

平成 19 年度国土施策創発調査

健康増進のライフスタイル
形成支援・連携方策に関する調査

報告書

平成 20 年 3 月

厚生労働省健康局
静岡県袋井市

健康増進のライフスタイル形成支援・連携方策に関する調査報告書

目次

緒論

調査の枠組み	1
1章 「歩く」効果・効用とそれを習慣化する方法の整理	5
1 - 1 「歩く」ことによって得られる効果・効用	5
1 - 2 都市における「歩く」まちづくりの現況と課題	35
1 - 3 「歩く」ことを習慣化・楽しく歩くための取り組み事例	61
2章 日常生活における「歩く」ことへの意識調査と課題分析	67
2 - 1 住民アンケート	67
2 - 2 「東海道どまん中ふくろいっデーウォーク」アンケート	112
2 - 3 子どもアンケート	124
2 - 4 比較分析	133
3章 ウォーキングモデルコースの設定プロセスの検討	143
3 - 1 袋井市におけるモデルウォーキングコースの設定プロセス	143
3 - 2 本調査における事例調査	150
3 - 3 「歩く」まちづくりの現状	157
4章 「健康ウォーキング通貨」の導入検討とモデルの構築	171
4 - 1 調査概要	171
4 - 2 地域通貨の概念	172
4 - 3 検討ワーキングにおける議論	187
4 - 4 「健康ウォーキング通貨」の展開	193
5章 市街地整備方策の検討	201
5 - 1 「歩く」まちづくりが目指す都市像	201
5 - 2 「歩く」まちづくりの実現方策	206
5 - 3 ケーススタディ	233
6章 「歩く」を核としたまちづくりと健康文化の定着に向けて(提言)	267
6 - 1 行動変容と価値観の転換	267
6 - 2 提言	268
6 - 3 まとめ	282

はじめに

現在約 1,300 万人と推計される 75 歳以上の人口は、平成 37 年には約 2,200 万人に近づくと推計されている。これに伴って国民医療費の 3 分の 1 を占める老人医療費が国民医療費の半分弱を占めると予想され、今後も増大が予測される。そのため国民医療費を適正化していくための具体的な施策展開、特にメタボリックシンドロームに着目した生活習慣病対策の充実など予防を重視した実効性のある施策の検討が緊急の課題である。

生活習慣病の予防については、住民の健康的な生活習慣の定着のため健康の増進の取組を支援する必要があるが、近年では特に地方において人間の基本的な動作であり健康増進上極めて重要な「歩く」という習慣が、自動車等の利用により減少しつつあることから、「歩く」を核とした健康文化の形成と、「歩く」視点から見た都市構造の再編などに着目した「まちづくり」を検討することによって、健やかな人生を送るための新たな健康的な生活習慣の普及を図るものである。

そのなかにおいて、静岡県袋井市は、東海道五十三次の中間の宿駅という地域特性を持ち「歩く」文化が息づいている。これまでも、ウォーキングキャラバンや歩く道の駅（東海道どまん中茶屋）の設置などの施策が展開されてきたものの、自動車などの普及により「歩く」行為が減少しつつあり、「歩く」を核にしたライフスタイル、あるいは「健康文化」の形成に際して、住民の動機づけや楽しく「歩く」環境整備の面で課題を抱えている。こうした中、袋井市をモデル地区にして、「歩く」ことと連携しながら各種施策を総合的かつ体系的に検討、推進することにより、多様な主体の連携を促す地方都市の健康文化形成のモデル構築に資する成果が得られ、これを各地方公共団体に展開することを通じて、健康文化と魅力ある協働のまちづくりの形成を全国的に推進できるものとし、本調査を実施した。

本調査は、厚生労働省健康局総務課生活習慣病対策室、国土交通省都市・地域整備局市街地整備課、中部地方整備局、袋井市（発案者）による「平成 19 年度国土施策創発調査」として実施したものである。実施に際しては、全国的な幅広い視野に立った成果を得るために別記の検討委員会を設置し、議論を重ねてきた。また、調査では、モデル地区での住民参加のワークショップやワーキンググループの開催、市民アンケート調査、都市住民に対するアンケート調査、国内外の先進的な取り組み事例などの収集・分析を実施した。

本報告書はこれらの成果を取りまとめたものであり、調査の推進にあたりご協力を頂いた関係各位に厚く感謝の意を表する次第である。また、本調査の成果が、今後の新しいまちづくりや地域経営の展開に少しでも貢献していくことを期待するものである。

平成 20 年 3 月
静岡県袋井市