

人が輝く 夢と希望に満ちた 魅力あるシマ

瀬戸内町長

鎌田 愛人



TOP Interview

——瀬戸内町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

町民の誰一人として取り残されず、幸せに輝き、いろいろなことにチャレンジしながら夢と希望を持つて、力強く生きていける持続可能な町を目指し、「人が輝く夢と希望に満ちた魅力あるシマ」を基本理念とし、町民全員が安心して過ごせる町づくりを目指しています。

多様化・複合化する生活上の困りごとや地域課題の解決を図り、地域共生社会の実現に向け、住み慣れた地域で安心して過ごせるように取り組んでいます。

現在、人口減少や少子高齢化の進行など大きな変革期を迎えており、

奄美大島の最南端に位置し、大海原に囲まれた自然あふれる瀬戸内町。特定健診の受診率が5年で10%以上向上したという同町だが、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。鎌田愛人町長に、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、お話を伺つた。

町全体が大きな家族のようにな暮らしていくる町づくり

——瀬戸内町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

町民の誰一人として取り残されず、幸せに輝き、いろいろなことにチャレンジしながら夢と希望を持つて、力強く生きていける持続可能な町を目指し、「人が輝く夢と希望に満ちた魅力あるシマ」を基本理念とし、町民全員が安心して過ごせる町づくりを目指しています。

——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

昨年度から蔓延の一途をたどっている新型コロナウイルス感染症は町民の生活スタイルや経済状

本町でも出生数の減少や核家族化、高齢者の独居率の増加などがあります。このような状況にあっても、将来に対して、自らの暮らしに安心感や希望を持つて生活できるようになることが重要になつてきます。

そのためには、町民一人ひとりの健康寿命の延伸と生活の質の向上を図るため、心身ともに健康でいきいきと暮らしていくことが重要です。本町でも町民の健康づくりを推進するため『健康せとくい21』の目指す姿を「健やかでいきいき暮らしていくる瀬戸内町」と設定しました。子どもから高齢者まで町民一人ひとりが健康に関心を持ち、お互いに声をかけ合い、町全体が大きな家族のように一緒に元気に暮らしていくる町づくりを目指し、「健康寿命の延伸」と「ライフスタイルに合わせた健康づくり」「地域ぐるみの支え合い」を掲げることとし、健康づくり施策を推進しております。

況、交友関係など多岐に渡り生活に影響を及ぼしております。これは健康活動においても一緒です。

昨年4月には全国緊急事態宣言が発令され、これまで実施できていた運動教室や介護予防教室(※)も中止または延期せざるを得ませんで

した。本町は介護認定率が高い状況が続いており、通いの場や介護予防教室がなくなることは将来的に介護認定率の上昇にもつながるため危機的状況でした。そこまで

す、町内で放送されているケーブルテレビで馴染みのある役場職員や運動指導士による運動プログラムの放送をケーブルテレビの協力のもと開始しました。放送前に電話での安否確認や、ハガキでの案内等を行い、自粛期間中から現在まで放送を続けておりますが、町民には好評です。また、ケーブルテレビが映らないところにはDVDや、ラジオ体操等を収録し

たテープを配布し、地域で健康維持ができるよう取り組みました。今後も状況を鑑みながら継続していく予定です。

本町は特定健診受診率が平成27年度には33・2%と県下最下位をマークするほど受診率が伸び悩んでおりました。しかし、根気強い受診勧奨や訪問活動、ポイントカードの利用を進め、令和元年度

には45・8%まで向上しております。ポイントカードは、特定健診やがん検診受診時に発行しております。買い物時に利用できるため、夫婦そろって受診に来る方々も増えた印象があります。

私が町長に就任する以前の取り組みで印象深いのが、同窓対抗で受診率を競争するというものでした。当時同窓会長をしていたため、会長として受診率向上の啓発活動を行い、周りに受診を勧めていました。競争意識が働き、住民が参加しやすい取り組みであつたと思います。このように様々な効果的な取り組みを今後も続けていきたいと考えております。

——瀬戸内町が推進している地域包括ケアについて、またその構築に向けた取り組みなどをお聞かせください

本町では在宅医療・介護連携のもう多職種協働による地域包括ケアシステムづくりを推進してまいります。具体的には、毎月1回定期的に『瀬戸内町在宅医療・介護連携推進協議会』を開催しています。町内の診療所の医師・看護師や訪問看護事業所、薬剤師、ケアマネジャー、介護事業所などが参加しています。また、地域ケア会議も

毎月1回定期開催しています。このような会議の中でお互いの顔が見える関係づくりができればと考えています。

地域包括ケアの構築を目指す上で重要な地域（シマ）の助け合いの精神を強めることで、『互助』『共助』の支え合いを高め『シマ（地域・集落）ぐるみで支えあう町づくり』を推進するとともに保健・医療・介護の『公助』が多職種連携・協働にとどまらず、多機関連携による『チームせとうち』我が事・丸ごと“地域共生社会づくり』を目指しているところです。

保健事業と介護予防事業の一体化の取り組みが各市町村に求められているところですが、本町でもその取り組みを始めようと保健福祉課で準備を進めています。国保連合会がまとめた本町の一体化事業に関するデータでは、住民が主体となつた本町の介護予防における通りの場への参加割合（57・7%）が県平均（8・9%）、全国平均（4・9%）と比較しても高い割合となっています。その結果、医療費は県平均よりも低いとの結果が示されていますので、県のポイント事業の補助金等を活用しながら、今後も介護予防事業を推進していくないと考えています。

へるしーダイエット教室



◆ 肉体改造教室



◆ きゅう島コツコツ継続教室



(※)これまで実施された様々な健康教室

住民のため、家族のために 健康でありたい

——町長ご自身の健康について、普段から心がけていらっしゃることがありましたらお聞かせください

約6年前に町長に就任しましたが、町長就任前の健康づくりとして、ほぼ毎朝、約1時間のウォーキングをしながら新聞配達を行っていました。また、スポーツをするのが好きなので、相撲やソフトボール、バレー、ボルなどで子供

食事を控えるようにしています。就任する以前は、職場関係の健康診断を受ける程度で、さほど健康について考えたことがありませんでしたが、自分の体は自分一人のものではないとの意識のもと、人間ドックを受診し、血圧にも気をつけ、ウォーキングも再開しました。

何よりも健康でなければ、仕事や趣味、家族のことなど充実した生活を送ることができないのです。住民のためにも、家族のためにも、今後はこれまで以上に食生活の改善や運動を通しての健康づくりに励みたいと思います。

——最後に何か瀬戸内町のPRがございましたらお聞かせください

本町は大島海峡を中心としたと一緒に汗を流し、健康維持や体重維持に努めておりました。町長に就任し、外食や飲み会が増え、運動不足も重なり、体重は4年間で約10キロ増加しました。本町の保健師にも指摘を受け、現在はお菓子や飲み会後の夜遅くの食事を控えるようにしています。

周辺海域は、極めて良好な漁場であり、あらゆる種類の魚介類が一年を通じて水揚げされています。また、波静かな大島海峡を利用した魚類養殖が盛んであり、特に国内有数の「養殖クロマグロ」の一大産地として安定的な供給や増産体制への期待が高まっています。また、大島海峡のリアス式海岸は、幻の真珠ともいわれる半円のマペパールや、様々な形の美しい真珠が取れる産地でもあります。

さらに、亜熱帯性の温暖な気候を活かし、さとうきび、たんかん、パッショングルーツ、マンゴー等の生産に取り組んでいます。特にパッショングルーツは、「皇室献上産地」として、安心・安全な生産管理に取り組んでおります。



「食からはじめようからだづくり」ベジわん!プロジェクト

もたちと一緒に汗を流し、健康維持や体重維持に努めておりました。

その美しい海と海洋生物の育成に適した温暖な海域の大島海峡や周辺海域は、極めて良好な漁場であり、あらゆる種類の魚介類が一年を通じて水揚げされています。

これから、平成29年3月には、奄美群島が全国で34番目の国立公園（奄美群島国立公園）に指定され、令和3年のユネスコ世界自然遺産登録へ向けて気運が高まっています。

また、先人達のたゆまぬ努力によつて「島唄」や「諸鈍シバヤ」、「油井の豊年踊り」などの民俗芸能が伝承されてきました。

「海と島唄と満天の星のまち」瀬戸内町にぜひお越しください。