特集

トップインタビュー

住んでよし　訪ねてよし　ふれあいあふれるまち　ひおき

TOP Interview

日置市長　永山 由高

今回は日置市の永山由高市長に、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。

笑顔とやさしさ、ぬくもりに満ちたまちづくり

―日置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、「住んでよし　訪ねてよし　ふれあいあふれるまち　ひおき」を目指す将来都市像として定め、人口減少や少子高齢化に伴う諸課題に対応するため「日置市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を「第2次日置市総合計画」後期基本計画の重点施策として一体的に位置づけ、将来都市像の実現に向けた取り組みを推進しております。保健・医療・福祉の分野別目標として「笑顔とやさしさ、ぬくもりに満ちたまちづくり」を掲げ、健康づくりや総合的な保健・医療体制の充実を目指しています。

また、私は、令和3年5月の市長就任以降、市民と行政が思いや考えを共有する「対話」と、対話から描かれる夢や希望を形にするための「挑戦」を合言葉に、約2年間市政を遂行してまいりました。令和5年度は、直接、市民の皆さまの意見を伺う「草の根対話」を全自治会で開催し、その意見を踏まえ、子育て世代の生活支援や、カーボンニュートラルの実現に向けた取り組み、教育環境の整備、行政のデジタル化の推進など、様々な関係機関と行政が連携し「オールひおき」で取り組んでいく予定です。

本市では、平成19年に健康増進計画である「元気な市民づくり運動推進計画」を策定し、改訂版として平成29年度に「第2次元気な市民づくり運動推進計画」を策定しました。目指す姿である「生涯現役で豊かな人生を過ごす」の実現に向け、生活習慣病対策や地域づくり、栄養、介護予防など9つの分野にわけ、様々な取り組みを推進しています。特に「地域づくり」のテーマでは、小学校区単位に設けられている地区公民館（26地区公民館）を中心に地域住民が主

体となった健康づくりや健康づくりを促すような環境の整備等を実施しています。住民同士の話し合いの場を持ちながら、地域の特性や課題にあわせ、歩こう会の開催やフレイル予防教室、地区の健康マイレージ制など、26地区特色のある健康づくりを推進しています。

また、「介護予防」の分野では、住民主体の健康づくりの場として「筋ちゃん広場」を市内113自治会、105会場で実施しており、約1780人の市民が登録し筋力の維持・向上に取り組んでいます。この筋ちゃん広場は、単なる体操の実施だけでなく、低栄養予防などの栄養改善や、口腔機能向上、認知症予防などのテーマも取り入れ、各関係機関が連携し一体となって実施しています。

―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

本市の健康課題の主なものとして、①がん検診受診率の低迷②糖尿病・慢性腎臓病・高血圧等に関連する医療費が高い③筋骨格に係る一人当たり医療費が県、国より非常に高い④要介護者の原因疾患は認知症があげられます。これらの課題は国保・介護及び後期高齢者医療財政にも大きな影響を与えており、この対策が喫緊の課題ともなっています。

この課題解決に向けた特色ある対策の取り組みを3つ紹介します。

(1)糖尿病重症化予防対策

本市では、平成23年度から地元医師会と連携し、ハイリスクアプローチを実施しています。糖尿病のコントロール不良者を抽出し、その対象者に対して、糖尿病の基礎知識の情報提供や栄養、運動講話を集団形式で実施し、あわせて個別指導を実施しています。

この事業は、事業開始から10年経過しており、糖尿病性腎症や新規透析患者、特定健診受診者の糖尿病コントロール不良者が減少し、一定の効果を得ていると実感しています。

糖尿病重症化予防教室

(2)高血圧支援事業

平成29年度から、高血圧Ⅰ度以上で、未治療の方に対し個別面談や高血圧教室を開催し、個人ごとに目標設定を行い、その後に電話やアンケート、訪問などで継続支援及び評価を行うハイリスクアプローチを実施しております。教室では、より自分事として理解していただけるよう、心房細動予防のための検脈など実際に行い、楽しく興味関心を持てるようクイズなども取り入れています。この事業の結果、令和2年度から3年度において、Ⅰ度高血圧以上者の割合が減少し、さらにⅡ度高血圧者のうち未治療者の割合も減少しました。

高血圧教室(検脈体験)

(3)医療費適正プロジェクト「Hioki100(ヒオキイチマルマル)」

「人生100年時代のために100のアクションを起こそう」をテーマに、①市民全体で取り組んだ対策②PDCAサイクルに沿った保健事業③SNSなどでの多様な媒体での情報発信④健診、特定保健指導の実施率の向上⑤ICTを活用した健康づくりなどの基本構想を設定しています。

この基本構想を推進するために、本庁、支所の健康保健関連部署の職員(事務職、専門職)32名が①医療費分析チーム②受診率向上対策チーム③ICTチーム④業務改善チーム⑤広報啓発チームを作り、職員それぞれ取り組みたいグループに分かれ、自由に企画・提案してもらい、事業化を目指します。実際に事業化した健診受診率向上対策として、①健診を完全予約制とし待ち時間を短縮②リラックスして健診が受けられる環境整備③はがきによる未受診者への受診勧奨など、無理なくできるもの、実効性ある内容が実施されました。

健康は「頑張って得るもの」ではなく、「楽しく心地いいことを継続していたら健康になっていた」が理想だと考えます。重症化予防などのハイリスクアプローチは、対象者に対し専門職がしっかりサポートさせていただきますが、それだけではなく、一般の市民の方に対するポピュレーションアプローチも両輪で進めていく必要があると思います。今後は市役所内の連携にとどまらず、医療機関や地域、企

Hioki100会議風景

業等と、この「Hioki100」がコラボし、楽しくワクワクするような健康づくりに、こどもから高齢者が一体となり「オールひおき」で取り組んでいきたいと考えております。

心と身体、食事を意識して

―市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

一番大事だと思っているのは、心のケアです。ちょっとした隙間時間に音楽を聴いたり、寝る前に少しだけ小説を読んだりする時間を大切にしています。立場上、仕事を完全に忘れられる時間はありませんが、それでも意識的にリラックスできる時間を持つようにしています。また、気分転換に趣味も大切にしており、趣味のエアギターは、市長になってから披露する場がなく寂しいですが、ストレスを自覚したら、自分の部屋でひっそりとやっています。

エアギターを披露する
永山市長(左)

二つ目は、体の健康、特に体を動かすことに気を付けています。今は4歳と0歳の子供がいるので、こどもと外で遊ぶと結構な運動量になります。土日はできるだけ時間をつくって1時間だけでも子供と公園に行ったり、平日は早朝か夜にランニングやウォーキングをする時間をとるようにしたりしています。仕事が落ち着いているときはお昼休みに庁舎の近くを歩いていましたが、忙しくなると日中はなかなか時間が取れないのが課題です。

三つ目は、食事への意識です。日置市はおいしくて体にも良い特産品が多いので、できるだけ地元のものをいただくようにしています。物産館が市内の様々なところにあり、おいしい野菜を安く買えるのは日置市ならではの強みだなと思います。

―最後に何か日置市のPRがございましたらお聞かせください

日置市の魅力を2つご紹介します。ひとつは、2019年の島津義弘公没後400年の節目の年に始動した「日置市観光PR武将隊プロジェクト」。これは日置市を「戦国島津でデザインする」といった取り組みです。島津義弘公が生まれ育ち、江戸時代から続く妙円寺詣りの伝統が現在でも残る日置市。その本市の「強み」を生かし、認知度の向上を図るとともに、「日置市といえば戦国島津」とイメージしてもらえるよう、さまざまな対外的アプローチを「戦国島津」で統一しています。さらに、日置市を戦国島津で楽しむための体験コンテンツの充実を図り、日置市観光を総合的にプロデュースするプロジェクトです。

このプロジェクトには「ひおきPR武将隊」と「よしとし軍議場」の2つの柱があります。「ひおきPR武将隊」はプロジェクト発信の要。市の職員で構成し「戦国島津ゆかりの地」をPRしています。その斬新なPR活動やパフォーマンスでメディアの露出を高めるとともに衆目を集めています。

「よしとし軍議場」は日置市で戦国島津を楽しむための観光拠点施設です。甲冑着付体験やVRなど、さまざまな体験コンテンツが充実していますので、ぜひ体験してみてください。

もうひとつの本市の魅力と言えば温泉です。本市には、寛永17年(1640年)頃発見されたと言われている湯之元温泉郷と、伊作温泉として古くから南薩地方の方々に親しまれてきた吹上温泉郷があり、いずれも良質な温泉として多くの観光客や湯治客で賑わっています。温泉には、温浴効果など湯の効能はもちろんのこと、人と人とをつなぐ地域コミュニケーションの手段にもなっています。令和4年度は、市街地に本社機能を有する企業が、自分らしく生き生き過ごせる場所、企業と地域をつなぐ場所として、利便性より幸福感を感じられるようなウェルビーイングの向上を目指し、本社機能を温泉街である湯之元に移転しました。このように、古き良き風情のある部分と、一方では人々の幸福感を高めるため、温泉のように熱い想いのつまった攻めるまちでもある日置市。ぜひ本市で情緒あふれる温泉を堪能いただき、情熱を持った人々の心に触れていただきたいと思います。

武将×湯之元温泉

本市の観光地としての認知度は決して高くはありませんが、これからも、マイクロツーリズムの獲得、その後のインバウンド獲得に向け、日置市が観光地として選ばれる地域となることを目指し、観光施策に取り組んで参りますので、ぜひ日置市にお越しください。