

平成26年度 民生福祉常任委員会行政視察報告書

1. 視察日程

平成26年11月11日（火）から 11月13日（木）まで

2. 視察先及び視察内容

(1) 埼玉県富士見市

介護予防事業について

(2) 新潟県妙高市

市総合体育館の建設計画から運営までについて

3. 参加者

委員長 佐賀英生

副委員長 菊池光弘

委員 工藤孝夫 斉藤孝昭 半田義秋

大瀧次男 富岡修 上路徳昭

白井二郎

4. 視察内容

◎埼玉県富士見市（11月11日（火））

【市の概要】

富士見市は、埼玉県の南東部にある人口約10万9,000人の市で、東武東上線と関越自動車道、国道254号（川越街道）が南北方向に、国道463号（浦和所沢バイパス）が東西方向に貫通している。市域の北東側には荒川をはじめ複数の川が流れる低地で水田が広がり、南西側は東武東上線沿線から発達した市街地を形成し、自然が多く残る首都圏のベッドタウンである。

【調査事項】

介護予防事業について

説明者・・・富士見市健康増進センター長

久米原 明彦

富士見市健康増進センター副所長

望月 多恵

富士見市議会事務局主幹

下田 恭裕

【概要】

《一次予防事業の“生い立ち”》

第1ステージ

昭和53年、健康増進センターでは、国のパイロット事業として機能訓練事業を開始し、理学療法士、作業療法士参加による教室事業運営スタイルを確立する。また、公民館では、昭和51年より高齢者の生涯教育の場として高齢者学級を開始し、「加齢」という問題に向きあう学習が始まっており、さらに、社会福祉協議会では昭和60年代にボランティア育成支援として町内会とタイアップした「高齢

者ふれあいサロン」づくりの支援を本格的に開始するなど、各部門ごとに高齢者に対する取り組みを始める。

第2ステージ

昭和60年、リハビリのために機能訓練教室に通っていた市民が集まり、仲間をつくり、自分の健康づくりの方法を学び、続けていくための自主グループを誕生させる。それまで各部門ごとに、それぞれ行ってきた取り組みに横のつながりが必要なのではという機運が高まり、平成10年、公民館の敷地内に介護予防施設を開設、翌11年には、公民館、社会福祉協議会、健康増進センターの保健師らが連携し、町内会・老人会・地域のボランティア等の市民と一体となり、①障がい、疾病の予防と健康づくり ②老化と共存した自己実現活動 ③自治と支えあいによる地域づくりを目的として介護予防推進モデル事業を展開する。

第3ステージ

各種の介護予防推進事業を展開するにつれて、高齢者の仲間・居場所づくりとこれを支えるボランティアの養成は確立されたが、一方の平成14年から開始した健康増進センターの各種介護予防教室には、自主グループ支援やそのネットワークづくりをサポートすることにより健康づくりをメインとし、地域との関わりは薄いという課題があり、両者を融合しより良い事業展開をするために、地域包括支援センター、社会福祉協議会、公民館、健康増進センターで構成される介護予防検討会を定期的を開催し連携を強めるようになった。

第4ステージ

平成18年、高齢者の心身の健康づくり、仲間づくり、居場所づくりを融合した介護予防事業を推進するために「ふじみパワーアップ体操」を考案し、この体操を広めるためのボランティアを養成し、地域に体操クラブを増やしていく普及事業に努めている。しかし、自分自身のライフスタイルに関心が高く、地域につながりを求めない、サービスを消費することに慣れていて受け身であることなど、多様化する高齢者世代に対し解決しなければならない新たな課題もある。



《健康増進センターの取り組みと考え方》

- 普及啓発を中心に教室をおき、教室は自主グループづくりを目的にプログラム立てする
 - ・運動メニューは継続しやすいもの。
 - ・参加者が交流しやすい工夫。（プログラム内容、開催期間）
- 「自分の健康づくり」を共通の目的に持つ【目的志向型】グループの育成。
- 地域と協働で、地域のための体操クラブをつくっていく。（体操ボランティアの育成）

- ・町内会や自治会などに働きかける。（依頼された健康講座等を活用）
 - ・町内会等が会場と参加者を用意し、職員が出向いてプログラムを実施。
- 「地域のつながり強化と健康づくり」を目的とした【地域志向型】グループの育成。

《ふじみパワーアップ体操普及事業について》

先駆自治体である荒川区と首都大学東京の山田准教授の協力のもと健康長寿と関連の高い歩行速度等を維持するために効果的な「ふじみパワーアップ体操」を考案。この体操と介護予防の基礎を学んだ市民リーダーを養成し、幅広い機能レベルにある地域の高齢者が誰でも気軽に参加しやすい地域体操クラブを運営することにより、健康づくり、仲間づくり、居場所づくりという介護予防効果が高まり、富士見市が目指す介護予防のまちづくりの基礎となっている。

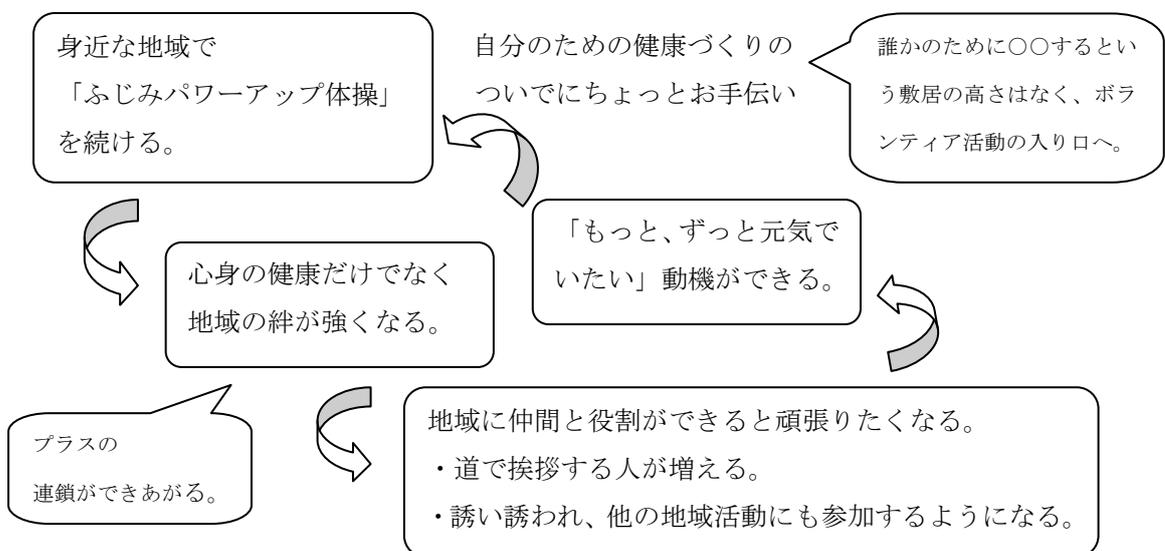
○「ふじみパワーアップ体操」の効果 ～①身体機能の維持、向上～
体操を週1回、13週間継続した効果

	養成開始時	養成終了時
握力 (kg)	24.9	25.8
片足立ち (秒)	22.5	30.5
F/R (cm) ※1	31.4	31.5
長座位前屈 (cm)	36.7	39.2
TUG (秒) ※2	5.9	5.3

※1：ファンクショナルリーチ ※2：タイムアップ・アンド・ゴー

平成20～24年度のリーダー養成講座参加者98名の評価値の平均。
全ての種目で機能向上がみられた。

○「ふじみパワーアップ体操」の効果 ～②役割の創出と地域の活性化～



《 “市民との協働による、誰でも・いつでも・どこでも・参加できる介護予防のまちづくり” とは》

“市民との協働による、誰でも・いつでも・どこでも・参加できる介護予防のまちづくり”の要になるのは市民の主体的な介護予防活動であり、それは地域の資源である。さまざまな連携や事業を通じ、

- ①市民が主体となる地域資源の種類、数がふえる。
 - ②資源どうしがバラバラに存在するのではなく、つながり合える。
- 上記を実現できるように支援し、「健康づくり」を軸とした地域の活性化を目指すこと。

○地域の資源～①ふじみパワーアップ体操

8年間のクラブ数、リーダー数、参加者数の推移

	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26
クラブ数	2	6	10	13	17	18	21	27	30
リーダー数	25	51	63	79	97	104	111	185	240
参加者数	69	181	281	464	586	712	806	972	937

○地域の資源～②各種介護予防自主グループ

平成26年11月現在

活動内容	クラブ数	参加者数
自主リハビリ	7	50
認知症予防	5	118
腰痛ひざ痛予防	4	58
持久力向上	2	32
尿モレ防止	6	47
転倒予防	1	90
口腔機能向上	3	26
その他	2	35
合計	30	456



○地域の資源～③ふれあいサロン（高齢者サロン）

現在：47サロン 目標：町内会（55町内会）ごとに1サロン

運営する人：サロンサポーター＝ボランティア

参加する人：地域の高齢者

活動頻度：月に1～4回

活動内容：茶話会を核に季節のイベント、レクリエーションなど

公民館、健康増進センターも支援。

運営主体

有志の個人（民生委員やOBが多い）、
地区社協、町内会など

支援体制：社会福協議会が中心となっている。

- ・補助金
- ・サロンの立ち上げ支援
- ・サロンサポーターの研修など

【主な質疑】

Q 富士見市の高齢化率について。

A 首都圏のベッドタウンということで若年層の人口も年々増えているが、高齢化率は約25%と埼玉県の平均とほぼ同じである。

Q 地域や町内で民生委員や老人クラブもなり手が少なくなっている中でのリーダーの育成方法について。

A ボランティアという意識が強いと感じているが、なかなかリーダーの育成は難しいと思われる。介護予防自体を自分のことと捉えていただき、自覚と自主性を大事にしている。パワーアップ体操を始めてからの8年間で、リーダー数、自主クラブ数、参加者数は年々増えている。

Q 自主クラブへの補助金等の金銭的支援について。

A 補助金等の支援はない。会場となる公民館等の利用料は申請により免除している。

Q 各クラブの定員について。

定員はないが、椅子を使用しての体操となるので、公民館等の会場の広さによって人数制限は出てくる。会場によっては、入りきれなかった参加者のために2部制にしているところもある。

Q リーダーの資格取得方法について。

A リーダー養成講座に8回中6回以上出席することで資格を与えている。

Q 地域の民生委員や保健協力員等との連携について。

A 自主クラブについては、民生委員等とのつながりはなく独立したカテゴリーである。各クラブのリーダーや参加者に民生委員の方もいるが、あくまでも自分自身の健康、介護予防のために活動をしているのであり、民生委員だからというボランティア意識での活動ではない。

Q パワーアップ体操の普及による成果と今後の課題について。

A パワーアップ体操を継続して行うことによる個人の身体機能に関するデータは計測したことがあるが、介護認定者数の変化や医療費の推移などについてはまだ調査はしていない。今後の課題としては、クラブ数、参加者数が増え続けた場合には、公民館等の活動場所の確保が難しくなる。体育館が今年の豪雪の影響で屋根が崩落し使用できなくなったため、収容人数の大きな会場の確保が困難である。

【委員の所感】

- ・ 総体的にボランティア的な参加が多い様に感じられる。また、各リーダーが独自とはいえ積極的に参加していることが素晴らしい。願わくば、効果を検証していればより分かりやすかった。今後、当市が導入するとすれば検証結果が必要になると思う。まずは、参加させること、参加してもらうことが大切だと思う。
- ・ 富士見市では「市民との協働による、誰でも・いつでも・どこでも・参加でき

る介護予防のまちづくり」をコンセプトに、一次予防事業に力を入れている。その中でも「パワーアップ体操」は、”誰かのために“という目標を立て、自分のためだけでなく人のために何かできないかと市民を巻き込んでいるところが素晴らしいと思う。当市においても、一次予防事業として取り組むべきだと思う。

- ・ 介護予防のために、自分達が考え要求する体操から始めたことが自覚を高め、自主性を発揮し事業として推進している。机上のプランではない努力を評価したい。
- ・ 介護予防については行政が主導することも必要だが、社協や住民ボランティアの育成が急務であると感じた。定年後の健康な市民が余暇を利用してボランティアとして活動できるかがポイントで実情は厳しいと思う。健康維持を運動や労働（田や畑仕事）という趣味的な感覚で実行できるような取り組みが重要だと思う。
- ・ 「パワーアップ体操」は確かに健康増進につながると思うが、それには場所とリーダー的な人材の育成が必要であり、それが大変だと思う。青森県にもさまざまなリズム体操があるので、それを参考にできないか。ふれあいサロンも、自宅に引きこもりがちな高齢者の交流の場として認知症の予防には良いと思うが、やはり場所の確保が問題であろう。
- ・ 高齢者が元気になって、これからの高齢化社会を支えることを目的に、町内会、自治会、各種団体が積極的に参加し介護予防事業、特に「ふじみパワーアップ体操」に取り組んでいるのがわかった。
- ・ 「パワーアップ体操」を広めることで多くの市民への健康増進と介護予防につながっているのがわかった。課題として会場が狭く、参加できない市民がいるとのことだった。当市でも、今後、月1回でも体育館やドームを利用してより多くの市民が参加できるような事業ができればと期待する。
- ・ 老化曲線を緩やかにすることを目標とした「体操」という共通した運動をきっかけにさまざまな交流、連携が生まれている。共通した「体操」をむつ市に応用するのであれば「田名部おしまこ」や「下北小唄」をアレンジしても良いのではないか。
- ・ 「自分は介護を受けない、必要ない・・・」と思っている方が結構多いと思うが、明日何があるのか誰にもわからない。むつ市にも「介護状態にならないようにするための体力づくり」が必要だと思う。何事においても身体は資本であり、市民との協働作業で模索し「下北体操」なるものを確立していかなければならない時期にきているものと思われる。

◎新潟県妙高市（11月12日（水））

【市の概要】

妙高市は、新潟県南西部に位置し長野県と接している人口約3万4,000人の市で、平成17年4月1日に新井市が妙高高原町及び妙高村を編入し、即日改称して妙高市となった。国内有数の豪雪地帯であり、豪雪地帯対策特別措置法において特別豪雪地帯に指定されている。JR信越本線、上信越自動車道、国道18号が市域を貫通す

るなど交通基盤は整備されており、上信越高原国立公園に含まれる妙高山周辺は温泉やスキー場など自然豊かな観光資源を持っている。

【調査事項】

市総合体育館の建設計画から運営までについて

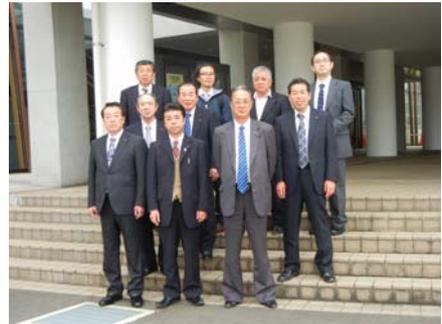
説明者・・・妙高市教育委員会生涯学習課長	山 本 毅
妙高市教育委員会生涯学習課	
スポーツ振興室スポーツ振興係長	小 林 英 彦
妙高市議会事務局庶務係主事	西 山 祐 貴
NPO法人スポーツクラブ あらい事務局長	蟹 澤 宏 光

【概要】

《市総合体育館の建設計画の背景と経緯》

合併前の旧新井市の中心部にあった市民体育館と児童体育館は築 40 年余りが経過し、多くの市民から早急な建て替えが望まれ、平成 8 年から建設基金を創設し、平成 10 年には基本プランを作成するも、道の駅建設事業や市街地活性化事業など大型事業と重なり財政的な問題があったため着手には至らなかった。その後合併を経て、平成 21 年に整備基本方針案を策定し、平成 23 年 8 月から本体工事に着手、平成 25 年 7 月 8 日開設となった。

建設に当たっては、市民意見を反映した施設とするため、スポーツ関係団体の代表等で構成された「妙高市スポーツ振興審議会」での検討を経て、スポーツを「する」「みる」「支える」の 3 つの観点から、市民の生涯スポーツの拠点となる施設として建設することとした。



《事業概要》

①事業年度：平成 21 年度～平成 26 年度

(本体工事期間 平成 23 年 8 月 4 日～平成 25 年 3 月 15 日)

②開設年月日：平成 25 年 7 月 8 日

③全体事業費：2,212,617 千円

(本体工事、基本実施計画、工事監理、周辺環境整備、備品購入等)

④本体工事費：1,755,810 千円

(建築 1,379,385 千円、電気 191,625 千円、機械 184,800 千円)

⑤主体構造：鉄筋コンクリート造、鉄骨造（アリーナ屋根架構）

⑥面積：敷地 35,422.68 m² 建築 2,877.26 m² 延床 6,236.13 m²

⑦階数：地下 1 階、地上 4 階（高さ 24.437m）

⑧付帯設備：駐車場 123 台、駐輪場 50 台、園路（ランニングコース）、植栽、芝生広場

《各階設備》

4階	武道場（柔道場、剣道場を各1面ずつをレイアウト）
3階	会議室（3）
2階	固定観覧席544席（うち車いす用10席）、トレーニングルーム、健康・体力測定室、ランニングコース（1周約170m）、クールダウンコーナー
1階	アリーナ（公式バスケットボールコート2面、公式バレーボールの高さ12.5mを確保）、研修室（3）、更衣室、健康・体力相談室、救護室、キッズルーム、器具庫、事務室、災害備蓄倉庫
地下1階	ポンプ室、受変電室、非常用発電室
特徴	<p>①環境負荷の軽減に配慮した設備の導入 →太陽光発電、雨水再利用、自然採光、自然換気、全館LED照明の採用</p> <p>②地場産木材の積極的な利用</p> <p>③耐雪式屋根（積雪荷重3.5m）、雪庇防止用融雪装置の設置</p> <p>④災害時における拠点避難所としての活用を前提に整備</p>

《施設の運営方法》

「NPO法人スポーツクラブあらい」への指定管理による運営。

【主な質疑】

Q 建設費用の財源（活用した交付金、補助金等）について。

A 全体事業費・・・2,212,617千円（うち本体工事費 1,755,810千円）

【活用した補助金等の内訳】 （ ）内は本体工事分の再掲

- ①合併推進体制整備費補助金（総務省） 26,438千円（ 0千円）
- ②民生安定助成事業（防衛省） 341,779千円（341,779千円）
- ③合併特例債 1,342,200千円（995,600千円）
- ④体育・文化施設建設基金 421,603千円（366,000千円）
- ⑤一般財源 80,597千円（ 52,431千円）

Q サブアリーナではなく武道場を設けた理由について。

A サブアリーナについては、建ぺい率の問題もあり、隣接する新井小学校体育館・新井高校体育館など、周辺施設を活用することで機能分担を図ることができることから、サブアリーナは設けないこととした。武道場については、既存施設にも設置されており、スポーツ団体からの要望や利用頻度も高いことから整備した。

Q 市民合意のために実施した説明会やパブリック・コメントの募集の時期及び回数について。

A ①平成21年12月7日～平成22年1月5日
整備基本方針案のパブリック・コメント

(意見数 11 件…アリーナ面積の確保、備品要望、照度の確保など)

②平成 21 年 12 月 2 日、12 月 14 日、12 月 21 日

整備基本方針案のスポーツ振興審議会への説明会

③平成 22 年 1 月 8 日

スポーツ振興審議会からの市への答申

④平成 22 年 12 月 6 日～平成 23 年 1 月 4 日

工事基本設計案のパブリック・コメント (意見なし)

⑤平成 22 年 12 月 20 日

工事基本設計案のスポーツ団体への説明会

⑥平成 22 年 12 月 21 日

工事基本設計案のスポーツ振興審議会への説明会

⑦平成 22 年 12 月 22 日

工事基本設計案の地域住民への説明会

⑧平成 23 年 2 月 24 日

建築基準法第 48 条に伴う公聴会

⑨平成 23 年 8 月 30 日

妙高市総合体育館新築工事説明会 (業者決定を受けて)

⑩平成 24 年 5 月 22 日

体育館周辺の園路整備及び屋外環境整備工事説明会

Q 災害時の拠点対策について。

A ①地域の拠点避難所施設として計画し、次の施設、設備を整備

- ・ 備蓄倉庫 (1,000 人×3 日分の飲料水等を確保)
- ・ 自家発電設備 (初動時運転可能時間 72 時間)
- ・ 会議室のカーペット化

②収容予定人員は 980 人程度

- ・ アリーナ (約 1,320 m²) 一般市民 660 人 (2 m²換算)
- ・ 諸室棟 (約 970 m²) 福祉対応 320 人 (3 m²換算)

Q 2020 年の東京オリンピックの合宿地に立候補しているのか。

A 新潟県と連携し誘致に取り組んで行く予定である。

Q 駐車場を 123 台分とした基準について。

A 当初は 200 台を予定していたが芝生広場の拡張の要望もあり縮小された。大きな大会の際には隣接する学校や文化センターなど周辺の駐車場を借りて対応する。

Q 「NPO 法人スポーツクラブあらい」との指定管理の内容について。

A 契約期間は 4 年間で、年間管理費は 2,610 万円である。(人件費、光熱費等含む)

【委員の所感】

- ・ 総工費 22 億 1 千万円程度で、地下 1 階地上 4 階の避難施設も備えた体育館で、

とても有効活用できる良い施設だと思う。当市においては、早急に対応しなければならぬ課題だが、計画から着工まで数年を要するので、建設を予定している三沢市を始め近隣の施設をみて比較検討したい。

- 22億円で建設された市総合体育館だが、もっとお金がかかっているように思われた。太陽光発電、雨水再利用、自然採光、自然換気、全館LED照明の採用など環境負荷の軽減に配慮した設備の導入は素晴らしい。
- 人口と対比して大規模で驚いた。補助金の5分の4が合併特例債と防衛関係費であるものの、①地場産木材の利活用、②太陽光発電、③雨水再利用、④自然採光、⑤自然換気、⑥全館LED照明の採用など、建物が全体的に自然環境に配慮している点については、今後、むつ市体育館の建設にあたり必ず参考にすべきものとする。
- 体育館の建設については財源の確保が重要で、妙高市では建設のため基金を積み立てていた。さらに主な財源は合併特例債であり、この財源については財政の将来への見通しや負担について慎重に対応する必要があると感じた。
- 総工費22億円としては立派な施設だと思う。ランニングコースを設けたことは雪国としては良いアイデアだと思うのでむつ市も習いたい。ただ、当市は今後、多く財源を有する大型事業を抱えているため、施設建設の優先度と財源の確保について検討を要すると思う。
- 今後は各種の実業団やプロリーグの大会等の誘致活動を展開する予定とのことで、テレビ中継等も視野に入れてLED照明の照度を確保するなど、多くの工夫を凝らしている。大会を誘致することにより交流人口が増えるものと期待している。
- これだけの広さを持った体育館が約22億円で建設されていること、2,600万円という指定管理料の安さに驚かされた。むつ市でもいろいろな方面から計画的に進めていけば市民待望の体育館ができるのではないかと期待している。
- 平成25年7月の開設後、トレーニングルームの利用が予想を上回りマシーンが足りない状況とのことだが、民間ジムとの競合もあり対応に苦慮しているとのこと。むつ市においては、既存の克雪ドームとの差別化も必要と思われるので、トレーニングルームではない機能的な空間利用も検討すべきと思われる。プロリーグの誘致はむつ市でも行うべきである。
- 私のこれまでの独自解釈では、体育館建設には概ね30億円が必要だろうと思っていたので、事業総額22億円と聞き驚きを抑えられなかった。事業総額が抑えられた大きな要因としては、①建設地は市有地である（土地購入費がない）。②近隣に市民文化センターがある（駐車場を併用できる）等の条件が揃っていたことが挙げられると思う。これからの子どもたちの育成、各クラブ・サークル活動、高齢者の健康づくりや能力向上のためには体育館は必要な施設であり、早い時期



での実現を希望する。

上記のとおり視察報告いたします。

平成26年12月5日

むつ市議会議長 山本留義様

民生福祉常任委員会

委員長 佐賀英生