

スポーツ・健康調査特別委員会中間報告書（案）

1 調査の目的

スポーツを通じた健康づくりは、健康増進、介護予防、生きがいの創出など、あらゆる世代にとって有益であり、健康寿命延伸の一助となることから、超高齢社会を迎える中、その重要性は増している。

区では、「いたばし健康プラン～板橋区健康づくり21計画（第二次）～」を策定し、多様な部署が連携しながら、区民の誰もが健康でいきいき暮らせる生涯を通じた健康づくりと福祉のまちづくりを実現するため、さまざまな施策が打ち出されている。

しかし、高齢化が進む近年においては、要介護・要支援認定者数が年々増加しており、介護予防の視点のひとつとしてスポーツの活用が注目されている。従来の病気の早期発見や早期治療を中心とする「二次予防」だけでなく、病気を予防する「一次予防」にも注力しつつ、高齢者の生きがい創出とともに健康寿命の延伸を目指すことも重要である。

また、区民が健康で暮らすためには、健康の保持増進のための機会創出や、子どもから大人までの幅広い層を対象としたスポーツの積極的な実施など、さらなる事業の拡充が求められている。

こうした中、区は、平成27年度からスポーツと健康づくり分野を融合させた「いたばし健康づくりプロジェクト」を開始し、企業との連携による事業展開により区民の健康づくりへの機運醸成を図っており、今後も効率的・効果的なヘルスプロモーションを積極的に行う環境が整備されることが求められている。

については議会としても、区民の健康寿命の延伸のため、スポーツを通じた健康づくり・コミュニティの活性化・介護予防対策等を確立すべきそれらの対策について調査・検討を行うこととした。

2 活動方針

『スポーツ分野と連携した健康づくり事業について』

平成 25 年 1 月に策定された「いたばし健康づくりプラン～板橋区健康づくり 21 計画（第二次）～」を踏まえながら、子どもから大人、障がい者など幅広い層を対象に、健康の保持増進を目的としたスポーツに親しむ機会を増やし、スポーツ人口の増加につながるなど、スポーツ分野と連携したさらなる健康づくり事業拡充のため、その必要な対策について検討し、提言を行う。

また、高齢化が進む近年において、スポーツを活用した介護予防、コミュニティの活性化、生きがい創出など、健康寿命延伸のため、その必要な対策について検討し、提言を行う。

さらに、平成 27 年度から開始する「いたばし健康づくりプロジェクト」を契機に、企業との連携による事業展開により、今後も効果的・効率的なヘルスプロモーションを積極的に行う環境整備を図るため、提言を行う。

3 調査の経過

第 1 回 平成 27 年 5 月 22 日

| 議 題 | 内 容 |
|---------------|-----------------------------------|
| 正副委員長等の互選について | 委員長・副委員長の選任と、理事会の設置及び理事委員の選任を行った。 |

第 2 回 平成 27 年 6 月 19 日

| 議 題 | 内 容 |
|----------------------------|--|
| 1 活動方針について | 1 活動方針について協議し、全会一致をもって決定した。併せて活動スケジュールの提案があり、了承した。 |
| 2 いたばし健康づくりプロジェクト事業の概要について | 2 理事者から報告を受け、委員から質疑及び意見が出た。 |

第 3 回 平成 27 年 10 月 2 日

| 議 題 | 内 容 |
|----------------------------|------------------------------------|
| 1 株式会社タニタの健康づくりに関する取組みについて | 1 健康づくりに関する取組みの事例として、株式会社タニタを視察した。 |
| 2 活動方針に沿った提言の検討について | 2 活動方針に沿った提言について、委員から意見が出た。 |

第4回 平成27年12月 8日

| 議 題 | 内 容 |
|--------------------------------|-----------------------------------|
| 1 活動方針に沿った事業の実施状況について | 1 理事者から報告を受け、委員から質疑及び意見が出た。 |
| 2 スポーツ・健康調査特別委員会中間報告書（骨子案）について | 2 中間報告書（骨子案）の内容について協議し、委員から意見が出た。 |

第5回 平成28年 2月26日

| 議 題 | 内 容 |
|---------------------------|-----|
| スポーツ・健康調査特別委員会中間報告（案）について | |

4 活動方針に関する現状報告

調査・検討を行うに当たり、現状を把握するため、以下のとおり説明を受けた。
ここでは、委員会において執行機関から受けた報告資料の概要を掲載する。

■いたばし健康づくりプロジェクト事業の概要について

■活動方針に沿った事業の実施状況について

■いたばし健康づくりプロジェクト事業の概要について

- 1 目的
- 2 事業概要
- 3 各種コース概要
- 4 平成 27 年度のスケジュール
- 5 平成 27 年度予算額

■活動方針に沿った事業の実施状況について

第 2 回いたばしウォーキング大会

- 1 概要
- 2 実施日時及び場所
- 3 実施状況
 - (1) 参加者数頭
 - (2) 大会コース

いたばし健康づくりプロジェクト・商店街事業

- 1 概要
- 2 実施状況

第 13 回「いたばし健康まつり」

- 1 概要
- 2 対象
- 3 実施状況

認知症予防事業 脳力アップ教室

- 1 概要
- 2 対象
- 3 実施状況
- 4 認知症予防事業の効果と今後の事業展開

障がい者スポーツ大会

- 1 概要
- 2 対象
- 3 実施状況
- 4 効果と今後の事業展開

5 先進事例の視察

当特別委員会は、10月2日に株式会社タニタの視察を行った。ここでは、下記調査事項における事業の状況等の概要について紹介する。

《調査事項》

株式会社タニタの健康づくりに関する取組みについて

株式会社タニタの健康づくりに関する取組みについて

1 株式会社タニタの概要

(株)タニタは、シガレットケースや貴金属宝飾品などの製造販売をてがけた金属加工メーカーとして創業し、独自の技術力で様々な製品を製造し、平成6年に世界初となる「家庭用体脂肪計付ヘルスマーター」を発売した。現在は、健康総合企業として日々の生活から体調管理、トレーニングをサポートする活動量計、医療施設向け体組成計・体脂肪計等の「健康をはかる」商品を多岐にわたり開発・製造している。タニタが手掛ける製品は、研究、開発から製造までを自社で徹底して品質管理し、国内だけでなく国外120カ国以上で販売されている。

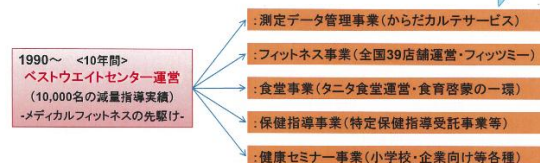
2 健康づくりに関する取組み

(株)タニタは、社員の健康増進とメタボリックシンドロームゼロの達成のため、平成21年から、『集団健康づくりパッケージ「タニタの健康プログラム」』を実施している。本プログラムは、施設設置型の測定機器を活用し、からだの状態を「見える化」することで行動変容の促進を図り、測定後のフィットネス事業、保健指導事業、健康セミナー事業等を健康づくりシステムとして確立させたものである。

TANITA 「タニタの健康プログラム」特徴①

タニタは、個人の健康づくりの為に測定機器のみでなく、集団利用向けの施設設置型の測定機器の製造販売も行っています。また自社で、はかった後の下記各種サービスを行っています。

お客様の生の声を反映できるのが強みです！



(タニタには継続できる減量の仕組みやノウハウが醸成されています)

集団向けの健康づくりシステムとしてパッケージ化それが「タニタ健康プログラム」です！

TANITA 「タニタの健康プログラム」特徴②

はかることから始まる健康づくりを推奨します



TANITA 「タニタの健康プログラム」特徴③



タニタ本社で本プログラムを稼働させた結果、健康づくりに顕著な成果が見られ、メタボ解消成功事例（職場編）として平成24年版厚生労働白書に掲載されたほか、平成25年には、第2回健康寿命をのばそう！アワード厚生労働大臣最優秀賞を受賞した。

また、(株)タニタは経営理念である「我々は『はかる』を通して世界の人々の健康づくりに貢献します」を自ら実践する場として、平成11年に社員の健康の維持・増進を目的に、本社に社員食堂をオープンした。「おいしく、お腹いっぱい食べていたら、知らないうちにやせていた」をコンセプトに運営するスタイルがメディアの目にとまり、『体脂肪計タニタの社員食堂』（書籍）が発売された。平成24年1月11日に上記書籍のレシピを基にしたメニューを提供する「丸の内タニタ食堂」を東京・丸の内にオープンし、その後も全国に提携店舗を増やしている。



3 社会・地域貢献事業

<タニタ健康大賞>

国内において健康づくりに貢献している個人、団体の中から年1回タニタ健康大賞を贈呈している。

<ふれあい広場健康まつり>

タニタ本社敷地内で地域住民との相互交流を深め、より良い街づくりを推進するために平成5年8月から年1回、健康をテーマに開催している。

<板橋 City マラソン (旧：東京・荒川市民マラソン) >

東京で初の本格的市民マラソン(日本陸上連盟公認コース)である板橋 City マラソンに、平成10年第1回大会から特別協賛している。

タニタ健康大賞



贈賞式の様子:タニタ社長・谷田千里(左)と第71代横綱・鶴竜関(右)

ふれあい広場健康まつり



板橋Cityマラソン



3 自治体・企業との連携

平成 27 年度からは、「栄養・食生活」と「運動」の分野で板橋区と連携し、いたばし健康づくりプロジェクト事業を展開している。「タニタの健康プログラム」の一つである「測定データ管理事業（からだカルテサービス）」を活用し、効率的・効果的なヘルスプロモーション活動を推進し、地域住民の健康増進に寄与している。参加者には活動量計を配布し、ウォーキングなどの運動後に、活動量、体重、体脂肪率、筋肉量、血圧等のデータを測定できるように区内の体育施設や健康福祉センター等に計測スポットを設置している。測定結果を（株）タニタの専用 WEB サイト「からだカルテ」でデータ管理することにより、からだの状態や成果が「見える化」し、自らの健康管理に役立てることを目的としている。

いたばし健康づくりプロジェクトスタート



板橋区版からだカルテ



また、積極的かつ継続的にプロジェクトに参加できるよう「楽しく歩く」ための観光スポット紹介や、「食事や運動」をテーマとしたセミナーも開催し、「大山 SUKUSUKU カフェ&キッズ」ではタニタ監修の食事を提供している。



（株）タニタは、ICT・WEB の最先端技術を活用し、ハード機器の製造・販売だけでなく、系列会社と協力し、ソフト開発にも力を入れている。また、独自の健康プログラムについても、全国の各自治体・企業に展開し、健康づくりに貢献している。



6 まとめ

スポーツ・健康調査特別委員会は、平成27年度の活動方針を「スポーツ分野と連携した健康づくり事業について」とし、平成25年1月に策定された「いたばし健康プラン～板橋区健康づくり21計画（第二次）～」を踏まえながら、スポーツ分野と連携した健康づくり事業を整理し、区民の健康の保持増進の機会創出や幅広い層を対象としたスポーツの積極的な実施に向けた検討を行ってきた。

今後も区民の健康寿命延伸のため、効果的・効率的なヘルスプロモーションを積極的に行う環境整備を図るため、本委員会で出された意見や提案の実現に向け、十分斟酌されるよう求めるものである。

（1）本区の取組みの評価

区は、健康日本21に基づき「いたばし健康プラン～板橋区健康づくり21計画（第二次）」を策定し、多様な部署が連携しながら区民の誰もが健康でいきいき暮らせる生涯を通じた健康づくりと福祉のまちづくりの推進をしてきた。

しかしながら、高齢化が進む近年において、要介護・要支援認定者数が年々増加しており、介護予防の視点のひとつとしてスポーツの活用が注目されている。その他、健康の保持増進、コミュニティの活性化、生きがい創出など、健康寿命延伸のため、スポーツに親しむ機会創出やスポーツ人口の増加につなげ、スポーツ分野と連携したさらなる健康づくり事業の拡充が課題となっている。

今年度の取組みとして、スポーツと健康づくり分野を融合させた「いたばし健康づくりプロジェクト」を開始し、企業との連携による事業展開により区民への健康づくりへの機運醸成を図っていることは評価するところである。

今後も引き続き、さらなる区民の健康寿命の延伸のため、スポーツを通じた健康づくり・コミュニティの活性化・介護予防対策等が図られるよう求めるものである。

(2) 本区の実組みの課題

高齢化が進む近年において、要介護・要支援認定者数が年々増加しており、病気の発見や早期治療を中心とする「二次予防」だけでなく、病気を予防する「一次予防」にも注力し、高齢者の生きがい創出とともに健康寿命の延伸を目指すことが重要である。

今後、子どもから大人、障がい者など幅広い層を対象に健康の保持増進を目的としたスポーツに親しむ機会創出、スポーツ人口の増加、コミュニティの活性化、生きがい創出など健康寿命延伸のための効果的な対策について検討が求められている。

(3) スポーツ・健康に関する提言

I スポーツ分野と連携した健康づくり事業について

①環境整備

- ・スポーツを通じた健康づくりが継続できるよう、グループづくりやライフスタイルに合わせた環境整備をする等、既存事業を見直すべきである。
- ・医療費削減やコミュニティの醸成のため、公園の健康遊具の充実や散歩コースを整備し、積極的に利用できるよう検討すべきである。
- ・若い世代や障がい者など、さまざまな人がスポーツに親しめるよう周知方法や利用可能時間についての工夫、障がい者を支える人材育成を行う等、環境整備をすべきである。
- ・スポーツを活用した介護予防、コミュニティの活性化で健康寿命延伸に取り組むべきである。
- ・平日昼間に空いている競技場等を活用し、初心者が気軽にスポーツを行える機会を設けるべきである。
- ・スポーツを通じた健康づくりに取り組む企業を支援する都の制度等との連携について検討すべきである。

②いたばし健康づくりプロジェクト

- ・家族や仲間など、周囲の方を巻き込んで参加ができるよう検討すべきである。
- ・事業を推進しつつ、今後の方針や「いたばし健康プラン」のアピール方法を検討すべきである。
- ・参加者がプロジェクト終了後も、健康管理・健康づくり活動を継続できるような支援の仕組みを検討し、予算を有効に活用すべきである。
- ・事業終了後に健康寿命延伸、医療費の抑制、削減の効果を研究・検証をしたうえで、結果を他の自治体にも情報発信すべきである。
- ・事業を通して区民が自主的に健康管理をし、介護予防につなげる仕組みを検討すべきである。
- ・事業の一環として、銭湯にも体組成計を設置できるよう検討すべきである。

- ・商店街連携として「測定」をキーワードに、定期的な健康づくりイベントなどのコラボレーションを検討すべきである。
- ・いたばし健康づくりプロジェクト推進のために空き店舗を活用したコミュニティカフェを利用しているが、区内全域で展開するためにも既存のコミュニティカフェやボランティア団体との協働や、商店街活性化という視点での検討が必要である。

③地域の活動

- ・各地域で行っているラジオ体操を健康づくりにつなげられるよう、区内全体への周知方法を検討すべきである。
- ・ラジオ体操だけでなく、ふるさといたばし体操等の活動をPRし、健康づくりにつなげるべきである。
- ・老人クラブについて名称変更等の工夫も含め、加入促進を検討すべきである。

④周知

- ・板橋区シティプロモーションのホームページ内で、いたばし健康づくりプロジェクトが紹介されているが、ラジオ体操を実施している公園や、ジョギングコース、銭湯との連携事業についても掲載すべきである。
- ・学習スポーツガイドを活用し、高齢者だけでなく幅広い世代のサークル活動や個人でも参加できるスポーツを紹介すべきである。
- ・メタボリックシンドロームの予防策を周知する方法を検討すべきである。

⑤庁内での連携

- ・消費者センターと連携し、健康・スポーツに関連する疑わしい健康器具の販売等について注意喚起すべきである。

⑥地域の企業等との連携

- ・医療機関、企業と連携し、運動や食生活の健康管理が見える化する等の健康づくりにつながる仕組みを検討すべきである。
- ・企業が有するスポーツチームのノウハウを地域活動に活かせるよう、企業と地域の連携を区として積極的に支援すべきである。
- ・株式会社タニタと連携し、区職員のメタボリックシンドローム対策を組織ぐるみで行う等、区としても先進的な自治体となるよう付加価値を高めるべきである。
- ・従業員の健康維持のために、本事業を活用できるスキームを検討し、企業や事業者がいたばし健康づくりプロジェクトに参加してもらうよう働きかけるべきである。