

指宿市長

豊留 悦男

「健幸」 色に染まるまちづくりを



豊かな地域資源と特色を生かし、市民との協働によるまちづくりを進めている指宿市は、どのような健康づくりに取り組んでおられるのだろうか。豊留悦男市長に、健康に暮らせるまちづくりへのビジョンやご自身の健康法等について、お話を伺った。

すべての人が健康で安心して 生き生きと暮らせるまち

——指宿市における健康に暮らせるまちづくりへのビジョンについてお聞かせください。

本市では、「豊かな資源が織りなす食と健幸のまち」を将来都市像に掲げ、特性を生かしたまちづくりに取り組む、観光や地場産業における指宿ブランドの強化、教育環境の整備など推進してきました。特に人口減少問題については「まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定し、人口減少に歯止めをかけるための産業施策や人口減少に対応したまちづくりなど指宿で健幸になれるような施策を展開しており、地域の様々な課

題について、地域や市民、団体、事業者などと連携を深めながら果敢に挑戦していくことが、その克服に向けて大切なことと考えています。

7つの基本方針を柱とする第二次総合振興計画の保健医療福祉分野においては、『健幸』をキーワードとして、「すべての人が健康で安心して生き生きと暮らせるまち」を基本目標に掲げ、少子高齢化の進行や健康への関心が高まる中で、高齢者、障害者、児童を含む全ての市民が健康で自立した生活を送ることのできるまちづくりの推進、温泉等の地域資源を活用した健康づくりの推進を図るとともに、子育てに対する支援体制、在宅介護を支える高齢者福祉の充実強化及び保健医療福祉を支える人々が、所属や職種を超えた円滑な連携が図れるような関係づくりに努めています。

健幸なまちづくりで 医療費節減

——力を入れておられる取り組みや、特色のある取り組みについてお聞かせください。

本市で平成29年度国民健康保険の一人当たりの医療費は41万7562円となり、2年連続で減少し、ピーク時の平成27年度と比較する

と、約1万5000円減少しています。また、後期高齢者医療保険の一人あたりの医療費は、平成26年度から平成28年度まで、県内43市町村中で最も高く、平成28年度は約120万円という状況でした。平成29年度は前年度に比べ、約4万円減少し、約116万円となりましたが、依然として高い状況にあります。2025年には、団塊の世代が75歳以上になり、日本は超高齢社会を迎えることから、今後を見据えてどう対応していかなければならないのか大事な時期であると思っています。そこで、健康寿命の延伸と医療費節減に繋げるための施策として、「Smart Wellness City」首長研究会」に加盟し、「健幸になれるまち (Smart Wellness City) (以下、SWC)」の実現に向け、「健幸ポイントプロジェクト事業」と「健幸アンバサダー養成事業」に力を入れて取り組んでいます。

健幸ポイントを貯めて 地域活性化

「健幸ポイントプロジェクト事業」とは、専用の歩数計(活動量計)を身につけて歩き、頑張った分だけ確実に特典がもらえる健康づくりのポイント制度です。貯まったポイントは、地域商品券と交換でき、地域商品券を指定することで、地域の活性化に

もなっています。運動・スポーツを始めるきっかけづくりに繋げることができました。



健康アンバサダー認定証

平成30年度からは、「健康アンバサダー養成事業」を実施し、健康や運動に関する情報などを地域の人に広めていく健康づくりの伝道師を養成しており、口コミによる周囲の方への健康情報の拡散を図り、一人でも多くの住民が健康づくりに取り組めるよう努めています。

チャレンジデーの参加率 72・8%

また、毎年5月の最終水曜日に行われる「チャレンジデー」に参加しています。これは、人口規模が同じ自治体同士が15分以上継続して運動した住民の参加率を競うもので、市全体で取り組んでおり、平成30年は参加率72・8%（人口4万1572人、参加者数3万2822人）と、健康に対する意識が高まっています。

チャレンジデー 対戦結果

	指宿市		vs	参加率	参加者数	対戦相手
	参加率	参加者数				
30年	72.8%	30,282人	vs	63.3%	22,994人	秋田県湯上町
29年	65.2%	27,463人	vs	65.6%	31,772人	神奈川県寒川町
28年	51.4%	22,007人	vs	50.3%	21,670人	富山県魚津市
27年	47.8%	20,354人	vs	55.4%	30,716人	茨城県常陸太田市
26年	44.7%	19,248人	vs	36.5%	21,981人	神奈川県逗子市
25年	28.0%	12,190人	vs	46.2%	23,457人	秋田県湯沢市

SWCの実践者の一人として努力

——市長、ご自身の健康について、普段から心がけていらつしやること、ありませんたらお聞かせください。

朝起きたら、体重と体脂肪を計り、曆につけて体重管理を行い、ラジオ体操をすることが日課となっています。また、歩数計（活動量計）をつけ、目標を8000歩と掲げ、普段から生活の一部として「歩く」を基本にして、自分の健康維持に努めています。データの結果を大切にしながら自分の体を知り、そのデータをもとに新たな目標を立てています。

自分の仕事と健康というのは密接なつながりがあるため、「健康」ということをテーマに自ら率先垂範し、指宿市を「健康」の色に染めるために、SWCの実践者の一人として努

力し、取り組んでいます。

温暖で豊かな自然と温泉の恵みを活かす

——最後に何か指宿市のPRがございましたらお聞かせください。

指宿市は、薩摩半島南端に位置し、錦江湾から東シナ海に臨む長く美しい海岸線を有しています。温泉の湧出量も豊富で、世界的にも珍しい「天然砂むし温泉」は、老若男女を問わず全国各地から、さらには一風変わった「和風サウナ」として海外からも多くの観光客にお越しいただいております。また、年間の平均気温は、暖流の影響で約19度と高く、温暖で亜熱帯的な気候で、新春に行われる国内最大級の市民マラソン「いぶすき菜の花マラソン大会」や「いぶすき菜の花マラソン」をはじめ、年間を通して様々なスポーツイベントを開催しており、その他、サッカーJリーグや学生・社会人の野球チームのキャンプ地としても利用いただけるスポーツと健康のまちです。

今後も温暖で豊かな自然と温泉の恵みを活かしながら、2020東京オリンピック・パラリンピック及び第75回国民体育大会「燃ゆる感動かごしま国体・かごしま大会」に向けて、競技団体等の受入体制整備を図ってまいります。