

広報たかはる令和2年8月号 町長コラム「いっぺこっぺ高原」より

スマート・ウェルネス・シティ(SWC)に加盟しました

高原町は、今年2月21日にスマート・ウェルネス・シティ(SWC)に加盟しました。

SWCは平成21年に全国の8自治体で発足し、その後組織が拡大し現在は106市区町村で構成し、宮崎県では高原町を含む8市町が加盟しています。

SWCが創設された目的は、高齢化・人口減が進んでも、地域住民が、そこに暮らすことで健幸(身体面の健康だけでなく、人々が生きがいを感じ、安心安全で豊かな生活を送れること)になれるまちの実現を目指すことです。このことは、自治体の取り組みとしてはごく当たり前のことのように聞こえますが、自治体がどのような施策を講じていくのか、住民が自分の健康維持にどれだけ取り組んでいくのか等住民の健康づくりは全国の自治体にとって大きな課題となっています。SWCでは筑波大学を中心に健康医療データ分析し、根拠に基づく客観的評価を行い、加盟自治体で実践していくという取り組みを行っています。例えば加盟自治体のこれまでの成果として「運動と医療費」の関係や「介護認定率が低くなった」「後期高齢者一人あたり医療費が減少に転じた」などが挙げられています。

高原町ではこれからSWCが10年間かけて研究し成果を上げてきた内容を具体的に実践し、町をあげての健康づくりに取り組み健幸長寿社会の実現に取り組んでいきます。しかし、最も大事なことは町民の皆さんが自分自身で健康づくりにどれだけ取り組んでいくかということです。SWCでは住民の7割を占めると言われている健康づくり無関心層をいかに減らしていくかということを目指しています。

このコラムを読んでいただいた方はお気づきだと思いますが、SWCでは「健康」という字は使いません。「健幸」と書きます。健康と幸福の造語で「健やかな毎日を送ることが幸せにつながる」という意味です。生活習慣、食事、運動、特定健診、人間ドック等イヤと言うほど聞かされている言葉かも知れませんが、一人一人が健康で過ごすことが幸せにつながるし、家族や周りの人も幸せにすることになります。SWC加盟自治体では成果が出るまで数年掛かっています。長期的な取り組みになりますが、町では様々な事業を計画していきます。町民の皆さんの積極的な参加をお願いします。