



健康と温泉フォーラム月例会
2012年12月10日 東京文化会館

健康都市の取組と ヘルシー・セッティング・プログラム

中村 桂子

東京医科歯科大学大学院
国際保健医療協力学分野准教授
健康都市連合事務局長
WHO健康都市・都市政策研究センター



- WHOが提唱する健康都市
- 健康決定要因と健康支援環境
- セッティングプロジェクトとヘルシー・ツーリズム
- 世界の経験・日本の経験
- 健康は、どこで、誰が創るのか？
- 個人の健康づくりから健康のまちづくりへ



WHOが提唱する健康都市





WHOが提唱する健康都市とは何か？

WHOは、都市に生活する住民の身体的、精神的、社会的健康水準を高めるためには、健康を支える都市の諸条件を整える必要があるという認識のもとに、従来までならば保健医療部門とは無縁であったかもしれない活動領域の人々にも健康の問題に深く関わってもらい、都市住民の健康を確保するためのしくみを構築しようとしている。

(WHO地域ガイドライン, 2000)



WHOの「健康」の定義

健康とは、単に病気や
障害がないという
だけでなく、身体的、
精神的、社会的に優れ
て良好(安寧)な状態
にあることである。



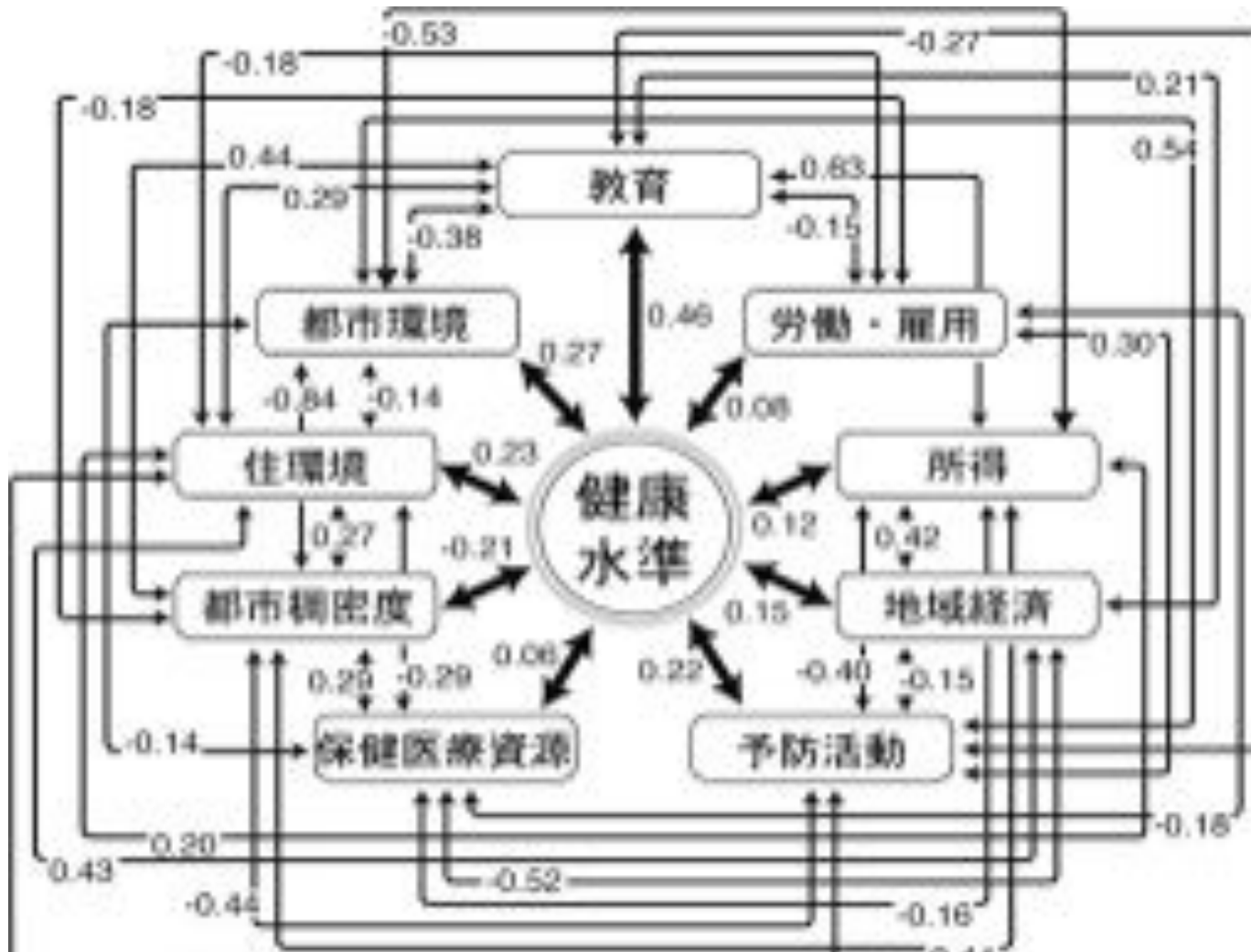
世界保健憲章, 1948



健康決定要因と健康支援環境



健康水準と健康決定要因の関係



Source: Takano T, Nakamura K: An analysis of health levels and various indicators of urban environments for Healthy cities projects. *J Epidemiol Community Health* 55:263-270;2001

健康決定要因 *Health Determinants*

個人または集団の健康水準に影響を及ぼす、個人を取りまく環境、社会的環境、経済的環境の諸条件。

(WHOヘルスプロモーション用語集 1998)





根拠に基づく健康都市づくり - 統合型プログラム 部門間連携 の意義 -

都市住民の健康水準決定要因と寄与率

保健医療

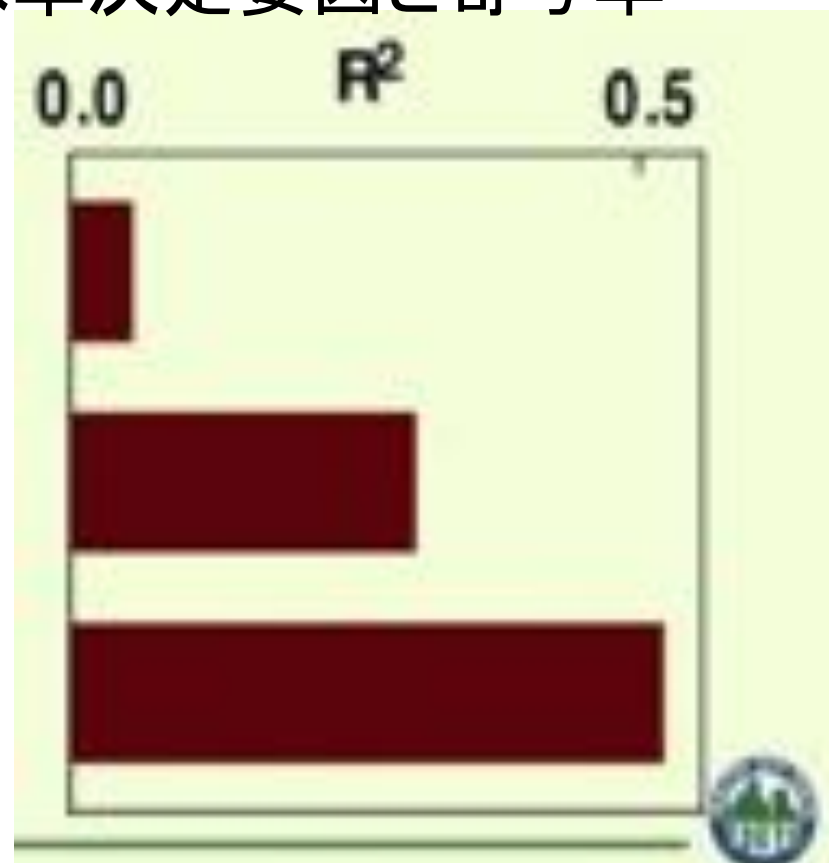
保健医療

+ 社会経済因子

保健医療

+ 社会経済因子

+ 居住環境条件



Source: Takano T, Nakamura K: An analysis of health levels and various indicators of urban environments for Healthy cities projects. *J Epidemiol Community Health* 55:263-270;2001



健康支援環境とは

- 健康支援環境 (supportive environment for health) とは、健康的な生き方を選択できるような生活条件や生活環境のことである
- 健康は個人の努力だけで実現できるものでなく、安心して動けるバリアフリーの環境、たよりになる地域グループが身近に存在する環境、健康づくりのための条件が整備される環境など、健康を「支える」生活環境が必要であり、そのような環境を健康支援環境という
- 良き地域文化も健康支援環境の重要な要素である

Supportive Environment for Health



- サイクリングが健康にも環境にも良いと言われても、.....
- 交通事故の危険があっては、安心して乗れない。
- ウォーキングが老化防止に有効だと言われても、.....
- 近くに気持ち良く歩ける道が必要だ。
- 家族で団欒と言われても、時間がなければ難しい。

健康推進都市交通

- 自転車利用の推進
- 歩行者道路の整備
- バス, 公共交通機関の整備
- 駅・停留所での接続の円滑化
- 交通需要の推計に基づく交通計画
- バリアフリーと安全な道路・歩行者通路, 公共交通機関
- 健康推進・衛生的な公共交通機関



身近な緑の空間と健康

研究デザイン： コホート研究（5年間追跡）

対象者： ランダムサンプル 3,144高齢者
追跡開始時89, 84, 79, 74歳.

評価変数： (1) 生存; (2) 社会的健康決定要因(保健医療サービス, 疾病予防活動, 地域経済, 世帯所得, 雇用, 教育, 地域の環境, 都市の稠密性, 住宅) (3) 安心して歩くことができる緑の空間へのアクセス, 地域への帰属意識



「地域に散歩のできる緑の空間が身近にあること」と「5年後の生存」

	OR	95% CI	
身近な緑の空間 (Walkable green spaces)	1.15	1.06-1.25	**
身近な緑の空間 (年齢、性別調整後)	1.16	1.07-1.27	**
身近な緑の空間 (年齢、性別、婚姻状況調整後)	1.16	1.07-1.27	**
身近な緑の空間(年齢、性別、婚姻状況、居住空間の広さ、調整後)	1.13	1.03-1.24	*

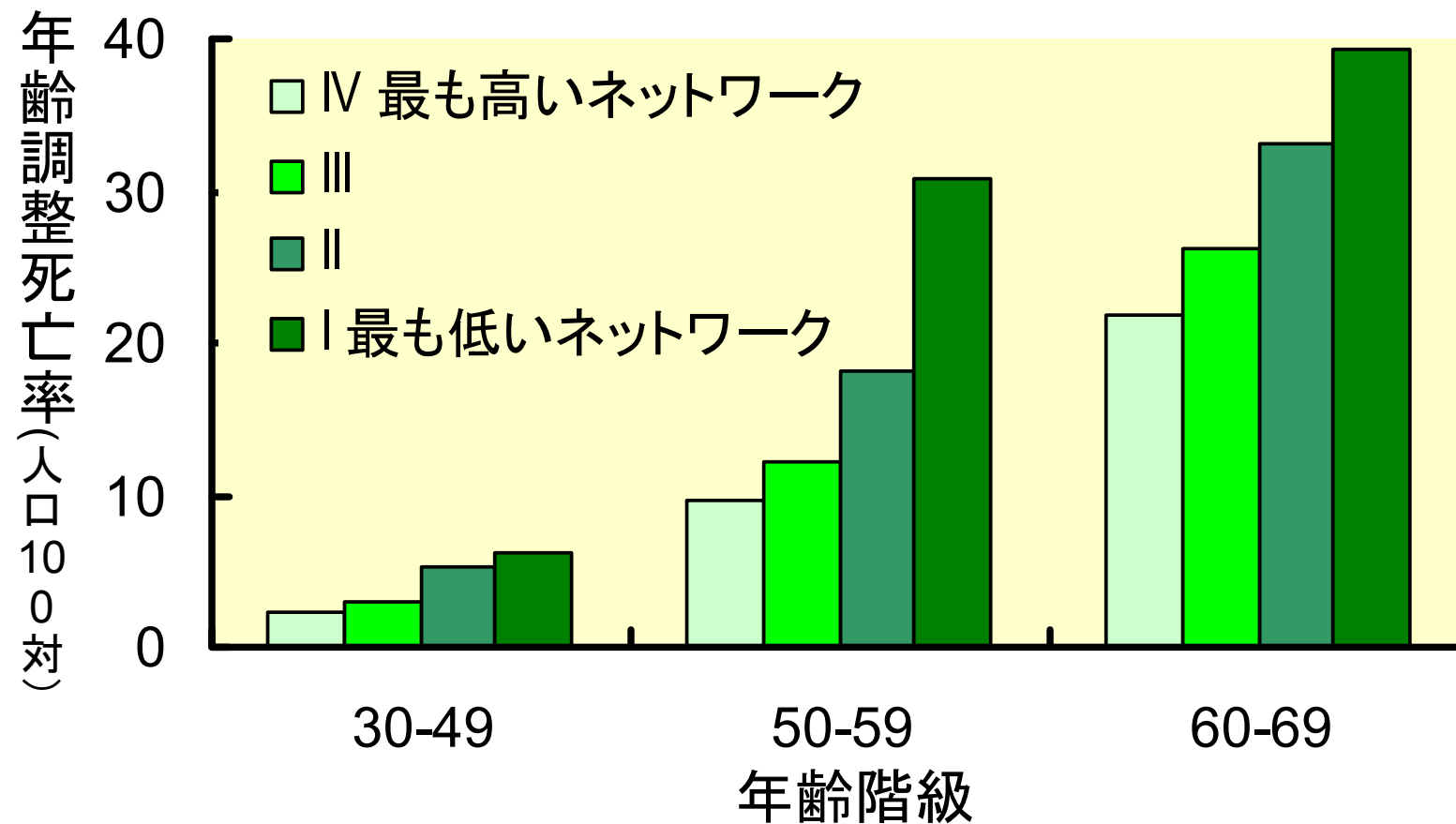
Results of logistic analysis; survival=1/ death=0; age (5 years interval=one unit; female=1/ male=0; living with spouse=1/ others=0; 7 grading score of living expenses; * p < 0.05; ** p < 0.001

[J Epidemiol Community Health, 2002]

社会的ネットワーク指標と年齢調整死亡率

■アラメダ郡男性2229名

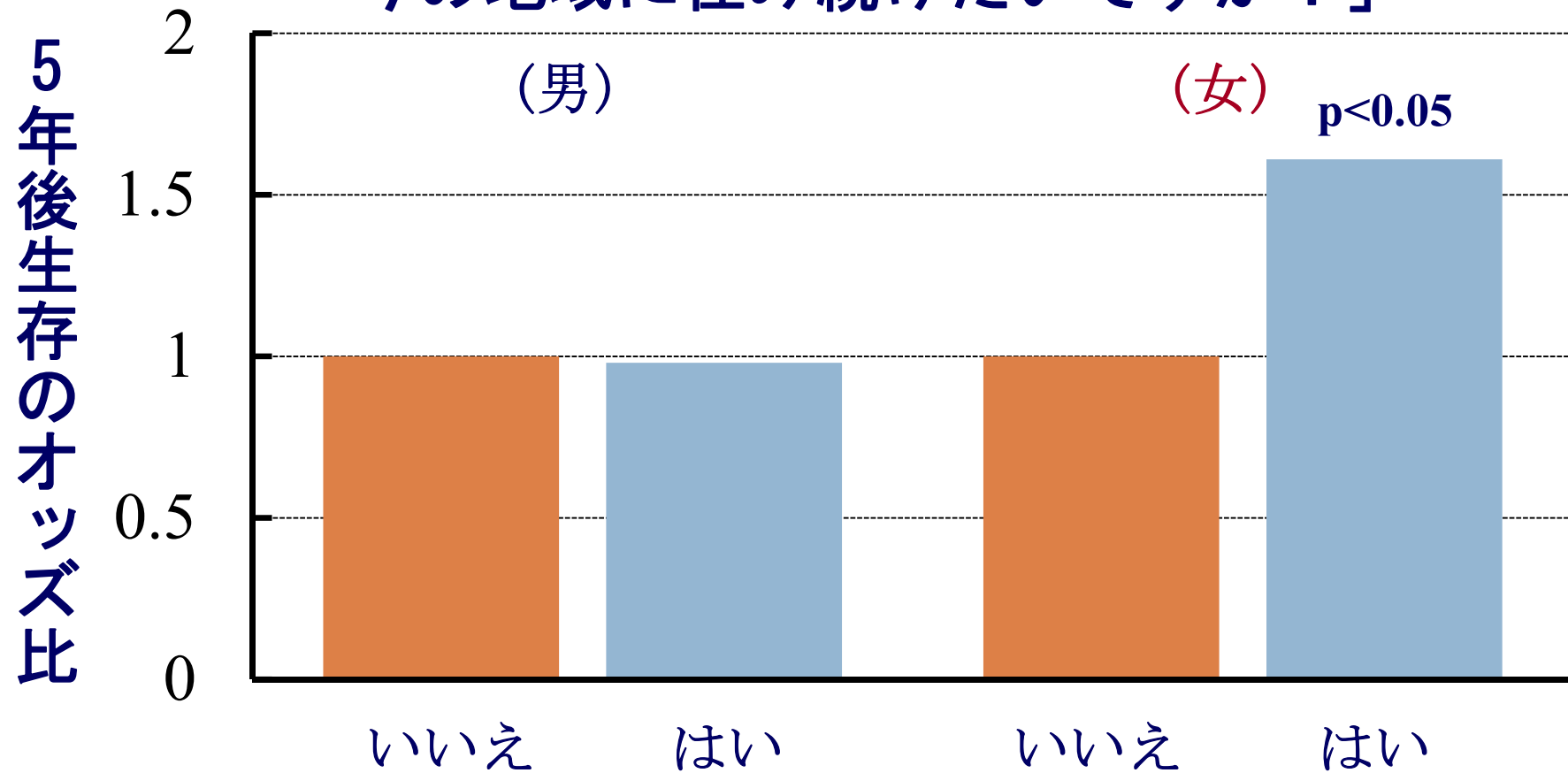
■1965年から9年間の追跡調査



[Berkman LF, et al, Am J Epidemiol, 1979]

今の地域に住み続けたいと思う気持ちと5年後の生存

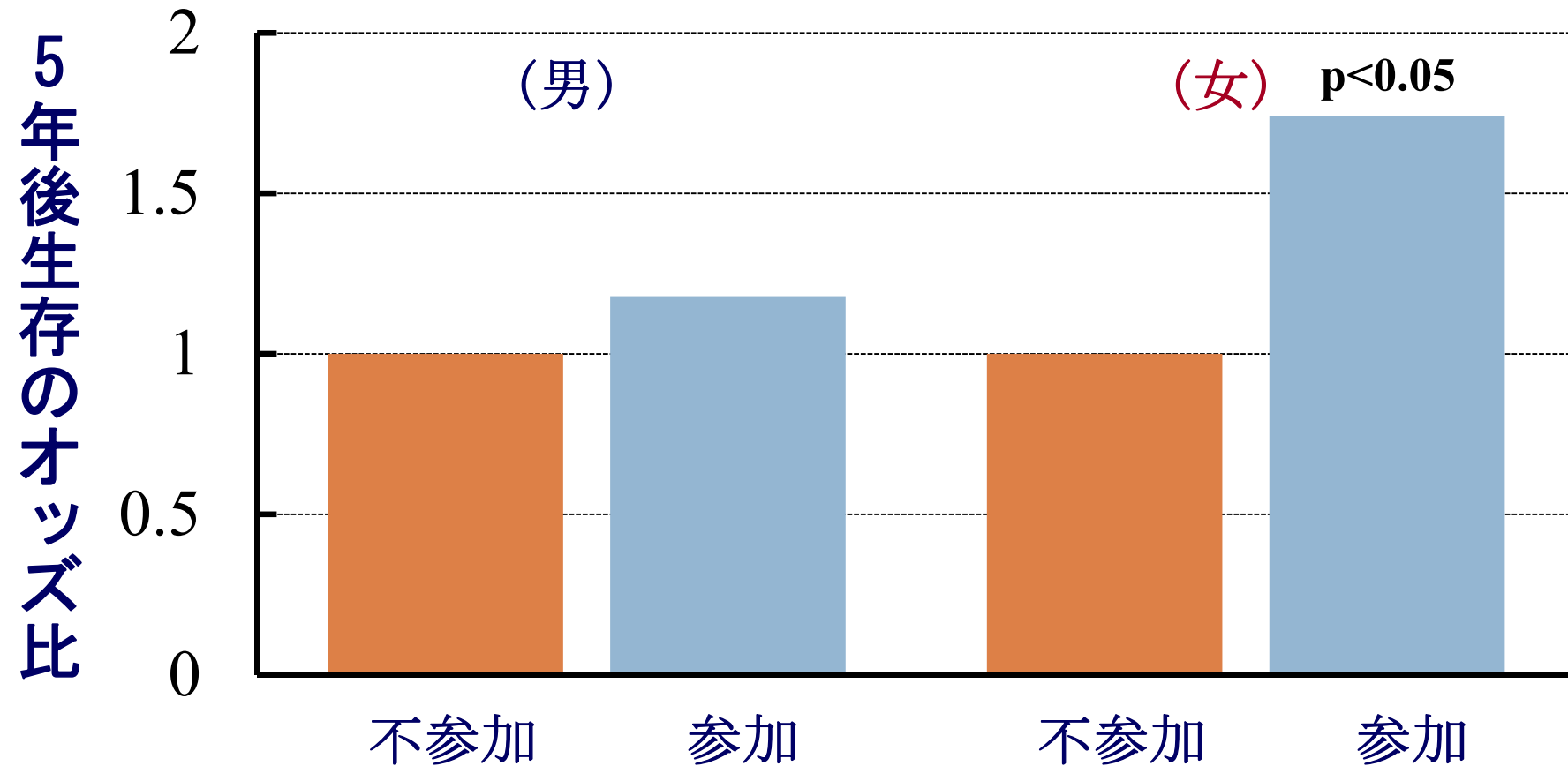
「今の地域に住み続けたいですか？」



※オッズ比は年齢、配偶関係、世帯の構成、喫煙、飲酒、健康状態を調整した後の数値

[Soc Sci Med, 2010]

地域の行事への参加と5年後の生存



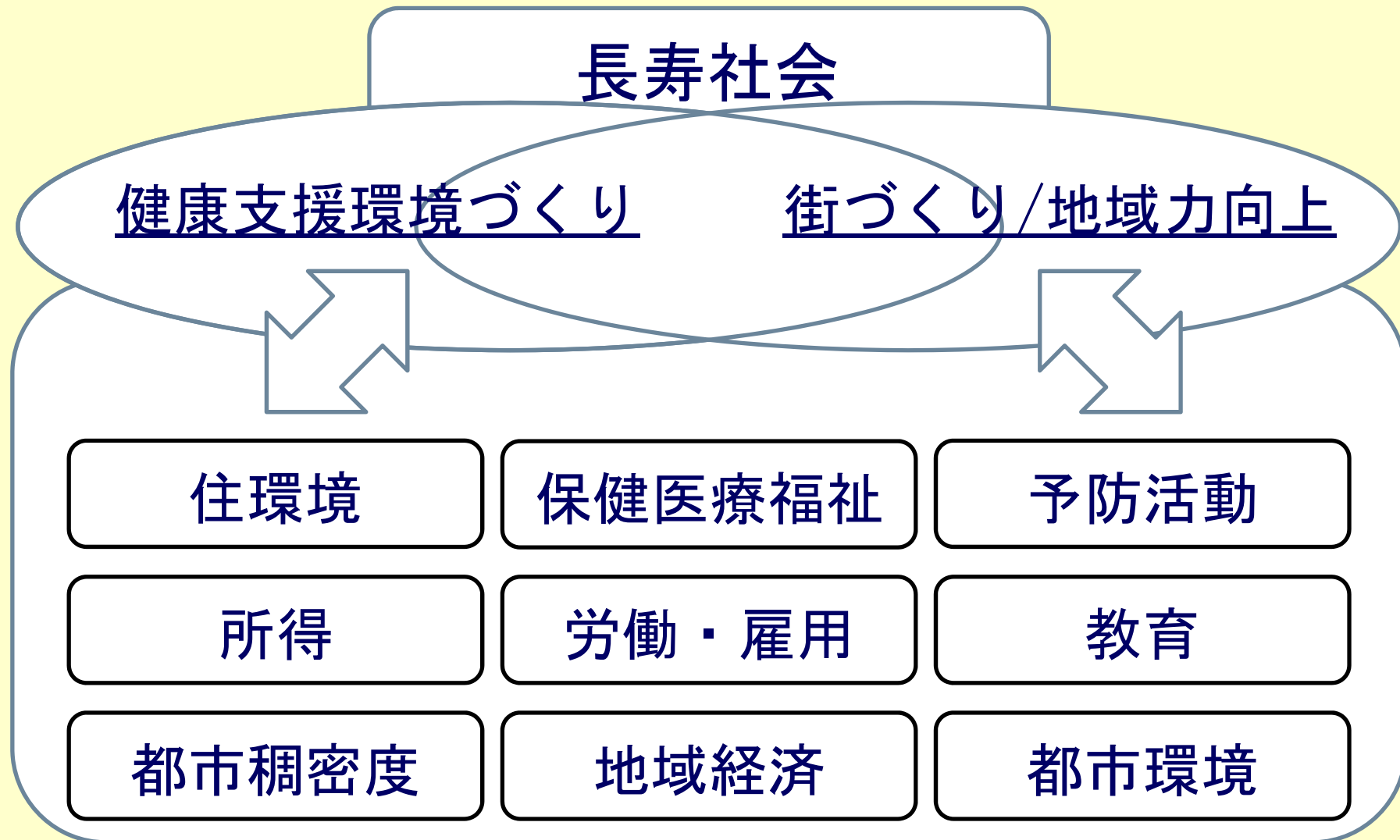
※オッズ比は年齢、配偶関係、世帯の構成、喫煙、飲酒、健康状態を調整した後の数値

[*Soc Sci Med*, 2010]

健康のまちづくり

健康をテーマとした街づくり — 日本の健康都市の特徴

■東京医科歯科大学 高野健人, 2010





セッティングプロジェクトと ヘルシー・ツーリズム





セッティング・アプローチ

- 優れたヘルスプロモーションアプローチは多くのセッティング（生活の場）で為されるが、そこは人々が時を過ごし、健康機会を得、脅威すらもたらされる所である。
- 「セッティングアプローチ」とは各セッティング（場）において、具体的な多様な取組を展開することにより、セッティング（場）に居合わせる人々の健康推進を、包括的に実現する。



ヘルシー・セッティングの例

- 職場： ヘルシー・ワークプレイス
- 学校： ヘルシー・スクール
- コミュニティ： ヘルシー・コミュニティー
- 市場： ヘルシー・マーケットプレイス
- 病院： ヘルシー・ホスピタル
- 観光： ヘルシー・ツーリズム
- ...

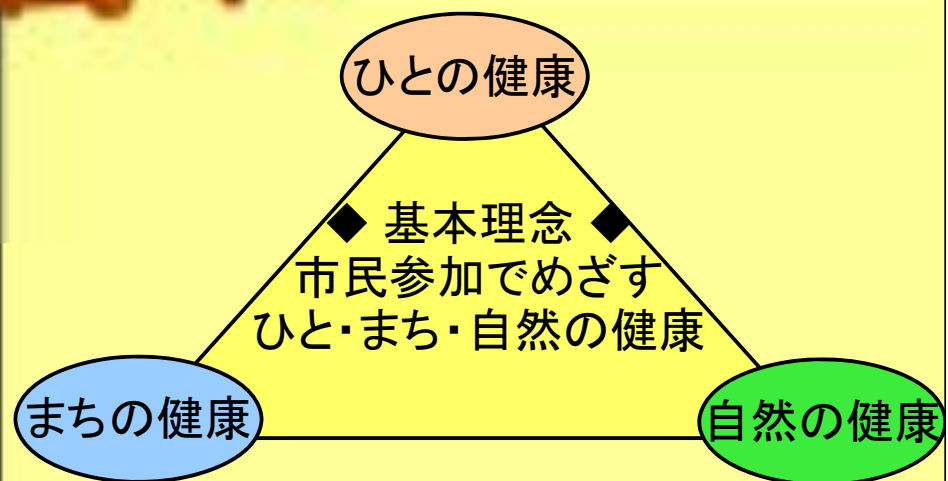


ヘルシー・ワークプレイスの取組例

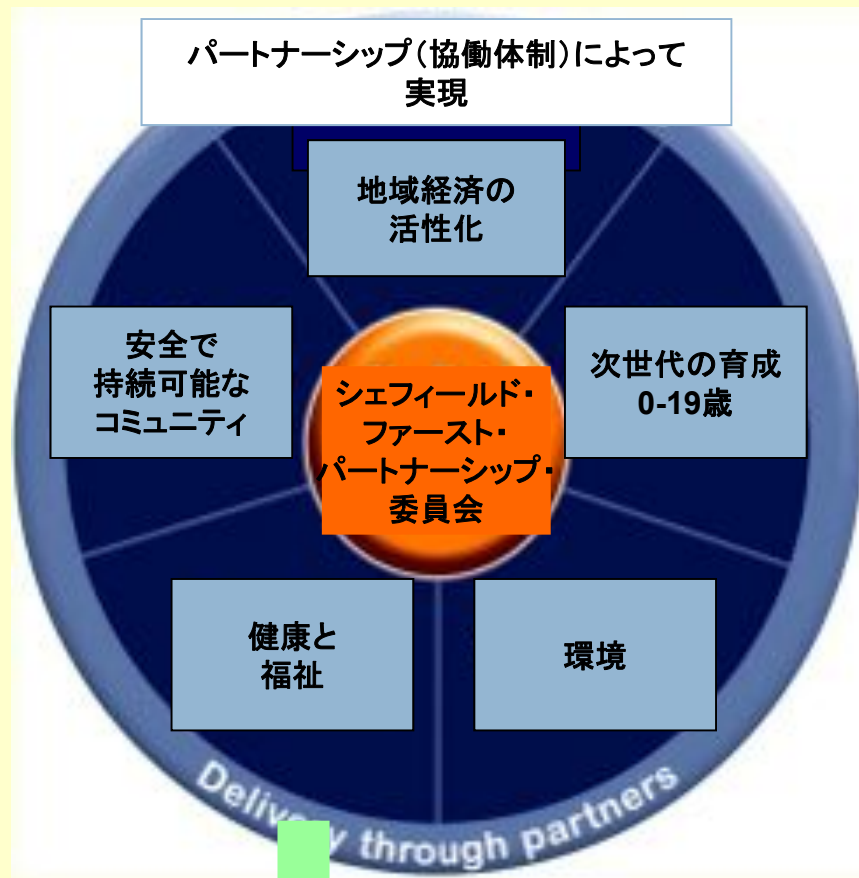
- 包括的な職場の健康推進プログラム
- 職場内禁煙とか、就学児童を持つ親のフレックスタイム制の導入などの健康促進ポリシー
- ニュースレター、ランチタイムセミナーなどの教育的活動
- 身体運動のインセンティブとして、地域のリクリエーションセンターの利用料割引
- 食堂での健康メニュー

ひとの健康，まちの健康，自然の健康

宮古島市



(英国) ヘルシー・シェフィールド



- WHO 健康都市ネットワークへの継続的な参加
- 貧困、雇用、住宅、都市計画、交通、環境、安全、その他健康的なライフスタイルを選択できる人々の能力を高める要因等を、協働体制（Partnership Board）が責任を持ち、包括的に取組む
- パートナーシップの効果的活動のため、戦略的健康ニーズアセスメント（JSNA）の実施

[シェffield・ファースト・パートナーシップ
ビジネスプラン 2010-11]

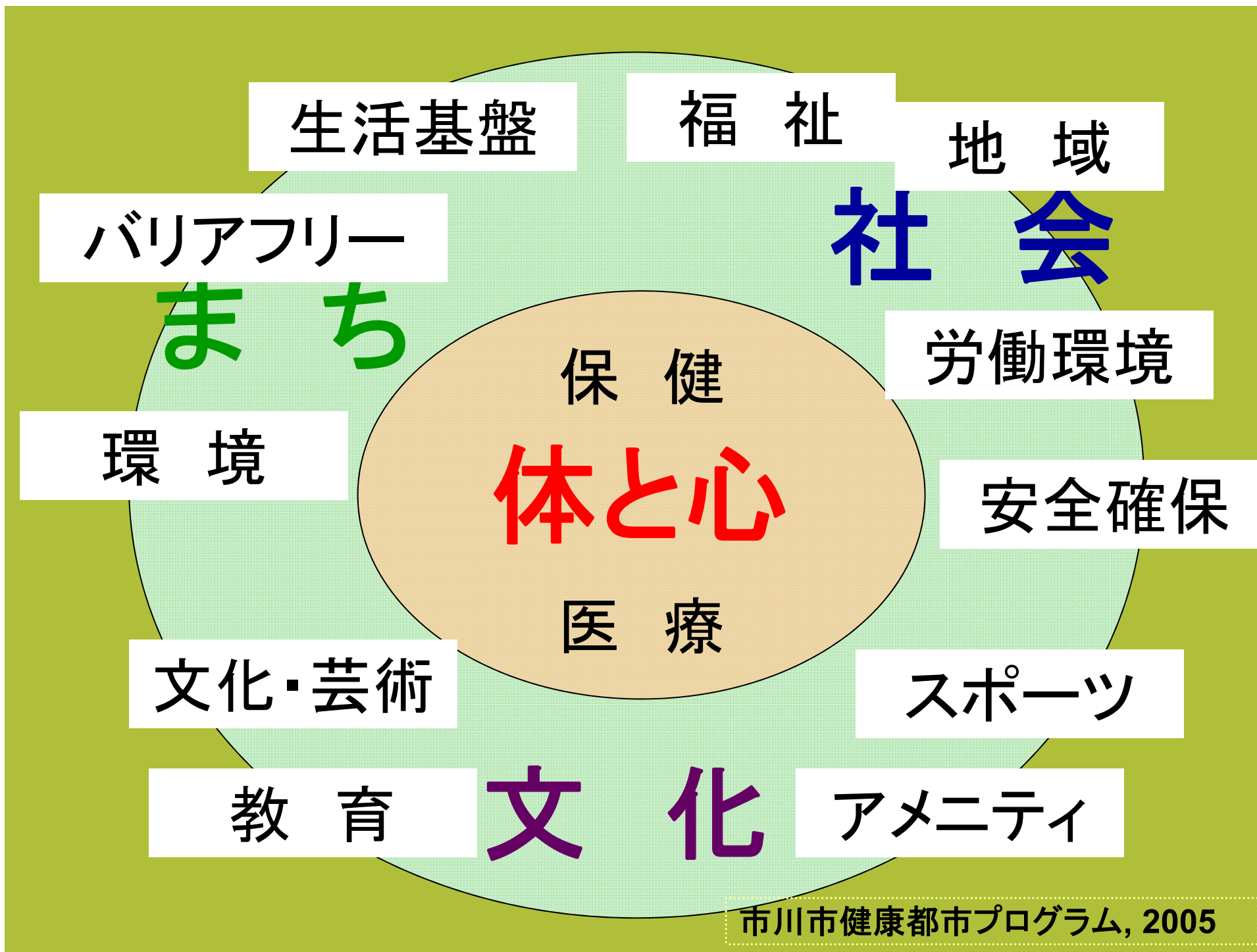


WHO憲章の精神を尊重した 「健康都市いちかわ」宣言

「すべての人々にとって、できる限り高い健康水準を享受することは基本的な権利である」—私たちは、このWHO（世界保健機関）憲章の精神を尊重し、誰もが個々の能力を生かしながら健やかに、生き生きと暮らせる「健康都市いちかわ」を目指すことを、ここに宣言します。

[市川市 2004年11月3日宣言]







「健康都市いちかわ」10の目標

1. 食による健康づくり
2. 一人ひとりの健康づくり
3. 楽しく歩ける道づくり
4. 水と緑の環境づくり
5. 身近な環境活動
6. 暮らしの安全向上
7. 地域ネットワークの拡大
8. スポーツの振興
9. ITを活用した健康支援
10. 市民活動の支援

尾張旭市が進めている健康都市づくりとは....



尾張旭市の健康都市づくり

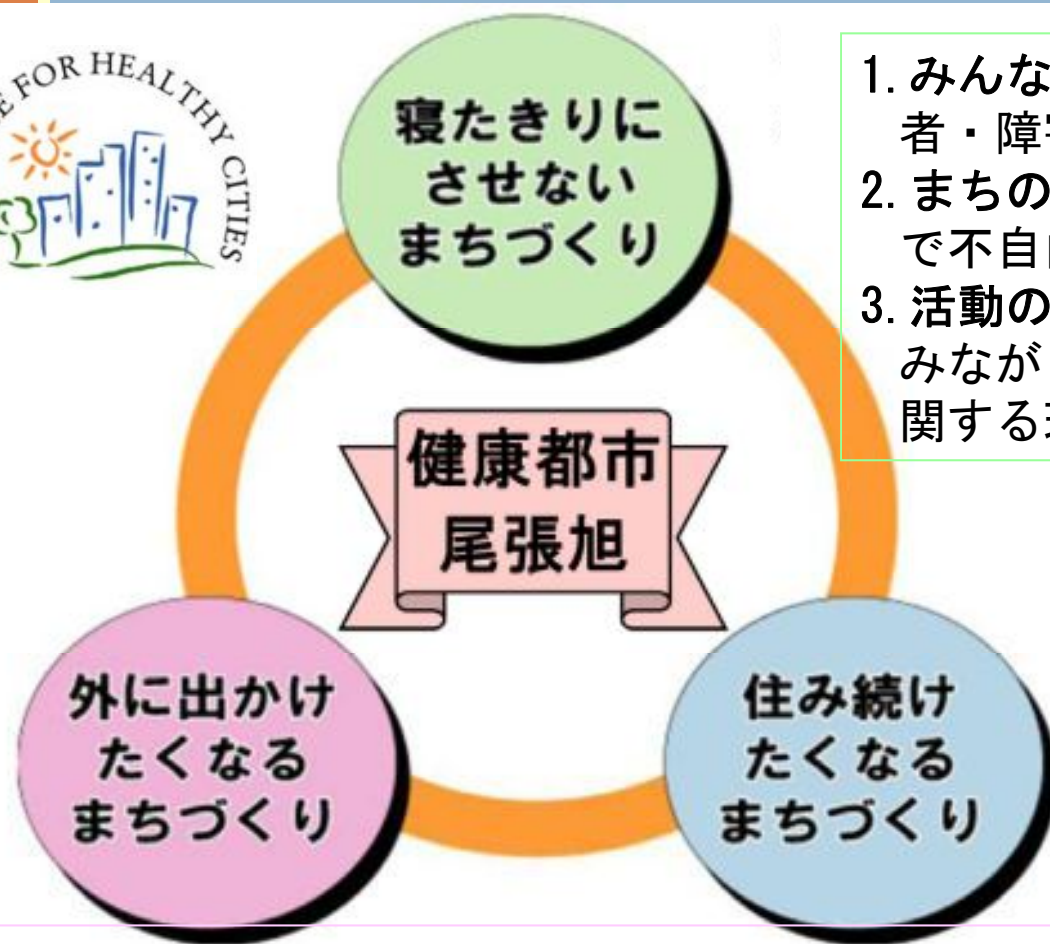
～これまでの取り組みのまとめ～

平成22年3月



- 健康をキーワードとして、各種の施策を総合的に推進することで、人も街も健康にしていこうというコンセプト
- 「健康都市」を市のブランドとして定着をはかっている
- 健康都市プログラムの体系を具体的に確立し各種施策を総合的に展開している

尾張旭健康都市プログラム

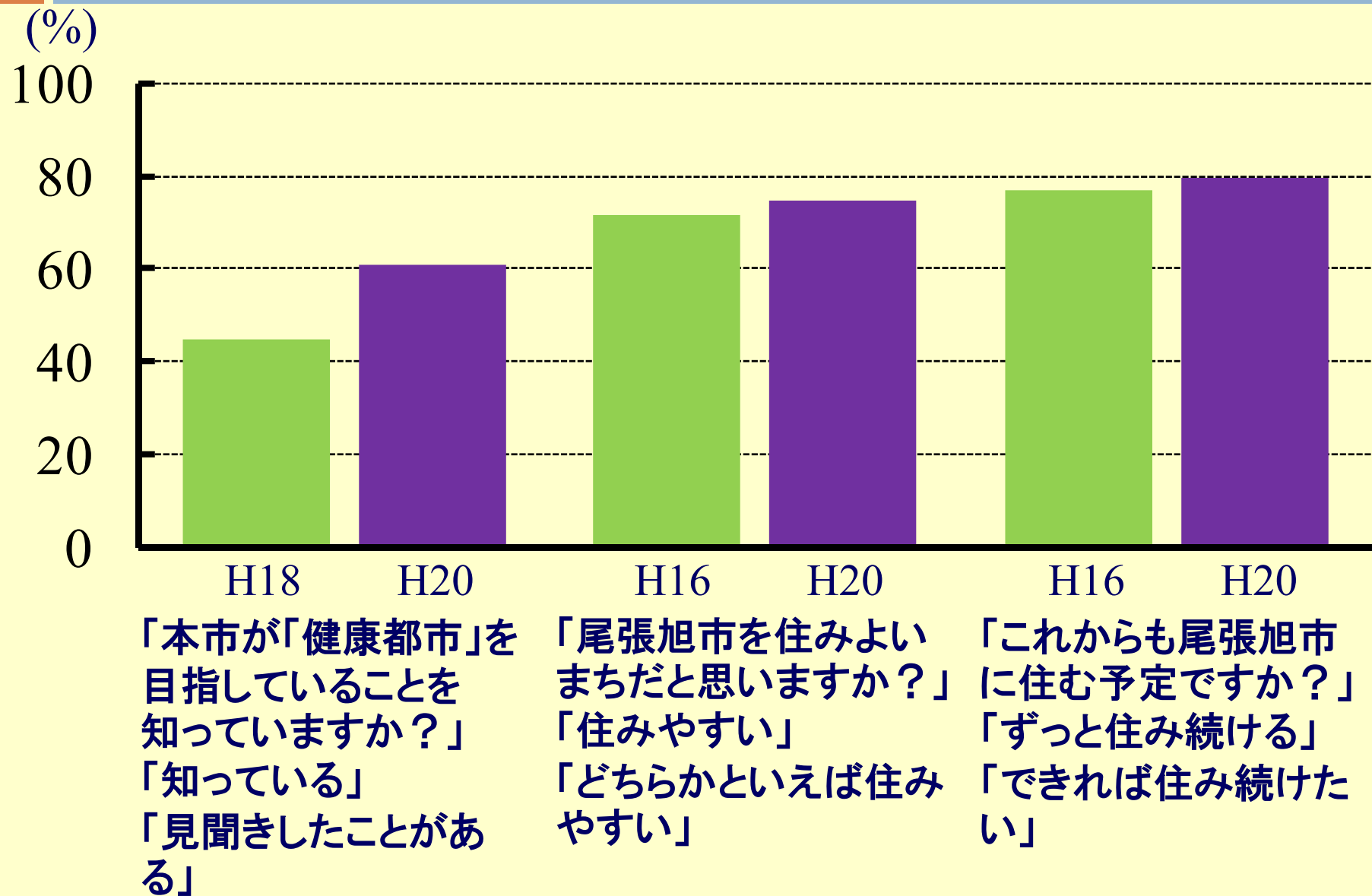


1. みんなのぬくもりいっぱい作戦：高齢者・障害者が安心して暮らせる基盤の強化
2. まちのやさしさいっぱい作戦：まちの中で不自由なく移動できる環境の整備
3. 活動の楽しさいっぱい作戦：市民が楽しみながら参加できる自主的な活動の促進に関する環境づくり

1. 住環境の魅力たっぷり作戦：都市基盤、公園緑地等の整備・充実
2. 人へのやさしさたっぷり作戦：防災、防犯及び交通安全対策の充実
3. 環境への思いやりたっぷり作戦：環境に配慮したライフスタイルへの転換

1. 体の元気まる作戦：自分に合った健康づくりに取り組める環境づくり
2. 心の元気まる作戦：精神的充足感を感じ、心の健康が保たれる環境づくり
3. 子どもの元気まる作戦：子どもの健康管理、教育、遊びに関する環境づくり

尾張旭市まちづくりアンケート結果



[尾張旭市の健康都市づくり. これまでの取り組みのまとめ. 平成22年]

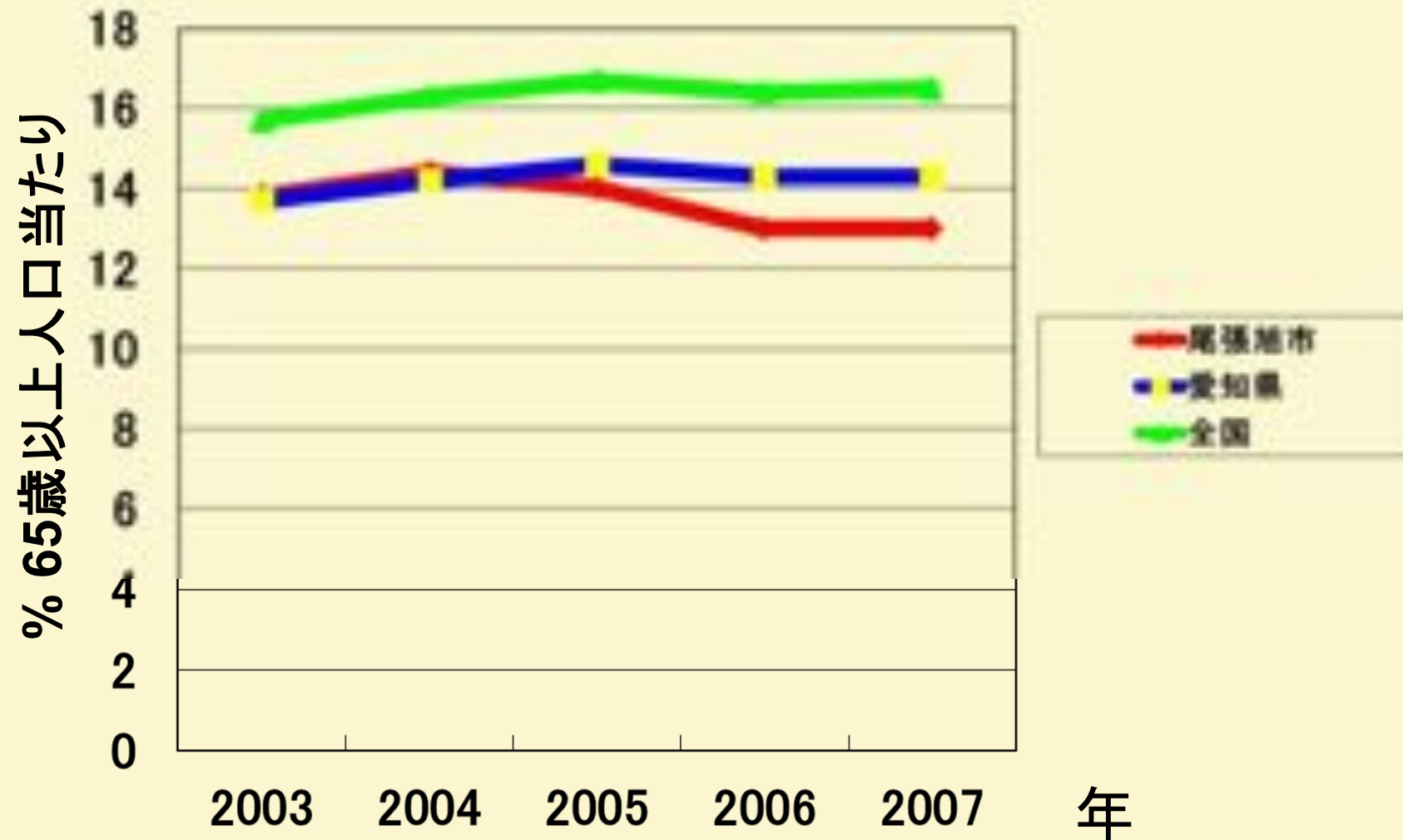




進捗評価

- 健康寿命
- 要介護者割合
- 医療・介護費用
- 健康推進活動、ウォーキング活動、地域の安全、歩行路の確保、公園、他 の地域住民による評価
- 「ヘルシー・シティー」への取組の総合評価

尾張旭市 健康都市進捗評価 65歳以上人口当たり要介護者割合



[尾張旭市の健康都市づくり、2010]

健康都市連合の国際ネットワーク

国際的リーダーシップ

WHO

その他の国際機関
健康都市連合 (AFHC)

都市のリーダーシップ

市長; 議会;
政策企画部門; 保健医療部門;
地域組織部門; ...

地域のリーダーシップ

多様な地域の活動
多くの市民の参加
市民活動の組織化
民間組織との連携

研究・評価の リーダーシップ

確かな事実の発見;
実社会と学術研究の
橋渡し