

令和8年度
スマートウェルネスシティ調査特別委員会
地方都市行政視察調査報告書（案）

1 訪問先及び調査事項

調査日	訪問先	調査事項
令和8年7月28日	新潟県見附市	スマートウェルネスみつけについて
令和8年7月29日	新潟県	女性の健康づくり・プレコンセプションケアについて

2 調査内容

新潟県見附市

1. 視察経過

見附市議会を訪問し、調査事項について、企画調整課総合政策室から説明を受けた後、質疑応答を行った。また、健康運動教室等の取組について、現地視察を行った。
あわせて、道の駅パティオにいがた、みつけイングリッシュガーデン、MITSUKERU を視察した。

2. 説明内容

(1) スマートウェルネスみつけの概要

見附市では、身体面の健康だけでなく、人々が生きがいを感じ、安心して豊かな生活を送ることができる状態を「健幸」と捉え、まちづくりの中核に据えている。

同市では、平成15年度から「いきいき健康づくり」の取組を開始し、食生活、運動、生きがい、健(検)診を柱として、市民の健康づくりを推進してきた。その後、平成25年度には、まちづくり全体の中に「健幸づくり」を位置付け、健康づくりにとどまらず、都市環境、公共交通、地域コミュニティ、社会参加などを一体的に捉えたスマートウェルネスシティの推進に取り組んでいる。

スマートウェルネスシティの考え方は、健康に関心の高い人だけが健康づくりに取り組むのではなく、健康に関心が薄い人であっても、日常生活の中で自然と歩き、外出し、人と交流することで、結果として健康につながるまちを目指すものである。見附市では、こうした考え方に基づき、市民一人ひとりの健康づくりと、地域全体の活力向上を結び付けた施策を展開している。

(2) まちづくりと一体となった健康施策

見附市では、健康づくりを保健部門だけの取組とせず、都市政策や地域政策と連動させている。歩きたくなる歩行空間の整備、中心市街地のにぎわいづくり、公共交通の再整備、地域コミュニティとの連携など、まち全体を健康づくりの場として捉えている。

健康施策については、個人の努力や意識のみに委ねるのではなく、市民が自然に健康的な行動を選択できる環境を整えることを重視している。歩きやすい道路環境や回遊性のある中心市街地の形成、地域活動への参加機会の確保などを通じて、市民の外出機会や歩行量の増加を図っている。

また、高齢化が進む中で、外出や交流の機会を確保することにより、運動機能の維持、孤立予防、生きがいづくりにつなげており、健康づくりを医療費や介護給付費の抑制という観点だけでなく、市民が地域で生活を継続するためのまちづくり施策として位置付けている。

(3) 健幸ポイント事業

健幸ポイント事業は、市民に健康づくりのきっかけを提供し、運動を習慣化してもらうとともに、地域の活性化を図ることを目的として実施されている。

日々の歩行や運動、健康イベントへの参加などによりポイントが付与され、獲得したポイントは地域商品券や寄付として活用できる仕組みとなっている。これにより、健康づくりへの参加を個人の努力だけに委ねるのではなく、継続して参加できる制度として運用している。

この事業は、歩くことや運動することに対してインセンティブを設けるとともに、地域で消費が循環する仕組みとしても位置付けられている。

また、参加者が自らの活動量や成果を確認できることにより、運動の継続につなげている。健康づくりを一時的なイベントで終わらせず、日常生活に定着させるための仕組みとして実施されている。

(4) 健康運動教室

見附市では、寝たきり予防、生活習慣病予防・改善を目的として、健康運動教室を実施している。健康運動教室では、参加者の健康状態や体力測定の結果を踏まえ、一人ひとりに合った運動メニューの提供や食事指導を行っている。

主な内容として、ストレッチ、有酸素運動、筋力トレーニングなどがあり、継続的な運動習慣の定着を図っている。運動教室は、運動の場を提供するだけでなく、参加者が自らの身体状況を把握し、無理なく継続できるよう支援する仕組みとなっている。

また、教室への参加を通じて参加者同士の交流が生まれることも、本取組の特徴の一つである。見附市では、健康運動教室を健康増進の場としてだけでなく、参加者の社会参加やコミュニティ形成を促す場としても活用している。

こうした取組により、高齢者のフレイル予防、生活習慣病予防、地域包括ケアの推進などにつなげている。

(5) 地域コミュニティとの連携

見附市のスマートウェルネスシティ施策では、地域コミュニティとの連携も要素の一つとなっている。健康づくりを行政主導の事業として実施するだけでは、参加者が固定化しやすく、健康無関心層への働きかけにも限界があることから、地域の団体や住民同士のつながりを生かしながら、健康づくりへの参加機会を広げている。

町内会や地域団体、関係機関と連携することにより、地域の実情に応じた取組を行っている。また、身近な地域で活動が行われることで、市民が参加しやすく、継続しやすい環境を整えている。

健康づくりを個人単位で捉えるだけでなく、地域全体で支える仕組みとして構築している点が見附市の取組の一つとなっている。

(6) 取組の特徴

見附市では、健康づくりを個別事業として実施するのではなく、まちづくり全体の視点で推進している。市民が自然に歩き、外出し、地域とつながることができるよう、都市環境、交通、地域活動、健康施策を一体的に組み合わせている。

また、行政だけでなく、地域団体や関係機関と連携し、健康づくりに積極的な層に限らず、健康無関心層を含めた幅広い市民への働きかけを行っている。健康教室や啓発事業の実施に加え、市民が日常的に歩き、集い、交流できる環境づくりを進めている。

これらの取組により、健康寿命の延伸、フレイル予防、孤立防止、地域コミュニティの活性化などを図っている。

3. 主な質疑応答（概要）

(問) 見附市がスマートウェルネスシティの取組を始めた理由と経緯は何か。

(答) 取組のきっかけは、平成13年にNHKで放送された「筋トレで寝たきりを防げ」という特集で、茨城県大洋村（現在の銚田市）の健康運動教室が紹介されたことである。当時の見附市では、人口4万人余りのうち、要介護3以上の方が多く、寝たきりの状態にある方が約500人いた。番組を見た当時の見附市長である大塩市長は、この取組が見附市の課題解決につながると考え、現地を視察した上で、健康づくりを通じて寝たきりとなる方を減らすことを目的に事業を開始した。その後、平成15年に就任した久住前市長がこの理念を引き継ぎ、スマートウェルネスシティにつながる取組として発展させてきた。

(問) 共創郷育や地域コーディネーターについて、どのような内容を教えているのか。また、開始時の平成17年から令和7年にかけて、関わった人数が701人から7,766人へと大きく増加しているが、その理由は何か。

(答) 健康に関する内容に限らず、地域の歴史や文化についても、地域の方々が学校に関わりながら子どもたちに伝えている。関わる人数については、約20年をかけて少しずつ増やし

てきたものであり、教えたいという地域の方々と、受け入れる学校側の双方に働きかけを行いながら、意識を変えてきたことが人数の増加につながっている。

(問) SWCという言葉がなければ、様々な取組は行われなかったのか。

(答) 健康に関する取組自体は、SWCの取組以前から行っていた。一方で、まちづくり全般に広げて取り組むことになったかという、そうはならなかったのではないかと考えている。SWCという考え方により、福祉部門だけの取組にとどまらず、まち全体に広げることができ、考え方の転換につながった。

(問) 様々な事業がSWCに結び付くようなイメージか。

(答) 様々な事業を進めるに当たり、SWCを掲げることで、それぞれの取組が市民の健康につながるものであると説明しやすくなった。特に第5次総合計画では、都市の将来像として「スマートウェルネスみつけ」を掲げ、すべての取組がSWCにつながるという計画にすることで、関係者が同じ方向を向いて事業を進められるようにした。

(問) 国民健康保険事業特別会計及び介護保険事業特別会計からの負担割合や、その考え方、制度設計はどのようなになっているのか。

(答) 健康運動教室の事業費は、各会計で財源として活用する事業の交付対象経費を踏まえて配分している。介護会計には地域支援事業、国保会計にはヘルスアップ事業の対象となる経費を計上し、参加者の年齢区分等に応じて、65歳以上の参加者に係る経費相当分は介護会計、64歳以下の参加者に係る経費相当分は一般会計に計上することを基本としている。配分に当たっては、財源確保上有利な会計を優先して活用している。国保会計は、ヘルスアップ事業の限度額内であれば、ほぼ10割の特定財源が見込まれるため優先して活用し、次いで、地域支援事業の限度額内で約88%の特定財源が見込まれる介護会計を活用している。これらの会計で対応できない残額については、一般会計に計上している。

(問) 中野区では、普段から8,000歩程度歩く人もいる。さらに歩くことや、ポイントを付与することにどのような意味があるのか気になるが、どう考えているか。

(答) ポイントを付与することで、日常生活の中で少し遠回りをして歩くなど、歩数の増加につながる行動が見られている。歩数を増やすことだけでなく、健康づくりを意識するきっかけとなっており、意識や行動の変化につながっているものと考えている。

新潟県

1. 視察経過

新潟県議会を訪問し、調査事項について、福祉保健部健康づくり支援課及び総務部人事課健康管理室から説明を受けた後、質疑応答を行った。

2. 説明内容

(1) 健康にいがた21に基づく健康づくり

新潟県では、「健康にいがた21」に基づき、県民の健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目指し、生活習慣病の予防、生活習慣の改善、ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりを推進している。

健康づくりにおいては、乳幼児期、学齢期、青年期、壮年期、高齢期といった各ライフステージに応じた課題を捉えるとともに、将来の健康状態にも影響を及ぼす若い世代からの取組を重視している。生活習慣病の予防や健康的な生活習慣の定着に向け、早い段階から正しい知識を持ち、主体的に健康管理を行うことを促している。

また、女性の健康については、思春期、妊娠・出産期、更年期、高齢期など、ライフステージごとに異なる健康課題があることから、生涯を通じた切れ目のない支援を行うこととしている。月経、妊娠・出産、不妊、更年期症状、骨粗鬆症など、女性特有又は女性に多い健康課題について、正しい理解を促進するとともに、相談しやすい環境づくりを進めている。

(2) プレコンセプションケアの考え方

プレコンセプションケアとは、若い世代が性や健康に関する正しい知識を持ち、将来の妊娠・出産を含めたライフプランを考えながら、自らの健康管理を行うことを促す取組である。

この取組は、妊娠を希望する女性だけを対象とするものではなく、若い世代を中心に、男女を問わず、将来の健康や生活設計について考える機会を提供するものである。新潟県では、プレコンセプションケアを少子化対策としてのみ捉えるのではなく、一人ひとりが自分自身の健康を守り、望むライフプランを実現するための健康支援として位置付けている。

また、やせや肥満、喫煙、飲酒、睡眠不足、運動不足など、若い世代の生活習慣は、本人の将来の健康だけでなく、妊娠・出産や次世代の健康にも影響を及ぼす可能性がある。そのため、若年期から健康に関する正しい知識の普及啓発を行っている。

(3) 女性の健康課題への対応

新潟県では、女性の健康づくりの一環として、若年女性のやせ、月経に関する悩み、子宮頸がん・乳がん、骨粗鬆症、不妊や妊娠・出産に関する相談など、ライフステージごとの課題に対応した取組を進めている。

若い世代における過度なやせは、将来的な骨量の低下や妊娠・出産時のリスクにつながる可能

性があることから、正しい栄養摂取や適正体重に関する啓発を行っている。また、骨粗鬆症については、高齢期の骨折や要介護状態につながるおそれがあることから、若年期からの生活習慣や骨量形成について周知している。

さらに、子宮頸がんや乳がんなどについては、検診受診や早期発見に関する周知を行うとともに、若い世代が自分の身体について理解し、必要な相談や受診につながるよう情報提供を行っている。

(4) 相談支援・普及啓発の取組

新潟県では、助産師による相談事業や不妊相談、講演会、企業向けセミナー等を実施し、県民が性や健康について相談しやすい環境づくりを進めている。

相談支援では、妊娠・出産に関することだけでなく、月経や体調、将来のライフプラン、不妊に関する悩みなど、幅広い相談に対応することとしている。専門職による相談体制を整えることで、県民が適切な支援につながるよう取り組んでいる。

また、若い世代に情報を届けるため、民間企業との連携により、女性向け健康管理支援アプリを活用した情報発信を行うなど、対象者が日常的に利用する媒体を通じた普及啓発にも取り組んでいる。

さらに、企業向けセミナー等を通じて、職場における女性の健康課題への理解促進も図っている。月経、更年期、不妊治療などの健康課題は、働き方や職場環境とも関係するため、企業や事業所に対する情報提供を行っている。

(5) 関係機関との連携体制

新潟県では、プレコンセプションケアの推進に当たり、医療関係者、教育関係者、企業、市町村、関係団体等と連携した体制づくりを進めている。

推進会議を設置し、現状や課題を共有するとともに、若年層への周知、相談支援体制の充実、学校や職域における啓発のあり方などについて検討を行っている。県単独で取組を進めるのではなく、各分野の専門性や接点を生かし、県民に届きやすい形で施策を展開している。

学校や大学等の教育機関は若い世代に直接働きかける場として、職域は働く世代に対して健康づくりや女性の健康課題に関する理解を促す場として位置付けられている。また、市町村は住民に身近な相談窓口や保健事業を担うことから、県と市町村が役割分担しながら連携している。このように、県、医療、教育、企業、市町村が連携し、複数の場面で情報提供や相談支援を行うことにより、ライフコース全体を見据えた健康づくりを推進している。

(6) 健康経営・職域との連携

新潟県では、県民の健康づくりを進める上で、職域との連携も行っている。働く世代は、日中の多くの時間を職場で過ごすため、企業や事業所における健康づくりの取組を通じて、生活習慣の改善や健康意識の向上につなげている。

女性の健康づくりやプレコンセプションケアを推進する上でも、職場への情報提供を行っている。月経や更年期、不妊治療、妊娠・出産に関する健康課題は、就労継続やキャリア形成にも関わるため、管理職や同僚を含めた職場全体への理解促進を図っている。

新潟県では、企業向けセミナーや健康経営の推進を通じて、働く世代への啓発を行うとともに、企業が従業員の健康づくりに取り組みやすい環境づくりを進めている。

(7) 取組の特徴

新潟県では、プレコンセプションケアを若い世代への健康支援として位置付けるとともに、女性の健康づくりを思春期から高齢期までのライフステージ全体を通じた支援として捉えている。女性の健康課題は、本人の健康だけでなく、学業、就労、家庭生活、地域活動などにも関わるものである。そのため、保健医療分野に限らず、教育、労働、子育て、福祉など幅広い分野との連携を図りながら取組を進めている。

また、新潟県は広域自治体として、専門職、医療機関、教育機関、企業、市町村等をつなぐ役割を担っている。各機関の専門性や住民との接点を生かしながら、県全体での普及啓発や相談支援体制の構築を進めている。

このように、若い世代への健康支援と女性のライフステージ全体を見据えた健康づくりを一体的に進めることにより、県民一人ひとりが自らの健康や将来の生活を主体的に考えるきっかけづくりを行っている。

4. 主な質疑応答（概要）

(問) 県が策定し説明する計画となると、区とは異なり、幅広い内容を盛り込む必要があると感じた。こうした取組を、県内の各自治体に対してどのように展開しているのか。

また、県内では、食習慣や気候、地理的条件など地域ごとに特色が異なるが、県として計画をまとめる際には、どのような点に難しさがあるか。

(答) 県では、市町村の規模や体制の違いを踏まえ、情報交換会や研修会等を通じて、先進自治体の取組を他自治体へ横展開している。また、小規模自治体同士の情報共有にも配慮している。県内では、飲酒や米の摂取、海側・山側、豪雪地帯かどうかなどにより、地域ごとに生活環境や食習慣が異なる。そのため、県全体の計画としてまとめる際には、地域性を踏まえた記載が必要となる。一方で、記載し過ぎると地域によっては実態に合わず、記載が少なすぎると市町村の取組につなぐににくい点が課題である。

(問) プレコンセプションケアは、妊娠のための政策ではなく、思春期からの健康づくりとして周知していく必要がある。そのためには、自分の体を知ることが重要であるが、骨粗しょう症検診などを若い世代から実施している自治体はあるのか。

(答) 県内で骨粗しょう症検診を実施している自治体は4%程度であり、全国とおおむね同水準である。国の指針では40歳以上の女性を対象としているが、自治体によっては40

歳より前から案内するなど取組に差があるため、県では情報交換会等を通じて取組状況の共有を図っている。

(問) 学校教育の中では、プレコンセプションケアというと、性と生殖に関する内容など性教育的な要素が強くなると思う。そうではない部分の取り組みはあるのか。

(答) 教育関係者においても、プレコンセプションケアの具体的な内容については、まだ十分に理解が進んでいない状況である。現時点では性教育的な要素が強いが、県としては、ライフデザインなどの観点も含めた取組が必要であることを教育関係者に伝えている。

(問) プレコンサポーターについて、県として今後増やしていく方向で、自治体とどのように連携し、募集・養成を進めていくのか。

(答) 教育関係では養護教諭や栄養教諭に対し、教育委員会を通じて受講を働きかけている。企業関係では、経営者協会や商工会議所連合会、新潟健康経営推進企業などを通じて周知する予定である。また、看護職については、県看護協会の研修会等を通じ、アドバンスドのサポーターとして活動していただけるよう協力をお願いしている。

(問) プレコンセプションケアについて、男性は理解が及びにくい面がある。小中高・大学の教育の場では、男性も一緒に参加しているのか。また、学年やライフステージによって教える内容は異なるのか。自治体として教育分野にどの程度関与できるのかも含めて伺う。

(答) 教育の場面では、学習指導要領や文部科学省の「生命の安全教育」に基づき、男女がともに学ぶ機会が設けられている。学校によっては出前講座として産婦人科医や助産師を招き、年に1～2回、外部講師による授業を行っている例もある。その際も男女がともに学ぶ形とし、セクシュアリティに関する知識に加え、自分も相手も大切にするという人間関係の視点も含めた内容としている。新潟市では、8つの区のうち一つをモデル地区とし、助産師や大学の助産学の教員の協力を得て共通教材を開発し、授業の質の担保にも取り組んでいる。学年やライフステージごとの具体的な指導内容については、教育分野を所管する教育委員会が主体となって取り組んでおり、連携して進めている。

(問) 中野区でも一部の学校で性教育を実施しているが、講師の確保や講師料が課題となっている。プレコンサポーターのアドバンスドの仕組みは、外部講師を活用して展開できる可能性があると感じるが、講師料や県内の状況は。

(答) 講師料については予算確保が必要となるため、県としても今後の支援の在り方を検討していく課題と考えている。現在は、市町村が独自に予算措置を行い、母子保健事業や関連事業の中で実施している例が多い。既存事業にプレコンセプションケアの視点を加えながら、取組を広げていく動きも見られる。

(問) 性教育については、人権課題として取り組むことが重要であり、包括的性教育として進める必要があると考える。学習指導要領との関係で学校現場での取組に難しさもある中、包括的性教育の観点で、推進に向けた考えはあるか。また、セクシャル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツについて、今後どのように展開していく考えか。

(答) 包括的性教育の考え方は、プレコンセプションケアを進める上でも重要な視点と認識している。セクシャル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツについても計画に位置付けており、産む、産まないという判断を尊重する考え方を反映している。今後は、生殖に関する知識に加え、相手の性や人権を尊重し、お互いを大切にする視点も含めて、健康教育の中で普及を進めていく。

(問) 中野区でも健康経営を目指しており、女性管理職を増やす観点から女性活躍推進PTも設置しているが、なかなか進んでいない。女性の健康に関する計画を作成する前に、どのような取組を行ったのか。また、苦労した点があれば伺う。

(答) 特定事業主行動計画等に基づき、職員アンケートにより現状を把握しながら取組を進めている。計画は、知事部局、人事委員会、企業局、病院局など関係部局と連携して作成している。形式的にワーキンググループのようなものを設けているわけではないが、各組織の状況を踏まえ、関係部局間で協議しながら策定している。

(問) 市町村ごとの取組状況の差はどの程度あり、県としてどのように支援していくのか。

(答) プレコンセプションケアに関する市町村への説明や取組状況の把握は、今後さらに進めていく段階である。市町村によって取組状況には差があり、燕市のように比較的取組が進んでいる自治体がある一方、所管部署をどこにするか検討している自治体もある。プレコンセプションケアは、子ども家庭、保健、男女共同参画、教育委員会など複数の分野に関わるため、県としても関係課との調整を行いながら計画を策定してきた。今後は、市町村の状況を把握しながら、取組を進めやすい形で情報提供や支援を行っていく。

(問) 若い世代にプレコンセプションケアを理解してもらい、自分のこととして考えてもらうことは難しい。資料では、ルナルナを活用した取組が紹介されており、若い世代にとって分かりやすい取組だと感じる。登録者数も増えているようだが、今後どのように展開していく考えか。

(答) ルナルナを活用した取組は、都道府県として先行して実施したものである。県が女性の健康に関するアプリを推進していることについては肯定的な反応も多く、今後は登録者の増加と情報発信により、プレコンセプションケアの認知度向上につなげていく。なお、出生率の向上を直接の目的とするのではなく、相談や健康管理、理解促進を目的としている。