康準備が必要となると考えております。年齢が上がっても地域の一員として社会貢献ができることは、充実した時間を過ごすことができることになり、同じような立場の人々が連携し、知識や経験を共有できるような協力関係も先ほど申しましたラジオ体操には顔なじみになれるという大きな力があるかと思えます。

私は今回の質問でぜひ芦屋町に今後、協力的にラジオ体操をするという場面を多くつくっていただきたいなというふうに希望して提案をしておりますが、今日の質問ですね、私がシステムと相性が悪いのか、以前もマイクトラブルがあった記憶があるんですけども、なぜかここに1時間以上いる気がしております。

私の一般質問はこれにて終わらせていただきます。

○議長 内海 猛年君

以上で、本田議員の一般質問は終わりました。