

第3回 循環共生型の地域づくりに向けた検討会 資料

低炭素政策から派生する  
健康で心豊かな暮らしについて

2014年12月12日

1. 健康、コミュニティ、安心・安全な暮らしの重要性
2. 低炭素政策から派生する健康の改善、コミュニティの活性化、安心・安全な暮らし
3. 参考資料

# 1. 健康、コミュニティ、 安心・安全な暮らしの重要性

- 1-1. 健康、コミュニティ、安心・安全な暮らしの重要性
- 1-2. 健康
- 1-3. 地域コミュニティ
- 1-4. 安心・安全な暮らし
- 1-5. 健康、コミュニティ、安心安全な暮らしと住民の活動の関係

# 1-1. 健康、コミュニティ、安心・安全な暮らしの重要性

資料2

- ✓ 高齢化する社会では、「健康」「コミュニティ」「安心・安全な暮らし」が重要であり、低炭素政策から派生する効果(副次的効果)が想定される。

## ①健康

- ✓ 地域における大きな課題として、高齢化による病気や要介護状態など健康問題が挙げられる。
- ✓ 高齢になっても健康が維持・増進でき、今後さらに健康寿命が延伸できれば、生活の質の低下を防ぎ、社会保障費も抑制することができる。

## ②地域コミュニティ

- ✓ 我が国では、伝統的には自治会、町内会等の地縁的なコミュニティが行政の補完機能を担ってきた。超高齢化が進む社会において地域コミュニティの重要性があらためて見直されている。
- ✓ 大都市では従来は地域コミュニティが希薄であったが、近年では子育て支援や教育、高齢者ケア、災害時の支援、環境保全など、地域の課題を解決する活動に取り組むコミュニティも生まれている。
- ✓ また、人口減少が進む地域では、都市との交流等も活用し、新たな地域コミュニティによって、地域に根付いた伝統、文化を継承し、地域の独自性を維持することが期待されている。

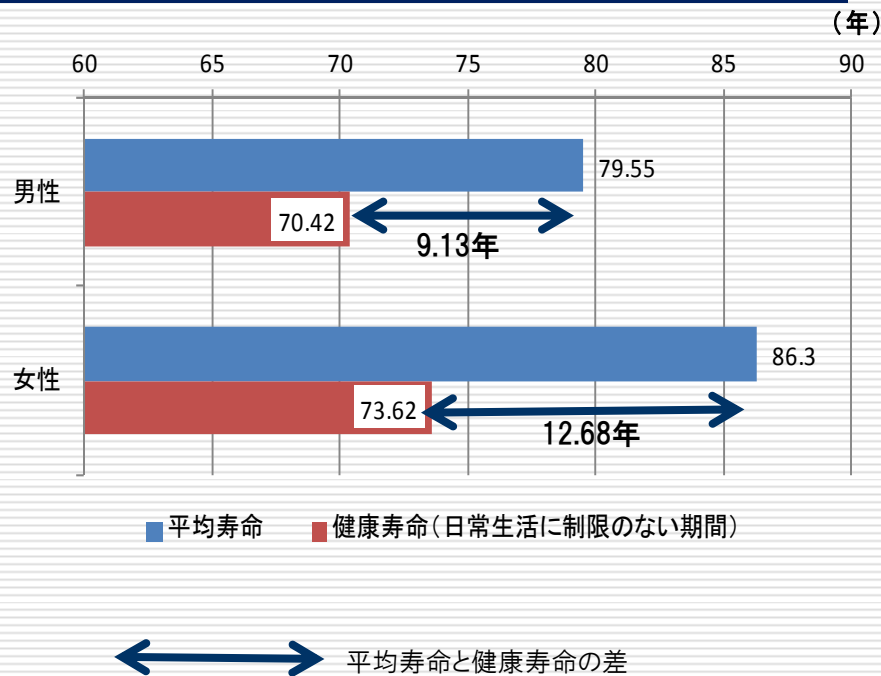
## ③安心・安全な暮らし

- ✓ 防犯や、災害に対する対応力は、地域社会にとって大きな関心事である。
- ✓ 防犯、災害時の支援、買い物弱者への支援、子育て支援等について、行政サービスのみで対応することには限界があり、②の地域コミュニティの力を活用しつつ、高齢社会の安心・安全を確保することが地域にとって重要である。

# 1-2. 健康

- ✓ 高齢化の進展により、病気や要介護の期間が長期化し、平均寿命と健康寿命(日常生活に制限のない期間)との差は、男性9.1年、女性12.7年に及んでいる。
- ✓ 病気や要介護状態になると、生活の質が低下し、社会保障費も増加するため、健康寿命を伸ばすことが重要である。
- ✓ 健康寿命は都道府県別に格差があり、地域づくり政策によって健康寿命を延伸し、生活の質を向上できる可能性がある。

平均寿命と健康寿命の差



都道府県別の健康寿命

上位5都道府県			
男性		女性	
都道府県	健康寿命	都道府県	健康寿命
愛知	71.74	静岡	75.32
静岡	71.68	群馬	75.27
千葉	71.62	愛知	74.93
茨城	71.32	沖縄	74.86
山梨	71.20	栃木	74.86
下位5都道府県			
男性		女性	
都道府県	健康寿命	都道府県	健康寿命
青森	68.95	滋賀	72.37
高知	69.12	広島	72.49
長崎	69.14	大阪	72.55
大阪	69.39	福岡	72.72
岩手	69.43	徳島	72.73

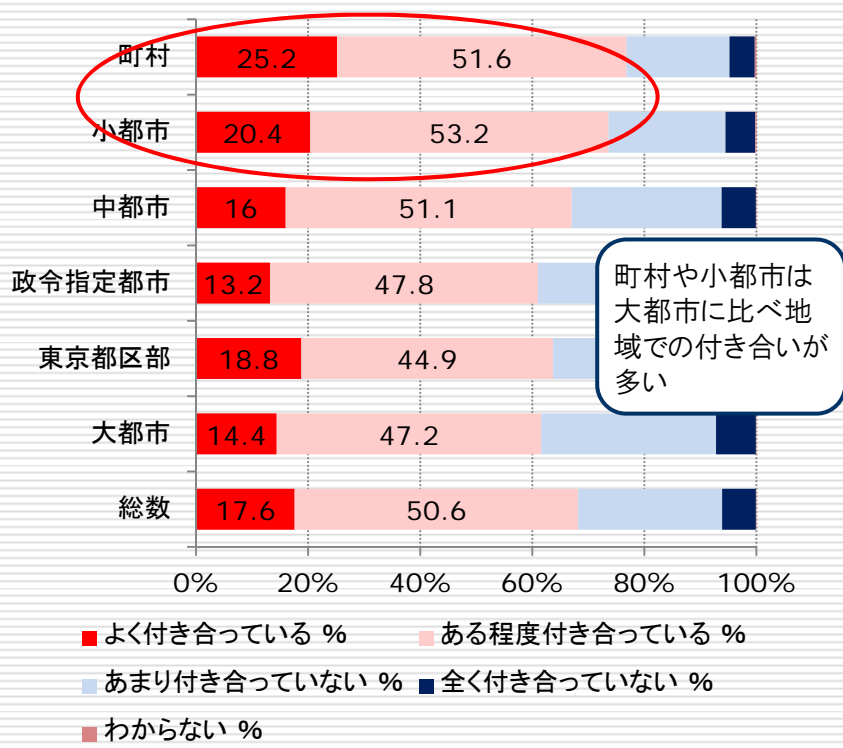
出所:厚生労働省「健康日本21(第2次)参考資料」

# 1-3. 地域コミュニティ①

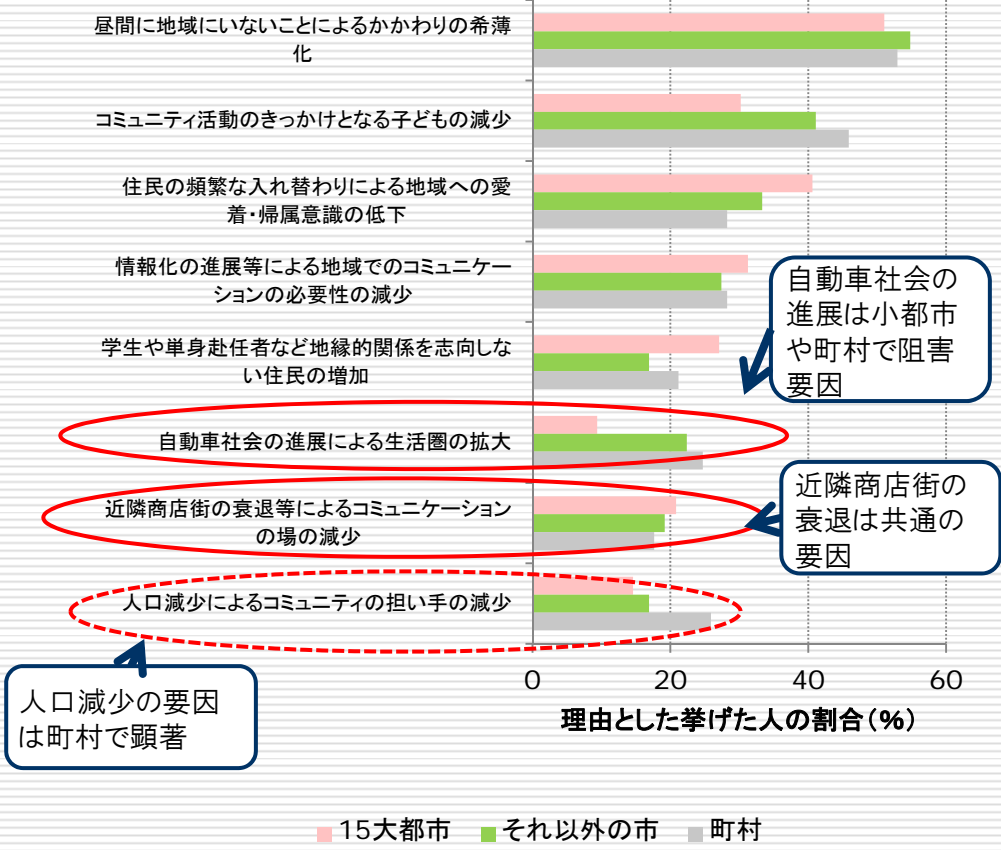
資料2

- ✓ 住民の流動性の高い大都市に比べると、地方小都市や町村における地域の人とのつながりはまだ強い傾向がある。
- ✓ しかし、地域の人々とのつきあいが疎遠な理由の一つとして、自動車社会の進展や近隣商店街の衰退が挙げられ、これらは地方都市においても大きな課題である。
- ✓ また、町村等では、人口減少によってコミュニティの担い手が減少しており、今後の人口減少により、コミュニティが維持できなくなる可能性がある。

地域での付き合いの程度



地域の人々とのつきあいが疎遠な理由



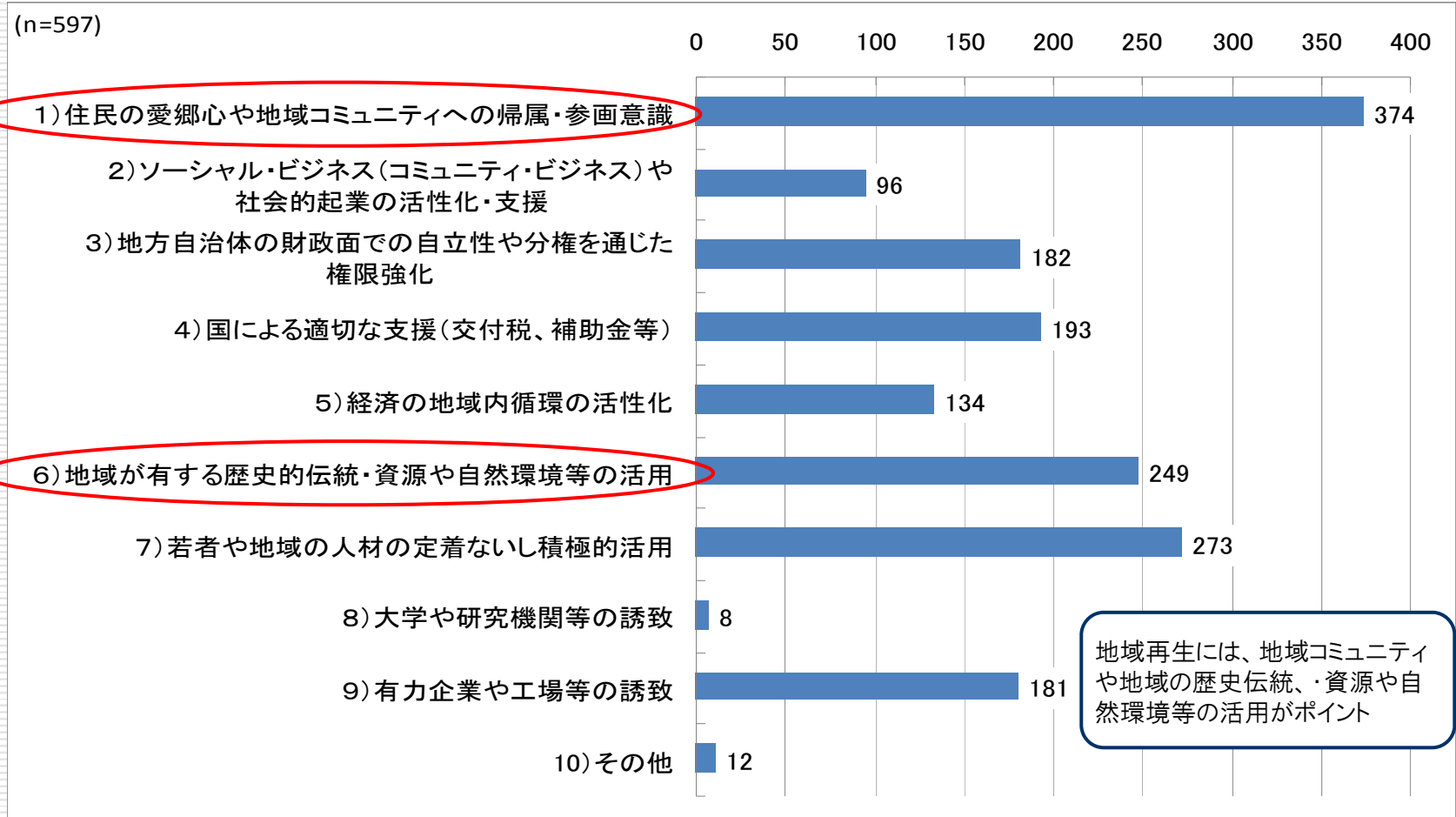
出所：内閣府「社会意識に関する世論調査」(平成26年1月)

出所：国土交通省「平成17年版国土交通白書」

# 1-3. 地域コミュニティ②

✓ 地域再生・地域活性化においては、地域コミュニティが大きな鍵を握ると認識されている。

## 今後の地域再生・活性化において特に鍵となるポイント(複数回答可)



# 1-4. 安心・安全な暮らし

資料2

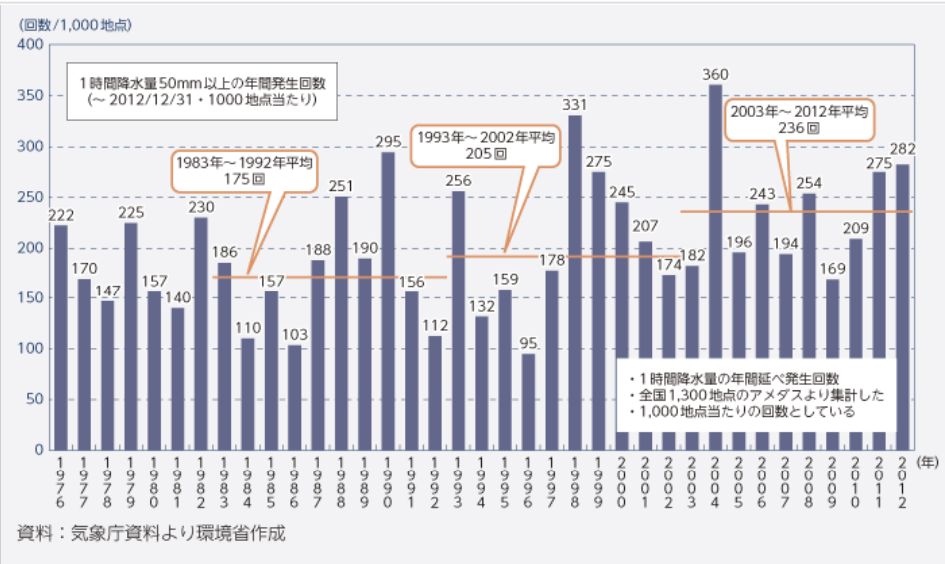
- ✓ 人口減少による市街地における空家の増加は、地域の賑わいの喪失やコミュニティ活動の停滞を招くばかりでなく、防犯の面からも課題とされている。
- ✓ 地震、洪水等の自然災害等に対し、行政サービスのみで対応することには限界があり、地域コミュニティの力が注目されている。
- ✓ 東日本大震災及び原発事故により、災害時のエネルギー確保の必要性が認識されるようになっている。

空家率の推移



出所：総務省「住宅・土地統計調査」より国土交通省作成

1時間降水量50mm以上の年間発生回数



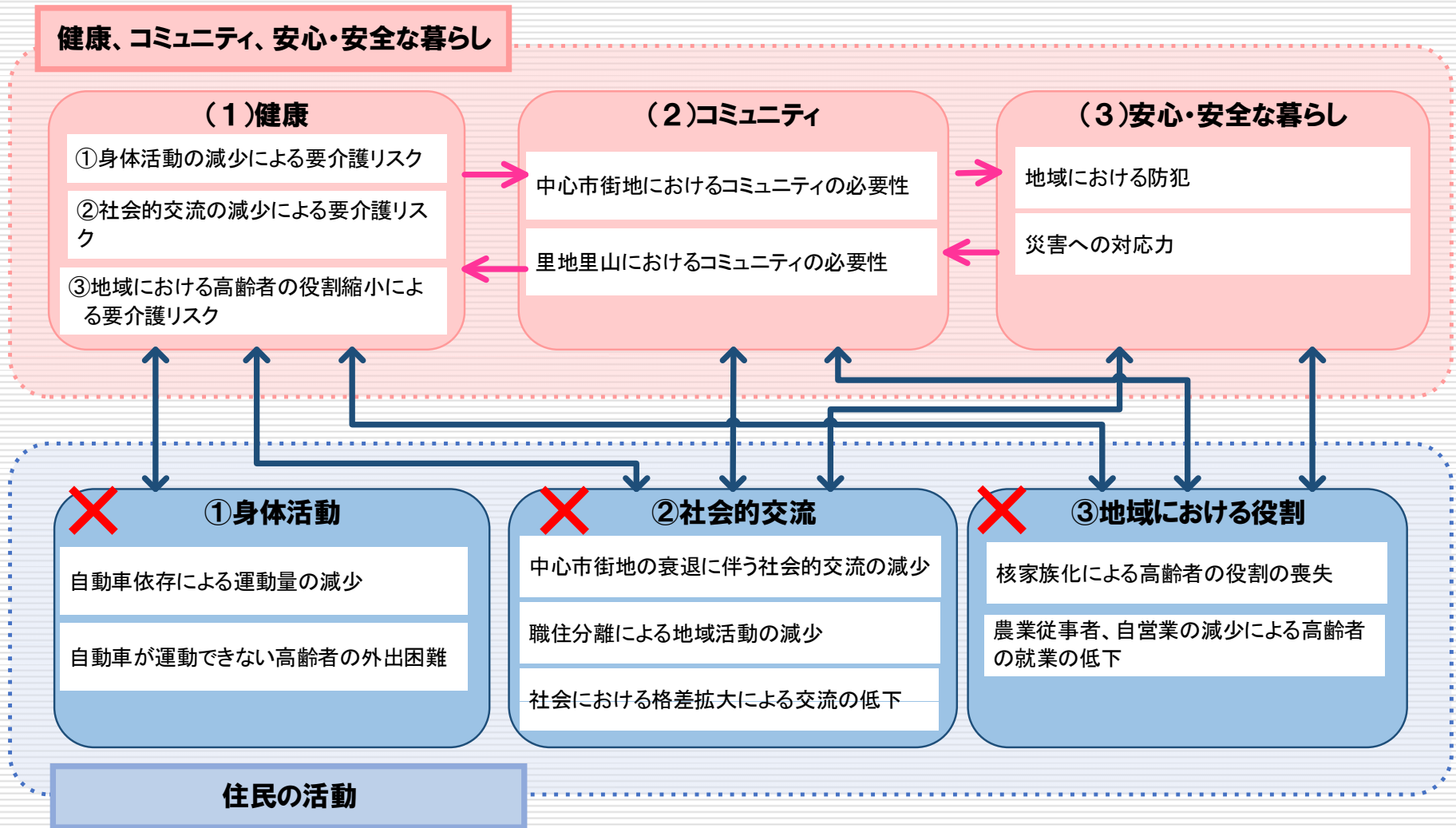
1時間降水量50ミリ (mm) を超える大雨の発生回数は長期的に増加傾向 (30年で約1.3倍)

出所：環境省「平成24年版環境白書」



# 1-5. 健康、コミュニティ、安心安全な暮らしと住民の活動の関係

資料2

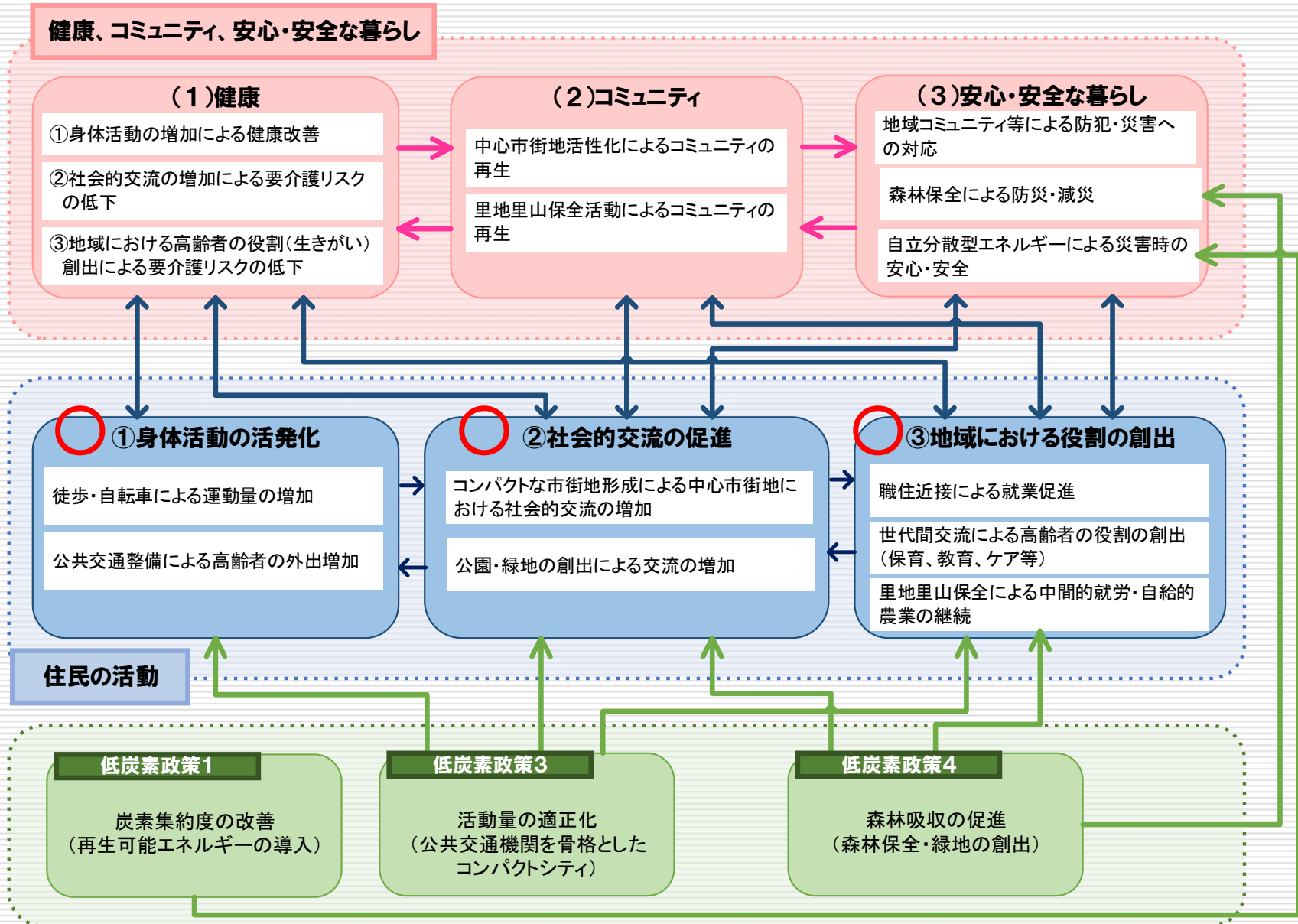


## 2. 低炭素政策から派生する 健康の改善、コミュニティの活性化、 安心・安全な暮らし

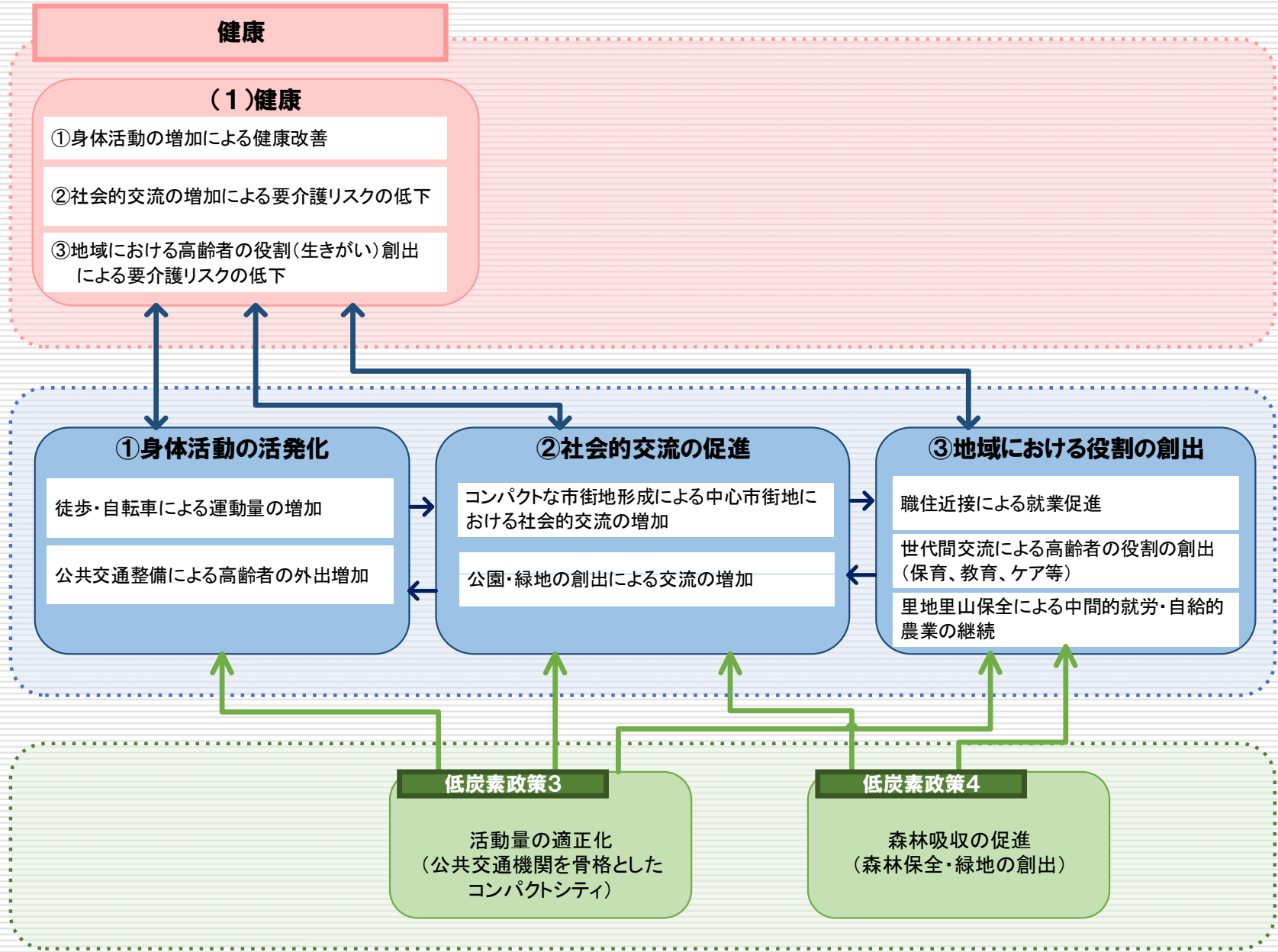
- 2-1. 低炭素政策から派生する健康の改善、コミュニティの活性化、安心・安全な暮らし
- 2-2. 健康の改善
- 2-3. コミュニティの活性化
- 2-4. 安心・安全な暮らし

# 2-1. 低炭素政策から派生する健康の改善、コミュニティの活性化、 安心・安全な暮らし

資料2



## 2-2. 健康の改善



## 2-2. 健康の改善①身体活動の活発化

資料2

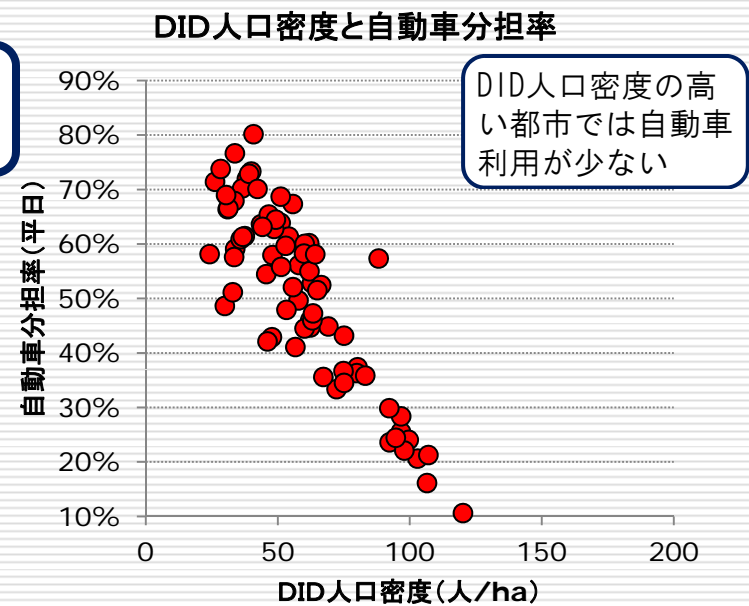
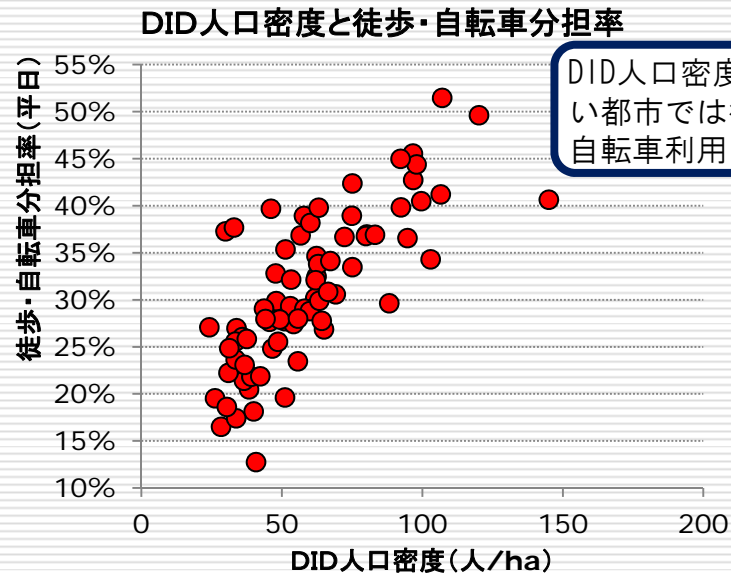
### コンパクトな市街地の形成による徒歩運動量の増加

- ✓ DID人口密度が高い都市では、徒歩・自転車分担率が高く、自動車分担率が低いため、日常の生活の中で、自然に運動量が多くなると考えられる。

### 公共交通の利便性向上による高齢者の外出の増加

- ✓ 自動車分担率が高い都市では、自動車が運転できなくなった高齢者の外出行動が制限され、閉じこもりや要介護のリスクが高まる。
- ✓ 公共交通を中心としたコンパクトな市街地の形成により、歩いて暮らせる街となれば、高齢者の外出が促進され、要介護状態になるリスクを低減させる可能性がある。

### 都市構造と運動量



出所：国勢調査、平成22年全国都市交通特性調査

注)クロスセクションデータの相関関係は因果関係を示しているわけではない。

## 2-2. 健康の改善②社会的交流の促進

資料2

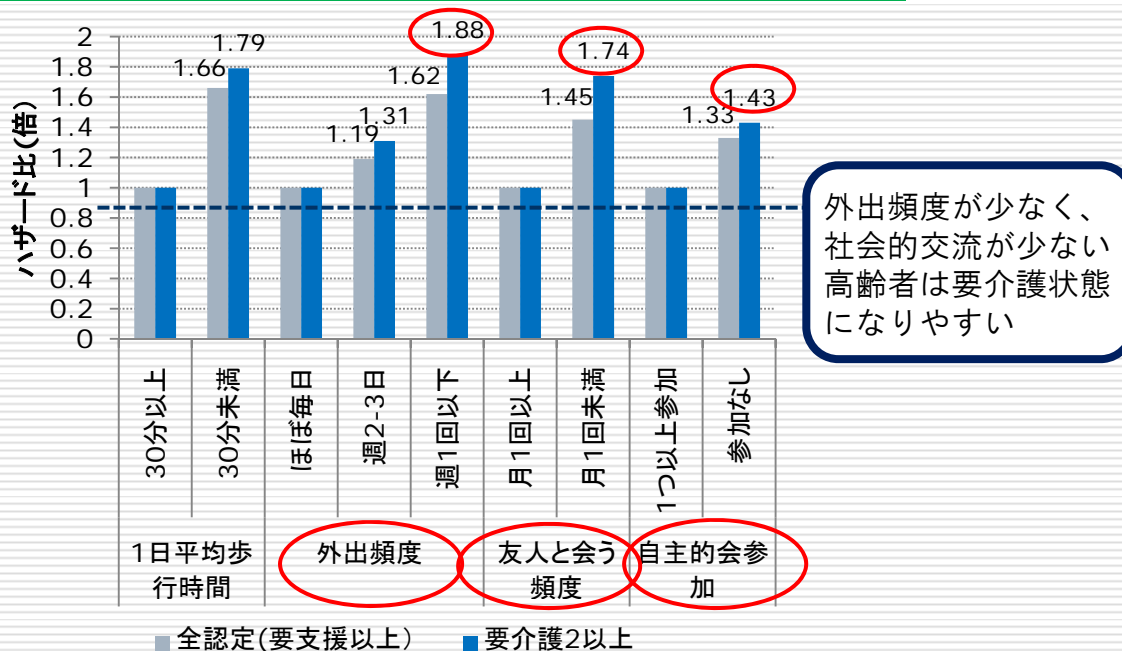
### コンパクトな市街地の形成による社会的交流の促進

- ✓ 高齢者においては、社会的交流があることが、うつや閉じこもり等、要介護になるリスクを抑制するとされている。
- ✓ 歩いて暮らせる街では、中心市街地が活性化し、商店街等での買い物や地域活動を通じた社会的交流が活発化する。それによって、高齢者の要介護リスクが低減される可能性がある。

### 公園・緑地の創出による社会的交流の促進

- ✓ コンパクトな市街地の形成によって、緑地が創出され、公園や緑地が利用しやすくなると、公園での仲間づくりなどを通じて、交流が促進され、健康に役立つ可能性がある。

生活習慣・社会的特性と要介護の関連(男性)



※ハザード比は、左側の条件を1とした場合、右側がどの程度、要介護になるリスクが高いかを示したものの。例えば、歩行時間30分未満の場合、30分以上の人に比べ、要介護になる確率が1.66倍、要介護2以上になる確率が1.79倍となる。(3年間の追跡調査による)

出所：平井、近藤、尾島、村田(2009)「地域在住高齢者の要介護認定のリスク要因の検討」

## 2-2. 健康の改善③地域における役割の創出

資料2

### コンパクトな市街地の形成による高齢者の就業促進

- ✓ 高齢者は役割を持つことによって、生きがいを感じ、健康につながるとされる。高齢者においては働いている人ほど、主観的健康状態が良い傾向がある。
- ✓ コンパクトな市街地の形成によって、働く場と生活する場が近くなれば、高齢者の就業が促進され、健康につながると考えられる。

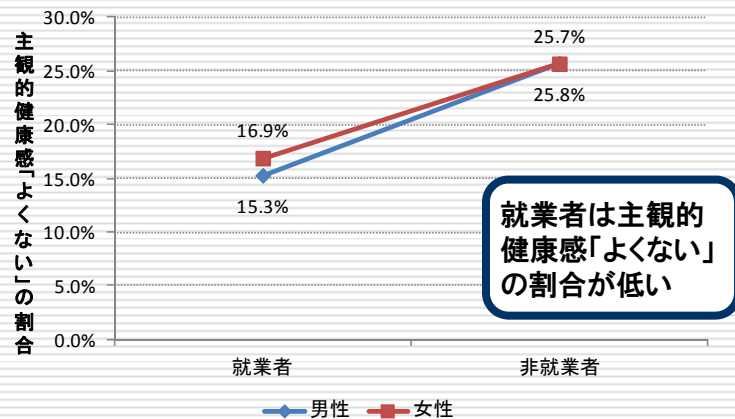
### 世代間交流(子育て、教育)による高齢者の役割の創出

- ✓ 社会的交流によって、高齢者が役割や生きがいを持つことも健康の維持に役立つ。特に、子育て支援や、子どもに勉強を教える等の世代間の交流が高齢者を元気にすることが知られている。

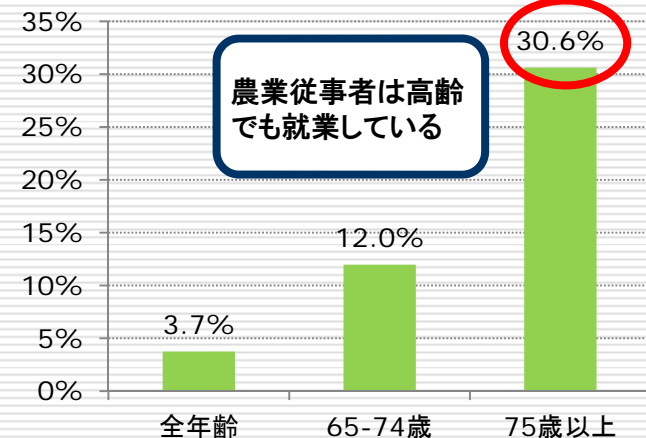
### 里地里山保全による高齢者の役割創出

- ✓ 農林業の従事者は、75歳以上では全就業者の30.6%と高く、定年がないため高齢になっても働くことができる。
- ✓ 里地里山保全等によって、自給的な農業等に従事することで、高齢者が役割を持ち続け、健康につながる可能性がある。

#### 就業・非就業による主観的健康感の違い



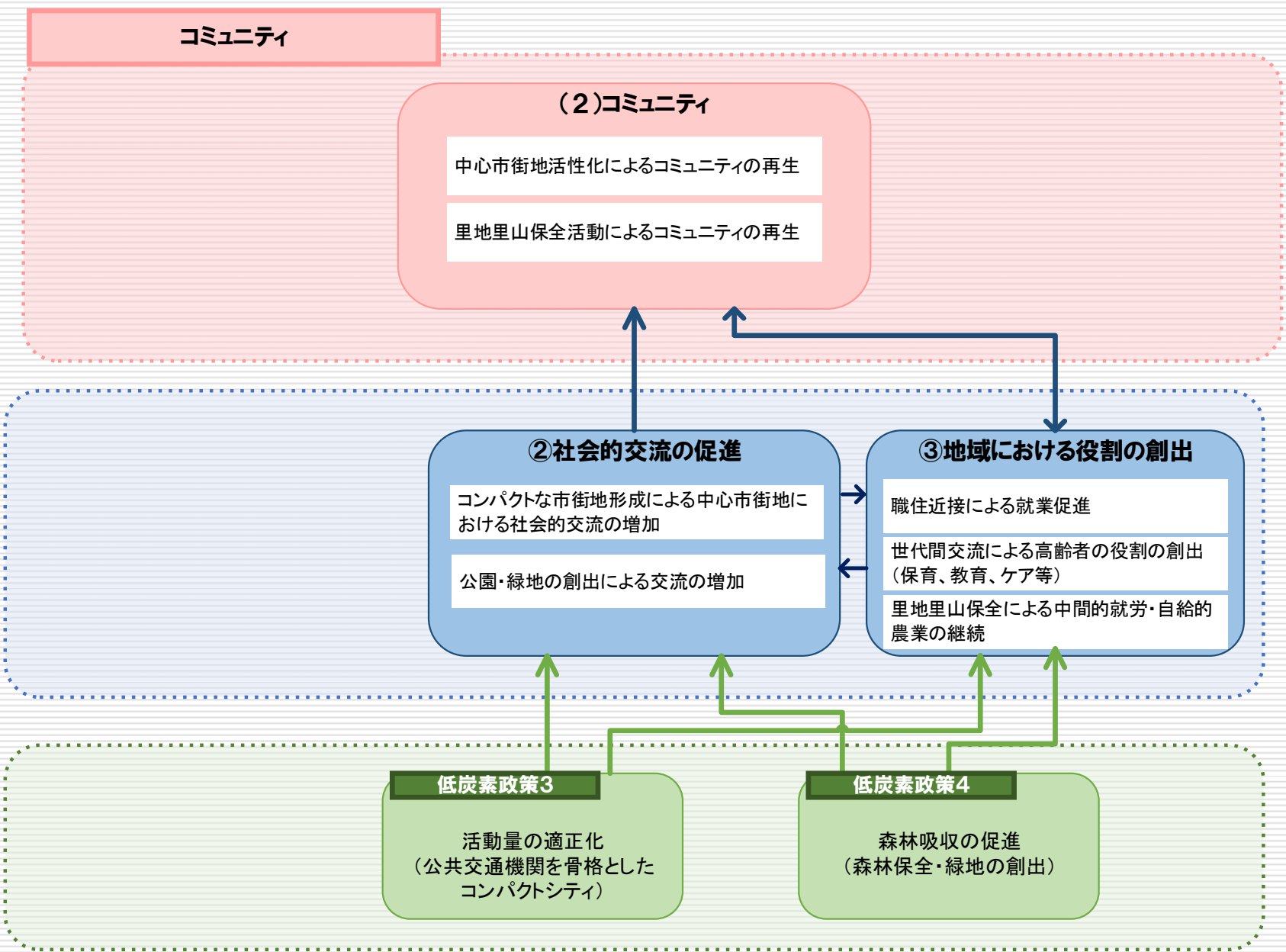
#### 全就業者に占める農林業従事者の割合(男性)



出所：近藤克則編「検証『健康格差社会』介護予防に向けた社会疫学の大規模調査」より作成  
※健康な人ほど働いているという逆の因果関係も想定されることに留意が必要である。

出所：総務省「平成24年就業構造基本調査」より作成

## 2-3. コミュニティの活性化①





## 2-3. コミュニティの活性化②

資料2

### 中心市街地活性化に伴うコミュニティの再生

- ✓公共交通を骨格としたコンパクトな市街地の形成によって、交流の場が生まれ、商店街を中心とした地域コミュニティの再生につながる可能性がある。
- ✓まちなかに多世代が居住し、多世代の交流が生まれることにより、新たなコミュニティの創出につながる可能性がある。

### 里地里山保全活動によるコミュニティ再生

- ✓里地里山の保全活動等の環境活動に、地域で自主的に取り組むことによって、地域内での交流が生まれる。
- ✓また、耕作放棄地の開墾等に都市住民の力を活用することによって、都市と農村の交流が進み、新たなコミュニティが生まれ、地域のカとなる可能性がある。



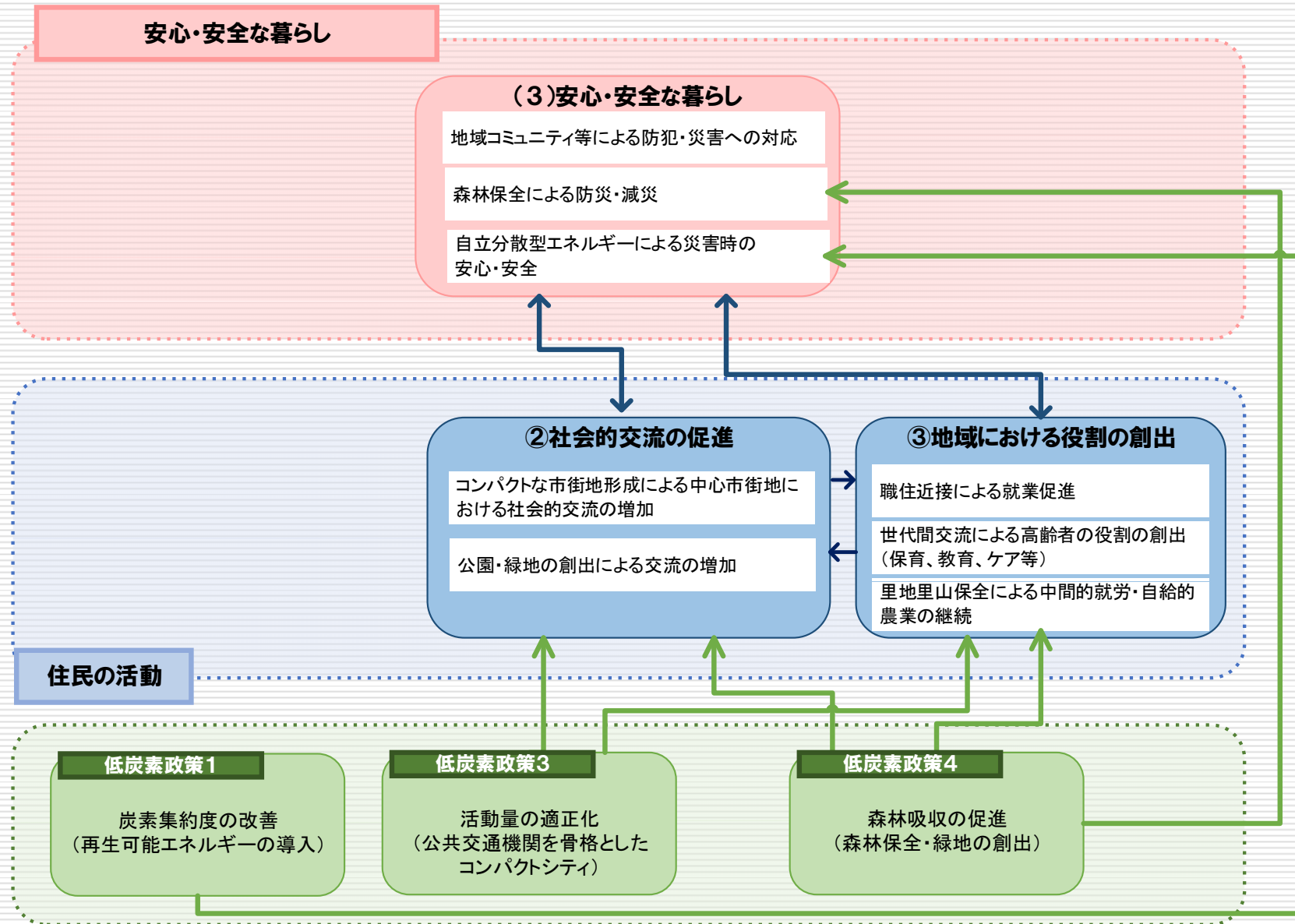
出所:わいわい!! コンテナ(佐賀県佐賀市)



出所:NPO法人 えがおつなげて HP

## 2-4. 安心・安全な暮らし①

資料2



## 2-4. 安心・安全な暮らし②

資料2

### 地域コミュニティ等による安心・安全な暮らし(防犯・災害への対応等)

- ✓コンパクトな市街地で、地域コミュニティが再生することにより、地域の中で互いに助け合うことができ、防犯や災害への対応力が高まる。

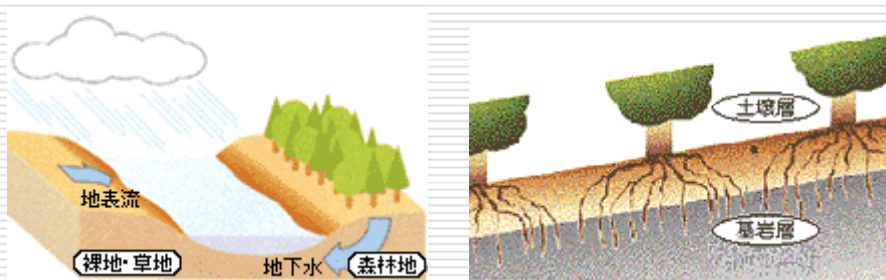
### 森林・農地保全による防災・減災

- ✓森林・農地の保全によって、生態系のもつ機能を活用し、洪水等の被害を抑制することが期待される。

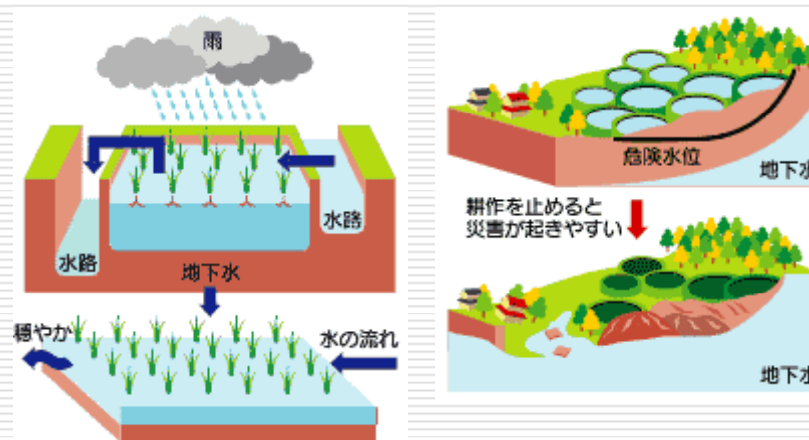
### 再生可能エネルギー導入による災害時の安心

- ✓地域資源を活用した再生可能エネルギーを導入することによって、災害時における地域のエネルギー自立による安心・安全を確保する。

#### 森林の防災機能



#### 農地の防災機能



出所：国交省資料

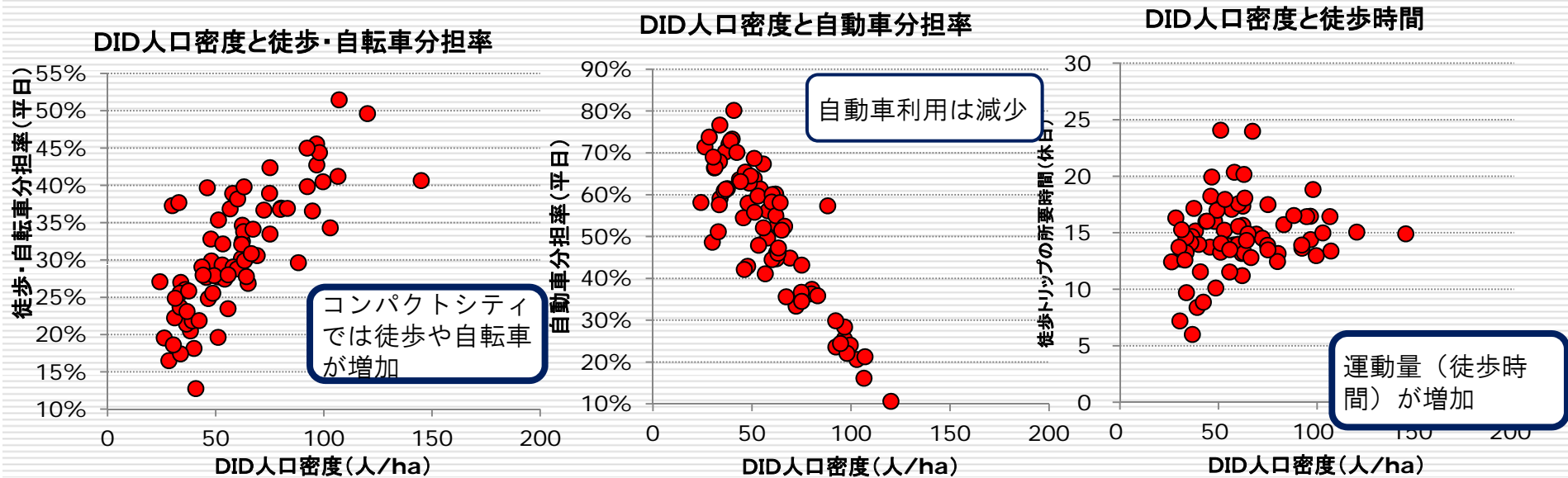
## 3. 参考資料

# 健康の改善①身体活動の活発化

資料2

■ コンパクトシティ(DID人口密度が高い)では、徒歩・自転車分担率が高く、自動車分担率が低いため、徒歩時間が長く、日常生活の中で、自然に運動量が多くなると考えられる。

## 都市構造と運動量



出所：国勢調査、平成22年全国都市交通特性調査

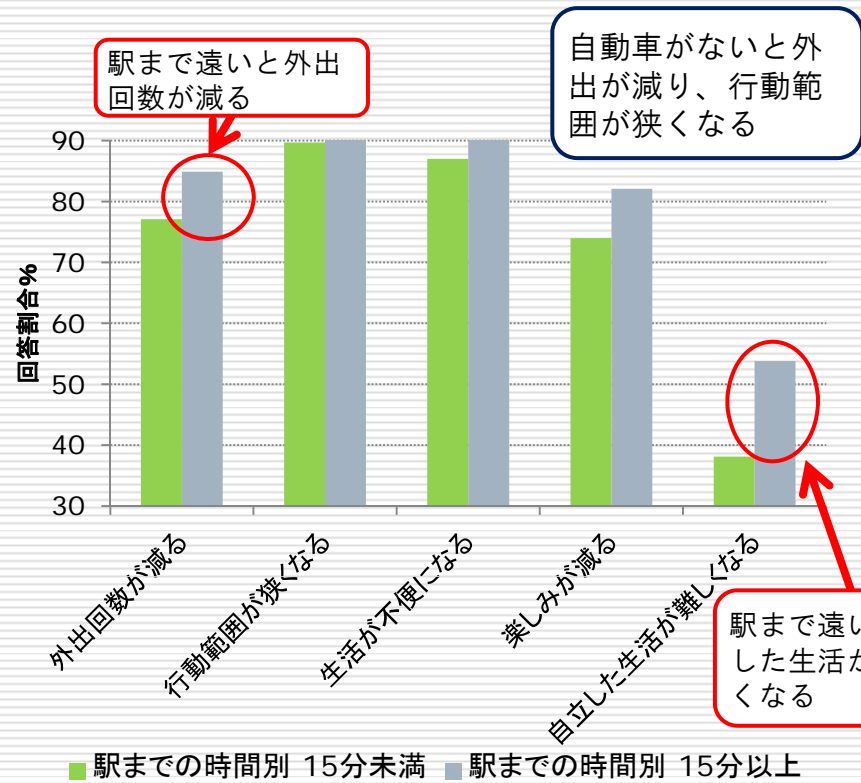
注)クロスセクションデータの相関関係は因果関係を示しているわけではない。

# 健康の改善①身体活動の活発化

資料2

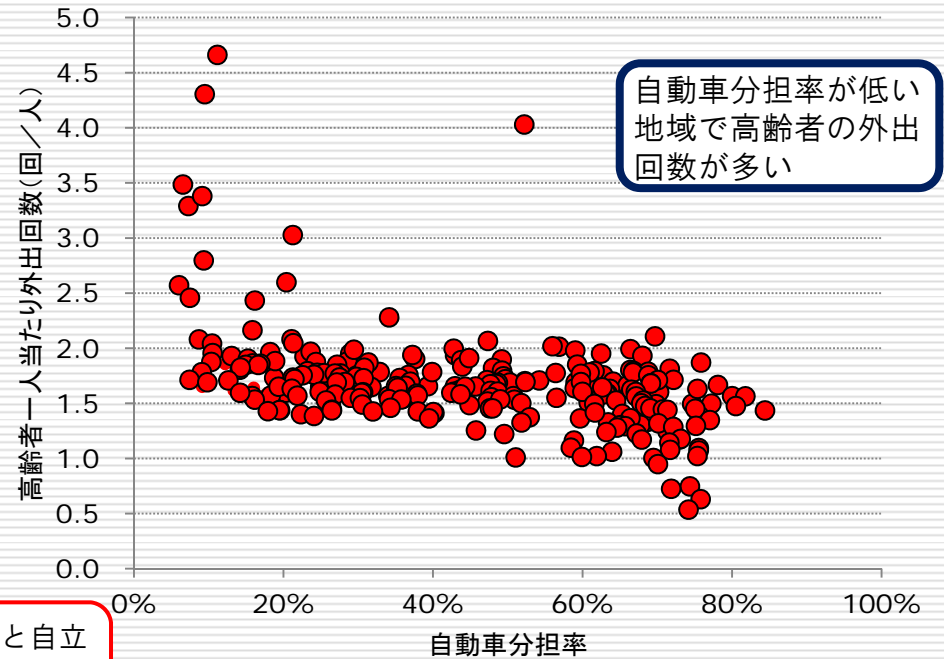
- 自動車分担率が高い都市では、自動車が運転できなくなった高齢者の外出行動が制限される。
- 公共交通を中心としたコンパクトな市街地の形成により、高齢者の外出が促進される可能性がある。

## 自動車が運転できなくなった場合の生活の変化 (回答割合)



出所：出所：第一生命経済研究所「高齢期の外出—自動車・公共交通の利用が困難になったら—」

## 自動車分担率と高齢者の外出頻度



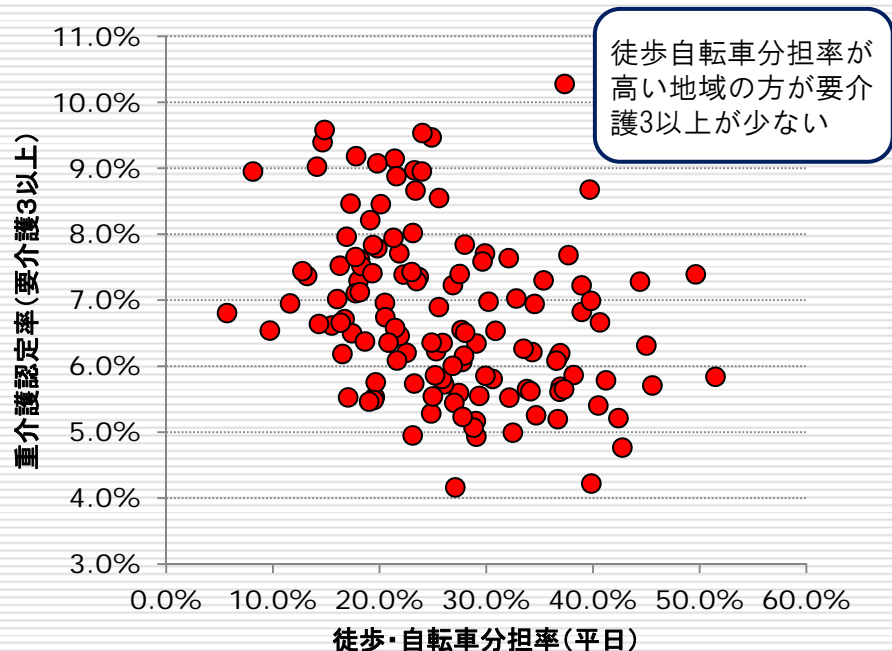
出所：平成20年東京都市圏パーソントリップ調査

注)クロスセクションデータの相関関係は因果関係を示しているわけではない。

- 自動車依存度が高く、徒歩による移動割合が低い地域では、要介護度が高い傾向にある。
- 公共交通を骨格としたコンパクトな市街地の形成により、自動車への依存が低下し、身体活動の活発化により、要介護を抑制できる可能性が考えられる。

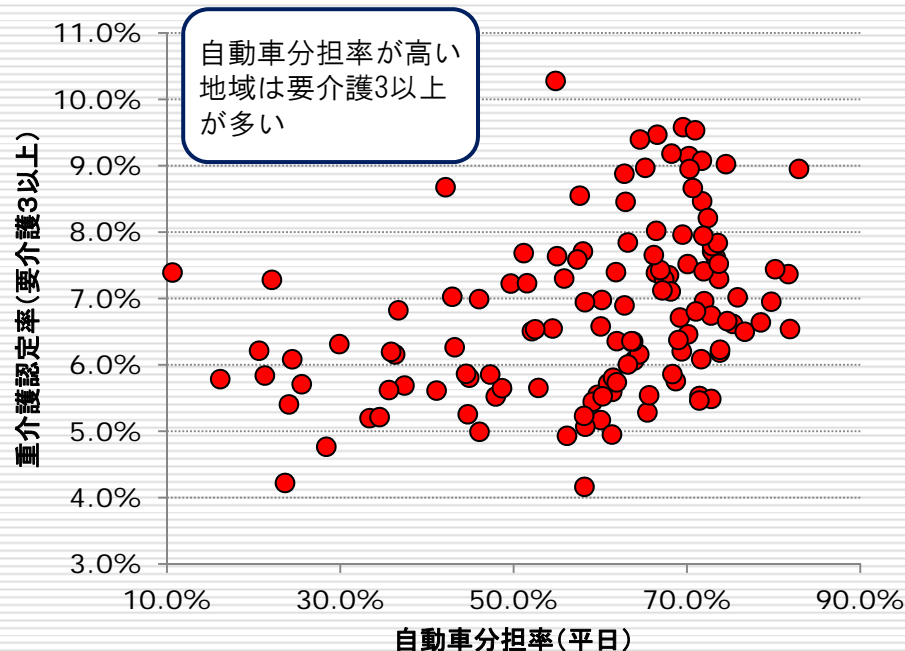
## 徒歩・自転車分担率と重介護率

徒歩・自転車分担率と重介護率



## 自動車分担率と重介護率

自動車分担率と重介護率



※重介護率＝要介護3以上の要介護者数／第一号被保険者数（＝高齢者数）

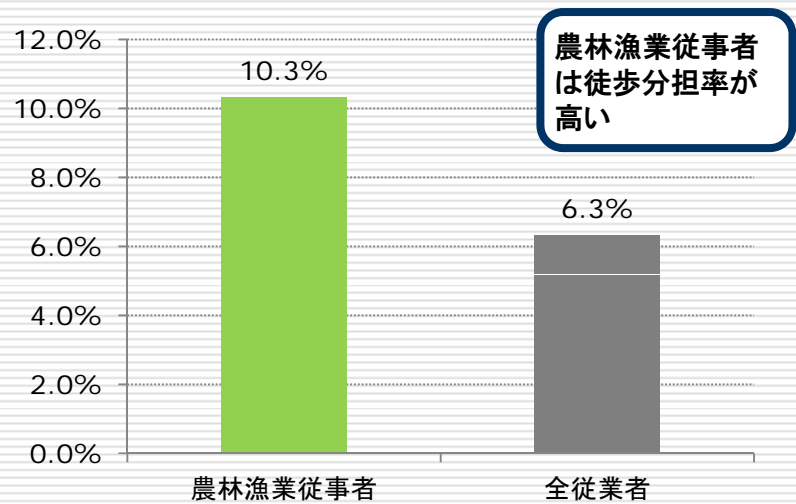
注)クロスセクションデータの相関関係は因果関係を示しているわけではない。

出所：平成22年全国都市交通特性調査、平成23年度介護保険事業状況報告より作成

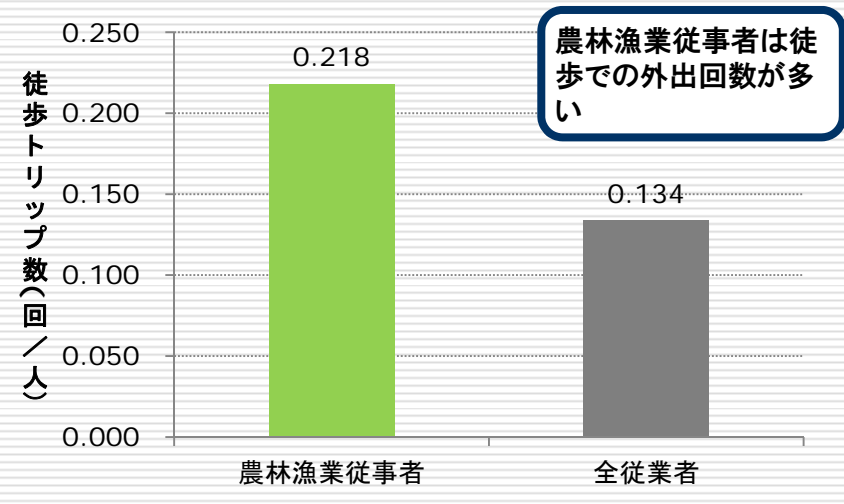
# 健康の改善①身体活動の活発化

- 人口3万人以下の都市では、農林漁業従事者は徒歩分担率、徒歩での外出回数ともに多く、日常の生活の中で運動量が多いと考えられる。
- 農業を継続できるようにすることで、運動量が増える可能性がある。

### 職業と徒歩分担率



### 職業と徒歩トリップ数



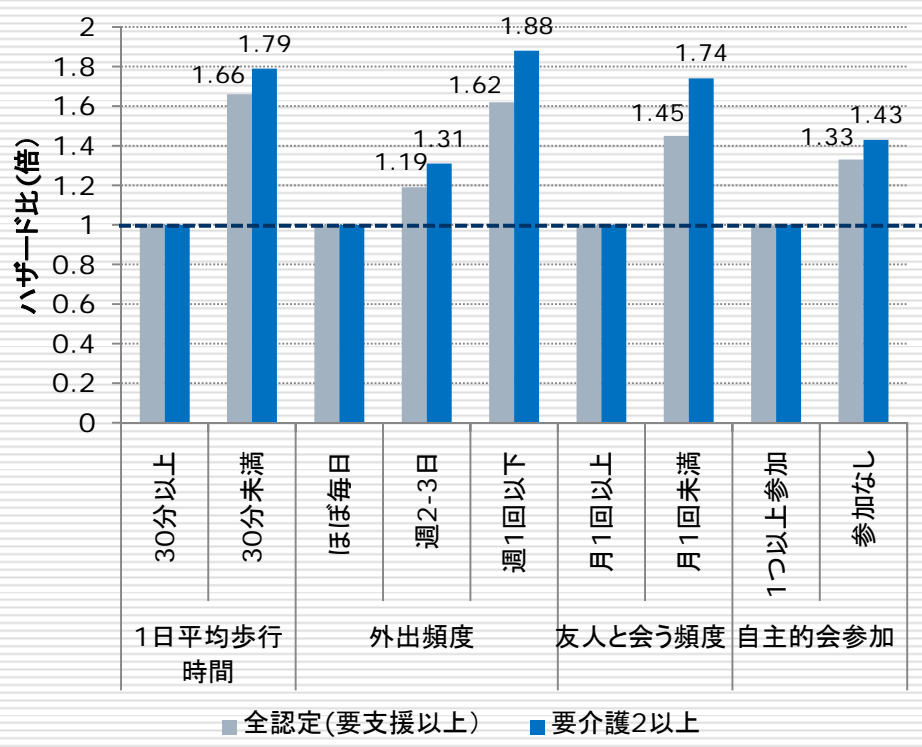
出所：平成22年全国都市交通特性調査



## 社会的交流の促進による要介護リスクの低下

■ 高齢者においては、歩行時間が短い、外出頻度が少ない、社会的交流が少ない場合に、要介護のリスクが高くなる。

生活習・社会的特性と要介護の関連(男性)



外出頻度が少なく、社会的交流が少ない高齢者は要介護状態になりやすい

※ハザード比は、左側の条件を1とした場合、右側がどの程度、要介護になるリスクが高いかを示したものです。例えば、歩行時間30分未満の場合、30分以上の人に比べ、要介護になる確率が1.66倍、要介護2以上になる確率が1.79倍となる。

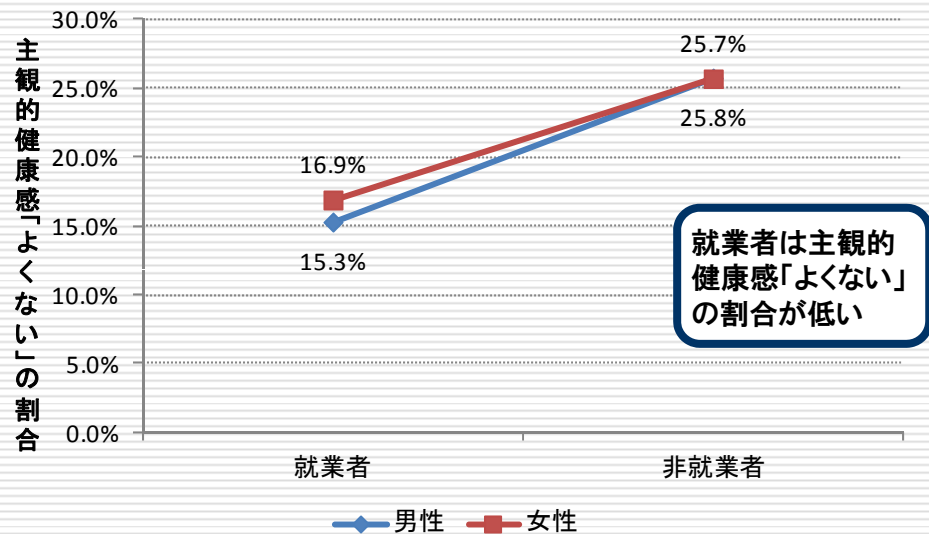
出所：平井、近藤、尾島、村田（2009）「地域在住高齢者の要介護認定のリスク要因の検討」

# 健康の改善③地域における役割の創出

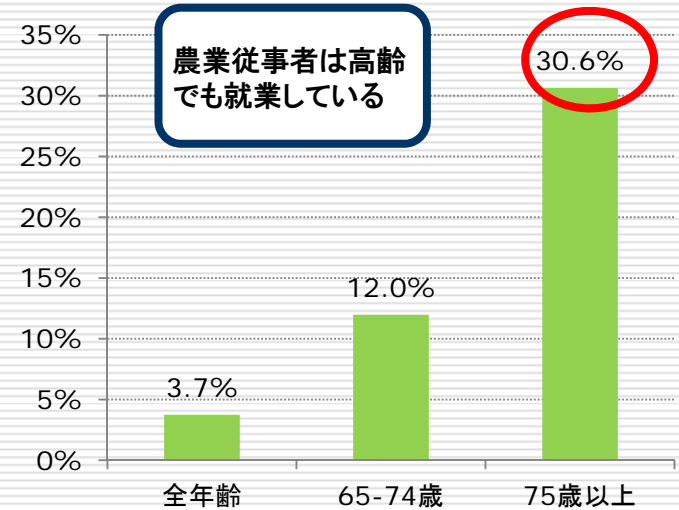
資料2

- 高齢者においては働いている人ほど、主観的健康状態が良い。※
- 農林業の従事者は、75歳以上では30.6%と高く、高齢になっても働くことができる。
- 里地里山保全活動等によって、自給的な農業等に従事することで、高齢者が役割を持ち続け、健康につながる可能性がある。

就業・非就業による主観的健康感の違い



全就業者に占める農林業従事者の割合(男性)



出所：近藤克則編「検証『健康格差社会』介護予防に向けた社会疫学的大規模調査」より作成

出所：総務省「平成24年就業構造基本調査」より作成

※健康な人ほど働いているという逆の因果関係も想定されることに留意が必要である。

# 事例1:歩いて暮らせるまちづくり①新潟県見附市

資料2

- 新潟県見附市では、「市民誰もが住んでいるだけで自然と健康になれる『歩く』ことを基本とした健幸なまち『スマートウェルネスシティ(SWC)』」の実現を目指し、平成21年に7県9市でSWC首長会を始め、平成23年12月には7市等で「健幸長寿社会を創造するスマートウェルネスシティ総合特区」の指定を受けている。
- 見附市の「健幸づくり推進計画」では、「歩きたくなるまちづくり」として「歩きたくなる道路整備」や「公園、景観」「公共交通」「まちなかにぎわい」等、多様な計画が策定され、「見附市健幸基本条例」や「見附市歩こう条例」等を制定している。

## 新潟県見附市の「健幸まちづくり」

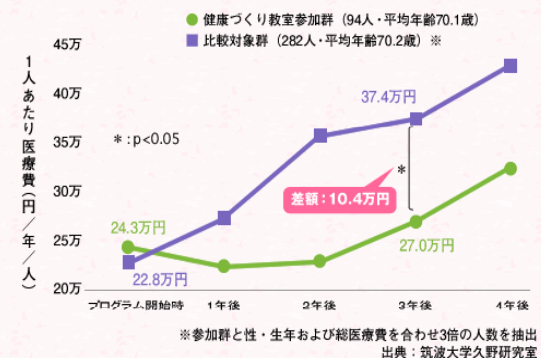


スマートウェルネスみつけの目指すまちのイメージ

出所:見附市健幸づくり推進計画



新潟県見附市における健康づくり教室継続者医療費の推移



## 事例2:歩いて暮らせるまちづくり②兵庫県豊岡市

資料2

- 兵庫県豊岡市では、「歩いて暮らすまちづくり構想」を策定し、市民誰もが、健康づくりに取り組み、個人の健康度が上がり健康寿命を延ばすことによって、市民一人ひとりが地域を支え続ける力となり、地域のつながりや信頼関係を高めることにもなり、安心して暮らせる社会を築くことを目指している。
- 具体的な施策として、健康ポイント制度、歩キング推進事業、買物バス(村部に住む高齢者の買物支援と、健康管理を目的に買物バスの運行検討)、携帯版健康ネットシステム、三世代交流、公共交通利用者への特典サービス、賑い・交流の場づくりや仕組みづくり、ジオパークの目指す自然環境の保護保全、ノルディックウォーキング等の推進等が挙げられている。

### 兵庫県豊岡市の「歩いて暮らすまちづくり」



出所:兵庫県豊岡市「歩いて暮らすまちづくり構想」

# 事例3: 病院を核に歩きやすい歩道を整備(初台ヘルシーロード)資料2

- 新宿区初台地区では、先進的なリハビリテーションで知られる初台リハビリテーション病院を核に、リハビリにも活用できる歩きやすいヘルシーロードを整備。歩きやすい歩道を整備し、夜間も安心なエコ照明、途中で休める場所を設置、企業やボランティアの協力によるウォーキングイベントの開催等を行っている。

## リハビリ病院を核とした初台ヘルシーロード(新宿区)

- 駅と駅を結ぶ歩道/メトロが結ぶユニバーサル空間創出
- 夜間散歩も安心な街づくり: エコ照明
- 人にやさしい地域色あるサインやベンチ
- ヘルシーロードオアシス(ポケットパーク) 等



- 山手通りを歩く会
- 地域住民、沿道企業・学校・商店街とのイベント
- ボランティアサポートによる維持管理支援
- ポケットパークを活用したイベント 等



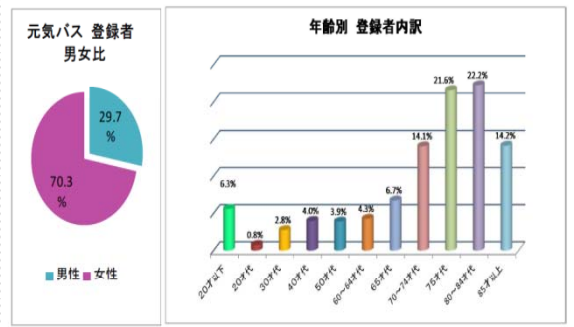
# 事例4: デマンドバスによる高齢者の外出支援と健康づくり(三重県玉城町) 資料2

- 三重県玉城町では、平成21年11月よりCTを活用したデマンドバス「元気バス」を導入。希望する高齢者に携帯型簡易予約端末(スマートフォン)を配布、町内43箇所にタッチパネル型簡易予約端末を設置し、外出支援を行っている。
- 元気バスの利用者の8割近くが高齢者で、元気バスを導入後、通所介護予防事業の利用者が急増、高齢者の一人あたりの医療費は他の市町村で増加する中で横這いを保っている。



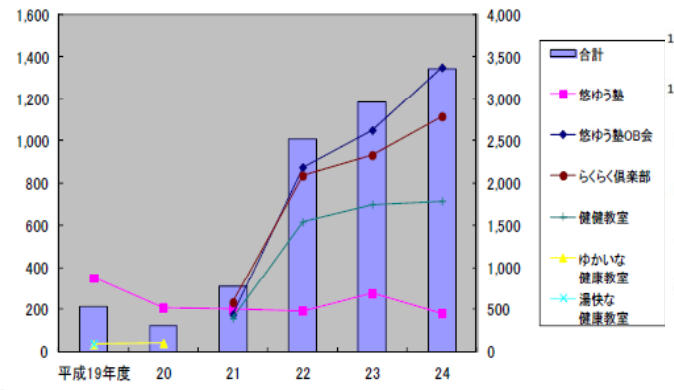
元気バス利用者状況

平成26年3月末現在

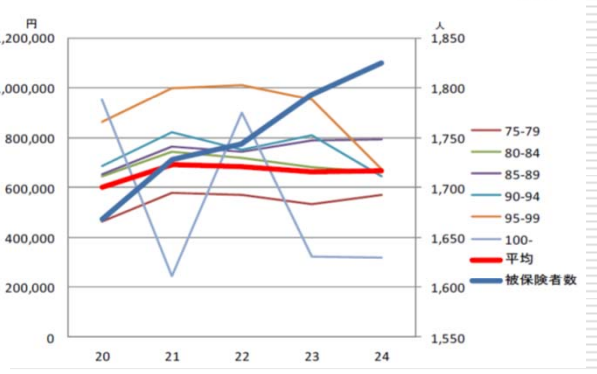


登録者：1,277人  
年齢分布：65歳以上...7.8% 75歳以上...5.8%

通所型介護予防事業 延べ人数推移



後期高齢 入院・入院外 一人当たり平均額



出所: 三重県玉城町

## 事例5:巡回バスによる高齢者の外出支援と住民の交流促進

資料2

- NPOほうらいは、福島市の郊外にある団地で、巡回バスの運行によって高齢者の外出支援や地域住民の交流を支援してきた。
- そのノウハウを活用し、東日本大震災、原発事故の被災地のコミュニティが維持され、帰宅後にコミュニティが再生することを目的に、飯舘村の住民が入居する複数の仮設住宅間をバスで巡回し、人との行き来を支援している。
- 「バスの運行」の他に、「お茶のみサロン」、「健康サロン」、「休耕地有効利用」により、入居者の健康維持を図っている。
- 休耕地有効利用の取組では、仮設住宅付近の地元の農家と連携し、仮設住宅に住む人が遊休農地を活用して、農業に取り組めるようにし、被災者の健康増進を図っている。飯舘村では元々農業に従事していた人も多いため、本格的に野菜を生産する人もあり、生きがいにつながっている。



仮設住宅間を結ぶ巡回バスを運行し、コミュニティの維持を図る



バスの待合所がお茶のみサロンになり、交流を促進している



仮設住宅の人が遊休農地を活用して作った農産物を販売

# 事例6:中心市街地での交流空間の創出による世代間交流促進

資料2

- 佐賀市は街なか再生計画に基づき、2011年から中心市街地の空き地を市が借り受けて、市民が芝生を張り、コンテナを配置。誰でも利用できる図書館や交流スペース、作品を展示できる「チャレンジコンテナ」を設けた。
- 当初は2013年1月までの予定だったが、市民アンケートで9割以上が継続を希望したため、現在まで継続。11年度に約1.5万人だった来場者は12年度に約2.8万人、13年度は約6.9万人へ倍増した。親子連れや学生など多世代が集まっている。
- コンテナ拠点の周辺には飲食店が進出し、周辺の商店街への出店も進んでおり、民間の投資を促進する役割を果たしている。

## わいわい！！コンテナ(佐賀県佐賀市)



出所:わいわいコンテナプロジェクトHP



# 事例7: 里地里山保全による中間就労の場の創出

資料2

- 東近江市では、獣害の原因となっている放置里山の整備を実現するため、伐採・搬出・運搬・薪生産・薪配達を市民協働型で実施する調査を実施。
- その結果から、集落単位で伐採される里山の資源を、生活困窮者の中間的就労の場として薪生産を行い、民間での事業活動につながる。関係者の薪ストーブ開発にもつながっている。

## 東近江市の薪プロジェクト



表 市民協働型 皆伐 100㎡当り、薪原木 1t、薪 700kg

作業内容		金額 (円)	割合 (%)	備考
支出	現地確認	314	1.0	
	測量	-	0.0	削除
	選木	-	0.0	薪販売者
	下刈・除伐	468	1.5	ボランティアで対応、機械経費のみ
	伐採	4,496	14.4	作業の効率化時間70%
	搬出	11,075	35.4	"
	運搬	2,284	7.3	片道8km "
	測量	-	0.0	
	小計	18,636	59.6	
	薪生産	玉切り	6,118	19.6
薪割		1,415	4.5	2名障がい者で対応
乾燥・保管		333	1.1	
小計		7,866	25.2	
配達	積卸	1,300	4.2	1名障がい者で対応
	輸送	3,422	11.0	700kg 片道23.6km 障がい者1名で対応
	小計	4,722	15.2	
計	31,224	100.0		
収入	販売	35,000		薪原木から販売する薪になるのは7割 1t×70%×50円/kg
	差	3,776		

障がい者の時給1,000円、スタッフ1名は福祉関連



**環境** 薪生産  
森林保全・農地保全

**経済** 新たな商品開発  
社会保障費の減

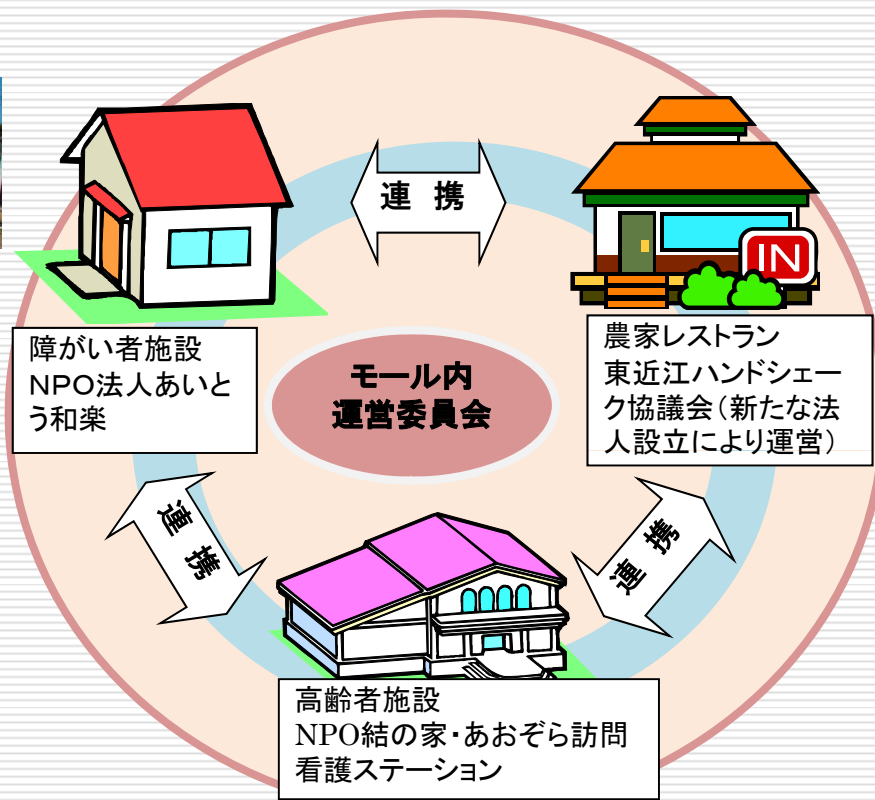
**社会** 雇用の創出  
中間的就労の場提供

# 事例8:再生可能エネルギー導入による安心・安全な暮らし

資料2

- 東近江市(旧愛東町)では、福祉、環境、まちづくりに関わるNPOや医療関係者、行政、社会福祉協議会などが連携し、傷病・障がい・高齢など、どのような状態でも安心して暮せる地域拠点作りを目指す。
- 障害者が薪生産を担い、市民共同発電所や薪ストーブを活用することで、エネルギーの自給にもチャレンジする。

## あいう福祉モール(東近江市)



**環境** 薪生産  
市民共同発電所

**経済** 農家レストラン・配食  
福祉サービス提供

**社会** 高齢者の生きがい  
障害・生活困窮者雇用

## 事例9：里地・里山の保全活動によるコミュニティの活性化

資料2

- 東近江市の里山保全活動団体「遊林会」は、市内に残された荒れ果てた里山を自主的なボランティアによる保全活動で蘇らせ、市民の憩いの場、子ども達が森林を使って学べる場として体制を整備。
- 人との関わりをなくしていった里山で、再び、人と自然、人と人をつなげる森づくりを進めるため、茂りすぎた木を切る活動を行う中で、地域のコミュニティを活性化している。
- 東近江市では他にも様々な団体が楽しみながら里地里山を守る活動を行っている。

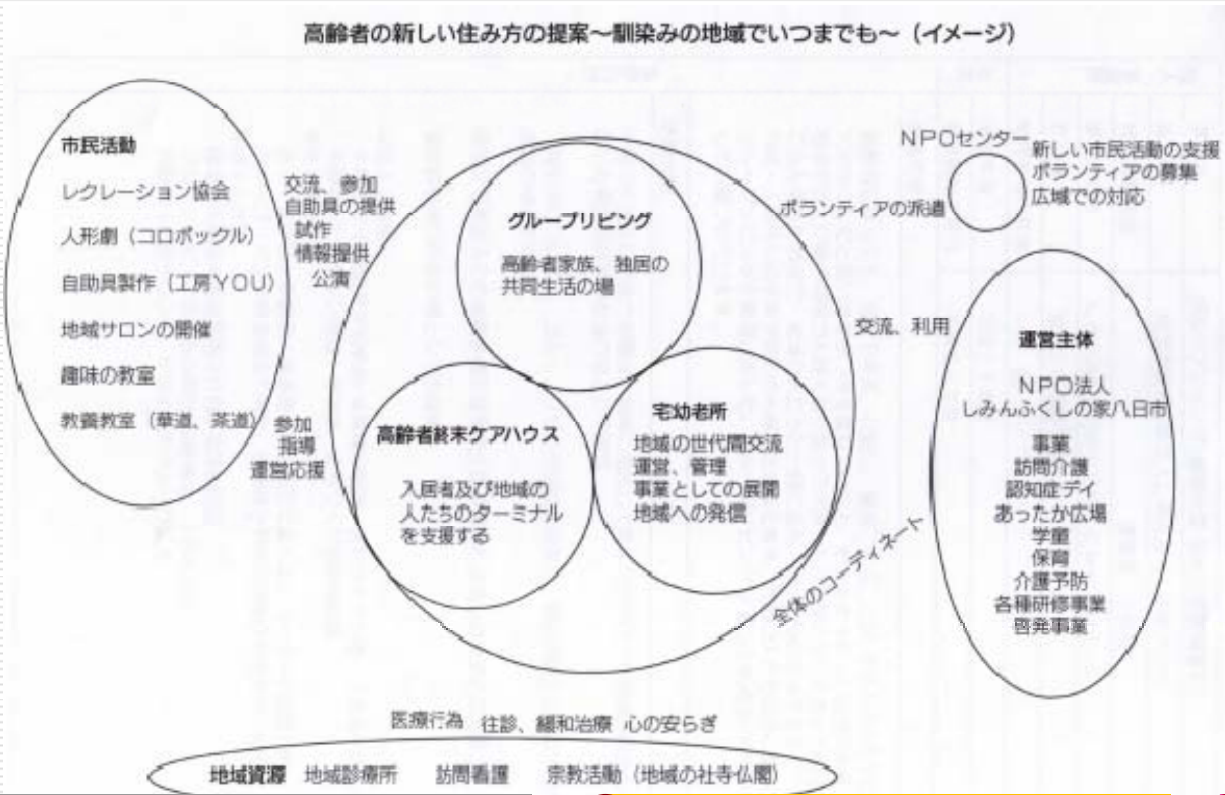


出所：里山保全活動団体「遊林会」HP

# 事例10:多世帯同居による省エネルギーと交流の促進

- 一人暮らしの不安や寂しさを感じることなく、自分を大切にしながら生活ができる環境を提供。生活環境の似ている近隣の地域の高齢者による共同生活を可能にした。
- 多世帯同居によってエネルギー消費が効率化されるとともに、福祉サービスの効率化も可能になった。

## グループリビング:NPO法人しみんふくしの家八日市(東近江市)



**環境** 多世帯同居  
太陽光発電

**経済** 福祉サービスの効率化  
社会保障費の削減

**社会** 雇用の創出  
高齢者対策、空き家対策