

いつまでも 「健幸」に暮らせる街 たつのを目指して

～高齢者の生活支援のためのコミュニティ力向上～

同志社大学 政策学部 田中宏樹ゼミ

3回生 西野拓海 西山菜都子 酒井香穂 古島光舟

たつの市

澤田和典 成定大貴 曾谷 翔

目次

1 現状分析

2 問題設定

3 私たちの考え

4 高齢者支援の現状

5 提言の方向性

6 政策提言

7 参考資料 文献

1 現状分析

現状分析～はじめに～

高齢化

健康

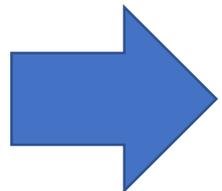
コミュニティ

交通

近隣自治体との比較

市区町村名	総人口	0～59歳	60～69	70～79	80以上
たつの市	76276	48348 (63%)	10480 (14%)	10771 (14%)	6677 (9%)
姫路市	535982	363882 (68%)	63267 (12%)	67271 (13%)	41562 (6%)
太子町	34128	23324 (68%)	4112 (12%)	4471 (13%)	2221 (5%)
赤穂市	47391	29238 (62%)	6468 (14%)	6805 (14%)	4880 (10%)
相生市	29215	17230 (59%)	3908 (13%)	4843 (17%)	3234 (22%)
兵庫県	5549568	3672486 (66%)	721274 (13%)	685636 (12%)	470172 (8%)

令和2年住民基本台帳年齢階級別人口（市区町村別）より
割合は小数点以下四捨五入



姫路市や太子町と比較しても高齢者の比率が高く、
県全体よりも高齢化が進んでいる。

たつの市の地域ごとの特徴

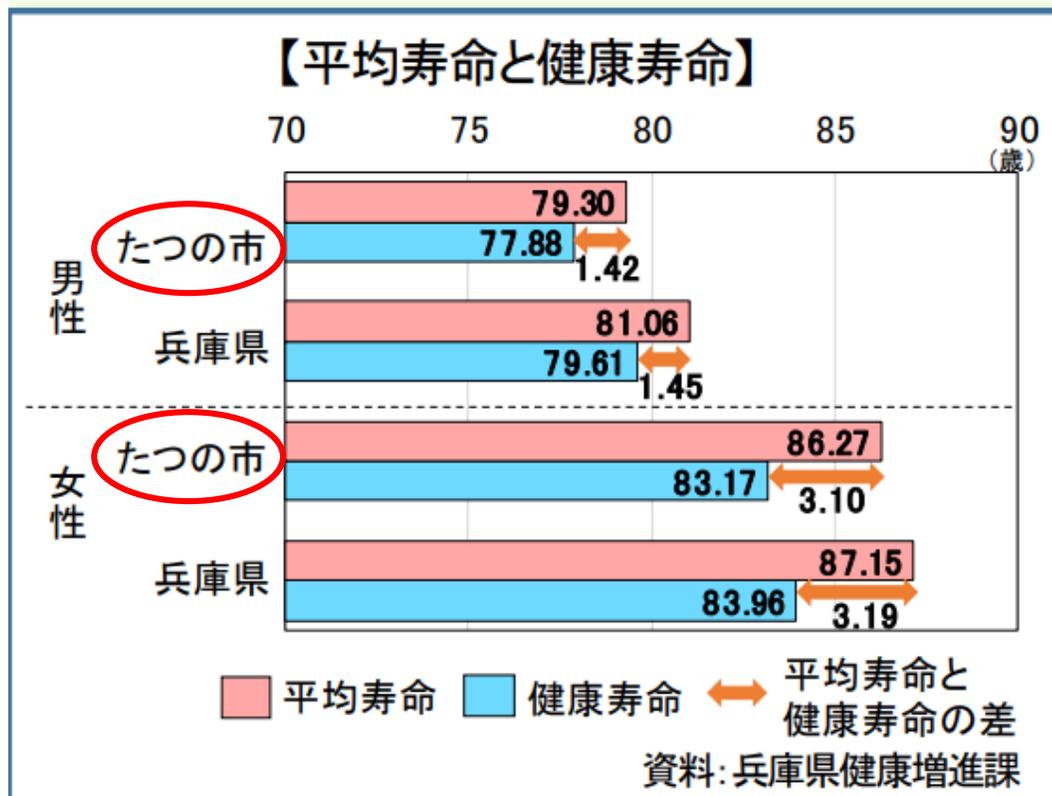
2020年	人口	高齡化率
龍野地域	約3万9千人	約29%
新宮地域	約1万5千人	約32%
揖保川地域	約1万2千人	約30%
御津地域	約1万人	約34%

たつの市立地適正化計画より引用

- ・ 龍野地域と比べて御津地域、新宮地域は人口が少なく、高齡化率も高い

たつの市は健康寿命が短く、 循環器系疾患、糖尿病死亡率が高い

- 女性は男性より支援が必要となる期間が長い。兵庫県と比べて、平均寿命・健康寿命が短い。
- 循環器系疾患、糖尿病死亡率が県平均より高い。

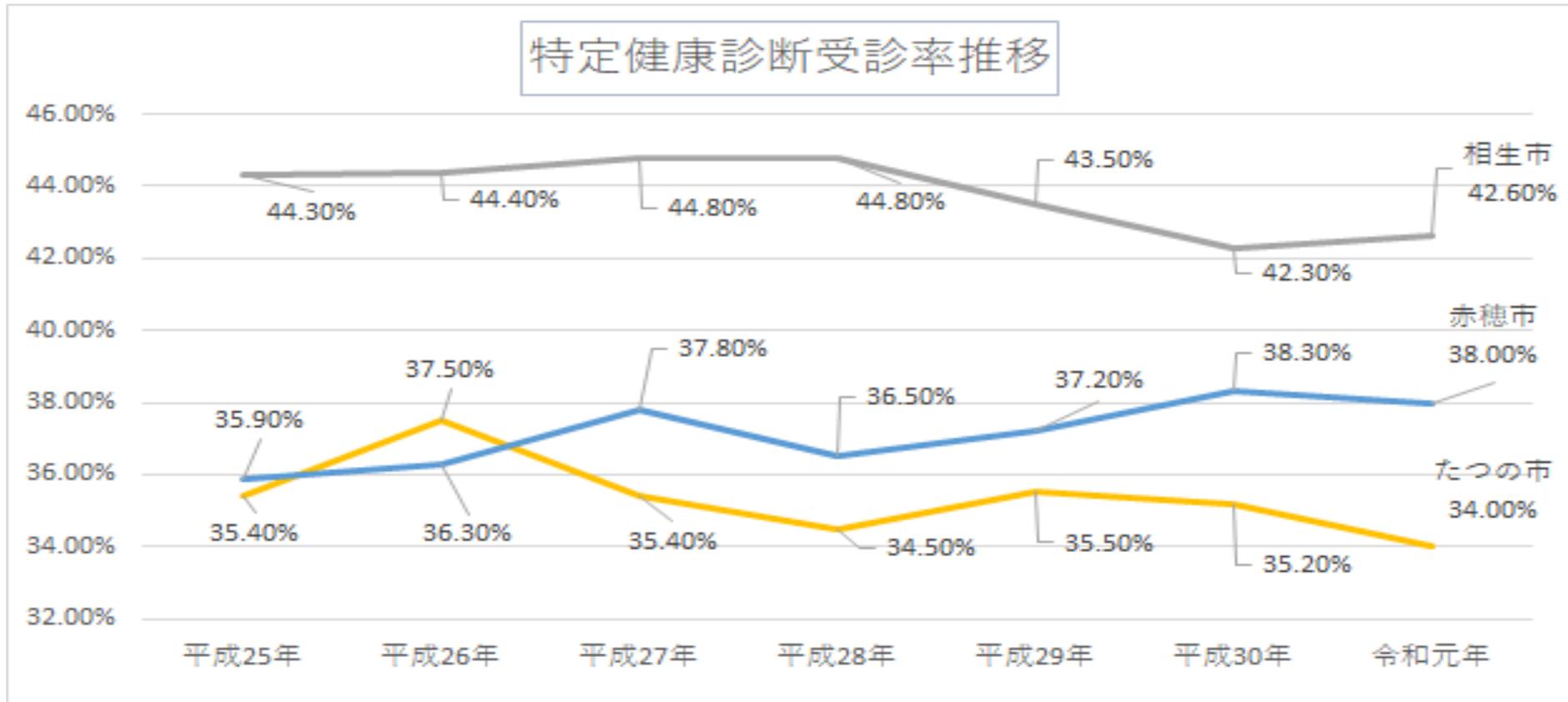


【標準化死亡比(SMR H23~27年平均)】

	兵庫県		たつの市	
	男性	女性	男性	女性
急性心筋梗塞	116.6	118.9	147.4	139.2
心不全	105.6	107.8	121.0	116.5
脳梗塞	89.9	89.3	142.4	156.5
脳内出血	91.2	91.1	133.6	142.2
糖尿病	103.4	104.8	141.2	131.8

資料: 兵庫県健康増進課

特定健康診断受診率は減少傾向にある



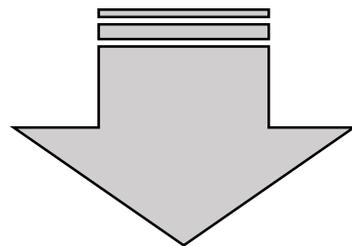
兵庫県HP「国民健康保険特定検診等受診状況」より作成

特定健康診断の受診率は減少傾向で相生市、赤穂市よりも低い

第2期たつの市地域福祉計画

市民アンケート

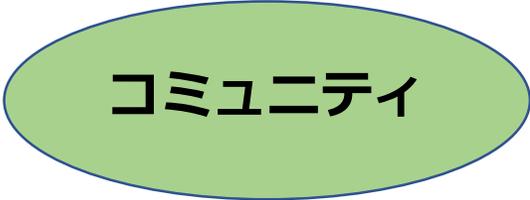
【問】 たつの市で誰もが住み慣れた地域で安心して生活していくためにどのようなことが必要だと思うか。



1か所で何でも相談や手続きができる体制を整備し、容易に行えるようにする (45.3%)



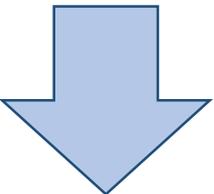
【会、グループ等、地域の活動への参加頻度】



参加していない 約 6 ~ 8 割

⇕

参加者として参加してみたい 約 6 割



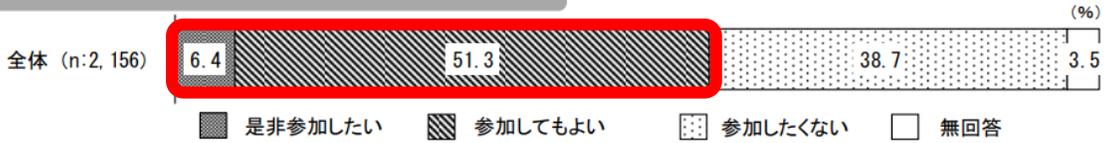
新しい参加者を取り込むことができれば
地域活動が活発になる可能性

【会・グループ等の参加頻度】

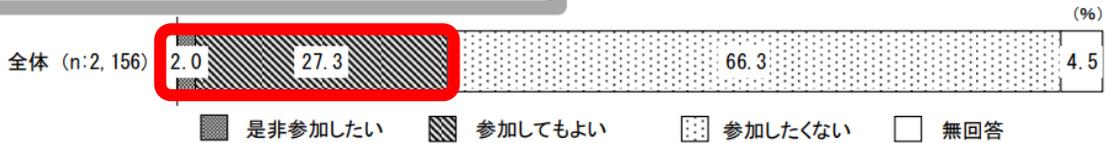
会・グループ等の参加頻度

		n	週4回以上	週2~3回	週1回	月1~3回	年に数回	参加していない	無回答
								(%)	(%)
ボランティア	全体	(2,156)	1.8	4.1	4.4	11.1	14.1	63.7	0.9
	一般高齢者	(2,046)	1.9	4.1	4.4	11.2	14.5	63.0	0.8
	要支援1,2	(110)	0.0	3.6	3.6	9.1	6.4	75.5	1.8
スポーツ関係	全体	"	2.4	8.2	7.5	5.6	5.8	69.7	0.9
	一般高齢者	"	2.5	8.5	7.8	5.7	5.9	68.8	0.9
	要支援1,2	"	0.0	2.7	1.8	3.6	3.6	86.4	1.8
趣味関係	全体	"	2.4	7.6	8.5	14.8	7.0	58.3	1.4
	一般高齢者	"	2.4	7.9	8.7	15.2	7.2	57.2	1.4
	要支援1,2	"	1.8	0.9	4.5	8.2	3.6	79.1	1.8
学習・教養サークル	全体	"	1.0	1.9	3.2	8.8	5.1	78.4	1.6
	一般高齢者	"	1.0	1.9	3.3	9.0	5.2	78.0	1.6
	要支援1,2	"	0.0	1.8	2.7	3.6	2.7	87.3	1.8
老人クラブ	全体	"	0.6	2.3	3.3	8.4	22.4	61.5	1.5
	一般高齢者	"	0.6	2.4	3.5	8.1	22.8	61.0	1.5
	要支援1,2	"	0.0	0.0	0.9	13.6	13.6	70.0	1.8

地域活動に参加者として参加してみたい



地域づくりにお世話役として参加してみたい



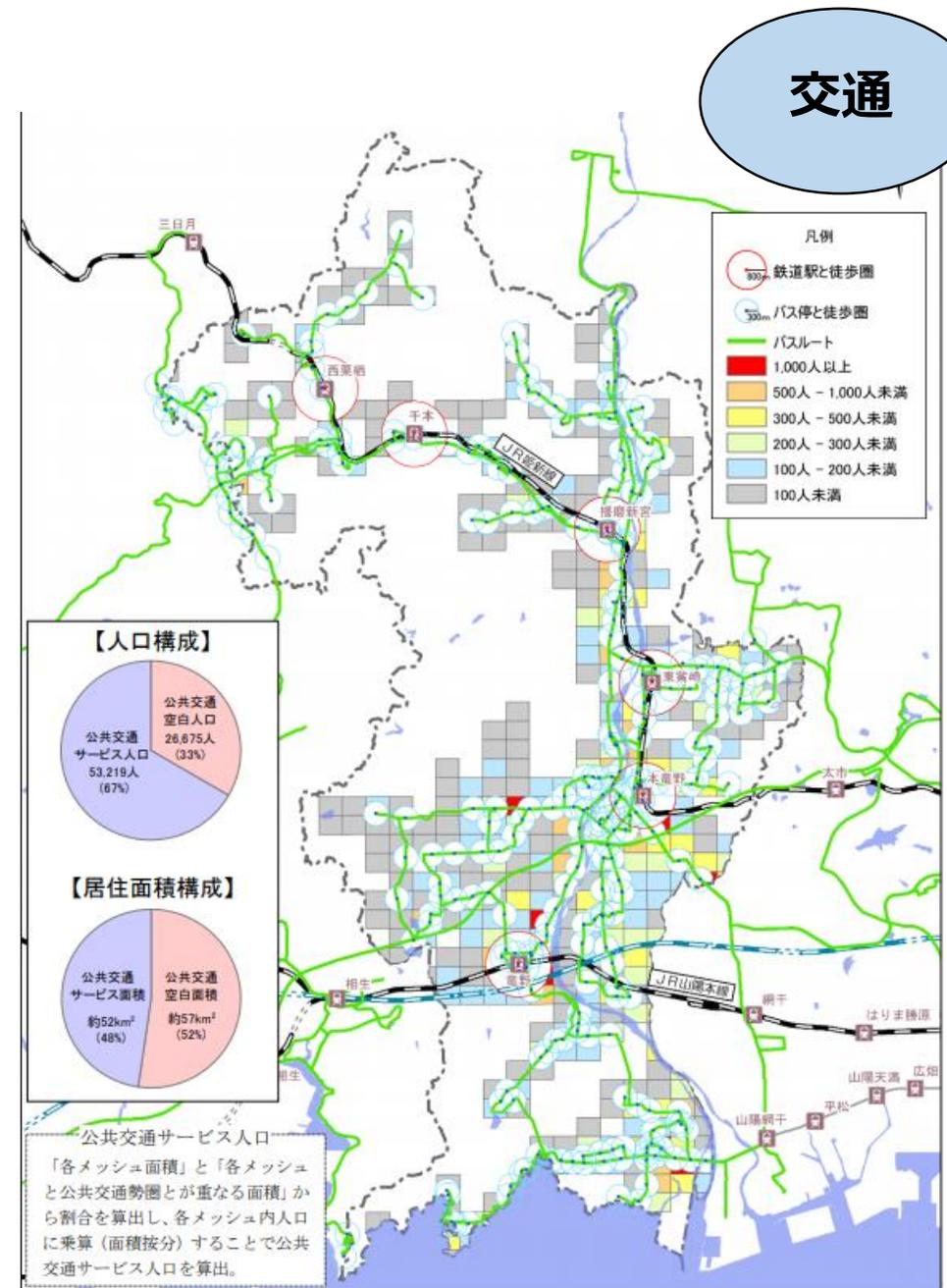
公共交通について

鉄道駅から800m、バス停から300mを徒歩圏と設定すると、約30%が「公共交通空白地」に居住していると推定される

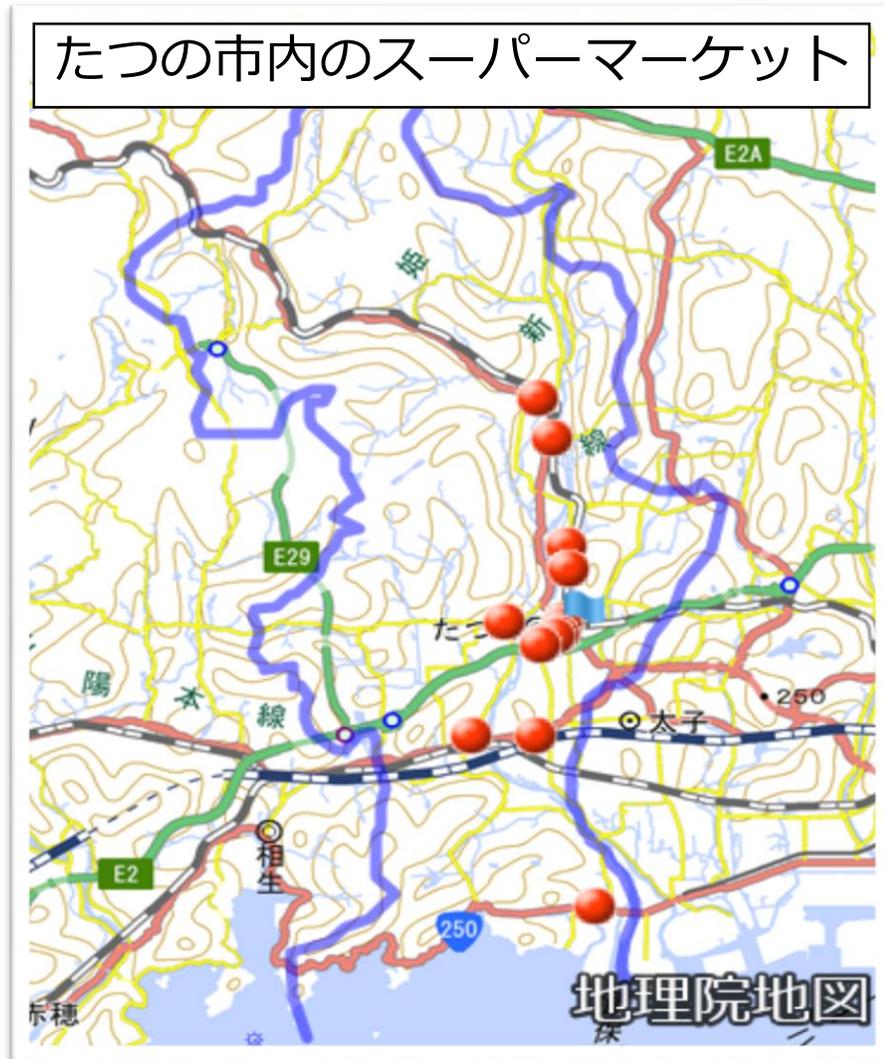
揖西北まちづくり協議会、井上教授とのFWでも、車が運転できなくなった場合の交通手段が無いという声が多かった



高齢者が車を運転できなくなると、日々の外出が減少する。



買い物について

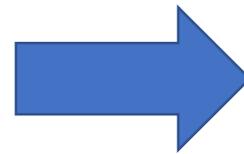


龍野地区
7店舗

揖保川地区
1店舗

新宮地区
2店舗

御津地区
1店舗



龍野地区以外では近所にスーパーが無い人が多く存在する

市民意向調査でも **49%**の人が買い物支援が必要と回答

(売り場面積250㎡以上で食品の売り上げ構成比70%以上でセルフサービス方式の店舗)

現状分析まとめ

- ・ たつの市で高齢化が進行している
- ・ 新宮、御津地域で特に高齢化が深刻である
- ・ 近隣自治体や兵庫県と比較して、健康寿命が短い
- ・ 特定健康診断受診率が低い
- ・ コミュニティに参加したい高齢者は多い
- ・ 一か所で様々な手続きなどを行える場が求められてる
- ・ 公共交通手段が限られており買い物支援が必要

高齢化

健康

コミュニティ

交通

2 問題設定

2 問題設定

ICTの活用と地域で支え合うコミュニティの形成



高齢者の健康を促進し、生きがいを創出



高齢でも「健幸」に暮らせる街たつこの実現

3 私たちの考え

ICTの活用とコミュニティの創造

政策手段

高齢者が**心身ともに健康で幸せ（健幸）**な
生活を送ることが出来るようにする

以下の方々にインタビュー調査に行きました

10月26日

(高齢者のコミュニティについて)

揖西北まちづくり協議会

たつの市生活支援体制整備推進

協議体 宮崎会長



11月24日

(高齢者の健康について)

姫路独協大学 井上教授

フィールドワーク前

高齢者のイメージ

- ・ 65歳くらいから不自由な事が増えてくる
- ・ 高齢者は周りとのつながりが希薄
- ・ ICTには無関心or苦手意識



フィールドワークまとめ

揖西北まちづくり協議会

- ・ 高齢者は金銭よりも、社会貢献にモチベーションを感じる人が多い
- ・ 60, 70代でも、まだまだ活発に活動できる

たつの市生活支援体制整備推進協議体 宮崎会長

- ・ 高齢者でも最新の技術やICTに興味がある人は多い
- ・ 既存のコミュニティ同士を繋げるイベントやシステムが必要

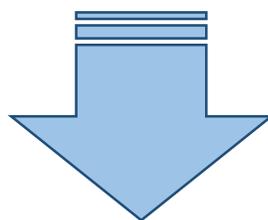
姫路獨協大学 井上教授

- ・ 高齢者の健康のためには、若いころから自分の健康に関心を持ってもらうことが必要
- ・ 生活習慣病が多いことが、健康寿命の短さに影響を与えている可能性がある

健康寿命と生活習慣病について



現状分析のデータや、
フィールドワーク（以下、FW）でのインタビューから、
健康寿命が短いのは、生活習慣病が影響を与えてる可能性



FW先の姫路独協大学 看護学部長の井上教授によると、
生活習慣病を減らすためには若いうちからの対策が必要

4 たつの市の 高齢者支援は どうなっているのか

現在の高齢者支援（健康）



☆ たつの市健康ポイントカード

一日の健康、食事目標を決め

達成すれば健康に関係する景品と交換できる
(タオルやゴムバンドなど)

現在の利用者は26名 → 景品の魅力を高める必要がある

☆ いきいき百歳体操

足腰の筋力強化に非常に効果があり転倒予防につながる
精神面の効果も認められており、心身の健康づくりに役立つ

→ 活動できる機会の増加を目指す



現在の高齢者支援(買い物)

☆ 高齢者買物サポート関連事業

事業者が高齢者宅まで宅配
市民乗り合いタクシー「あかねちゃん」
タクシー料金助成

しかし

市民意向調査でも**49%**の人が
買い物支援が必要と回答

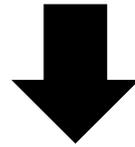
買い物には目的に応じた様々な
選択肢が欲しい



5 提言の具体的な 方向性

5 提言の具体的方向性

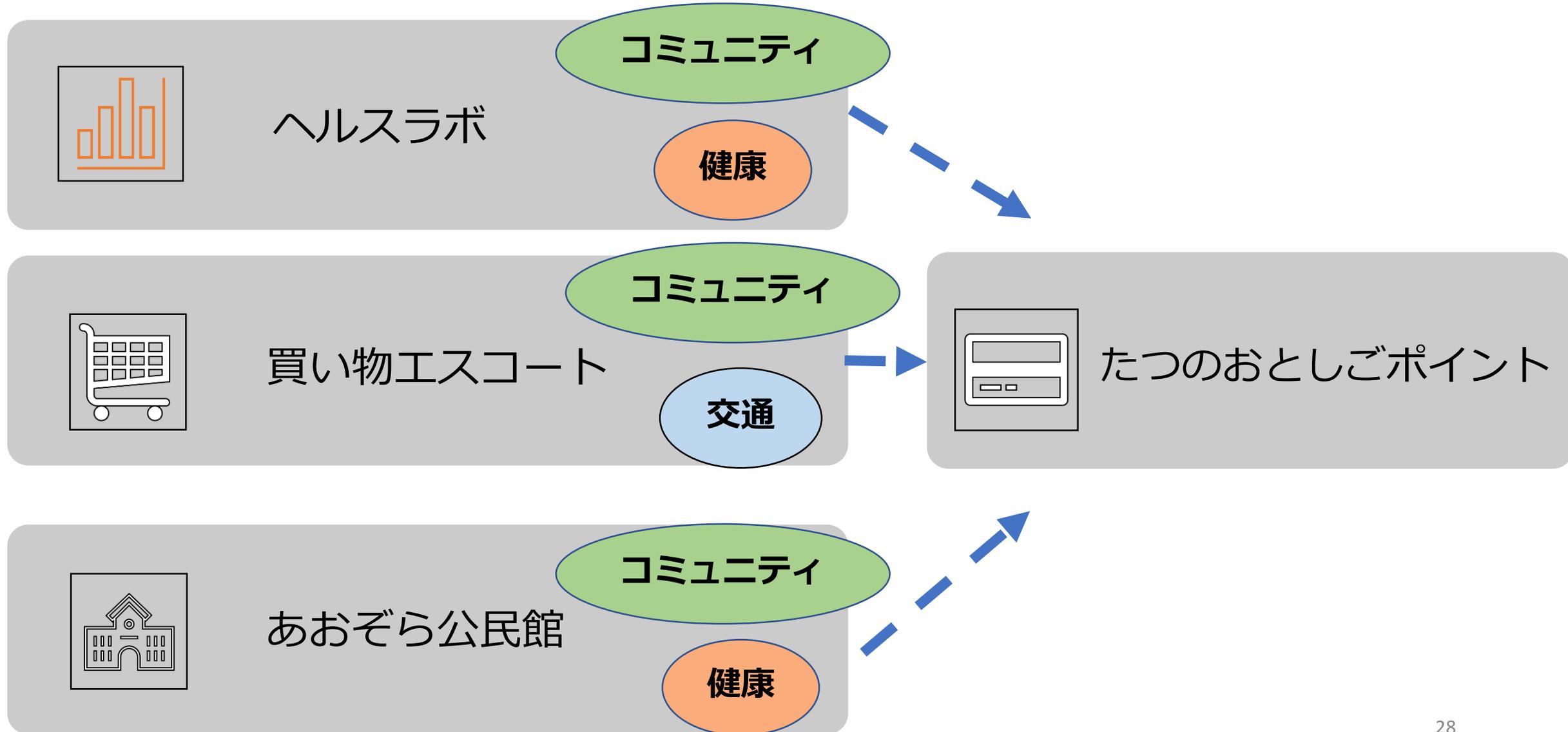
政策目標：いつまでも「**健幸**」に暮らせる街
たつのを目指すために



政策手段：“ICT”の活用と“コミュニティ”の創造

6 「健幸」な街 たつの実現のための 政策提言

政策提言



政策提言 1

①産学官の連携で
健康を促進する
たつの版ヘルスラボ

ヘルスラボとは



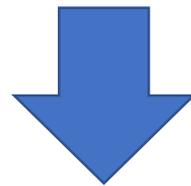
大学や企業と連携し、

市民の「健幸」を創造するプラットフォーム

Ex) 松本ヘルスラボ

年会費3000円で年二回約9000円分の健康診断を受けられる

企業や大学が会員の健康データを活用して商品テストや実験を行う



産学官連携で行政だけではできない健康課題の解決

ヘルスラボのメリット

【市民】 会員になることで健康づくりの機会を提供
健康意識を向上させることができる



【企業・大学】 市民の健康データをビッグデータとして活用
新商品や研究のデータとして活用できる



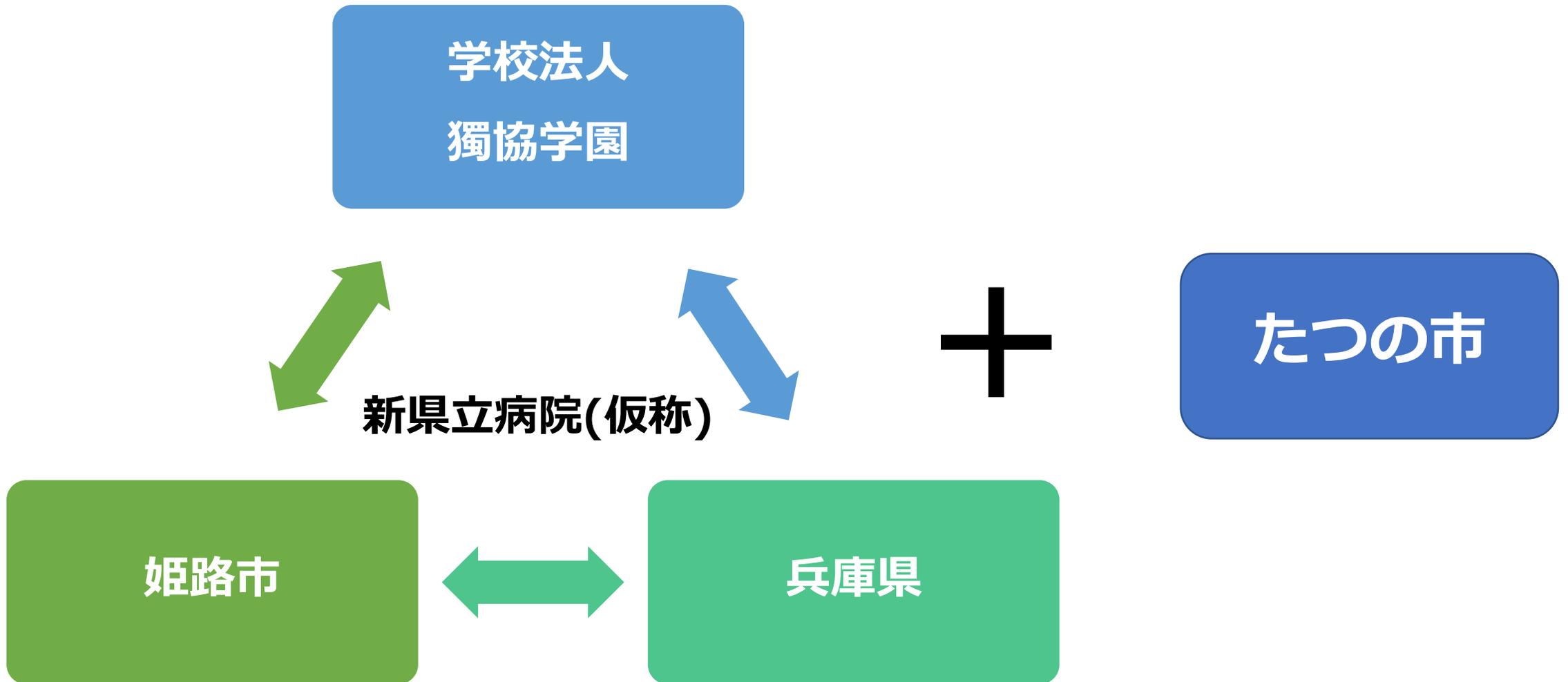
【自治体】 高齢者のみならず、若い人にも健康に関心を持
ってもらえることで、将来の医療費削減につながる。

なぜたつの市にヘルスラボなのか

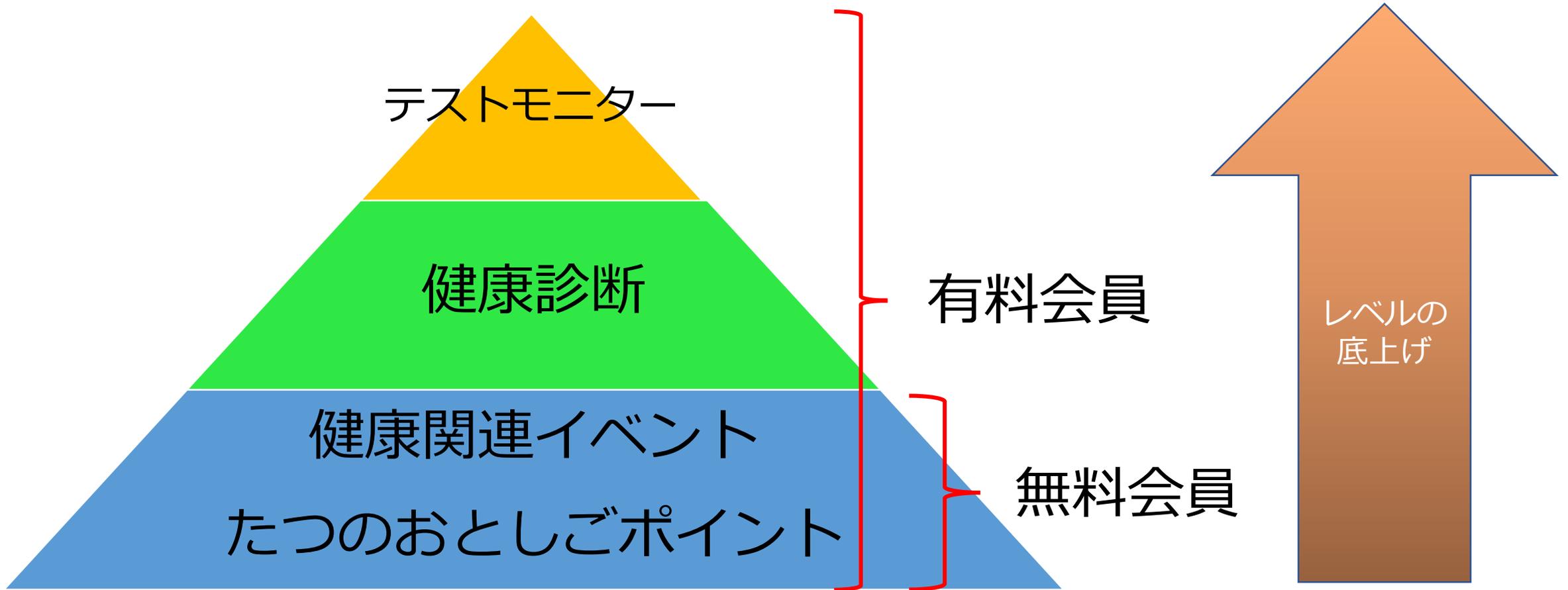


- ①既に姫路獨協大学との連携協定が結ばれている
- ②市民全体の健康意識を高めることができ、
県平均より短い健康寿命の延伸、
県平均より多い生活習慣病の予防につながる。
- ③健康診断受診率が年々減少しており対策するべきであること

なぜたつの市にヘルスラボなのか（続き）



ヘルスラボ会員のイメージ



➡ 住民の健康意識を高めて、上位に位置する会員を増やす

テストモニター



企業や大学と連携

希望者に対しサンプル品を提供し、

新商品開発、研究に利用するための実証実験

【市民】 社会参加・貢献 モニター後サンプル品の使用

【企業・大学】 一般企業よりも信頼でき、安価に実証が出来る

【自治体】 企業、大学からの支払金をヘルスラボの運営費に充てる

政策提言 2

② 日常の利便性を向上させる
買い物エスコート

買い物エスコート

【特に大型スーパーが少なく、高齢化率の高い新宮地域や御津地域】



参加したい高齢者を募集

公民館に集合し、軽めの運動の後、お茶やおしゃべりで交流

乗合の車で公民館まで迎えに

サポーター協力の下、買い物に

自宅まで送迎

買い物エスコート



- ✓ 「あかねちゃん」を活用
- ✓ 市内で盛んに行われている「いきいき100歳体操」の実施場所を巡り、買い物へ
- ✓ 買い物の付き添いは住民 or 龍野北高校ボランティア部

【メリット】

- 高齢者を迎えに行く負担の減少
- コミュニティ同士を横からつなげる効果
- いきいき100歳体操への参加意欲の上昇



政策提言3

③多世代交流と日常生活を
効率化するための
あおぞら公民館

あおぞら公民館

各々やりたいことが一気にできる
様々な機能を備えた場

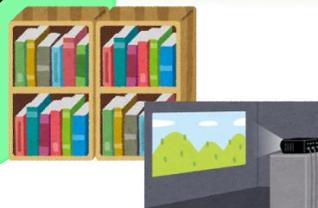
出張市役所



体操教室



娯楽スペース



移動販売



あおぞら公民館

出張市役所



- ・申請
(高齢者福祉サービスなど)
- ・相談
- ・健康手帳の交付

体操教室



足腰の筋力を維持・
向上させる身体運動

(いきいき百歳体操／たっちゃん体操)

娯楽スペース



- ・移動図書館
「かわちどり号」
- ・小規模カラオケ/
映画鑑賞スペース
⇒プロジェクターを活用

移動販売



食料品・日用品販売

(とくし丸／新選組こだわり隊)

あおぞら公民館



☆休日・祝日に月一回程度

☆小学校・中学校・公民館を活用

☆市内ボランティア団体と連携

(例：龍野北高校ボランティア部)

⇒準備/開催中の補助/片付け etc

政策提言 4

④ 互恵関係を築くための
たつのおとしごポイント

たつのおとしごポイント



健康や長寿
の象徴

健康意識を高めるとともに

住民の善意にもこたえるプラットホーム

【ヘルスラボ】

⇒イベントへの参加や健康目標の達成でポイント付与

【買い物エスコート】 【あおぞら公民館】

⇒体操教室(いきいき百歳体操など)へ参加した住民にポイント付与

＋ 買い物サポートや運営補助をした住民にポイント付与

たつのおとしごポイント

★大阪府高石市 「健幸ポイント」



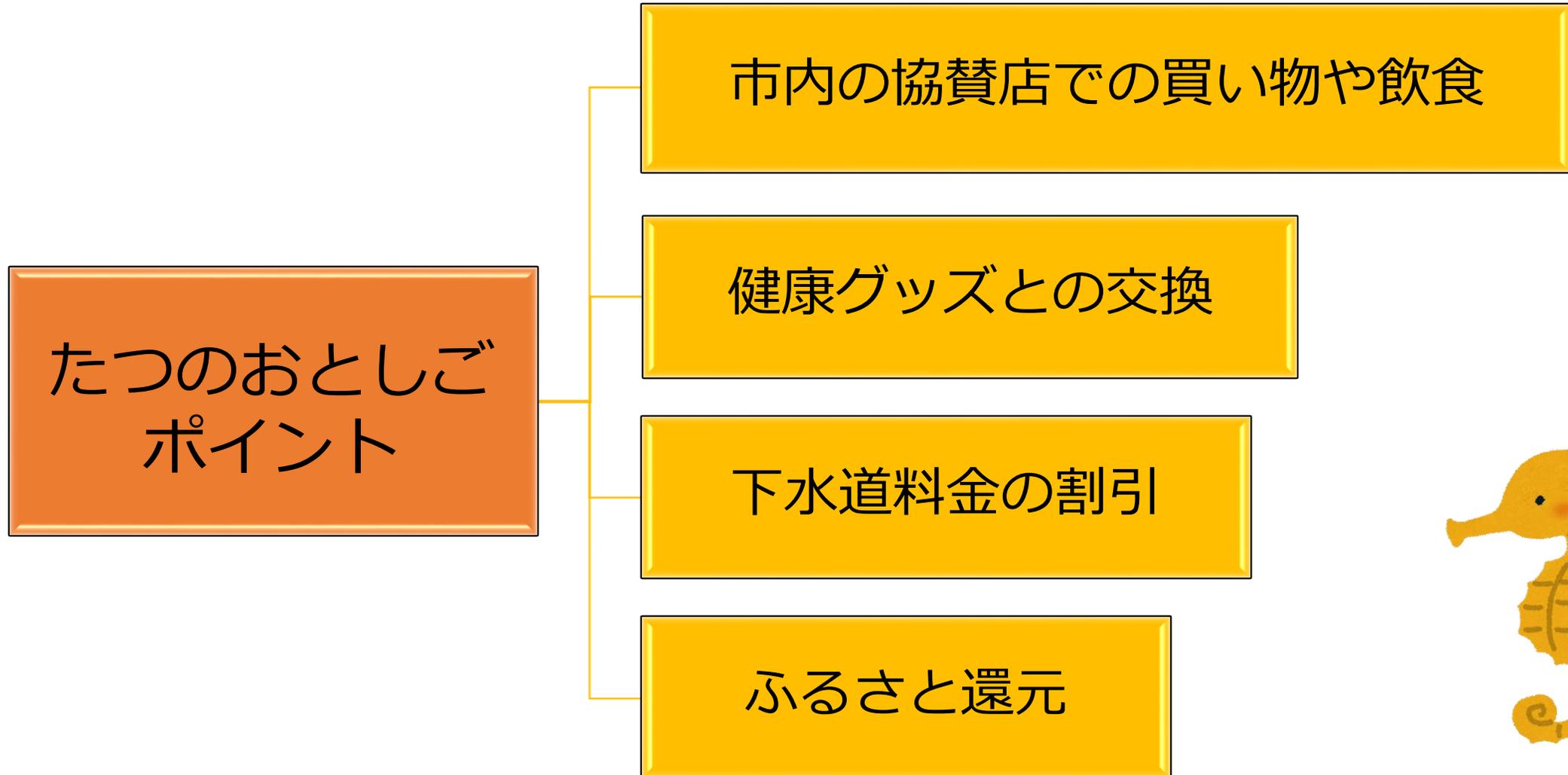
市指定の万歩計 or 専用アプリで歩数を記録

(コンビニで記録を送信)

非参加者との医療費の差 **7万7千円/年**



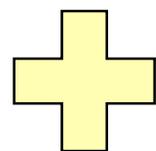
たつのおとしごポイント



提言まとめ

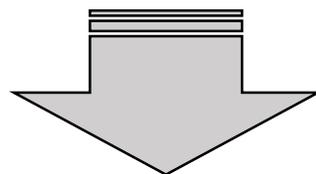
政策提言まとめ

ICTの活用

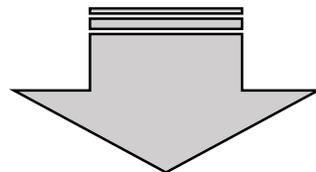


コミュニティ形成

①ヘルスラボ ②買い物エスコート ③あおぞら公民館 ④たつのおとしごポイント



健康意識・利便性・安心感を高める



いつまでも健幸に暮らせる街たつこの実現

最終目標

健幸に
暮らせる街

元気で、
生き生きと暮らす
高齢者が増える

医療・介護費等
を削減

持続可能な地域の
実現

残された課題

✓ 市内ボランティア団体との調整役

✓ ヘルスラボの情報を活用する際の個人情報の取り扱い方

7 参考文献

- 斎藤雅茂 近藤克則 尾島俊之 平井寛(2015) 「健康指標との関連からみた高齢者の社会的孤立基準の検討 -10年間のAGESコホートより」
『第62巻 日本公衛誌』 第三号 pp.95-105
- 中川和樹 山崎寿一 (2010) 「農村地域の高齢者支援ネットワークと居住継続に関する考察～輪島市門前町道下の場合～」
『日本建築学会計画系論文集』 第65巻 第652号 pp.1449-1454

7 参考資料

- ・ たつの市 立地適正化計画について

<https://www.city.tatsuno.lg.jp/toshikeikaku/ricchitekiseikakeikakunituite.html>

- ・ 令和二年住民基本台帳年齢階級別人口

https://www.soumu.go.jp/main_sosiki/jichi_gyousei/daiyo/jinkou_jinkoudoutai-setaisuu.html

- ・ たつの市 健康増進計画・食育推進計画（第3次）

<https://www.city.tatsuno.lg.jp/kurashi/iryuu/keikaku/chiikihoken.html>

- ・ 厚労省 介護保険事業状況報告

<https://www.mhlw.go.jp/topics/0103/tp0329-1.html>

- ・ たつの市高齢者福祉計画及び介護保険事業計画

<https://www.city.tatsuno.lg.jp/kounenfukushi/29jigyokeikaku.html>

- ・ 第2期 たつの市地域福祉計画

<https://www.city.tatsuno.lg.jp/chiikifukushi/documents/documents/chiikifukushikeikaku.pdf>

- ・ たつの市地域公共交通網形成計画（素案）

<https://www.city.tatsuno.lg.jp/kikaku/documents/trafficplan1.pdf>

- ・ 兵庫県HP「国民健康保険特定検診等受診状況」

https://web.pref.hyogo.lg.jp/kf07/hw06_000000031.html

- ・ 日本経済新聞 「ご褒美ポイント、健康増進に一役 大阪・高石市など、運動や健診で付与」

https://www.nikkei.com/article/DGXLASJB25H8J_V20C17A9LKA000