

特集

トップ
インタビュー

人と自然が共生する 活気あふれる 住みよいまち 南九州市



TOP
Interview

南九州市長 **塗木 弘幸**

南九州市は、本土最南端の薩摩半島南部に位置している。日本を代表するお茶の産地であり、貴重な歴史・文化遺産や豊かな自然を有している同市は、「住みたい・住み続けたい」と思われるまちづくりを目指しているが、どのように取り組んでおられるのだろうか。塗木弘幸市長に、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。

市民一人ひとりが希望に満ちて、活気あふれるまちを目指して

—南九州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。

本市は「人と自然が共生する 活気あふれる 住みよいまち 南九州市」を第2次南九州市総合計画の将来都市像に掲げ、恵まれた自然環境の中で、地域資源を受け継ぎながら、新たな魅力を引き出し、伝統ある地場産業、貴重な歴史・文化遺産などを最大限に活かしたまちづくりを進めています。また、少子高齢化・人

口減少が進行するなかでも、「住みたい・住み続けたい」と思われる子どもから高齢者まで市民一人ひとりが希望に満ちて、活気あふれる南九州市を目指しています。

市の将来像実現に向けては、市民や行政、関係機関・団体等が一体となつて健康づくりに取り組むために、平成22年度に南九州市健康増進計画を策定しています。目指す姿を「元気はつらつ青壮年」とし、健康でいきいきと生活するためには心身ともに良好な状態が必要であり、青壮年期を健康で充実して過ごすことで、将来健やかな老後を送ることに繋がることから、スローガンを「元気で健康的な身体！こころが元気！健やかな老後！」とし、取り組んでいます。

—力を入れておられる取組や、特色のある取組についてお聞かせください。

本市の特定健診受診率は、令和元年度までは52%台で推移していましたが、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、令和2年度には37%台にまで落ち込みました。感染予防の観点から集団健診を中止したことが大き

く影響したと考えられますが、受診控えによる生活習慣病の重症化を防ぐため、令和3年度からナッジ理論を活用した受診勧奨を取り入れ、受診率の回復に努めています。特定保健指導については、訪問を含めた丁寧な関わりを重ね、約7割の初回面接率を維持できています。

課題は、脳血管疾患による死亡率が高いことです。脳血管疾患による標準化死亡比（SMR）は1.5と、要介護の大きな要因にもなっています。高齢化率41%の本市では、今後患者数が増えることで、ますます医療費や介護療養費を圧迫することが予想されます。早期からの予防が重要であることから、基礎疾患である高血圧症、糖尿病対策として、特定健診結果から未治療者やコントロール不良者への訪問による重症化予防保健指導を続けています。未治療者対策においては早期で治療につなぐことができており、未治療者の割合は徐々に減少しつつありますが、さらに継続的な治療と良好なコントロールのための保健指導を行い、さらに重症化予防事業を推進していきたいと考えています。

また、脳血管疾患は再発を繰り返すことで重症化し、高齢になるとそこにフレイルも加わり重症化リスクが高いことから、令和3年度からは「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」に取り組み、データを活

用しながら切れ目のない保健事業を展開しています。本市では高齢者の約8割がすでに生活習慣病で治療中であるため、医療機関や介護部門等、関係機関との連携を図りながら、専門職が包括的に関わるための体制づくりを進め、健康寿命の延伸を目指しています。

☆全世代の健康づくり

本市では、若い世代からの健康づくりにも力を入れて取り組んでおります。市健康増進計画の「スローガン」にもあります「元気で健康的な身体」は幼少期からの生活習慣が元になり出来上がっていきます。また、青壮年期の病気の芽が出始めた時期に、何十年と続けてきた生活習慣を改善するのは、大きな労力が必要です。そのため、幼少期から健康的な生活習慣を身につけ、子どもだけでなく家族全体で健康になろうと、全世代を対象に



健康増進計画推進会議にて正しい血圧測定方法について研修



気軽に利用できる育児相談の提供

した健康づくりに取り組んでいます。小中学校の児童・生徒やその保護者に対しては、学級活動や家庭教育学級等で健康に関する情報の普及啓発を行い、親子で健康について考えてもらえるよう取り組んでいます。

また、妊婦の高血糖が課題となっており、ため、出産後の母子健診の場では母親への食習慣についての保健指導の強化や、30歳代健診の実施により若い世代から自分の身体について関心を持ってもらい、健康づくりの意識を高める取組を行っています。

日頃から体を動かすことを意識して過ごす

市長「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す。決まった健康法は特にありませんが、日頃からとにかく身体を動かす

よう意識しています。時間を見つけてウォーキングをしたりゴルフの素振りをしたりするほか、休日には草刈りや菜園の手入れをするなども、身体を動かすいい機会となっています。月に1回程度コースを回ってゴルフを楽しむながら、芝生の上を歩いたり自然を感じたりすることが気持ちよく、リフレッシュにつながっています。なかなか体重を減らすことは難しいのですが、このように常日頃、身体を動かすことで体重が今以上増えないよう気をつけているところです。

また、年に一度の健康診断は欠かせません。定期的な、身体の隅から隅まで診てもらおうと、早期発見や安心につながると考えています。

最後に何か南九州市のPRがございましたらお聞かせください

本市は、温暖な気候を恵まれた「お茶」や「サツマイモ」、黒牛・黒豚などの農畜産業が盛んな一次産業を主体とするまちです。

特に、「知覧茶」ブランドで出荷されるお茶は、市町村単位で日本一の生産量を誇り、これまでに農林水産大臣賞や全国茶品評会産地賞を数多く受賞するなど、その品質も高く評価されています。

また、本土最南端の薩摩半島南部に位置する地勢から、太平洋戦争末期には陸軍特別攻撃隊の特攻基地に指定され、若く多くの隊員が飛び立つ



開聞岳と茶畑

ていつた過去があります。
 その一角に建立される「知覧特攻平和会館」には、毎年、多くの観光客や修学旅行生、企業の方に平和学習などで訪れていただいております。
 昨今からのコロナ禍において、人々の活動や移動が制限され自粛を余儀なくされる中、全国的に厳しい時期を迎えておりますが、本市では、これを機にアフターコロナ・ウィズコロナを見据えた新たな在り方についての取



日本一の生産量を誇る「知覧茶」

組を進めています。

具体的には、本年4月から市内をゆつくり散策しながら、特産のお茶を楽しんでもらおうと、電動アシスト自転車を活用したシェアサイクル「茶巡(チャイリー)」を開始しました。
 屋外で、感染のリスクを気にせず誰でも気軽に乗れる自転車を楽しみながら、自然や食を味わっていただければと思います。

また、都市部の方が、仕事や余暇の時間を本市で過ごしてもらおうためのワーケーション事業や、今年度までに市内3箇所新しく整備したサテライトオフィス・テレワーク施設を活用した企業誘致、ワーク・ライフ・バランスを実現するための子育て拠点施設を整備するなど、住んでみたい・訪れてみたいまちを目指した取組も進めています。

昨年4月には、本市の海岸線と標

高466mの独立峰「大野岳」が県立自然公園の一部に指定され、誘客の呼び水になると期待しているところです。



颯娃地域の海岸線

このほか、春は桜、夏は流水自然プールで賑わう「清水岩屋公園」や、江戸時代の街並みが今に残る「知覧武家屋敷庭園群」など、四季折々の自然、食、体験なども数多く楽しむことができます。

新型コロナウイルス感染症がもたらした状況は、私たちの生活のトレンドに多くの変化をもたらしましたが、私たちは、その状況に応じ今できる取組を積極的に進めたいと思っております。

百聞は一見に如かず、ぜひ南九州市に足を運んでいただき、本市の魅力を存分に味わっていただければ幸いです。

新たに整備されたサテライトオフィス・テレワーク施設



PACBO



TANOKAMI STATION



ワークサイトかぐや