

平成29年度第3回大村知事と語る会

- 1 日 時 平成29年11月30日（木）午後1時30分から午後3時30分まで
- 2 場 所 愛知県庁本庁舎 正庁
- 3 テーマ 健康長寿あいちの推進
—健康でいきいきと暮らせる地域づくり—
- 4 意見交換者（五十音順、敬称略）
宇山 祥子 杉戸浴場 女将
江口 澄子 公益社団法人愛知県栄養士会 副会長
大沢 勝 公益財団法人愛知県老人クラブ連合会 会長
加藤 宣子 愛知県健康づくりリーダー連絡協議会 会長
加藤 学 加藤電機株式会社 代表取締役社長
土田 満 愛知みずほ大学大学院人間科学研究科 研究科長
牧野 勲 株式会社東郷製作所 開発室
渡邊 理沙 公益社団法人愛知県歯科衛生士会 理事

【知事】 皆さんこんにちは。愛知県知事の大村秀章です。本日はお忙しい中、今年第3回目の知事と語る会にご参加をいただきましてありがとうございます。

年3回、様々な県の重要課題をテーマとして、それぞれの分野を代表される県民の方にご出席をいただき、率直に忌憚のないご意見をいただいて議論をする会として進めさせていただいております。

ここでいただいたご意見はまた、しっかり私ども関係部局の方で引き取らせていただいで、施策に反映させていければ、ということで取り組んでおりますので、よろしく願いをいたします。

今年度の第3回目は、「健康長寿あいちの推進」ということでございます。非常に幅広いテーマでありますし、一言で“健康長寿”と言っても結局、人間生活の全てに関係するものでございますので、今日お越しをいただいた皆様方もジャンルが大分異なるのではないかと思います。それぞれに皆様がお感じになっていること、普段の活動やお考えになられていることを率直に言っていただければ結構でございますので、どうか堅苦しくなく、

和やかに和気あいあいと2時間近くの時間を過ごしていければと思いますので、よろしくお願い申し上げます。

さて、本県における平均寿命と健康寿命との間は、男性で8.75年、女性で11.71年の差が生じているということで、大体10年の隔たりがあるということがございます。男性の平均寿命が大体81歳、女性が86歳の後半から87歳ぐらいでありますから、男女ともに健康寿命が大体70歳前半ぐらいということがございますが、この差をできるだけ縮めていくということ、これは私ども愛知だけではなくて日本全体の大きな課題・目標ということがございます。

こうした中で、私ども愛知県が大府市と東浦町にまたがる地域に整備いたしました、あいち健康の森には、あいち健康プラザでありますとか、国立長寿医療研究センターなど、健康長寿関連の施設も集積しておりまして、それぞれに連携・協力して健康寿命の延伸に向けた取組を進めております。

また、このあいち健康の森では、国立長寿医療研究センターを中心に連携をいたしまして、認知症に理解の深いまちづくり、「あいちオレンジタウン構想」というものを、今年9月に県独自で作りました。また、国立長寿医療研究センターの病棟も、外来棟はこの12月に整備できます。ちょっと国にお金がないということで、何か良い方法はないかと我々県が調査をしまして、やはり外来の診察と入院の病床がセットでないと効果が発揮できないと。ご多分に漏れず、公立病院は非常に古くて、国立病院も築50年になります。これは大変なことございまして、ですからそういったことも含めてしっかりやっていければというふうに思います。

介護保険ができてもう17年ありますが、私も国会議員としてずっと携わっておりましたが、当初2000年代前半までは介護制度の課題というのは寝たきりの方をどうするかという話でしたが、2000年代の半ばぐらいからは、やはり認知症だと。認知症対応をどうしていくかということが大きな課題です。また、国とも連携しながら、日本最先端、そして世界最先端の認知症対策をしっかりやっていきたいと思っております。

本日は、健康づくりや高齢者福祉の分野で活躍する方々にお集まりをいただいております。皆様の日々の活動状況や普段感じておられること等をお聞かせいただいて、その中から愛知の健康づくり、そしてまた健康寿命を延ばすことなどについて、さまざまなアイデアをいただけたらありがたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

さて、私、先週3日間、中国へ行って参りました。上海の隣に江蘇省という大きな省がありますが、上海から一番近いところから蘇州、無錫、そして最後は、省都の南京でございます。揚子江を渡りますと、反対側は南通市というところで、そこへ行きまして、愛知県と江蘇省が友好姉妹提携を結んでこれで37年になりますので、愛知県と江蘇省の合同で日中書道展を南京で開催して参りました。

日本側から59点、中国側から60点の作品を出展して、南京で11月22日から26日まで、盛大に開催しまして、テープカット等々を行って参りました。この書道展は、来年6月に名古屋でも開催することにいたしておりまして、そんなことで行ったのですが、1つ印象に残っているのは、南京へ行った翌日は蘇州から経済化ストックで分離独立した常熟というところへ行きました。

常熟は、上海からすぐのところでありますが、そこにトヨタ自動車が5,300メートルのテストコースとテクニカルセンターをつくっており、日本企業も多く進出しているというようなことで、中国人が110万人、外国人の労働者が90万人で、200万人の巨大な産業都市が忽然と10年で現れたというようなところです。

そこに行って、朝9時からちょっと公園へ視察に行ったのですが、平日の朝9時ですけど、人でいっぱいでした。公園の中にオープンカフェみたいな施設があって、高齢者が将棋か碁か何かを打っていたりお茶を飲んでいたり、全席埋まっていました。一方で、中国といえば、昔は太極拳であったのですが、今はひたすらアップテンポの音楽を流して音楽体操をやっているんです。それもほとんどリタイアした女性の方ばかりで、延々と踊っている。休みはないのかと聞いたら、ないと。疲れたら休むし、出入り自由だということで、リーダーとなるような女性の方がひたすら踊っていました。この人は何時間ぐらい踊るのか、と聞いたところ、2時間ぐらい平気で踊ると言っていました。

そこで思ったのは、これはあと10年経ったら、介護などの問題はどうなるのか、ということでした。ここの人たちはみんな元気だなと思い、中国の定年は幾つですかと聞いたところ、男性は60歳、女性は55歳とのことでした。

日本のように年金制度が整っているとは思えないんですが、みんな公園にやってきて体を動かすから、多分相当元気ではないかという気がいたします。けれどこの後、中国は人口が巨大ですから、なかなか半端でないような感じだと個人的に思いました。

日本、そして我々愛知としても、これからも健康長寿をしっかりと追い求めていかなければ

ればいけないと思いますので、今日は率直なご意見をいただければありがたいと思います。何とぞよろしくお願い申し上げます、ご挨拶いたします。ありがとうございます。

それでは、早速、皆様からのご意見をお聞きしていきたいと思います。

それでは、まずは大沢さんからよろしくお願いいたします。

【大沢】 現在、老人クラブに加盟している老人の数は32万3,000人なんですが、10年ぐらい前だと約40万で、どんどん減っているわけです。

「老人クラブに入りませんか？」と言うと、俺はまだ老人じゃないぞという方が多いものですから、入会を断られることがあります。老人クラブの会員は、老人クラブに入りませんか、と言うだけでは増えないわけです。ですが、老人クラブの活動を通していろいろな世代の人たちが手を結ぶことが非常に大事だと思っております。

手を結ぶということはどういうことなのか。これを考えていかないと、どういう働きかけをしていいかわかりませんね。例えば、愛知県には子ども会連絡協議会という会がありますが、この会を老人クラブと一緒に、老人スポーツ大会みたいなところに参加させる。そうすると、子どもたちにお父さんやお母さんがついてくるので、その場所はぐんと賑やかになりました。ただ、これは年に1回のことですね。ですから、恒常的な形で子どもたちとお年寄りが一緒になって、日常的なつながりができるといいなと思って考えています。

また、先ほど知事さんも言われたように、健康寿命と平均寿命の間に差がありますが、健康でないと話にならない。

今、いろんな議論をしている中に、「健康」だけでいいのかという話があります。むしろ、「元気」な老人が必要なのではないか。シニアパワーを発揮できるお年寄り、「健康」と「元気」はどう違うのかということですから、例えば中京大学の前学長の北川さんのお話だと、スポーツの面から見ても、「健康」であることよりも「元気」を出すこと、つまり自由に体が動くことが必要だと。あまり体は動かないけれども、病院に行くほどではない期間も健康寿命の中に入っていますけれども、そうではなくて、本当に「元気」なお年寄りが必要とされています。

僕が今考えていることは、1つは今の高齢化だとか少子化だとか、それから、人口も減ってくるというような中でどんな変化が起こるのかということです。

家族の形態が変わってきていることは、もう言うまでもないことで、核家族化だとか、拡散家族だとか、それから非血縁家族だとか、いろんな形で言われるように家族の形態が変わってきた。そして、高齢者に関する家族形態の変化として大きな点は、65歳以上の老

夫婦のみの世帯が34万5,000世帯あることです。1人もしくは1人に近い暮らしの高齢者が100万人ぐらいいる。その中で、どういう対策が必要になるかということを考える必要が出てきます。

2つ目は、生活様式が多様化していることです。グローバル化や、労働・睡眠時間、生活時間の変化などが起こる。

3つ目は、経済活動や経済生活のひずみによる格差の是正だとか、新しい貧困問題等が出てくるだろうということ。

おそらく平均寿命も延びて、90歳に達していくのではないか、「人生100年時代」になります。

そういうことから見て、私たちがこの時代を本当に元気に生きようとするなら、自分たちが暮らす“まち”がどのようなようであれば、全ての人の健康維持ができるのかということで、そういう点で地域包括ケアシステムだとか、各市町で行われている日常活動が進んでいくであろうと思っております。

現に、限界集落と言われているようなところから中規模程度の市に至るまで、いろんな形で地域づくりの積極的な展開が行われております。そういう全体の動きも見ながら、健康づくりのためのどういうシステムを県として捉えることができるかという、その枠組みを考えていけるようになればいいなというふうに考えています。

【知事】 ありがとうございます。また後ほどお話をお伺いできればと思います。

それでは続きまして、愛知県健康づくりリーダー連絡協議会会長の加藤宣子さん、よろしく申し上げます。

【加藤(宣)】 よろしくお願いいいたします。愛知県健康づくりリーダー連絡協議会会長をさせていただいております加藤宣子と申します。

私どもは、紹介いただいたようにあいち健康プラザ、そして、あいち健康の森で日ごろから本当にいろいろお世話をいただいております。まず、愛知県健康づくりリーダーとは、というところから申し上げたいと思います。

県民の健康づくりに理解と関心を持ち、愛知県健康づくり振興事業団が実施する健康づくりリーダーバンク登録研修会を受講・修了し、健康づくりのボランティア指導者として愛知県健康づくりリーダーバンクに登録している者たちの集団でございます。

昭和62年から養成が始まっておりまして、現在2,242人がバンクに登録しております。愛知県や市町村などが行う健康づくり事業を始めとするさまざまな行事、イベントにおいて、

健康づくりのボランティアとして活動をさせていただいております。

リーダーバンク登録後は、健康づくりリーダーとして活動しており、健康づくり振興事業団とのつながりといたしましては、あいち健康プラザにおいて再教育研修会、アドバンスリーダー登録研修会等といった勉強をさせていただいております。

愛知県のあいち健康チャレンジ推進事業におきましては、そのスローガンの中に「食べて元気に、もう一皿野菜を！動いて元気に、もう10分！」とあります。

先ほどの大沢さんのお話にもありました、「健康」に対して「元気」という言葉がここにも入っております。その、「動いて元気に、もう10分！」の中の1つの活動として、「あいち巡（めぐ）りん体操」を取り入れさせていただいております。

これは、今日お時間があれば皆さんと一緒にやりたいなと思っているぐらいなんですけれども、オリジナルバージョン、そして簡単バージョン、椅子に座ったバージョンがあって、ユーチューブにも動画を配信させていただいております。ぜひお時間があるときに見ていただいて一緒にやっていただけると楽しいなと思っております。今後もいろんな場面で「あいち巡（めぐ）りん体操」の普及活動にいそしんでいきたいと思っております。

健康づくりリーダーの研修修了者は2,700人余りで、今年度も登録研修会が開催されており、「健康日本21あいち新計画」の中でも、その養成人数が数値目標として上げられています。健康づくりリーダーとして自らの健康管理、仲間づくりをし、会員相互の連絡を密にして県民の健康づくり、体力づくりを幅広く支援して健康増進に寄与する目的で、平成3年に愛知県健康づくりリーダー連絡協議会を設立し、活動しております。

活動内容といたしましては、あいち健康プラザを中心拠点に全体の運営、または各ブロック、支部でも活動しております。一応年会費として活動費をいただき、29年度現在の会員数は804名となっております。

私が会長という立場にございますけれども、ブロックに分けますと7ブロック、名古屋から尾張北部、尾張西部、知多、東三河、西三河北部、西三河南部があり、私、今日は安城から参りましたが、西三河南部ブロックに属する安城支部の中でも活動をさせていただいております。7つのブロックと24の支部があり、それぞれ支部長を置いて活動をさせていただいております。

活動の具体的な内容といたしましては、年1回の総会、そして研修会、研修旅行などを開催しております。ブロック支部での研修会、懇親会、リーダーの派遣、健康づくり振興事業団からの依頼に基づき、健康プラザで体力チェック補助や、イベント等にも参加させ

ていただいております。

プログラム開発として、オリジナルの体操等も2年に1度開発しております。あと広報誌の発行、愛知県体育館で開催される健康のための体操発表会に参加させていただいております。今年も参加する予定であります。

この他にも、いろいろな支部に活動等がございまして、私は今申し上げましたとおり安城ですので、安城支部の中でもいろいろな体操の企画・普及をさせていただいております。

ありがたいことに行政ともつながっており、行政からの依頼事業もたくさんありますので、一緒に健康づくりのために活動をさせていただいております。

組織的なことばかり申し上げましたけれども、もちろん各個人としての資質向上も目指しております、自宅を開放してサロンをされている方であるとか、ボランティアで朝ラジ体操を行っているよというような個人的な活動も行っています。

年間を通じての活動報告ということでお話させていただきますと、昨年であります、対象者を世代別で見ると、65歳以上の方がほとんど半分以上でございます。一般、子ども、障害者、虚弱の方たちを対象とした体操指導に行ったりと、活動に参加させていただいているんですが、やはり65歳以上という介護予防事業に携わるという場面が多いように感じております。

「あいち巡（めぐ）りん体操」もその中でやらせていただいておりますので、たくさんの方にもっともっと知っていただけるとありがたいなと思っております。

以上で私の報告を終わらせていただきます。ありがとうございました。

【知事】 ありがとうございます。また後ほどご意見をお聞かせいただければと思います。

それでは、3番目ということで、株式会社東郷製作所の開発室で癒やしロボットを開発されておられる牧野さん、よろしく願いいたします。

【牧野】 東郷製作所、牧野と申します。本日はよろしく願いいたします。

簡単な自己紹介ですが、私が勤めておりますのは、東郷町にある東郷製作所と申しまして、自動車部品を作っているメーカーになります。車のエンジンルーム内にあるホースを締結するホースクランプ、クイックコネクタ、ハイブリッドに使われるインバーターの電子部品関係及び圧縮ばね、こういった商品を主力で作っております。

私の部署は開発室になりまして、主な業務としまして新商品の開発、設計、製作、自所評価、あとマーケティング、展示会のPR活動等、多岐にわたっています。ここ最近では介

護・福祉関係に力を入れております。

私と健康長寿との関わりは、正直申しまして自動車関係の部品を製作しているものですから、あまりなじみがないというところもあるんですが、私は“スマイビ”という赤ちゃん型ロボットの開発を担当しております、このロボットを通じての仕事で私がいろいろ感じたことをお話しさせていただければと思います。

まず、このロボットの紹介ですけれども、コンセプトは、高齢者の方に元気になってもらう、というところなんです。本当はもっと複雑なんですけれども、ここでは割愛させていただきます。

さて、どのようなロボットかと申しますと、赤ちゃん型のコミュニケーションロボットで、赤ちゃんは会話ができないため、声、表情、しぐさで母親とコミュニケーションをとります。そんな、いとおしい存在になるようにと製作を行いました。

機能ですけれども、今日はそのロボット自体を持ってきておりますので、ここで一度動かしてみたいと思います。

ご存知の方もいらっしゃるかと思いますが、機能としてはこのように目、口、首が動いて表情があります。本当の赤ちゃんの声を発して、いとおしさを感じることができます。抱きかかえることによって高齢者の方にすごく安心感を覚えていただけるほか、ランダムな動きで一定どおりの動きをしない、話しかけに対して否定をしない、話しかけの内容を漏らさない等の特徴があります。

高齢者の方がこのロボットに対して話しかけを行っているのをよく見るんですけれども、自分の思いを安心して語りかけることができるといったところから、ストレスの軽減、心の健康というところでお役立ていただいているのではないかと考えております。

最後にですけれども、高齢者を笑顔にというところなんです、ここで1つ非常に印象に残っている出来事がございます、購入された2人暮らしの老夫婦の方から、スマイビが届いてから奥様が非常に喜んで、会話のない生活に笑顔が戻りましたというおはがきをいただきました。私、設計者としてはとてもうれしく思い、モチベーションも非常に上がりました。

こういったおはがきから、健康とは肉体的なものだけではなくて、楽しく生き生きと生活することも健康の1つではないかと考えております。メーカーの立場としましては、こういったモノづくりを通して、皆様にお役に立てればというふうに考えております。

なお、このロボットですけれども、愛知県の補助金を活用させていただいておりますので、

この場をおかりして感謝申し上げます。以上で終わらせていただきます。

【知事】 ありがとうございます。このロボットは市販されてどのぐらいになるんですか。

【牧野】 市販されてもう3年弱ですね。まだ3年は経っていないですけども。

【知事】 3年弱ですか。ありがとうございます。また後ほどご意見をお伺いしたいと思います。

それでは、続きまして、杉戸浴場の女将をされています宇山さん、よろしくお願ひします。

【宇山】 お願いします。私は愛知の銭湯業界の広告塔として、張り切ってお伝えしたいと思います。

『私、失敗しないので。』という言葉が大好きで、会いたかった人というのは大村知事に会いたかった。杉戸浴場3代目、宇山祥子と申します。よろしくお願ひいたします。

いつかなくなる、時代に逆行していると言われております、まちの銭湯を利用させていただくことこそが、まさに健康長寿推進の取組であるということをお伝えしたいと思います。

今やまちの銭湯は、ぼんやりと番台に座ってお客さんを待っているような状態ではないんです。いかに地域の健康に貢献していくか、これが使命だと私は思っております。

まちの銭湯は入浴だけじゃない、笑顔がたくさん集うコミュニティです。お風呂上がりに怒って帰っていかれる方は誰一人いません。みんなありがとう、ごちそうさまと言って、血流がよくなって体に羽根が生えたようにふわふわと、明日からまた頑張ろうという気力を持って帰っていかれます。

誰もが願うことは、自分の力で健康で生き生きと暮らしたい、ということ。この動画は私の小学校時代の恩師の安藤校長先生です。銭湯には日本人が失った絆というものがあるんだな、ここに来れば、『おい』と言えば大体話が通じるね。」と毎日お出かけいただいております。

高齢者の日常というのは話す相手がいない、無表情、ひきこもりがち、なんですね。これを銭湯に来ることによって認知症予防の5項目、人と話す、笑う、とにかく外へ出る、前を向く、目的を持って生きる、これを改善できるんです。これがまちの銭湯の力なんです。

今日では入浴の効果というものが新聞やテレビ等で大変取り上げられております。皆さんのお手元にお配りいたしました銭湯読本というのがありますけれども、こちらをまたゆ

じっくりご覧いただければ、なぜ銭湯が健康にいいのかということがよくおわかりになれるかと思うんですけども、家庭の風呂なんかでは健康になれないんです。

この絵を見ていただくとわかるんですが、大体家庭のユニットバスというのは肩を温めようとするので膝小僧が出る、膝小僧を温めようとする肩が出てしまう。お尻なんていうのはぺったんと底に引ついたらそのままです。浮力も何にもないんです。こういったユニットバスにずっとつかっていると絶対に健康にはなれないんです。

銭湯の新しい魅力というのは、強い体づくりを実践する場所としてなんです。体を温める、肩まで熱くて深いお風呂につかることによって強い体づくりができます。私は銭湯を継いでから10年になるんですけども、以前OLをやっていた時代はよく風邪を引きました。風邪を引くとこじらせてしまうんですね。でも、銭湯を継いでからあちこちの銭湯めぐりをしているうちにどんどん体が強くなって参りまして、今ではもう風邪を引くこともなく、年に1回引いても長引くことがないんですね。1日、2日本当に休んでいけばすぐに回復する。これはまさに銭湯につかっている効果だと思います。

最近では1人で自宅のお風呂に入るな、銭湯へ行けと医者に言われたと言って、いらっしゃるお客さんがたくさんいらっしゃいます。銭湯というのはたくさんの方がいますから、安全なわけなんです。最近では1人暮らしの高齢者の方の入浴における死亡事故というのが交通死亡事故よりも多いとまで言われているんですね。まさに、長生きしたけりゃ銭湯へ行け、です。銭湯を利用すれば孤独死防止、認知症予防、医療費削減、ここまで断言できます。

私は自分の銭湯でいろいろな活動をしてきて、イベント等を開催してきた中で断言できる話なのでございますけれども、まちの銭湯は入浴だけではない。地域の健康増進に大きく貢献しております。愛知にモノづくり、産業力、経済力、文化力、地域力、そこへ銭湯力、これを加えて日本一元気な愛知をつくっていきましょう。よろしく願いいたします。

【知事】 ありがとうございます。ちなみに杉戸浴場さんというのは何年ぐらいやっておられるんですか。

【宇山】 そうですね。昭和24年からです。

【知事】 24年からということは68年ですか。また後ほどご意見をお伺いしたいと思います。

それでは、続きまして、公益社団法人愛知県歯科衛生士会理事の渡邊さん、よろしくお願いたします。

【渡邊】 愛知県歯科衛生士会の渡邊です。私からは、健康長寿に歯科衛生士がどのような関わりを持っているのかという、今回はほんの一部なんですけれども、そちらをご紹介しますと思います。

従来の歯科衛生士の業務は歯科診療所における診療のアシスタント業務やう蝕、歯周病予防を中心とした歯石除去、ブラッシング指導が中心であり、診療所の中で完結する業務がほとんどでした。しかし、昨今、私たち歯科衛生士への需要は、診療所の中で完結する業務ではなく、診療所の外へと広がりを見せています。

高齢化社会が進展し、それに伴い在宅医療の推進が進んでいることはさまざまな情報ツールから得られているとお知り周知の事実だと思います。疾患の発症により障害が残る、また、加齢による身体機能の低下によって、口の中だけでなくその周囲の機能も低下し、話がしにくい、食事が食べにくい、飲み込みにくいといった症状が高齢者の多くに出てきます。

話をする、食事をするといった行為は、機能維持はもちろんのこと、生命維持の上でも重要な部分です。そして、高齢者は食事という楽しみを生きる意欲に変換し、生活を維持していきます。それらが失われると生活の質が損なわれることに直結していきます。

私たち歯科衛生士は口腔に関連する専門職種として、診療所の中で高齢者に関わるだけでなく、口の機能、全身の機能に合わせた食への支援といった需要に対応できるようにしています。

その1つが介護予防への関わりです。体力をつける、口と歯の健康を守る、健康的に食べる、この3点を目的に地域包括ケアセンターを中心とした介護予防が全国的に実施されていますが、ここに示されています厚生労働省のパンフレットにもあるように、介護予防の一環として、口腔機能向上に関しての歯科衛生士の役割も明記され、各地で実践されており、愛知県内においても歯科衛生士が関わっています。

都道府県ごとに報告されている、各地域における介護予防に取り組んでいる専門職種の関与状況を見ると、愛知県でも保健師、看護職員に次いで理学療法士や管理栄養士と同様に歯科衛生士が関与していることがわかります。一方で、長寿日本一の長野県と比較すると、数としては下回っていることが示されています。愛知県内にも対応できる歯科衛生士が控えていますので、どんどん関わる数が増え、介護予防に更なる貢献ができればと考えています。

診療に関わる現場も、従来の診療所内の業務だけでなく在宅医療の需要が増えてきてい

ます。私自身も現在、在宅医療に関わっていますが、医療の中で介護的側面も持ちながら関わるのが私たち歯科衛生士です。疾患を把握しながら、咀嚼環境の維持、肺炎予防を中心とした口腔ケア、また安全に食事を摂取できるように摂食嚥下リハビリテーションを実施し、対象者の生活に合わせた支援を行うことができます。

今回、愛知県歯科衛生士会と愛知県が作成したリーフレットを配布いただいていますけれども、乳幼児から学童期、あるいはそれ以降の成人、中年期における口腔衛生に関わり、高齢者に関しては本日紹介したような食に関わる支援まで、歯科衛生士は人の生涯に関わることができる職種です。

今後需要が増える部分には、他の医療、介護職種とともに健康長寿に関わることができるよう、愛知県歯科衛生士会は、職能団体として従事できる歯科衛生士の確保や卒後教育に更に力を入れ、要請に応えることができるように体制を整えていきたいと考えています。以上です。ありがとうございました。

【知事】 ありがとうございました。渡邊さんは歯科衛生士になられてもう何年ぐらいになるんですか。

【渡邊】 私はちょうど今12年目です。

【知事】 12年、もうベテランさんですね。また後ほどよろしく願いをいたします。

それでは、続きまして、加藤電機株式会社社長さんの加藤学さん、よろしく願いいたします。

【加藤（学）】 ただいまご紹介いただきました加藤電機の加藤と申します。

弊社は半田市に本社を置いておりまして、主にセキュリティー機器の開発製造等を行っております。車産業に従事しておりますので、今までは車のセキュリティーに関する事業の展開が多かったんですけれども、実は半田市役所さんから4年ほど前にお声がけをいただきまして。厚生労働省のプロジェクトで認知症対応検討会議というのを開くので、そこにぜひ参加してほしいというお話があったんですね。

何のことだろうと思って伺ってみると、本日も大きな話題になっております、認知症に対してどんな取組ができるか、より健康に過ごせるには何ができるのか、3か年、隔月ぐらいでのミーティングを重ねてまいりました。それまで電機の知識はあったんですけれども、まさしくこういう高齢化に向けての対策、特に認知症に向けての対策というのは初めて経験するところでした。

そこでわかったのは、皆さん高齢者は今65歳以上というふうにざっくりラインを引いて

しまうんですけども、これは日本人の悪い癖だと思うんですが、平均値で見たりするケースが多いですけど、人によって個々に、それぞれの趣味が違うように健康状態ですとか、自救能力は全く違うと思うんですね。ですから、今日多種多様な、いろんな事業をされている方のお話を伺う機会をいただいて非常に参考になっておるんですけども、それぞれに見合った対策というのが必要ではないかなと。それを今までのようなアナログチックな対応だけで本当にできるのかなという疑問を常々抱いておりました。

当社が認知症の特に徘徊、行方不明者を探し出すというシステムの開発を行いまして、半田市報の昨年の12月1日号に掲載いただいています。どんな取組かといいますと、これは半田市内で実際に実践済みですけども、小型の発信機を特に徘徊癖のある方に持たせていただき、短時間で発見するという取組です。

おおよそ9グラム程度の発信機、ちょっと今日持ってきているんですけど、このぐらいの発信機をお守りなんかに入れていただいていますと、最終的な誤差は50センチで発見できます。今年の3月から導入いただいておりますが、行方不明者がゼロになりました。それまでは年間20名前後の方がいなくなっていたのが完全に今ゼロになっています。それぐらいの効果が発揮できている状況なんですね。

私どもは、セキュリティーと言いましたけれども、最終的に人をいかに守るかということを考えています。特に高齢者の方、それからお子さんですね。自救能力、自分で自分の面倒が見られないような方々の見守りをするためには、いち早く発見して適切な処置をとっていくという必要があるわけですね。そのための道具です。

これまでに半田市内では複数回搜索模擬訓練というのをやらせていただきまして、東京では台東区さん、北海道では釧路市さんですね。つい先日名古屋市の北区さん、守山区さん等々今お声かけをいただいております、名古屋市内にも中継アンテナをどんどん設置していただいていると。

ちょっとこれはシステムチェックな話で恐縮ですが、これは半田市の例です。地域の事業者の方々が見守りエリアとして、Wi-Fiルーターぐらいの中継アンテナを置くんですけども、最近ですとICTとかIoTと言われるようなものなんですが、左下に出ている、Wi-Fiルーター状のもので、これを今100か所ぐらい、半田市の中で置いていただいています。知多信用金庫さん本店とかファミリーマートさん、サークルKさんですね。

歯科医師会さんとか、いろいろ置いていただいているんですが、全員に関係することなので、地域で見守りましょうということで、もうありとあらゆる方のご協力をいただいて

います。

右側が実際移動したときの画面で、インターネット経由で居場所がわかります。最後にいる場所がああ赤い丸、レーダーと呼んでいますけれども、最終的にはレーダーを使って誤差50センチで発見できるという仕組みをつくりました。

おそらくこれは世界初だと思います。災害対策なんかにももちろん使えますし、920メガヘルツという電波を使っているんですけど、冒頭に申し上げましたとおり人海戦術ではなかなか限界がありますので、愛知県ならではのこういうツールができましたので、せっかくできたので、お使いいただく機会があればなということでもちょっと発表させていただければと思います。ありがとうございました。

【知事】 ありがとうございました。また後ほどご意見をお伺いさせていただければというふうに思っております。

続きまして、公益社団法人愛知県栄養士会副会長の江口さん、よろしくお願ひいたします。

【江口】 江口澄子と申します。よろしくお願ひいたします。

私は、知事さんにお会いするということが、もういっぱい言いたいことが出てしまって、たくさんスライドを作ってしまった。1枚10秒ぐらいで話さないと5分で終わらないと思いますので、皆さんのところにプリントして配布してもらいましたので、早口でお話しさせていただきますが、プリントの方も見ながらどうぞよろしくお願ひいたします。

まず、私ども栄養士が何をやる人かというのと、献立を立てる人とよく言われるんですが、そうではなくて、私たちは身長と体重を聞かさせていただければ個々に合わせたエネルギーを出して、そこから食事に持っていく。これは1つの特技だと思っているんですけども、持っているということをちょっと念頭に置いてこの先のお話を聞いていただければありがたいです。

私は大学の教員もやっております、大学での取組ですけども、マックスバリュさん、愛知、岐阜、三重、滋賀県、4県に店舗を持っているマックスバリュさんと私のゼミ生とで弁当の開発をしております。ちゃんとお飯を食べようという取組なんですけれども、これは「健康日本21あいち計画」にもあります、社会で支える健康づくりの1つだというふうに考えます。

2年目になりますけれども、1日の売上数が実は昨年よりも1.5倍になりました。これは多分、健康的であるとか、栄養学科の学生さんが考えた弁当なら安心だということで手に

とってくださる方がたくさんございました。あとは学生のSNSとかで、私が出しますからと言って、すごいPR効果ですね、親戚縁者がみんな買いに来たというような状態です。

次に、NPOでの取組ですけれども、10年前に大学の教授らと管理栄養士を中心に立ち上げたNPOでして、愛知では唯一、私どもだけかなと思っています。

東海市はカゴメの発祥の地で、カゴメの5代目の社長さんが私費を投じて建てられたのがこの館でして、本格的なフランス料理のお店をやっていたんですけれども、お亡くなりになって3年後にクローズしておりました。

それを市が借り受けて、健康づくりのための食の活動拠点として、私どものNPOに運営委託をされました。平均年齢70歳、その当時70歳で今はもう72歳になっていますけれども、食生活改善推進員と私ども管理栄養士がコラボをして、このようなレストランでランチを出しております。メインメニューが3つとプチバイキングとトマトジュース、そしてコーヒー付きで700円という、1日の野菜の摂取量350グラムに1食で近づくぐらいの工夫をしたものを週3日ですけれども、やらせていただいております。

市にはエネルギー・バランス・野菜・塩分の基準がございまして、どの料理もこの基準をクリアするように私どもが管理をしています。

この食生活改善推進員の方たちには、「この年になって働ける場所があるので、本当にありがたい」とか、「お役に立っていることがうれしい」、「いい仲間のおかげで元気になりました」、「家族の協力ありがとうございます」、「お客様のありがたいの聲が励みになります」ということを言っていております。

こうしたシニアが生き生きとしていて、おしゃれで居心地がいい、健康的で安いということが評価されてメディアにも随分取り上げられました。NHKさんとか、東海テレビさんとか、そういうところで全国放送されております。

1脚30万円ぐらいの椅子があるなど、600万円ぐらいの家具に囲まれた空間で食べる700円ですから、非常に高級感があります。

下の写真は中学生を対象としたコンクールで優勝したものを私どもがアレンジして出させていただきます、ご家族を招待したという、そんな写真です。

食べるだけではなくて、それを家庭に持って行ってもらって、お友達ですとかご家族にもこの健康ランチを入りに元気になるてもらいたいという思いから、料理教室もこの空間でやらせていただいております。

私は栄養指導の究極はタニタの食堂だなどずっと思っていました。カフェという手段で

生き生き・にこにこした、集まる人の居場所を作ることは、新たな健康長寿産業になるのではないかと考えていますし、地域で言えばソーシャルキャピタル、お互いさまが根づいている地域というのは健康な人が多くて、犯罪が少なくて出生率が高いと言われている。こちらが高まっていくのではないかとこのように思っています。

健康寿命の延伸は友達の数で決まる。これは、手にとって読んでいただくと非常にわかりやすい本ですけども、つながりというのが健康力を高めてくれると言っています。つながりが少ない人は死亡率が2倍になるとか、お見舞いに来てくれる人の数で余命が変わる。つながりが幸せを高めてくれる等々、いろいろ教えてくれています。

私の提案ですけども、これからは高齢者の方の居場所づくりというのがすごく大事だろうと思います。

そこで、健康食、食べ物があれば会話が弾みます。そして、元気になります。できれば社会資源として、私ども栄養士を活用していただければいいと思いますが、空き家対策にもなるんじゃないかと考えます。場所をどういうふうに確保するかということも問題になりましたので、空き家対策として、できるだけ手ごろな金額で運営できていけばいいなというふうに思いますが、若干の助成金が必要になってくるかなと。

実は、一番最初、ラジオ体操でもいいからやって、すぐご飯を食べて、そして1日過ごせるような飯屋さんをやりたいと思ったことがあります。そのとき試算したら結構お金が何千万もかかるので、これはできないなというふうに思ったことがありますので、少しの支度金も必要かなと思ったところです。

続いて、愛知県栄養士会の取組ですけども、愛知県栄養士会の会員数は2,425名、全国の6番目に大きい会ですけども、医療とか福祉の分野で多くが活動しております。

この中で、栄養ケア・ステーションについてちょっとお話をさせていただきたいと思います。日本栄養士会という全国組織では、栄養ケア・ステーションとして、平成34年までに1万5,000拠点の設置を目指しております。身近で専門的な支援と相談が受けられる場所ということです。

最初はメタボ対策から始まったんですけども、現在は在宅医療と介護の連携推進にかじ切りをしております。これは、医師会の中ですとか薬局の中にあってもいいんじゃないかと思っています。市町村ですとか、それから訪問看護ステーションといったところと連携をとって、患者さんを食から支えていきたいというふうに考えておまして、愛知県栄養士会は3年前から在宅訪問栄養食事指導の実践に向けた人材育成をして参りました。

医師の推薦が必要になって参りまして、診療報酬、点数がつきます。2次医療圏ごとに栄養士を、リーダーをつけてその下に何人がいるというような全県下の仕組みがやっとなり3年経ってできました。多分、全国的にも少ない仕組みを作ったと思いますが、この在宅訪問栄養食事指導を受けることで何か起こるかと言えば、重症化予防、それからADL（日常生活動作）低下の予防、フレイル（体がストレスに弱くなっている状態）を予防するということが期待できるはずです。

もう1つ、モデル事業として大府市さんが今取り組んでいるのは、栄養パトロールということで、検診を受けていない方たちのところに保健師とか管理栄養士が出かけていきます。そこで、病気になる前に発見できるという実績が上がっております。愛知県栄養士会は食支援と栄養管理を通して、安定した在宅生活を支えています。

ここでちょっと、お話をがらっと変えたいと思いますが、スポーツ栄養専門の管理栄養士の育成にも取り組んでおります。社会的なニーズとしては、運動量が減ってきた現代人全般に食事と運動を組み合わせた指導が必要となってきておりますし、アスリートからは身体機能の向上ですとか、けがの予防、スポーツ競技者に対する栄養食事指導者の高度化、つまり高度な指導が求められるようになりました。

先日、公認スポーツ栄養士さんのお話を聞きました。特に特殊なことじゃないと言うんです。個々に見合ったエネルギーを出します。そして、栄養摂取、一般の方と同じようにバランスのいい食べ方をしていればそれでいいんだというお話だったんです。ただし、仮想強度が違いますから、6,000キロカロリーだとか7,000キロカロリーになりますけれども、でも基本はバランスなんだという話で、その最適なモデルは学校給食にあると言われたんですね。私はそれを聞いてはっと気づきました。

2026年に愛知でアジア競技大会があります。これに向けてぜひ教育、いわゆる食べ方、選び方を自然にできる、そんな子どもを育てる投資をぜひ愛知県はしていただきたいと思っています。今9歳の子がこの時期に18歳になると思いますので、学校給食の栄養士に栄養教諭というのがいますけれども、100%配置をお願いしたいなど、そんなことを思って私の発言を終わらせていただきます。ご清聴ありがとうございました。

【知事】 ありがとうございました。江口澄子さん、ありがとうございました。また後ほどご意見をいただければと思いますので、よろしくお願いたします。

それでは、愛知みずほ大学大学院人間科学研究科の研究科長の土田さん、よろしくお願いたします。

【土田】 私は、健康を標榜する大学、大学院の教員をしております土田と申します。専門は栄養と健康、2つが結びつくような健康栄養学という分野です。

長年外部からの依頼で健康、長寿、そしてアンチエイジングをキーワードにした講演をしてきております。老化に抗うことを意味するアンチエイジングの言葉が入った講演というのは非常に人気があります。若々しい体を保ちたい、あるいは年齢よりも若くありたい、人より若く見られたい、健康で長生きしたいといった思いは若年世代からシニア世代まで普遍的に存在し、非常に関心があります。

実はアンチエイジングにはホルモン療法とかサプリメントの摂取等の医療もありますが、結局は食事、運動、睡眠、良い精神状態といった生活習慣によって、より良いアンチエイジングが達成されることとなります。この生活習慣を良くするためには、特に若い世代や壮年世代への提案として、関心が集まりやすい「アンチエイジング」をキーワードとした講演や催し物等に接する機会を増やす仕組みづくりが上げられます。多くの大学では地域貢献として、地域と協力して講座を開設しておりますが、シニアの参加者がほとんどですので、これを例えば会社や大学、あるいは土曜、日曜、あるいは夕方、あるいは実践と講義を交えたものとか、新しく、そういう機会を多くする設定づくりが必要だと考えております。

これは愛知の強み、地域特性を生かした健康長寿の取組にも通じることです。健康には重要な食を例にとりますと、愛知県は野菜、果物の生産量はトップクラスの農産県です。ところが、野菜の消費量を見ますと、これは全国のワーストクラスの県を上げたものですが、男性は摂取量が最下位ですね。女性は最下位ではありませんけれども、一番ボトムから3番目の位置にあります。なぜ少ないのかというのは謎でして、まだわかっておりません。

このアンチエイジング、そして生活習慣の改善、健康長寿には野菜を多く摂取することがとても重要で欠かすことができません。知識から、実際に摂取してもらうという行動に移す工夫が必要とされています。その中で関心があるということはとても重要なことです。アンチエイジングを生かすという意味が実はここにあります。

以上をまとめますと、関心が持たれているアンチエイジングをキーワードとした講演や催し物の機会と地域特性を生かした野菜摂取の工夫を結びつけた新たな仕組み作りにより、若年世代、ひいては愛知県全体の健康増進を図られることが考えられます。野菜の摂取はただ野菜だけにとどまることはなく、食事全体のバランス、そして健康を考えることに発

展していく可能性があります。以上です。ありがとうございました。

【知事】 ありがとうございました。それぞれまずはご意見をお伺いいたしました。

それでは、この後フリートーキングということですが、大沢会長からまた一回りお話をお伺いしたいと思います。

ほかの方のお話を聞いてのご感想などございますか。

【大沢】 今思うことは、老人クラブ連合会は常時、それぞれの地域でその特性に応じて活動しているということは間違いないんですけども、とにかく老人クラブに入っていない同世代の人たちと一緒に活動する努力を、各地域で続けていくということです。

そういう意味で言えば、個人の健康保持のために動くというようなことも非常に大事なことですし、脳科学の見地から見て、「眠る」「飲む」「競う」「動く」「楽しむ」「喜ぶ」「笑う」「泣く」という、これは「ボケないコツ」8か条というふうに言っているわけですけども、老人クラブ連合会としては、特に笑いの効果が非常に大きいなというふうに思っております。ですので、老人クラブの中では、ぐずぐずするような老人クラブではなく、もっとアクティブな老人クラブの活動が必要だということで活動しております。

ただ、今ないのは「終末」への対応ですね。終末をどうやって迎えるかということが非常に大きな問題として出てくるのではないかというふうに思っております。そういう中でまちづくりの取組の1つとして、ホームドクターの制度をどういうふうに動かせばいいのかなと考えます。

病院に通う元気な高齢者ももちろんいるので、元気印の高齢者が8割、寝ている老人が2割。しかし、その2割の人もやっぱり老人として生きているわけで、その人たちに対して在宅医療が進んできているので、医師会の方たちと協議しながらやらなければいけないんですけど、大変困難だというふうにも思います。部分的には行われている地域がありますが、そこで安心して生きられるということが非常に大事なことはないかなというふうに思っております。これをぜひ愛知県の全体の中で、安心医療ネットワークをどのように作っていくのかということを考えてほしいなと思っております。

もう1つ問題と感じていることは、隣近所でおじいちゃん、おばあちゃんが声をかけても子どもが返事をしないことです。これは困るので、隣近所での一声運動というのをやらなきゃいけないと感じます。私はもちろんやっておりますけれども、「おはよう」「こんにちは」それから「こんばんは」だとか「ありがとう」だとか、そういうごく普通の隣近所での人間の絆を深めていくために、子どもたちにはむしろ積極的に声をかけていく。子ど

もの見守り活動も毎日やっているわけですが、そういう中にも一声運動を積極的に取り入れていこうと思っています。今や家庭の中でなかなかうまく実現していないようなところもございます。

それから、新しいグループをいろんな形で作りながら、シニアパワーをアップしていくための努力をやっていこうということで、シニア共助というか、老老共助というか、お年寄りがお年寄りを助けるということで、自分よりも若い人が施設に入っている場合もあるわけなんですけど、80歳だって90歳だってちゃんとお相手のできる人たちも老人クラブの中にはおりますので、そういう人たちが訪問活動をやるというようなこともやっておりますし、今あるいろいろな組織を活用していくということをもっと積極的にやるべきじゃないかなというふうに思っています。

例えば郵便局なんかは地域で、何でも相談の拠点になるような気がしますし、それから新聞、牛乳、ヨーグルト、というような配達業、宅配業。これは気配り安心ネットワークの構築といいますか、そういうことをやっていくためには必要だと思います。

特に私も新聞、それからいろんなものを宅配でとっておりますけれども、やはり若い女の子の配達員と在宅していれば会話ができますし、外へ出ていきますし、それから家にいないときでもちゃんと手紙が中に入っていて、「元気だと思いますけれども、またこの次は顔を合わせてお話を楽しみたいと思います。」というような手紙が入っていたりするわけですね。

ちょっとしたことなんですけれども、そういうふうに、各既存の機関を十分に活用するという、これがなかなかうまくいっていないんじゃないかなというふうに思います。個人情報問題なんかもあって、事が起こってもなかなか中には入れないと。おじいちゃん、おばあちゃんも困っちゃうというようなことがありますので、既存の組織の人たちも利用して、例えば、もう3日も新聞受けに何かたまっている、おかしいな、ということがどこかで情報として入るような仕組みをつくっていかなくちゃいけない。これはまちづくりには特に必要だというふうに思っております。

それから、食事の問題ですけど、施設や病院の食事はあまりおいしくないというのが今までの常識だったんですけど、僕はやっぱり最後に死ぬときに妻にありがとうと言いますけれども、それだけではなくて、おいしかったと言って死にたいと思うんです。おいしかったと言って死ぬための介護食というのは今、ものすごいスピードで進化しております。

レンコンだとか何だとかってあるんですけど、スプーン1つすくって食べられるわけで

すね。そういうふうな介護食です。これをどうするかというのは本格的な研究が要るんじゃないかなというふうに思っておりまして、老人クラブが研究するわけにはいかないんですけれども、老人の角度から言えばそういう終末を迎えるときの準備の中で、生きていて長生きしてよかった、つまり本当の長寿社会でよかったと。生きてきてよかったというふうに言える社会です。そういうものを作りたいと思っています。

最後ですけれども、愛知県の社会福祉協議会が実現を目指したいと思っていることは、「あいち福祉」です。“あ”というのは安心して、“い”というのは生き生きと、それから“ち”というのは地域で、福祉の“ふ”は普通に暮らす社会を言います。安心して生き生きと普通に暮らす社会というのが非常に難しいわけです。障害者から子どもから全部含めて普通に暮らすというのは難しい。その中で1つは移動の問題というのがあって、これをどうするか。そうすると、免許証の返納問題も解決していくんじゃないかというふうに思います。

これも実は大学と施設等との連携で1つずつ片付きつつあります。例えば地面に敷いた磁石の上を走る、自分の行きたいところに行ける乗り物の利用については、やや大きい施設でその実験を今やっていると。

それから、どこの市だったかちょっと忘れしましたがけれども、路線バスで磁石の力で動くという、リニアモーターの原理なんかを利用するような動きも出てきておりますし、そういうことと言えば、車を捨てて公共バスだとか公共交通機関に利用できるような仕組みをなるべく早く作ってほしいということ、これはトヨタ自動車も含めて、いろんな企業がもう既に取り組んでおりますので、老人クラブ、あるいは私たち年をとった者たちがむしろ積極的に発言をしながら、技術の人たちと協議をしていきたいと。そういう場所が欲しいなというふうに思っております。

以上です。

【知事】 ありがとうございます。それでは続きまして、加藤さん。関心のあったことをどうぞ。

【加藤(宣)】 私たちはやはり地道に活動していくしかないと思って日々過ごしております。まず自分の体に興味を持つこと、そして、前向きに仲間とともに年を重ねること、そして、社会とつながること、そんなことが健康な自分の人生をよかったと思えるような人生になるということを信じてこれからも草の根活動といいますか、日々健康づくりに対して活動を続けていきたいと思っております。以上です。

【知事】 ありがとうございます。確かに、国会議員のとき、愛知と東京を行ったり来たりしておりますと、東京の人の方が歩くんですね。こっちの人の方が歩かない。万歩計をつけると、てきめんなんです。東京にいたときの方がはるかに歩きます。こっちに帰ってくると車の移動ばかりになる。1日1万歩なんてとんでもないという話なんです。ですから、そういったところも心がけて、日々を過ごさなければいけないというのは、よくわかります。また着実な活動をよろしく願い申し上げます。

それでは、続きまして、牧野さん、いかがでございましょうか。

【牧野】 いろいろ皆さんのご意見を聞いて、今日は非常に大変勉強になりました。当初はちょっと、私はいろいろ場違いかななどの思いがあったんですけども、こういった席にお呼びいただいて大変よかったと思っております。

あと我々メーカーという立場としては、物をつくっていくということが使命ですので、こういったところで皆さんのご意見を聞きながら、どんどん新しい商品、役に立つ、皆さんにお役立ていただけるような、そんな商品をいろいろと作っていきなというふうに感じました。以上です。

【知事】 ありがとうございます。また後ほどよろしく申し上げます。

それでは宇山さん、いかがでございましょうか。

【宇山】 先ほどから皆さんのお話を聞いていますと場所がないとか、そういう意見が結構多かったんですけども、ぜひまちの銭湯の空き時間、営業時間外の日に何か提供していただいたり、アイデアをいただいたりすると地域に貢献できていくんじゃないかなと思います。

実はうちの銭湯では、野菜やお米、蜂蜜、一宮産のもの全てなんですけれども、地産地消ということで「杉戸デ・マルシェ」という八百屋さんのことをやっているんです。これが本当に売上げがよくて、皆さんお風呂に入りに来ているんだか、買い物しに来ているんだかわからないぐらい買い物の袋を持ってお風呂へ入りに来るんですね。

それで、お風呂に入った後にお米を買って帰るといふ、そういうシステムになっているんですけども、実はこれはとても大きな問題で、結構商店がまちから消えていっているんですね。ですので、5キロや10キロのお米を持って帰るのは、高齢の方には至難の業なのですが、うちの「杉戸デ・マルシェ」では3キロに小さく小分けしたお米を900円で売っているものですから、これはいいやと言ってお風呂上がりに元気になった体でお米を持って帰られています。そういったことでも、まちから商店がなくなっている分、私どもも本

当に頑張らなくちゃいけないなと思っているんですけども、ぜひこれからは業種を超えて皆さんと連携して地域を元気に明るくしていく必要があるということを肌身で感じております。どうかこちらにいらっしゃった皆さんで何かお知恵やアイデアを拝借できたらと思います。今後ともよろしく願いいたします。

【知事】 ありがとうございます。杉戸浴場は昭和24年操業ということですが、場所は一宮のまちの真ん中のあたりですか。

【宇山】 はい。真ん中で一宮駅から1.5キロぐらいです。

【知事】 駅のどちら側になるんですか。

【宇山】 北側で、ちょっと外れているんですけど。

【知事】 北ですか。真清田神社よりも。

【宇山】 はい。真清田神社のちょっと北奥に入ったところです。

【知事】 野菜とかお米を売っているんですか。

【宇山】 はい。正直、銭湯の入浴代よりも、売り上げが高いです。

【知事】 そうですか。確かに、銭湯の場合は公共料金として抑えられちゃいますよね。また引き続きよろしく願いいたします。

それでは、渡邊さん、どうぞ。よろしく申し上げます。

【渡邊】 先ほどはちょっと紹介できなかったんですけども、地域の中に歯科衛生士が入っていくことで効果的になる事例がもう1つありまして、地域ケア会議への歯科衛生士の参加です。愛知県内では、専門職種としての参加要請は、まだ、新城市のみであるとの報告を受けています。実は大分県が地域ケア会議に歯科衛生士を入れたところ、歯科衛生士が助言もしくは介入する体制で、介護予防の整備をしっかりと行ったところ、要介護認定の削減につながったという報告が出ています。

この地域ケア会議は平成30年で仕切り直しになるということを聞いているんですけども、今後も同様の場が設けられるのであれば愛知県内の歯科衛生士はその場へ参加できるように準備をしておりますので、専門職として参加できる場をもっと増やしていただきたいなと思っています。

【知事】 わかりました。またそういうこともしっかり受けとめさせていただきます。

続きまして加藤さん、いかがでございましょうか。

【加藤(学)】 ありがとうございます。当社もメーカーという立場でモノづくりを通じての貢献ということを考えているわけですけど、ある病院の先生の、病気になってから来

られても遅いという話があります。まさしく健康寿命をいかに延ばすかということなんですけれども、運動しなさい、それから食事も生活習慣もしっかりしなさい、と言われてもどうやっていいか、やっぱりなかなかわからないわけですね。それを科学的、技術的にどういうサポートができるのかなといろいろ考えたときに、例えばバイタルデータも含めた日々の自分の健康状態を常にクラウドで管理できるようなシステムがあれば、未病の状態が発見できるのではないかと。

例えば心筋梗塞、脳梗塞は兆候があるらしいんです。ピンポイントの測定だから、なかなか兆候の発見は難しいと。できれば、ぜひそういったものの研究開発も含めてやっていきたいなと今考えておるところです。

例えば先ほど最後に発表いただいた食べ物、野菜でしたっけ。愛知みずほ大学の土田先生。

【土田】 そうですね。

【加藤(学)】 お野菜の摂取量が愛知県は非常に少ない。ワーストだという話をお聞きしたんですけど、平均寿命はトップクラス、真ん中以上ということで、野菜の摂取量との関連、ここだけの切り口ではいけないと思うんですけど、直結しているのかなという疑問もあります。それから銭湯もそうなんですけれど、お風呂に入って長湯をして例えば転倒事故とか、いろんな要素が当然あるわけですよ。ですので、情報発信という意味では、人々に合った、個々に合った情報のとり方ですとか、与え方ですとか、触れ方というのができたらいいのかなという気はしました。ちょっと簡単にもし何か情報があればお聞かせいただけますか。寿命の長さと野菜の摂取量の関係であるとか、バランスであるとか、何か。

【土田】 そうですね。やっぱり野菜、若い世代に野菜は絶対的に不足していますね。見てもわかるように1日の摂取目標量とされる350gに達しないわけですから、全く不足していますし、それに伴う疾患というか、例えば若い世代は便秘とか結構多いんですけども、まずその前にとにかく食べなければいけないんですけども、全くそれがなされていないというのがすごくあると思います。

だから、まだまだ寿命というよりも、生き生きとして生きるということ自体考えたら、野菜はもう摂らなければ絶対だめなのだと考えております。だから、それは必需品だと思います。

【知事】 ありがとうございます。我々も一生懸命、野菜をもうちょっと食べてくだ

さいねとか、PRしているんですけど。なぜ愛知県の摂取量が（男性は）全国で47位なのか、理由がよくわからないということなんです。もう一皿、野菜を食べてくださいとか、もうあと10分運動してくださいとか、ずっとPRを続けているんですけど、これはしかし地道にやるしかないのかなということかなと思います。

一方で、愛知県は中部地区最大の農業県で、野菜の大産地なんですけれど、摂取量が少ないのはなぜか、ということと、あともう1つ理由がわからないのは、これは食べることではありませんけれど、愛知県は花の生産日本一なんです。もう昭和37年からだから54年間日本一、圧倒的なんです。だけど、なぜか花の購入額が非常に低いと。かつて最下位だったこともあるんですけど、それはもうちょっと、みんなで潤いのある生活のために花を取り入れようということでPRしまして、大分、それでも30位ぐらいかな、順位は上がりました。などなど不思議な数字が結構あるんですね。やっぱりこれは、しっかりアピールをしていきたいなと思っております。

それでは江口さん、いかがでございましょうか。

【江口】 今、知事さんがおっしゃったことで、なぜ行動変容が起こらないんだろうと。野菜をもっと食べろと言っていますが、トマトを半分食べればいいんですけどね。

なぜできないのかと考えると、それはやはり体験が足りないのではないかと。私がタニタの食堂だというのは、体験する場所を作る必要があるということで、学校給食の話もそうですが、自然にそれができるようにすり込まれていくような環境を作ることが大事かなというふうに思っているんです。

先ほど宇山さんが、マルシェがすごく人気があるとおっしゃっていましたよね。私が運営に関わるレストランでも、4段くらいの棚に、農業委員会の女性部さんをお願いをして、朝採れたての、地域では売れない、卸せないものでいいからと、安く売ってもらっています。時期によっては、100円ぐらいで売りに出るんです。そうすると、もう来たお客さんは食事の席に着くよりも先にそっちを買っていきますね。

すごくみんな安いものというのか、鮮度のいいものを待っているんですよね。そういう環境ができるといいなと思うんですけども、やっぱり販売のルートとシステムがあると中間マージンを取られてどんどん高くなっていくので。こんな取組がもう少し、民間ベースでやれるといいなというふうに思ったりもしました。

先ほど大沢会長さんが、介護食がおいしくなったと言って下さいましたが、私どももおいしくするように取り組んでおり、随分と栄養士も変わりました。昔とは違いますけれど

も、やはり大量に作るとどこかにミスも出てきますし、私は病院にいたことがあります、やはり病院の給食はおいしいとは言い切れないところもあります。それと在宅の栄養指導に行ったときに、病院で栄養士が指導したとろみ食だとか、嚥下食だとか、そういうものを家庭で提供することは不可能という気がしたものですから、シェフと一緒に立派な本を書きました。7,000部か1万部ぐらい売りましたかね。

見た目がおいしくて、そして作りやすく家庭でもできるものをと考えました。とろみ材じゃなくて片栗粉でいいんじゃないかとか、ごはんをとろみにすればいいんじゃないかということで、そんな知恵を1冊にまとめました。そのシェフは、今度もっときれいな本を、ご自分で書かれました。おうちでも、一旦煮たものを冷凍してから解凍して出すと、今おっしゃったように、形のままやわらかくする、そんな知恵を本にまとめています。たくさんの知恵が今ありまして、多分おいしくなるはずですので、ご期待いただきたいと思っています。

【大沢】 施設でも、実際にやっているところが小田原にあります。そこは本当においしいんです。理事長さんを含め、いろんな形で皆さんが食べあって、これはおいしいと。ただし、食べるのは個人個人ですから、味の好みは違うけれども、おいしいという点では共通のような、そういうもの。

それから、個別の素材が識別できるもの。これが介護にとっては非常に重要じゃないかと思っております、これはどこかでやらなきゃいけない。実は、東京大学の辻さんという厚生労働次官をやっておられた方がいるんですが、辻さんと連絡をとっております、辻さんに話したら小田原がいいよ、ということになりまして出かけてみました。

まだ非常に個別的な努力ですけど、僕は、県だとかのレベルでも、食に対する検討が進んでいくようになるといいかなと思っています。食事のまずい施設に入って、最後にお礼だけ言うのも嫌だなと。

【江口】 もう私ども、おいしい料理を作れと言い続けておりますし、おいしいものを……。

【大沢】 ぜひお願いします。やっぱりそういう支援が要ると思いますね。勉強をやっていくね。

【知事】 よろしいですか。ありがとうございます。

それでは、土田先生、いかがでございましょうか。

【土田】 そうですね。講演なんかをしていますと、同じ人、シニア世代が何度も何度

も来るんですよ。それだと、どうしても広がりを見せないということも1つあります。

それと、シニア世代は会うと「健康」という言葉が自然と話の中に出るんですが、若い人は、少しぐらい体に変化があっても自分で立ち直っていけるものですから、「健康」を意識することはほとんどないんですよ。「健康」という言葉自体が、あまり話題に出てこない背景があると思います。

講演をしても、やはり一方的な話になってしまうので、江口先生がおっしゃったように実践型のものを取り入れながら正しい知識を普及していくということ。

そして、例えば横のつながりが設定の段階で欠けているんじゃないかなという感じがします。やはり、どこの世代にターゲットを当てるのかということ考えた場合、どうしても昼間は働いているわけですから、(平日の講演には)なかなか集まってこれないんです。そういうところを少し上手くやりながら、必ずしも講演者の都合ばかり考えてもいけないですし、(講演の開催は)日曜でも、夕方でもいいと、そういうふうな行動を設定していくということを少し考えたほうがいいんじゃないかなと思いました。

以上です。

【知事】 健康づくりには、食べることと栄養のバランスが大切ですね。私も国会議員の折から社会保障をずっとやっていたので、よく講演でお話をしたとき、特に高齢者の方を対象に介護とか福祉の話をするが多かったんですが、やはり、栄養のバランスがとれたものを三度三度自分の歯でよくかんで食べてくださいね、ということと、適度な運動が大事ですよ、ということをずっと申し上げてきたんです。けれど、本当に運動は、する人とならない人がだんだん二極分化していませんか。

それがきめんに分かるのは、小学校、中学校の子どもたちの体力測定データです。毎年測定をやっているんですけど、大体都市部はだめなんですね。愛知県は小学校男子が47位かな。女子が43位だったと思いますけど。下位を争っているのは、大体愛知と大阪と神奈川、なぜか東京は真ん中ぐらいに行くんですね。不思議ですが。

では、愛知県はスポーツ競技の実績がよくないのかというと、国体でも大体上位の常連で、いつも大体3位か4位ぐらいで、東京に次いでというような感じなんです。有力な選手を集める開催県が優勝することが多いですけど、愛知は3位か4位ぐらいまでいつも入る。ですから、アスリートはたくさんいるんです。オリンピック選手も、たくさんいる。それは大学や企業で、アスリートをたくさん養成していただいているからですけども。

小学校や中学校の現場に聞くと、運動する子はいっぱいするし、しない子は全くしない

ということでした。これは何かいい特効薬があるということではないのかもしれませんが。

やはり、子どものうちから全く運動しなかったら、成長しても全然しないだろうと。だから、せめて少しでも体を動かすぐらいのことを子どもたちに習慣づけてもらおう、なんということを教育委員会と学校現場の中で、今課題として取り組もうとしているんですけど、そういった面についてはどんなふうに、どうしたらいいか、何かお考えはありますか。

【土田】 特効薬というのはちょっとないでしょうけれども、やっぱり地道にやっついていかないと。健康というのは食だけではどうしてもだめです。食、運動、それからメンタル、これが合わさらないと。健康というのはトータル的なものだと思いますね。一方的に1つのものを作って健康になれるかと言ったら必ずしもそうではないので、総合的にやっついていく、広げていく必要があるんじゃないかなと実感として思いますね。

【大沢】 子どもについて、僕がちょっと問題があるかなと思っている一例なんですけど、私が耳鼻科に行きましたら、子どもが子ども用の本だとか道具をあっちに投げ、こっちに投げしている。それで、一緒に片付けようね、と言って全部片付けたんです。そこには、必ず親御さんがいるはずなんですけれど、全然声がかからないわけです。片付け終わって座ったら、その坊やが片付けた、と言って横のお母さんのところへ来たんです。そのお母さんは一言も僕に言いません。このお母さんは30代くらいで、その子どもは幼稚園くらい。

そこで思ったんですが、この子たちが10代後半から20代初めにかけて反抗し始める。そのときに行動を止めようとする、親の命が危ないぐらいの状況になるわけです。これは本当に笑えない事実ですね。ですから、子どものときからちゃんとした教育をやっついていこうということです。

声かけ運動を通して目指すのは、そういう教育がもう家庭の中でもうまくできない場合があるので、近隣でそれを何とかしてカバーするということです。そんな運動も地道に働きかけないと難しいということが1つですね。

そのために、作為的でならないのは、お年寄りと一緒に遊ぶということ。お年寄りのにおいを“臭い”という子どもと“懐かしい”という子どもがいるわけで、そういう子どもを一緒にして、おじいちゃんたちやおばあちゃんたちのにおいを嗅がせること。これは結構大事なことだと僕は思っております。

先ほどの銭湯なんかの場合でもそうです。これはやっぱり裸で物を言うから言いやすいんです。自分の裸を見せるのを好きな人もいますけど、個別化、孤立化が全体として進ん

でいるわけです。ですから、その孤立の壁をどこかで破らないと、この状態は加速するんじゃないかと考えています。これが40年後にやってくるというふうに思います。

内閣府の調査等も含めて、40年後というのは人口が減ってきます。減ってくるけれど、介護の必要な高齢者の比率が一番高くなるんです。その時代というのは、今、子どもたちを放置している30代から40代の方が介護の対象になるわけです。そして、まだ生まれてこない子どもたちや生まれてきたばかりの子どもたちが30代から40代になるという、そういう時代なんです。だから、子どものときからきちっと教育をするという、そういうことも、何とかお願いしたい。

【江口】 私、先ほど言わなかったんですが、やはり一番今やらなきゃいけないのは食育だと思っているんです。幼児期からの食体験というのは大事なことで、食育基本法が何について言っているかということ、健全な人格形成のことを言っているんです。食べ方だとか栄養素だとか、そんなことではなくて、人間関係を良くしていく、それから、心を育むのが知育、体育、徳育と食育と言っているわけですから、私はやはり、きちんと食べるということを体にすり込ませることが大切だと考えています。それはどこでかと言ったら、幼児期ですから保育園と学校。それ以降は、もう幾らすり込んでもちょっと遅いだろうと思うんですね。ですから、「早寝、早起き、朝ご飯」と言っていますけれども、それをきちんとやる。どんな場面でもやっていけば、多分、いい人間が40年後にはできると信じたいんですけれども。

【大沢】 やはり、子どもの教育はまちぐるみじゃないと、もうできないのではないかと思います。やはり、各自では難しいです。ですから、子どもが学校や地域の影響で変わったりすることで、今言われるような家庭の中の変化も起こってくるんじゃないかと。もう今は親を変えると。老人クラブも年をとっただけの値打ちはあるような動きをしているということで、実際に活動している部分もあります。

【知事】 ありがとうございます。よろしいですか。

それでは、長時間にわたりまして活発な意見交換をいただきましてありがとうございます。今日は健康長寿という非常に幅広いテーマでお話をお伺いさせていただきました。ありがとうございます。皆様それぞれの分野、ジャンルでご活動をしていること、これからもしっかりとまた進めていただきますようお願いを申し上げます。

また、今日いただきましたご意見等々はしっかり私ども受けとめさせていただいて、また今後の県政にしっかり生かしていければというふうに思っております健康長寿あいちの

実現、そしてまた年齢を重ねても生き生きと健康に暮らせる地域づくりに向けまして、私どもは取り組んでまいりますので、引き続きまた皆様方のご理解、ご支援、ご協力を何とぞよろしくお願い申し上げたいと思います。

今日は短い時間でありましたが、大変有意義な機会をいただきましてありがとうございます。今後ともよろしくお願い申し上げます。今日はどうもありがとうございました。

— 了 —