



こうち人づくり広域連合

第4回調査研究事業

# 平成19年度 調査研究事業企画書



東部グループ

テーマ

父親の家事意欲向上事業 ～男よ台所に立て～

西部グループ

テーマ

ジョギングのまちづくり事業 ～メタボ撃退！健康回復！！～

平成19年度 調査研究事業の取り組み

月 日	内 容	場 所
3月27日	東部グループ受講職員初めての顔合わせ(第1回会合)	田 野 町
3月31日	西部グループ受講職員初めての顔合わせ(第1回会合)	四万十市
4月11日	東部グループ第2回会合	田 野 町 広域連合
5月11日	西部グループ第2回会合	
	} テーマ選定	
5月12日	第1回全体会合 本多講師から政策立案について指導	研 修 室
6月 2日	東部グループ第3回会合	安 芸 市 中土佐町
6月 9日	西部グループ第3回会合	
	} テーマ選定と方向性を模索	
6月16日	第2回全体会合 テーマ選定や今後の方針について指導	研 修 室
6月23日	東部グループ第4回会合	田 野 町 四万十市 安 芸 市 田 野 町
6月26日	西部グループ第4回会合	
6月30日	東部グループ第5回会合	
8月 6日	東部グループ第6回会合	
	} それぞれ決まったテーマについて取り 組むべきことを考察	
8月18日	第3回全体会合 政策を実現するための考え方を指導	研 修 室
8月27日	西部グループ第5回会合	四万十市 四万十市 田 野 町
9月13日	西部グループ第6回会合	
9月13日	東部グループ第7回会合	
	} 実現性のある企画書・発表資料作成	
9月24日	第4回全体会合 企画書、発表資料について指導	研 修 室
9月29日	東部グループ第8回会合 父親料理対決プレ大会開催	田 野 町
10月16日	西部グループ第7回会合	四万十市 田 野 町
10月17日	東部グループ第9回会合	
	} 企画書・発表資料の調整	
10月21日	第5回全体会合 最終指導により政策立案資料作成	研 修 室
10月31日	トップセミナーでの発表(県民文化ホール)	

# 調査研究事業の様子



平成19年度 こうち人づくり 調査研究事業

## ジョギングのまちづくり事業

～メタボ撃退！健康回復！！～



**BEFORE**



1年間で - 16 kg



**AFTER**

グループ名 西部グループ

所属

名前

四万十市 総務課 有光 浩

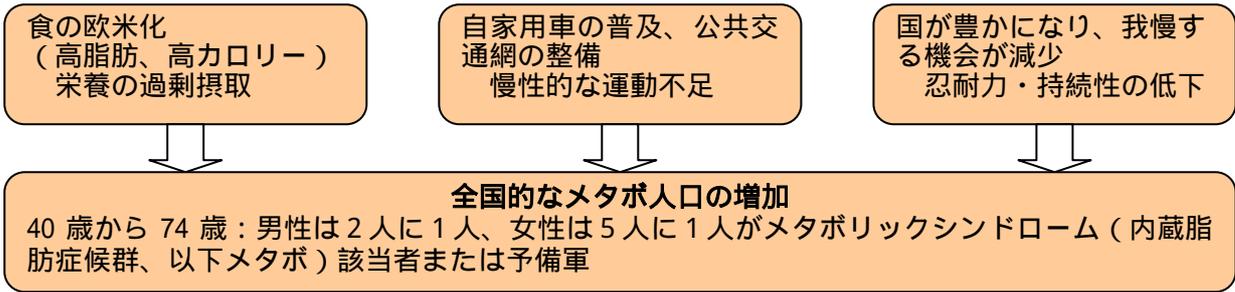
本山町 総務課 田岡 明

中土佐町 税務課 岩瀬 和廣

土佐清水市 企画広報室 二宮 真弓

四万十市 農林課 伊与田 恭子

事業の必要性（事業選択の背景）



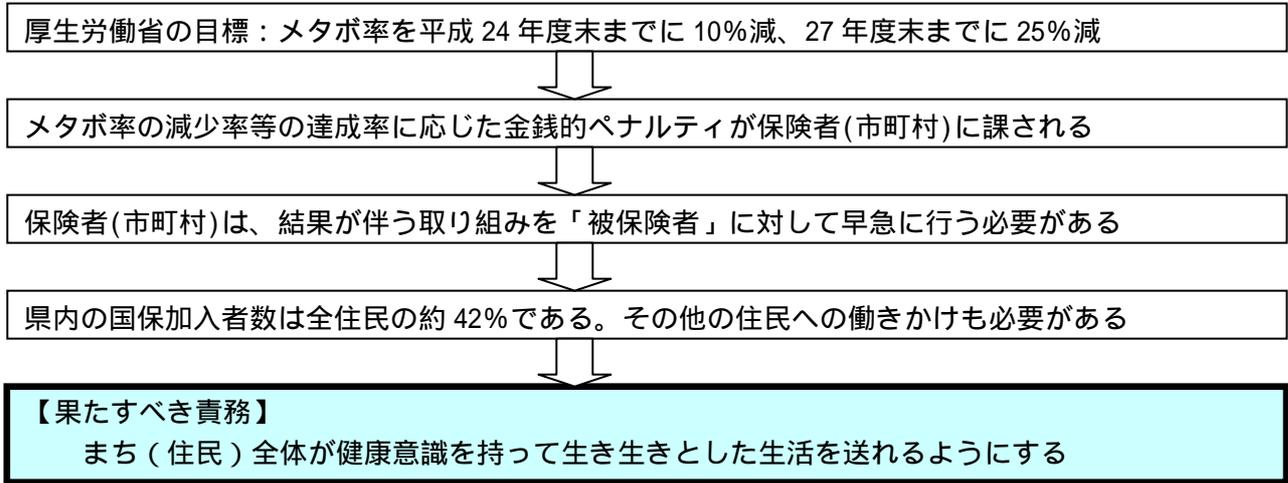
**1 高知県が危ない！！**

- (1) 成人男女のメタボ率は男性、女性共に全国的に非常に高い位置にあります。  
『男性』 重症メタボ率 全国ワースト4位 (3.4%)  
『女性』 通常メタボ率 全国ワースト7位 (4.7%)  
(社会保険庁：平成16年度生活習慣病予防検診)
- (2) 県民一人当たりの年間医療費の平均額は、全国平均より8万円も高く、全国で3番目の高額となっています。  
高知県 約323,000円 全国平均 約243,000円 (財務省：国庫歳入歳出状況)
- (3) 生活習慣病による年間死亡者数(10万人あたり)は、全国で3番目に多い状態です。  
高知県 641人 全国平均 497人 (厚生労働省：人口動態調査)

**2 子供が危ない！！**

- (1) 全国的に肥満傾向児率が増加(30年で約1.6倍、12人に1人が該当)しています。  
1977年 約5% → 2006年 約8%
- (2) 県内の肥満傾向児率は、他都道府県と比較しても非常に高く、特に第2次成長期(10~12歳)における率が非常に高くなっています。  
『10歳』 全国ワースト7位 (13.05%)  
『11歳』 全国ワースト19位 (11.70%)  
『12歳』 全国ワースト8位 (14.31%)  
(文部科学省：平成18年度学校保健統計調査)

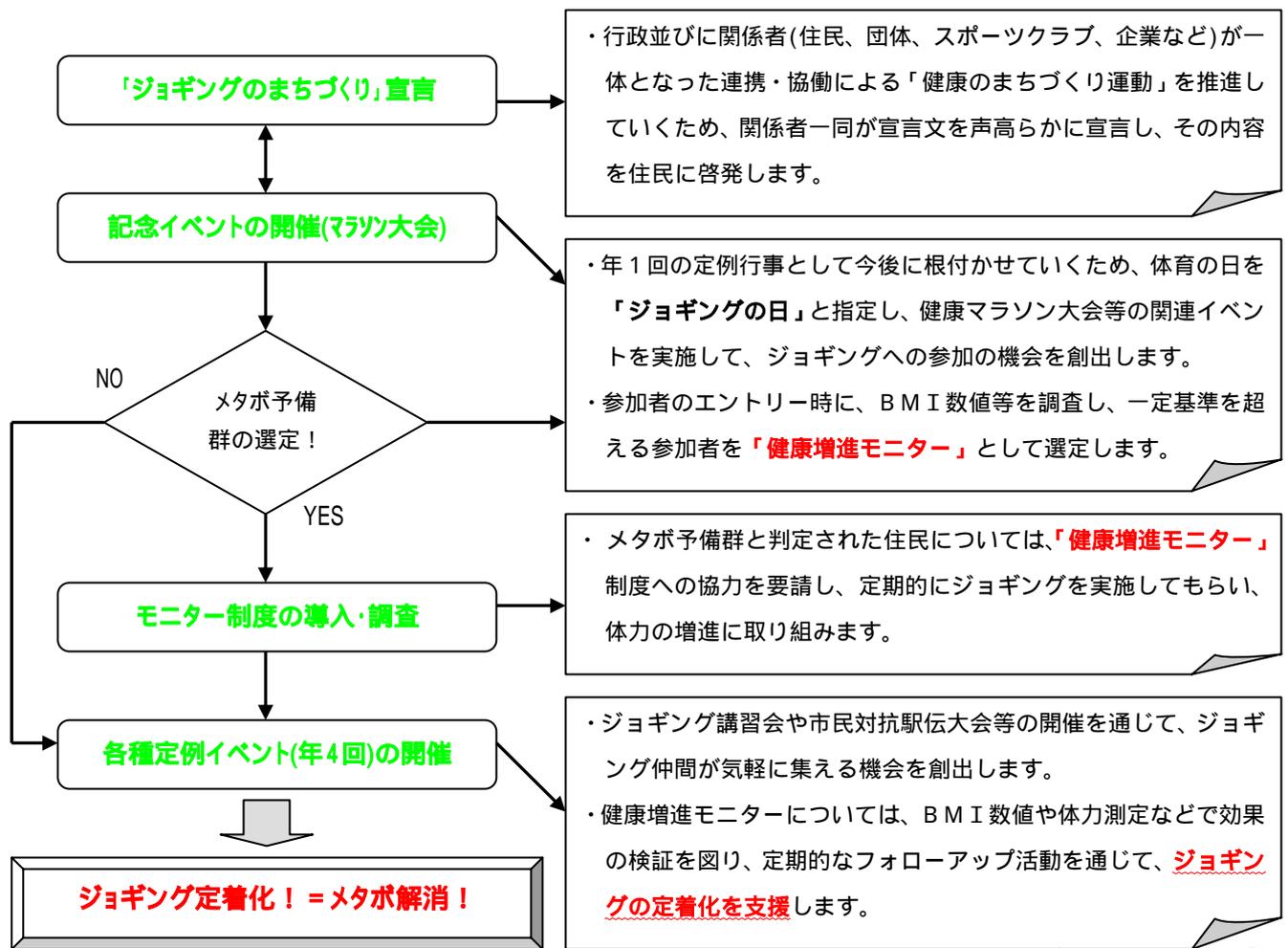
**3 市町村が危ない！！**



## 事業の内容

「日常生活に運動を取り入れ、元気・健康になりたい。」「運動、スポーツに関心はあるが、時間がなくてなかなか始められない。」等、健康を維持するための手段として、スポーツへの関心が高まっています。しかし、「**お金がない。時間がない。体力がない。**」等の理由で、運動にあと一歩踏み出せない住民が数多く存在しています。そのような状況の中で本事業では、**お金をかけることなく、少ない時間でだれでも気軽に始めることができ、ダイエットにも有効な有酸素運動の代表とされる「ジョギング」**を取り入れて、住民が**気軽に運動やスポーツに参加する機会を創出するとともに、「住民モニター制度」**を活用して、メタボ予備軍とされる住民を**健康的な心と体に回復**させることをサポートします。

## 事業の手順（今後の事業展開）



日本初

### ジョギングのまちづくり宣言文

私たち 市民は、美しい景観と四季のおりなす豊かな自然に恵まれた環境の中で、「住民がジョギングを通じてともに健康で豊かに暮らせるまち」を目指し、地域の子供からお年寄りまでが「生涯健康」を合言葉に連携の輪を広げ、心身ともに健康で活力あふれる 市を築くため、ここに「ジョギングのまちづくり」を宣言し、次のとおり行動します。

1. 自然とふれあいながら、ジョギングにつとめ、健康な心と体をつくります。
1. 「栄養」「運動」「休養」のバランスのとれた健康生活を築きます。
1. ジョギングを幅広い世代や地域に広め、健康で活力あるまちづくりをすすめます。

## 事業の実効性

ジョギングは他のスポーツと比べると、**初期投資・必要人数・場所等の点において非常に取り組みが容易である**ことや、すでに**日常的に個人でジョギングを実施・継続している人も多い**ことから、イベントへの参加者の人数も一定人数の確保が可能です。

また、イベントの実施が競技人口の増加に繋がれば、地域住民の交流機会の増加や世代間交流への影響もあり、地域コミュニティの活性化が期待できます。

さらには、運動の継続的な実施によって、住民に対して運動の必要性を感じる機会が増えることとなれば、活力のある人材が増加し、将来的には行政の**医療費負担の軽減**にも繋がると考えられます。

## 予算

(予算については、初年度を想定)

歳入	金額	歳出	金額
助成金 (スポーツ財団・toto等)	275,000円	大会運営関係費用 (広告費・参加賞等)	300,000円
スポンサー収入	200,000円	モニター制度関係費用 (通信費・郵送料等)	120,000円
その他	75,000円	講習会費用(謝金等)	80,000円
		その他	50,000円
合計	550,000円	合計	550,000円

\* 交通整理等必要な場合は、ボランティアや助成金でまかなう。

## 費用対効果

厚生労働省の調査(平成17年度国民医療費の概況について)によると、生活習慣病の人とそうでない人の1人あたりの医療費には**「81,700円」**の差があります。

生活習慣病の原因であると言われるメタボを改善することにより、住民はもとより、行政側の医療費負担も大きく軽減されます。

高知県のメタボ該当者の割合により、仮に、四万十市において該当者を算出すると、人口約38,000人(平成17年国勢調査)に対し3,300人程度と想定されます。厚生労働省により策定された平成27年度までのメタボ対象者の削減目標は25%であり、四万十市においては800人以上の生活改善が必要です。

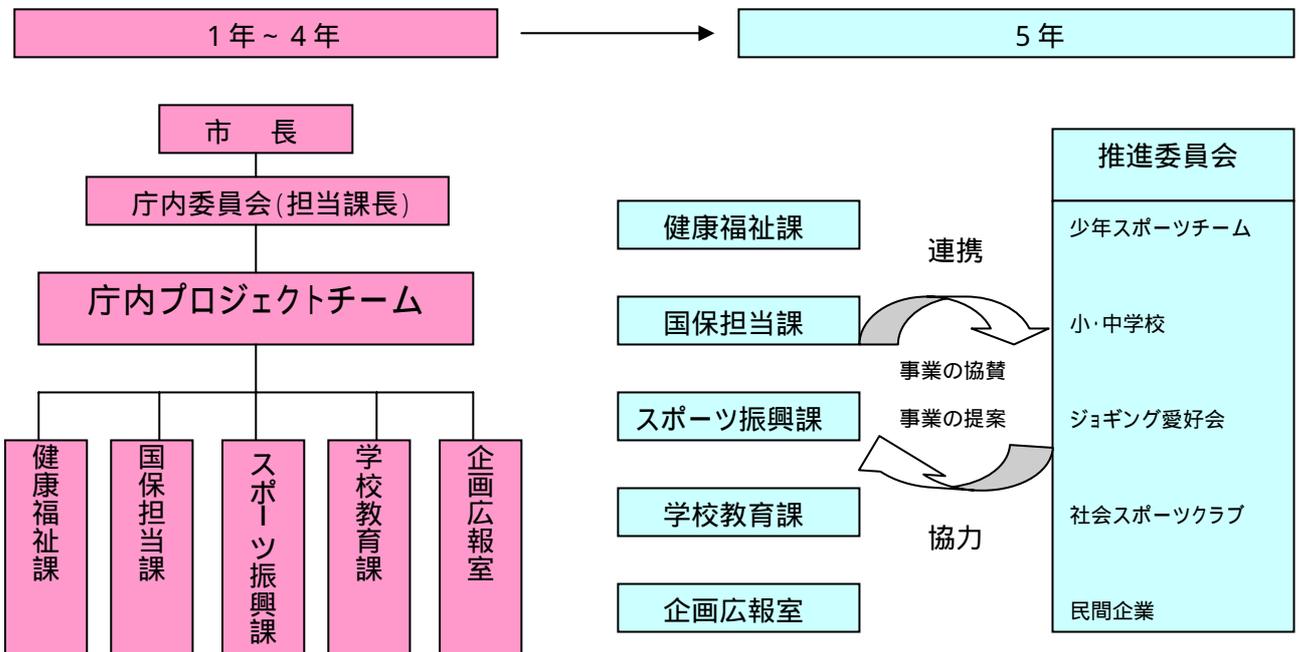
この800人の生活改善に成功した場合、先述の1人あたりの医療費の差を考えれば、**年間6,500万円の医療費の削減**に繋がることとなり、医療費負担の削減という点で非常に大きな効果が得られると思われま。また、最近の研究では、「標準体重の男性が**20kg太ると、糖尿病や高血圧になりやすくなり、年間医療費が2.5倍から1.3倍に跳ね上がる**」との推計も発表されており、医療費削減額については、この試算よりもさらに大きな金額となる場合も考えられます。

事業の推進に向けて

日程計画

手 順	初 年 度				2～4年目	5年目
	10～12月	1～3月	4～6月	7～9月		
『ジョギングのまちづくり』宣言	★					継続実施
『ジョギングの日』制定	★					
年一回のイベント (健康マラソン大会・講習会等)	→	→	→	→	→	→
健康増進モニターによる調査	→	→	→	→	→	→
推進委員会の設置					→	→

推進体制



まとめ

国は、平成20年度より特定健診制度を各健康保険者に義務付ける、あるいは、メタボ率の減少率のいかんによって、後期高齢者支援金を決定するという施策を決定しました。

また、私たちの生活の中においては、人と人とのつながり（コミュニティ）の希薄化、あるいは、モノが豊かになった現代、健康的な心と体を作る環境（機会）を求める人々が増加しています。これらの課題を克服していくため『ジョギング』は効果的な一つ的手段であり、この『ジョギング』を定着化させていくために、『ジョギング』によるまちづくりは**効果特大**です。



**『ジョギングのまちづくり』  
即、事業化すべきです**