第３回全国健康都市めぐり
ｉｎ嬉野市

実施報告書

うれしの健康都市めぐり実行委員会

●開催経緯

嬉野市は、平成１８年１月に旧塩田町と旧嬉野町の２町が合併し、新市が誕生しました。合併後の地域活性化協働プランの中で、資源の結びつきだけでは新しいまちづくりにはならない。やはりそこに住む人が元気で住民一人ひとりが主役でなければ、新しいまちとは言えないということで、「ユニバーサルデザイン・バリアフリー」というテーマが浮上しました。高齢者や障がいをお持ちの方、妊婦さんや子ども達、全ての方々が住みやすく、生活するのにやさしいまちでなければ、観光客も当然来ていただくことはできないと考えました。まさに嬉野市は、旅館の部屋に閉じこもりがちで障がいをお持ちの方や旅行することを遠慮してしまう高齢者の方々にとって、外に出ても安心して散策でき、買い物や見物できる。そして宿に戻ればバリアフリーの部屋で快適に過ごすことができる、そのようなまちづくりを目指しました。それがまさに「日本一のバリアフリーのまちうれしの」を目標とした取組みの最初でした。

そして開催されたのが平成２２年の佐賀県ＵＤ全国大会でした。この大会で嬉野市内の旅館や公共施設をはじめとしたＵＤの取り組みを数多くの方々に知っていただき、すべての方にやさしいまちづくりについて理解をいただくきっかけとなりました。さらにＮＧＯ健康都市活動支援機構理事の方々にも拝見していただいたことにより、ＷＨＯ（世界保健機関）が提唱している「健康都市連合日本支部」（現４１都市３団体）に平成２５年３月に加盟することとなり、嬉野市の「ひとにやさしいまちづくり」としてＵＤやバリアフリーを推進していくことだけでなく、旅行者や宿泊者が訪れる観光地として温泉やお茶をはじめとした健康資源に恵まれていることもあり、健康都市として取り組みを全国へ発信することと、加盟都市や企業と一緒になって生活する人々の健康水準を高めるために、保健医療に限らずあらゆる活動領域と連携していくこととなりました。

●開催主旨・テーマ

「全国健康都市めぐり」は、ＷＨＯ（世界保健機関）が提唱する「健康都市」の考え方を普及・啓発し、その実践を支援することを目的に、開催都市とＮＧＯ健康都市活動支援機構が健康都市連合と共に継続的に行うイベントです。

第３回全国健康都市めぐりｉｎ嬉野市は、平成２７年１１月１４日（土）に嬉野市社会文化会館「リバティ」でおよそ４００人の来場者を迎えて開催され

ました。

第１回は「食から創る健康都市」をテーマに愛媛県八幡浜市で、第２回は「フードバレーとかち＆健康づくり」をテーマに北海道帯広市で開催されました。第３回目となる今回のテーマは「する・みる・ささえるユニバーサルスポーツ」というテーマで開催した。ユニバーサルデザイン（ＵＤ）の考え方に基づき、「人にやさしいまちづくり」を推進する嬉野市において、新たにユニバーサルスポーツ（Uni－Spo）を通じて、老若男女、障がいの有無、人種のちがいに関わらず、すべての人がスポーツに参加し楽しみ、健康で過ごすことができる「健康都市・うれしの」の取り組みを市民や各都市に広く発信することを目的としました。佐賀県をはじめ、嬉野温泉観光協会や嬉野市商工会、佐賀嬉野バリアフリーツアーセンターほか多数の後援と、山崎製パン株式会社や株式会社イトーキ、大成建設株式会社、嬉野市内旅館や団体など他多くの協賛によりに開催しました。

リバティ会場入り口

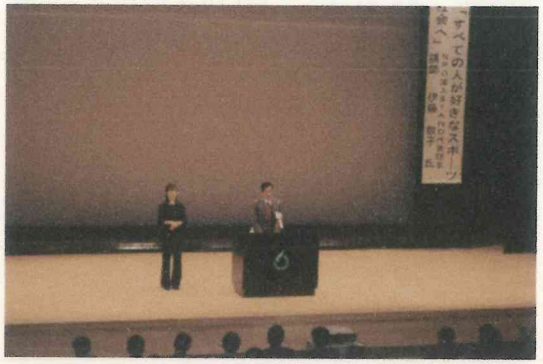
●開会式（９：３０～１０：００）リバティ：文化ホール

まずオープニングセレモニーとして、嬉野高校太鼓部「嬉昇伝心太鼓」による力強い演奏で幕を開けました。嬉野高校「嬉昇伝心太鼓（きしょうでんしんだいこ）」は、平成11年に「文化祭をもっと活発にしよう」と当時の校長先生の発案で、生徒の有志を集めて文化祭で演奏を披露したのをきっかけに発足した部で、発足当時の生徒達が「嬉野市と嬉野高校の今後の発展と、自分たちの演奏が聴く人の心に届くように」との願いをこめて「嬉昇伝心」と命名したものです。毎日放課後に数時間の練習を行い、年間２０数回の演奏を市内イベントや施設各所、色んな場所で行っておられ、本大会でもすばらしい演奏を披露していただきました。

嬉野高校太鼓部「嬉昇伝心太鼓」

続いて主催者を代表し、嬉野市谷口太郎市長が挨拶を行い、今大会を「健康保養地づくり施策展開」「県の指導による嬉野市で開催した平成２２年全国ＵＤ大会」そして「全国に先駆けた佐賀嬉野バリアフリーツアーセンターの設置」の３つを挙げ、健康都市めぐりを開催で

きたことにＮＧＯ健康都市活動支援機構関係者はじめとする関係各位に感謝するとともに、今大会をきっかけとして嬉野市がＷＨＯ提唱の健康都市づくりに積極的に取り組み、２０２０年の東京オリンピック・パラリンピックに向けて情報発信を行っていきたいとの挨拶がありました。



嬉野市谷口市長挨拶

また嬉野市と共催するＮＧＯ健康都市活動支援機構　千葉光行理事長は、機構の国内外の事業紹介を行う中で、健康都市めぐりを通じて嬉野市のスポーツを通じた健康都市の施策を広く発信し、さまざまな都市の参考にしてもらうことや、西太平洋アジア地域での国際交流事業を通じて、健康による国際平和に貢献したいとの考えを示しました。さらに来年度からの事業として、食や運動の分野で活躍する健康ボランティアの方々への支援事業を展開する計画も発表されました。

ＮＧＯ健康都市活動支援機構千葉理事長挨拶

●基調講演（１０：００～１１：００）
リバティ：文化ホール

大会基調講演は、東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会顧問、内閣府地域活性化伝道師、日本パラリンピアンズ協会アドバイザー他多数の役職を兼任されているＮＰＯ法人ＳＴＡＮＤ代表理事　伊藤　数子氏をお迎えし、「すべての人が好きなスポーツをする時代へ」と題したテーマで、講演をしていただきました。

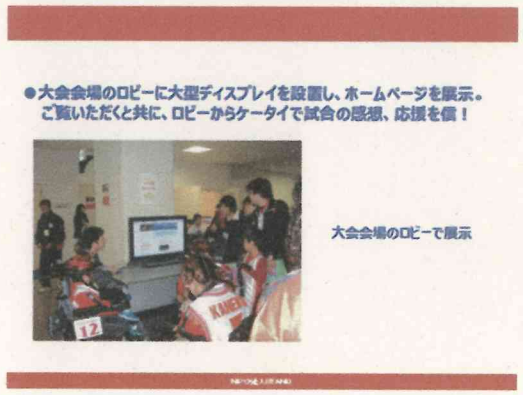
ＮＰＯ法人ＳＴＡＮＤ代表理事　伊藤数子　氏

講演の前半は、パラスポーツとの出会いからパラスポーツがどうゆうものかまたＮＰＯ法人ＳＴＡＮＤの設立から活動における内容について、後半はオールジャパンで迎える２０２０年の東京オリンピック・パラリンピックの中で特にパラリンピックについて講演をしていただきました。

（以下講演内容）

障がい者スポーツに出会ったのは、友人と陸上競技場に観戦に行った時に出会った車椅子選手との出会いであった。始めは障がいについては何も分からなかった。障がい者でも冗談を言うんだとか思いながら、何となく障がい者スポーツを知りインタビューなども行ううちに、障がい者ともスポーツを通じて関わりを持つようになっていった。２００３年当時金沢にいた頃、大阪で行われ電動車椅子サッカーの全国大会で、大会に出場できない選手のために、チームのホームページを開設し、ネットを通じて試合を生中継し、出場できない選手が会場の選手と一緒になって試合を共有する取り組みを行った。すばらしい取り組みであったが、中には「障がい者をさらしものにしてどうするつもりだ」と言った人もいた。しかしながら、さらしものにするということは人前で恥をかかされた人のことを言うのであって、どうして障がい者のことを「さらしもの」と言うのだろうか、障がいのある人の側に何の問題があるのかと思い、乱暴な言葉で言うのであれば、それならもっと色んな障がい者や色んなスポーツをさらしものにしようと思った。そのような体験もあり、少しづつ少しづつ社会を変えていきたいという思いからＮＰＯ法人ＳＴＡＮＤを設立し、多くのものを積み重ねてたくさんの方に見て知ってもらうことを目的として活動を始めました。

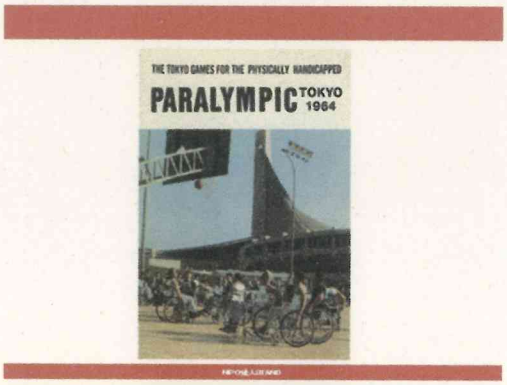
講演の中で出会った障がいを持った子が高学年に上がるにつれ、引きこもりがちになったが、ボッチャというパラスポーツに出会い、スポーツは見るものからするも



のへ変わっていき、パラリンピックの代表選手にもなっていったことを見ると、まさにスポーツの力は凄いものだと感じる。たくさんの人にたくさんのスポーツを知ってもらうことが最も大きな目的として活動を行っています。しかしながらインターネットによるパラスポーツの情報発信については継続し行っているが、利用者は増加しながらも微増にとどまる状況で、関心のない人に興味をもってもらうコンテンツとしてパラスポーツ関係者以外の層についてもアプローチを行っていくことが重要です。一般自然的にパラスポーツに興味を持ってもらうのは困難であるため、スポーツファンにアプローチを行い、パラスポーツファン予備軍として徐々に関心を持ってもらえるように取り組みを行っています。

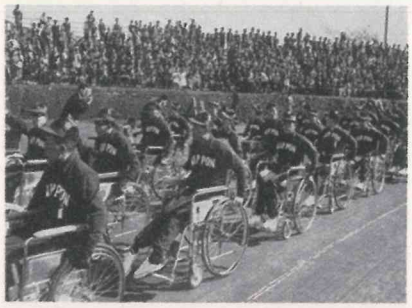
中でもバンクーバーパラリンピックの金メダリストを招いて行った体験会は、パラスポーツを知り、実際に体験して楽しむこと、そして選手と障がいについて実際に肌に触れて会話を交わすこともあり、たったの１、２時間のスポーツを通じて一緒に過ごすことで、理解が深まっていくということで非常にいいイベントであった。

障がいやパラスポーツについて映像で紹介することは非常に難しいものであるが、世界の映像プロモーションビデオの中でイギリスのビデオについて、当時のイギリスの社会で障がいが誰にでも身近にあることだということを映像として伝えたかったことがよく写し出されておりスポーツを通じて障がいを持つ方たちと共存していくことを伝えるメッセージとして知ってもらいたい。



１９６４年東京パラリンピックでは、５３人の日本選手中約半分が九州大分周辺など、残りの半数が東京周辺の選手で脊髄

損傷による下半身不随などで体に障がいを負った方たちが出場した。日頃から施設や病院で生活し、医師から運動することさえ止められ、日常的にそんな人は周りにいないと言われた時代で、元気だからと言われて出場させられた選手もいたそうです。他の国の選手からは、日本が弱いのは練習量とか練習環境のせいではなく、日本の国自体の仕組みが弱くさせていると言われ、毎日の練習を行いながら、自由に家庭で過ごし健常者と変わらない生活を送っている外国の選手をみて当時の日本人選手は衝撃を受けたそうである。



障がい者の自立は、このように過去のパラリンピックによってに生まれてきたものであるが、この１９６４年東京パラリンピックの話しを教訓として、２０２０年東京パラリンピックに向けて新しく推し進めていかなければなりません。

１９６５年には、日本障がい者スポーツ協会が設立され、障がい者がスポーツをすることが考えられなかったリハビリのスポーツから競技スポーツ、そして北京オリンピックから国家で選手を育成していく超エリートスポーツへと発展していくが、この障がい者スポーツという呼び名自体ももはや将来必要ではない。分け隔てがないということは、本日のテーマであるユニスポと共通し、当てはまるところです。

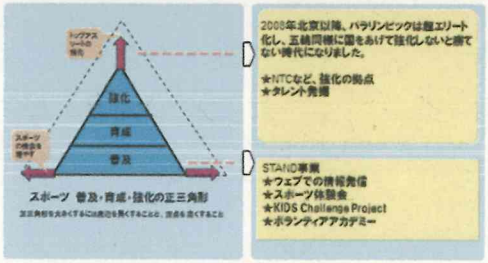
●成功はパラリンピックにかかっている

国の文化度・成熟度をはかるものさしはオリンピックからパラリンピックへと変わっています。

オリンピックのみならずパラリンピックを大成功させた大会にしたいと考えます。

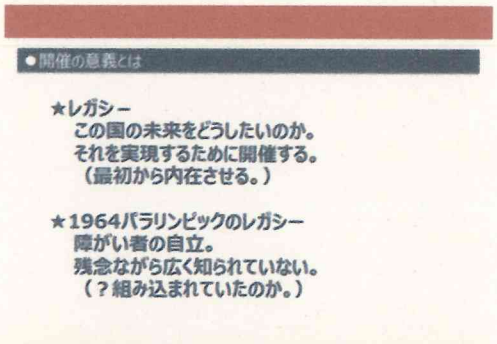
【東京2020大会開催基本計画】

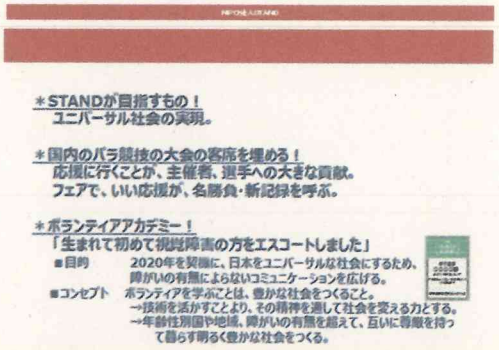
■「パラリンピックへの取り組み姿勢」明記。
■５２のFAにパラリンピックインテグレーションという項目がある。

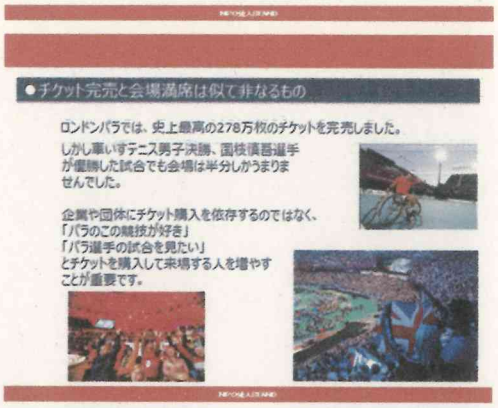


２０１１年にスポーツ基本法ができ、すべての国民がスポーツをする権利を持っているので、積極的に推進しましょうということが言われました。スポーツ推進することは、この図のように正三角形を大きくすることです。育成強化だけやってメダルを獲っても二等辺三角形になってしまうし、普及だけでも底辺だけが広い三角形になってしまいます。正三角形を保ちながら大きくすることが、重要である。

次に日本パラリンピックに向けてということで、大臣はオリンピックだけでなく、パラリンピックを大成功させた大会にしたいということで、２月に２０２０年東京大会開催基本計画がつくられました。この基本計画は、世界的にもよく出来ているとの評判で、中でもパラリンピックに対する取り組み姿勢について早い段階からきちっと述べている部分、また人員計画や協議計画、会場計画についてパラリンピックとの統合という部分で世界で初めての取り組みになっている部分で、どのくらいパラリンピックに力を入れているかが伺えます。





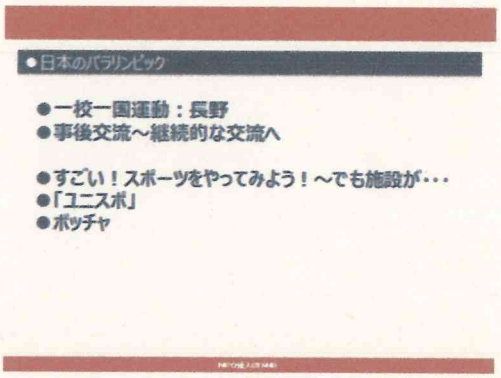


２０１３年９月７日、８日にオリンピック・パラリンピック開催が東京に決まり、その２か月後にセミナーを受けました。そこで言われたのが、日本（東京）での開催は、今後２０３０年、２０５０年、１００年後の日本の未来をどうようにしていきたいかと考える期間とチャンスをいただいたことと同じであり、単なるスポーツと平和の祭典としてだけではない。どういうものを世界に示したいか、また世界からも力をもらい実現するためのきっかけです。日本の皆さんが考える未来を実現するためのものという話しがあり、なるほど改めてそのために活動しているのだと実感したところでした。

まさに我々は、ユニバーサル社会を実現するための活動を行っており、パラ競技の客席を埋めることも一つの活動として行っております。

ロンドンパラリンピックで、男子車椅子テニス決勝に国枝選手が出場する試合では、観客席の半分ほどしか埋まりませんでした。オリンピック史上最高の２７８万枚のチケットが完売したのにもかかわらず、市民だけでなく企業を通じて様々な人の手に渡るはずだったチケットは、不要な人にも渡ってしまっていた。日本は、２０２０年東京オリンピック・パラリンピックの競技で観客席を満席にする試みを計画しています。この試みは世界初であり、日本の力を世界に見せつける大会となります。

２０２３年国体が佐賀県で行われますが、全国障がい者スポーツ大会も同年佐賀県で行われます。私は、そこでどうにかこの２つの大会を融合させ、一つの大会として一緒に開催できないだろうかということで検討する仲間に入れていただいています。そういうことで嬉野市でも開催できるのではないかと思いました。一校一国運動ということで、ひとつのパラリンピックが次のパラリンピックへと継承され、ひとつの国や地域を応援することも言われていますが、そのように事前のキャンプ合宿だけの視察ではなく、長く続くようなことも必要ではないかと思います。「ユニスポ」という言葉も非常にいい言葉ですので、ぜひ続けてもらいたいと思います。



パラリンピックの選手団は出発前に結団式を行います。結団式は、国に身体を預けるという意味で、必ず出席しなければならず大会終了後は解団式によって国の選手からそれぞれの所属の選手へと帰っていくものとなります。選手たちにとっては、違う土地で食べ慣れない物は口に出来ないものです。特に減量や食事制限なんかがある選手はなおさらです。よって事後という考え方もあります。大会が終わったらまた来てくださいということで、勝っても負けてもお祝いをし、好きなものも食べることができ、応援してもらった人や地域の人と過ごすことも選手たちにとってはすばらしいことではないかと思います。

最後にボランティアについてお話します。地元で誘致を行ったら色々なお世話が必要となります。ボランティ障がいのある人に対してどのように対応してよいか分からないという人もいると思います。ボランティはそんなことを躊躇している暇はありません。どのようにエスコートしてよいのかという考え方や実技を勉強する講習会を開催しました。アンケートをとりましたら、受講者の一人が交差点の白線で杖をついた視覚障がい者の方を見つけました。生まれて初めて障がい者の方にどちらまで行かれますか？ご案内しましょうか？と声掛けをしたら駅までというので、エスコートしました。こんなに簡単なことなんだ、これからもやっていきます。と書いてありました。ボランティをしてボランティアの技術を学ぶ、スピリッツをつくろう、ボランティア文化を醸成しようということなんですが、それを通じてよりよい社会をつくっていけるのです。スポーツを通じて性別、国籍、年齢や障がいなど色々なものを超えて、皆でこの世界をよくしていく。パラスポーツで表現できるということが分かってきたわけです。パラスポーツをユニスポと言い換えても何らおかしくない、ぴったりした良い言葉だと思っています。スポーツは社会が少しづつ変わっていける

ための道具です。このような機会に呼んでいただき本当に有難うございます。２０２０年そしてそれ以降も九州嬉野からパラスポーツ・ユニスポーツを発信していっていただきたいと思います。本日は本当に有難うございました。

●パネルトーク
（１１：１０～１２：１０）
リバティ：文化ホール
テーマ「世界の、そして日本各地の健康都市づくりへの取組み」

パネルトークでは、各自治体の紹介や健康づくりの取組みをお聞きしました。パネラーとして登壇いただいたのは、帯広市保健福祉部名和靖史地域包括ケア担当部長、新潟県妙高市入村明市長、嬉野市谷口太一郎市長、健康都市連合中村桂子事務局長で、コメンテーターとしてＮＰＯ法人ＳＴＡＮＤ伊藤数子代表理事をお迎えしパネルトークを行っていただきました。コーディネーターは、ＮＧＯ健康都市活動支援機構の梶本久夫常任理事が務めました。

○帯広市保健福祉部　名和靖史地域包括ケア担当部長

帯広市は、十勝平野のほぼ中央に位置しており、面積は１０８３１㎢で岐阜県とほぼ同じ、人口はおよそ１６万８千人を擁しています。当市が開催する「ばんえい競馬」は体重１トンを超える馬が重りを乗せた鉄そりを引いて直線コースを競う世界でたった一つの競馬です。開拓時代の農耕馬が現代のレースへ受け継がれ、今では北海道遺産として人々に感動を与えています。

帯広市保健福祉部　名和靖史部長

大規模な農業が営まれている十勝・帯広（十勝１９市町村）の食料自給率はカロリーベースで1,100%。約４００万人分の食料供給を誇っています。そうした十勝・帯広の強みである「農業と食」を中心に、食の集積地（食に関連した企業や研究機関、人などが集積する場所）の総称として「フードバレーとかち」を掲

FOOD VALLEY TOKACHI
フードバレーとかち

げ、地域の成長戦略として１９市町村が一体となり取り組んでいるところです。

健康都市の取り組みでは、指針として「第二期けんこう帯広２１」を策定し、各種施策を進めています。食は健康維持の基本であり、食糧生産地の指名においても重要な位置付けにあるため、妊娠・出産期から高齢期までのライフステージに応じた栄養バランスのとれた食生活への取り組みを展開しています。

3つの柱で実現する十勝型フードシステム

運動面では、「おびひろエアロビクス（オビロビ）」を２００７年に職員が考案しました。特に冬場の積雪や凍結に配慮し、歩数を少しでも稼げるようにその場歩き中心の運動としました。高齢者向けの「ゆっくり編」、少し運動強度を上げた「脱メタボ編」、椅子に座って出来る「いす編」もあります。

２０１４年８月には、「第２回全国健康都市めぐりｉｎ帯広市」を実施しました。「フードバレーとかち＆健康都市～もっと豆のことを知ろう～」をテーマに食と健康の視点で十勝・帯広の魅力を発信しました。「食の交流コーナー」や、八幡浜市、涌谷町、網走市の参加健康都市からのご当地グルメや、十勝の安心安全な食材を使った料理の試食コーナーを設け、協賛企業からの製品提供をはじめ、食生活改善推進員などのボランティアの活躍もあり、市民およそ２０００人が参加する大イベントになりました。

スポーツの取り組みでは、今年４回目となるフードバレーマラソンが毎年１１月に実施されています。今年は道内外から約５，１００人のランナーがハーフ

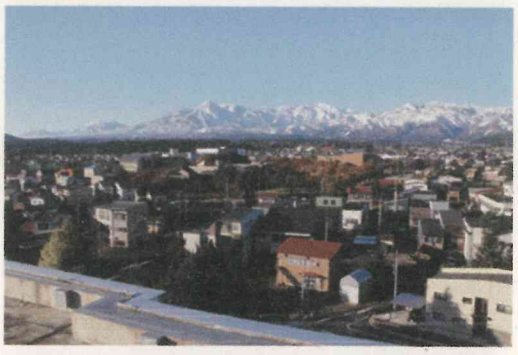
マラソン、５ｋｍ、２．５ｋｍとそれぞれの体力に応じて参加しました。

当市は冬場でも晴天が多く、雪は少なく、寒さの厳しい地域です。冬季のスポーツで盛んに行われているのは、スピードスケート、クロスカントリーが代表的です。スケートでは、学童から冬季の体育授業の中に取り入れられ、活発に行われています。冬になると各学校にはグラウンドの雪を踏み潰し、水を撒いてスケートリンクが作られるのが十勝の冬の風物詩となります。一方のクロスカントリーでは、市内に２ヶ所のコースがあり、身近に楽しめるスポーツとして多くの市民が楽しんでいます。

新潟県妙高市長　入村　明　氏

○新潟県妙高市　入村明市長

妙高市は新潟県の南西部、長野県に隣接し、面積は４４５．６３㎢、人口は約３万４千人を擁しています。市の名前にもなっている「妙高山」をはじめ、「火打山」「高妻山」の３つの日本百名山と７つの温泉地を持ち、その豊かな自然は妙高戸隠連山国立公園に指定されています。



国内屈指の豪雪地帯でもあり、スキーシーズンには、「ビッグスノー」「ディープスノー」を求めて、国内外から多くのスキーヤーが訪れるリゾート地でもあります。

特産品は、米、日本酒、高原野菜、発酵食品、妙高ゆきエビ、大葉など。平成２７年３月には、北陸新幹線の開業と妙高戸隠連山国立公園の分離独立により、「１００年に一度の好機」が到来しました。この機会を今後のまちづくりに最大限生かし、交流人口の拡大による地域経済の活性化を目指しています。

妙高市が直面する「健康の課題は、人口減少と高齢化（４月１日現在３２．５％）です。１人当たりの医療費は、新潟県内の２０市でワースト４位。医療費の抑制のため、運動習慣の定着や食事の管理をはじめ、介護予防の推進、特定健康診査等での病気の早期発見・早期治療、生活習慣病予防策での一層の推進を目指しています。

「総合健康都市　妙高」の実現に向けた取り組みでは、豊富な温泉や国立公園の自然などの地域資源の有効活用や、ウォーキング、ラジオ体操の普及による市民の運動習慣の定着により、超高齢化社会への対応や医療費抑制、観光産業の立て直しを図り、「健康保養地」「総合健康都市」として自立した地域の形成を目指しています。

具体的な取り組みとしてはまず、「元気いきいき健康条例」の制定と国保特定健診受診率１００％を目指した未受診者訪問や電話勧奨があります。活動の結果、平成２５年度には厚生労働省主催の「第２回健康寿命をのばそう！アワード」で「総合健康都市妙高」の実現に向けた市民主体の健康づくりが優良賞を受賞しました。さらに同年妙高市の国保特定健診受診率は５８，４％と、県内２０市中トップになっています。

健康保養地プログラムの実施も具体的な取り組みの一つです。妙高市の地域資源が潜在的に持つ「医学的価値」を有効活用するもので、「笹ヶ峰高原」での気候療法ウォーキングや温泉プールでの水中運動（温泉療法）などを中心に、対象者に合った「妙高型健康保養地プログラム」を実施しています。平成２６年度は、延べ８２０人がプログラムに参加

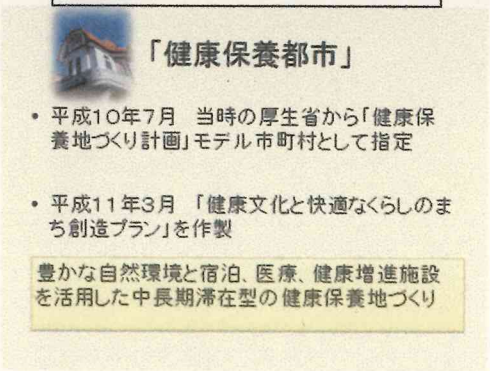
しました。

平成２７年度は、糖尿病などが疑われる市民に対し、保健師、管理栄養士、健康運動指導士などの多職種が連携して提供する新たな保健指導プログラム「宿泊型新保健指導（スマート・ライフ・ステイ）プログラム」を実施しています。宿泊型新保健指導試行事業は、市内の宿泊施設を拠点に、ウォーキングや水中運動を行うほか、血液検査、保健指導などにより、１泊２日の「旅」の中で健康の大切さを実感してもらい、行動変容に結び付けるものです。参加者は市民３０人で、「旅」の終了後も、６ヵ月間にわたって、保健指導やウォーキングなどを実施中です。平成２９年春には、「健康保養地」の拠点となる「妙高高原体育館」がオープン予定です。温泉療法（水中運動）の専用プールを完備しています。

○嬉野市　谷口太一郎市長

当市は、平成１０年厚生省（当時）から「健康保養地づくり計画」モデル市町村として指定され、平成１１年には「健康文化と快適なくらしのまち創造プラン」を作成しました。目指したのは、豊かな自然環境と宿泊、医療、健康増進施設を活用した中長期滞在型の健康保養地づくりです。

嬉野市長　谷口　太一郎



健康文化と快適なくらしのまち創造プランは、健康文化のまちづくり計画（市民のための健康づくりを中心とした計画）と健康保養地づくり計画（市外からの来訪者の健康づくりを中心とした計画）の２本柱で構成されます。

まず、健康文化のまちづくり計画は、嬉野市に暮らし働く人々が心身ともに健康であるための総合的健康づくりを行うもので、保健や福祉サービスを活用しやすい環境づくり、バリアフリー環境整備、健康関連の学習機会提供、健康増進の啓蒙活動、心のケアが内容です。

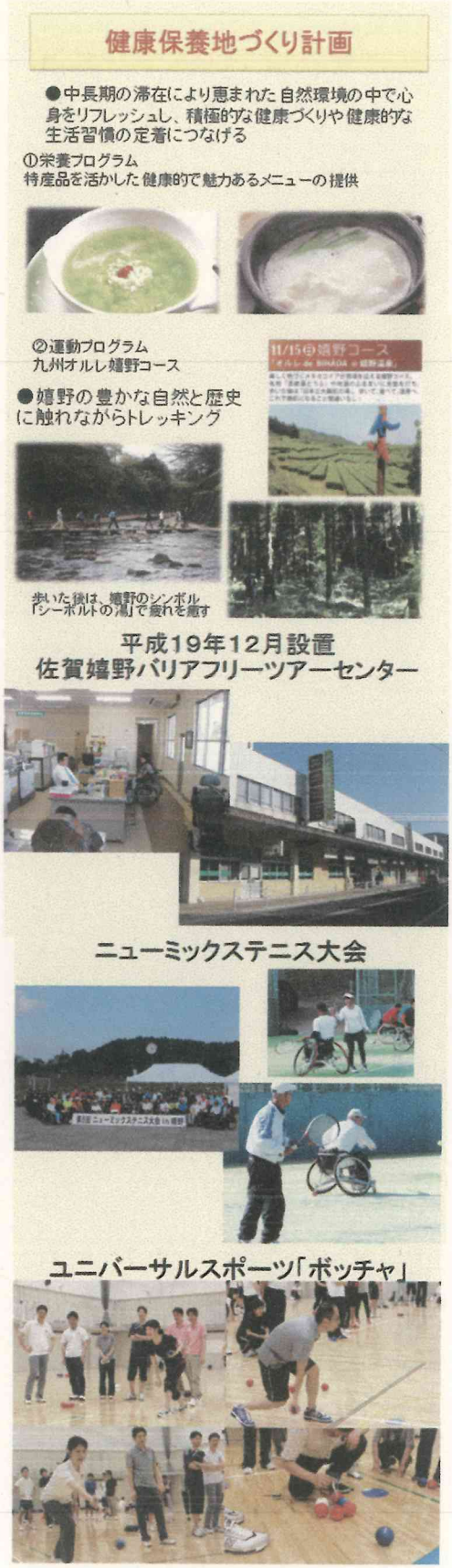
一方の健康保養地づくり計画は、中長期の滞在により恵まれた自然環境の中

で心身をリフレッシュし、積極的な健康づくりや健康的な生活習慣の定着につなげるもので、以下のプログラムから成ります。

① 栄養プログラム：特産品を活かした健康的で魅力あるメニューの提供
② 運動プログラム：九州オルレ嬉野コース、嬉野の豊かな自然歴史に触れながらトレッキング
③ 休養プログラム：温泉浴を活用した健康保養
④ 医療プログラム：医療の連携と健康づくり、医療プログラムでは独立行政法人国立病院機構嬉野医療センターが中核となり、医療機器の共同利用や研修を通して地域医療を支援しており、肝炎ウイルス健診や特定健診、後期高齢者健診などデータに基づく対面保健指導を行っています。
⑤ 体験交流プログラム：嬉野市の歴史と伝統を自ら体験してもらい、交流を図る
⑥ 特産品を活用した商品開発

嬉野市はまた、まちづくりに「全ての人にやさしいまちづくり推進計画を策定し、佐賀嬉野バリアフリーツアーセンターを設置しました。センターでは、宿泊・観光施設などのバリアフリーの情報提供、市民や観光事業従事者への講座開催、ユニバーサルデザイン（UD）観光案内人の養成、身体障がい者の競技大会の開催、みんなのトイレ設置助成等、３７の市の事業を行っています。

ＵＤの事業としては、平成２２年に佐賀県ＵＤ全国大会を開催しました。また市内小中学校とうれしの特別支援学校



との交流合同学習も行っています。目的は、両校の生徒が同じ活動を通し、お互いにふれあい、尊重し仲間としての意識を育てることです。各班に分かれて自己紹介を行いながら、それぞれの班でゲームや歌、ダンスの披露などを行いました。スポーツでは、ニューミックステニス大会やユニスポの「ボッチャ」に取り組んでいます。

○健康都市連合　中村事務局長

健康都市連合事務局長　中村桂子　氏

健康都市の目的は、それぞれの都市に住んでいる皆さんが健康で豊かで楽しい生活を送れることです。健康を維持・増進するには、食や運動、文化活動の積み重ねといった日々の生活が大切です。また健康都市づくりでは、それぞれの地域が特長を活かしながら活動を行うことが求められます。

今日の発表でも、コミュニケーションをはじめ、食や健康保養、バリアフリーなどいろいろな活動方向がありました。そのように一人ひとりが健康になることでまちが健康になり、さらには産業を豊かにすることにつながるのです。

健康都市連合はそうした健康まちづくりを共に進める都市のネットワークです。現在、日本支部には４１の市町が加盟しています。ただ、九州で加盟しているのは嬉野市だけです。今日はいろいろな自治体の方に参加いただいているので、連合への参加を検討いただければ幸いです。なぜ自治体のネットワークが必要なのでしょうか。それは、他の地域の優れた活動を参考にできるからです。連合は日本を含む西太平洋アジア地域のネットワークですので、海外の都市ともつながることができます。国際貢献として、そうした都市の人々を健康にできるのです。

この画像は、今年八幡浜市で開催された日本支部の大会の様子です。大会には、全国から健康ボランティアに取り組む市民が集まり、交流が行われています。今回、運動では帯広市の紹介がありましたが、多くの地域で健康体操を実践しています。食生活改善でも様々な取り組みがあります。そうした情報を交換することで新しい試みが生まれているのです。

次の画像は、愛媛県の上島町でのサイクリングの風景です。まちの人々はもちろんのこと、まちの活気にも貢献しています。

基調講演では、三角形の概念図が印象的です。金メダリストも大事ですが、裾野の底辺を広げることも大事だということです。健康都市も同じです。日々の健康維持・増進に取り組む市民の層を広げることが重要なのです。ボッチャを一例に挙げると、老若男女障がいの有無に関わらず、多様な人々が一緒になり楽しんでいます。参加することで社会の活動の場を広げています。これを三角形の概念に当てはめると、裾野にさまざまな人々を含むことで、立体化する絵が描けるのではないでしょうか。健康は場所を選びません。切り口もたくさんあります。
今回のパネルディスカッションでは、そうした優れた事例が示されたと思っています。

○コメント　ＮＰＯ法人ＳＴＡＮＤ　伊藤数子代表理事

皆さんの発表を聞き、「楽しいから、面白そうだからやってみたい」と思わせる仕組みをつくっていることがよくわかりました。「健康のためにこれをしなさい」と言っても、なかなか出来るものではありません。スポーツには元々、「余暇の時間を楽しむ」という意味があります。だから、遊びや楽しみを目的にスポーツに誘っていただきたいのです。そんなスポーツの効用は３つあります。一つは体を動かすことで空腹になることです。二つ目は疲れてよく眠れること。そして三つ目は、友達や仲間が出来ることです。

一方でスポーツのバリアフリーでは、体育館の利用を断られることがよくあります。例えば、車椅子バスケット。床が傷つくのが理由だそうです。でも、どんなスポーツでも使えば大なり小なり傷はつくのです。そんなことを心配することよりも、多くの人々が分け隔てなくスポーツを楽しめるような環境をつくることが本当のバリアフリーであり、ユニバーサルデザインだと思います。

もう一つ心配なのが学校教育での体育です。さまざまな運動を体験させるのはよいのですが、一方で出来ない子供たちを運動嫌いにしてしまっています。妙高市の温泉療法の写真では、裸の男性同士が全員笑顔で写っています。療法の効果はさておき、楽しくなければ笑顔にはなれません。だから、「楽しいよ、遊ぼうよ」と誘い合わせながら健康都市づくりにスポーツを活用いた

だきたいと思います。

２０２３年の第７８回国民体育大会は佐賀県で開催されます。第２３回全国障がい者スポーツ大会も同じく佐賀県で開催されることとなります。「スポーツのユニバーサルデザイン化」すなわちユニスポに取り組む好機と捉えています。委員の一人として、両大会を融合化させた新しい形の大会にしたいと考えています。

○ＮＧＯ健康都市活動支援機構
梶本久夫常任理事

本日のパネルトークのまとめとして以下を挙げたいと思います。

① 健康都市づくりは「参加と連携」が大切なポイン　ト
② 自治体すべての政策に「健康」をベースにする
③ 健康都市の目的は、「健康の向上と地域力の向上」

ＮＧＯ健康都市活動支援機構
常任理事　梶本久夫

○健康都市宣言　嬉野市長　谷口　太一郎

今回の第３回全国健康都市めぐりｉｎ嬉野市をただのイベントとして終わらせるのではなく、市民や各団体、そして行政や企業との連携による継続した健康づくりへの新たな一歩として取り組んでいくために、谷口嬉野市長より健康都市宣言を行っていただきました。内容は以下のとおりです。

医療技術や社会情勢の変化により平均寿命は著しく延びた一方で、高齢化や要介護問題、認知症や核家族などライフスタイルの大きな変化によって様々な問題もあります。

「健康都市うれしの」は、すべての人が生涯を通じて健康で生きがいのある暮らしを送るために、市民一人ひとりが日々の生活の中で積極的な健康づくりに取り組み、そうした取り組みを地域社会全体で支援していく体制づくりを行っていきます。

ユニバーサルデザインの考え方に基づき、「すべての人にやさしいまちづくり」を推進する嬉野市において、新たにユニバーサルスポーツを通じて、すべての

人が一緒になって楽しみ、健康で過ごすことができる「健康都市うれしの」を市民、全国さらには２０２０年オリンピック・パラリンピック東京大会に向けて３つの施策を掲げ広く発信していきます。

① 子供から高齢者まであらゆる世代で、誰もがスポーツを楽しむことができる環境そしてプログラムの整備を行い、生涯健康で過ごすための包括的仕組みづくりに取り組んでいきます。
② 障がい者スポーツと生涯スポーツの普及・推進を通じ、日々の生活においても市民自ら健康づくりに取り組むよう働きかけを行っていきます。
③ 様々な団体・企業との連携によるスポーツを通じたコミュニティの振興を積極的に計っていきます。
以上３つの施策によって、すべての方々があらゆるスポーツを通じて、生涯健康で暮らし続けられる「健康都市うれしの」を市民と一緒に作り上げていくことをここに宣言いたします。

平成２７年１１月１４日　　嬉野市長　谷口　太一郎

●健康ふれあいイベント　Uni –Spo 体験と健康体操広場
（１２：３０～１５：２０）
リバティ：アリーナ
健康ふれあいイベントは、「食の広場」と「Ｕｎｉ－Ｓｐｏ体験広場」により、食と運動を通じた健康都市を実体験できる場となりました。

ランチパックの無償配布（山崎製パン）

地元食の体験コーナー
・ランチパック嬉野版無償配布（山崎製パン）
・だご汁（鯨肉入り）振舞い（嬉野市食生活改善推進協議会）
・温泉湯どうふ振舞い（嬉野温泉湯どうふ振興協議会）
・うれしの茶・うれしの紅茶試飲＆販売（うれしの紅茶振興協議会）
・嬉野スイーツ試食・販売（末廣屋菓子舗）
・嬉野温泉手湯体験ブース併設（嬉野温泉観光協会）

健康イベント広場
① 健康づくり運動紹介

・ゆっつらくん健康体操実演

嬉野温泉公式ゆるキャラの「ゆっつらくん」の動きをイメージした「ゆっつらくん健康体操」。子供から高齢者まで誰でも出来る簡単な体操で、市民に親しまれています。実演では、多くの世代の方々がステージにて体操を披露し、来場者みんなで曲に合わせて体操を楽しみました。

② ゆっつらくん健康体操投稿動画大賞表彰

平成２７年８月からゆっつらくん健康体操の普及を目的として「ゆっつらくん健康体操投稿動画」を市内外、県外においても広く募集し、２２通の応募があり、その中から最優秀賞と優秀賞の授賞式を今回の健康都市めぐりにて行いました。投稿いただいた多くの団体が楽しくそして元気に体操をしていただきました。中にはユニークな体操もあり、大いに盛り上がりました。ご協力いただいた団体の皆様有難うございました。受賞団体は以下のとおりです。

最優秀賞　大草野五代婦人会「五代ばぁばぁずのゆっつらくん健康体操踊ってみた」

優秀賞　嬉野市商工会女性部「女性部力のゆっつらくん健康体操踊ってみた」

嬉野小学校６年２組「嬉野小学校のいろんなところで６年２組のゆっつらくん健康体操踊ってみた」

入選　嬉野消防署「消防士がゆっつらくん健康体操踊ってみた」
吉田屋旅館「吉田屋のゆっつらくん健康体操踊ってみた」
藤優会「うれしのお茶娘のゆっつらくん健康体操踊ってみた」
F's-1@Dance「女だらけのゆっつらくん健康体操踊ってみた」
才脇美和「ツインズのゆっつらくん健康体操踊ってみた」

③ 帯広市健康体操「オビロビ」実演

第２回全国健康都市めぐりの開催地であった帯広市より職員に来ていただき、帯広市の健康体操でエアロビクスを体操に取り入れた体操「オビロビ」を披露していただきました。帯広市の体操を嬉野市民も一緒になり体操していただきました。このような健康体操の地域交流も健康都市めぐりならではのことです。帯広市よりいただきました帯広の水や健康体操ＣＤもあっと言う間になくなりました。

④ パラリンピック正式種目　ユニスポ「ボッチャ」体験競技大会

第３回全国健康都市めぐりｉｎ嬉野市開催記念ユニスポ「ボッチャ」体験競技大会がリバティアリーナで開催され、１９チームによるトーナメントが行われました。大会は大変盛り上がり、初心者の方でも熱中してしまうほどの熱戦が繰り広げられました。大会は、このめの里Ｄが見事優勝に輝き、第２位が嬉野サポーターズ、第３位済昭園、同じく第３位このめの里Ｂという結果になりました。

今大会を通じて、ユニスポ「ボッチャ」が市民はもとよりあらゆる場所で手軽に、そして簡単に行えるユニバーサルスポーツとして広がっていくことを期待いたします。

⑤ パネル展示及びブース出展（９：３０～１５：００）
リバティ：サブアリーナ

サブアリーナで行われたUDと健康づくり展示広場では、市内外の各団体や企業のパネル展示が行われ、ユニバーサルデザインや様々な健康づくりへの取り組みなどについて、ベストプラクティスを学ぶことができる機

会となりました。展示団体・企業及び展示内容は以下のとおりでした。

① 塩田津町並み保存会
② 佐賀県口腔保健支援センター（佐賀県健康増進課内）
③ 佐賀県健康増進課
④ 嬉野市健康づくり課
⑤ 佐賀ハイマット
⑥ 独立行政法人国立病院機構嬉野医療センター
⑦ 嬉野市食生活改善推進協議会
⑧ TOTO
⑨ ユニバーサルサウンドデザイン（株）
⑩ 佐賀県 UD 大賞パネル
⑪ 有田焼卸団地協同組合
⑫ 有限会社　坂元製茶舗
⑬ 有限会社　山輝園
⑭ 佐賀嬉野バリアフリーツアーセンター
⑮ NPO 法人日本バリアフリー観光推進機構
⑯ 嬉野温泉旅館組合

⑥ 閉会式

アリーナにおいて、ユニスポボッチャ体験競技大会の表彰式が行われた後、谷口市長による本大会における様々な協力とご支援に対するお礼の挨拶とボッチャ競技のさらなる普及のお願いがありました。そして中島庸二実行委員長による閉会の挨拶で第３回全国健康都市めぐりｉｎ嬉野市は無事終了いたしました。

【その他開催状況写真】

協賛企業・団体のパネル展示

嬉野特産　うれしの茶ブース

嬉野市食生活改善推進協議会のブース

ＴＯＴＯの展示ブース

佐賀県口腔保健支援センター
佐賀県健康増進課の展示ブース

佐賀嬉野バリアフリーツアーセンター

ユニバーサルサウンドデザイン(株)

第３回全国健康都市めぐりｉｎ嬉野市

主催：うれしの健康都市めぐり実行委員会、嬉野市、ＮＧＯ健康都市活動支援機構

共催：健康都市連合日本支部

後援：佐賀県、佐賀新聞社、嬉野温泉観光協会、嬉野市商工会、嬉野市食生活改善推進協議会、嬉野温泉湯どうふ振興協議会、うれしの紅茶振興協議会、佐賀嬉野バリアフリーツアーセンター、塩田津町並み保存会、嬉野市社会福祉協議会、西九州大学、佐賀女子短期大学、佐賀県障がい者スポーツ協会、ＮＰＯ法人ＳＴＡＮＤ、ＮＰＯ法人ユニバーサルイベント協会

協賛：山崎製パン株式会社、アズビル株式会社、文化シャッター株式会社、株式会社佐藤総合計画、株式会社ＴＯＴＯ、平建築設計事務所有限会社、有限会社キタファーマシー、志田陶磁器株式会社、林田食品産業株式会社、株式会社嬉野観光ホテル　大正屋、観光ホテルグランド鳳陽、株式会社一ノ瀬畜産、肥前吉田焼窯元協同組合、旅館大村屋、佐賀県茶商工業協同組合、株式会社サガンドリームス、株式会社アグリ、大和産業株式会社、源泉の宿嬉泉館、お宿紅舎宮、美肌の宿　和多屋別荘、お座敷の湯旅館　初音荘、割烹旅館　鯉登苑、嬉野温泉　ホテル桜、花とおもてなしの宿　松園（順不同）

大会における関係各位の温かいご支援とご協力に深く感謝申し上げます。今後も嬉野市は「人にやさしいまちづくり」を積極的に推進し、日本一のユニバーサルデザインのまち、そしてユニバーサルスポーツのまちとして全国に発信していきます。２０２０年の東京オリンピック・パラリンピック、さらに２０２３年の佐賀国体と全国障がい者スポーツ大会の開催にむけて、嬉野市の役割と特徴を活かした施策を市民、各団体、企業と一丸となって積極的に取り組んで参ります。

うれしの健康都市めぐり実行委員長　中島　庸二