

# スマートヘルシ倶楽部 (2015-2017)

## ～人もまちも健やかとなる環境づくり～

大学・行政・医療機関が連携し、セルフ・アクティブ・ヘルスの活動支援のプラットフォームの形成ならびに、健康まちづくりを推進し、地域の健やかな未来をデザインします。



みんなで健康ウォーク

### 活動の概要

目的	長寿社会において、人々が健やかで心豊かに過ごせる環境づくりのために、健康維持・生活習慣病予防を中心としたセルフ・アクティブ・ヘルスを支援する社会システム、健康都市をデザインする。
連携メンバーおよび役割	国立研究開発法人国立循環器病研究センター（予防部）…生活習慣病予防等の健康づくりに関する医療情報を提供、本プログラムの枠組みの構築、評価指標の選択に医師として助言 摂津市…本プログラム参加者の募集、体組成・血圧などの計測協力および場所の提供、食事指導コンテンツの提供 ICTベンダー／健康機器メーカー…ウェブベースの支援システムの構築、センシング技術の開発 関西大学環境都市工学部准教授 尾崎平／同学部教授 盛岡通／同学部准教授 檀寛成 …スマートヘルシ倶楽部のデザイン・運営、ICT活用型の運動習慣支援システムの基礎的枠組みの構築、運動効果の計測・評価、都市内環境の計測・評価、健康まちづくりへの展開
活動地域	大阪府摂津市、大阪府吹田市
活動期間	2014年～（継続中）

### 連携の経緯

吹田市と摂津市は、2018年度に予定されている国立循環器病研究センター（以下、国循）および吹田市民病院の吹田操車場跡地への移転建替を控え、「健康・医療のまちづくり」を進めている。また、大阪府をはじめとする関係機関の協力を得ながら、国循を中心とした国際級の複合医療産業拠点（医療クラスター）の実現を目指すため、関西大学と国循、吹田市、摂津市が相互に包括連携協定を締結し、健康・医療のまちづくりをはじめとした共通の課題に取り組むこととなった。



ウォーキングルートに関するワークショップ

公開シンポジウム

### 解決すべき課題

- (1) 運動習慣や食習慣の改善などに積極的かつ継続的に取り組むことにより生活習慣病の予防を図り、発症や重症化を予防していくこと
- (2) 人もまちも健やかとなる社会システム、健康都市を形成すること

### 大学の役割

吹田市と摂津市の両市にまたがる「北大阪健康医療都市（愛称：健都）」の開発区は、JR岸辺駅前の吹田操作場と下水処理施設の廃止後の跡地に、国循と吹田市民病院の2つの医療機関を核とした健康まち街区を開発する計画である。ヘルスケアサービスを含む複合業務ビルや介護と福祉の複合的なサービス施設を設置し、健康ひろばやウォーキング緑道等を組み合わせて、先進のウェルネス・タウンを目指している。

積極的な健康づくりを支えるためには、自ずと歩いて出かけたいような魅力のあるまちづくりと、運動を継続的にいき、習慣化を支援するシステムが必要であり、特に①活動を行う歩行空間や公園、緑道などの基盤的な空間、②歴史的資産、都市内の自然空間を活用したイベント（こと興し）等の実践による運動を始めるきっかけや習慣化するサービス、③活動を支援する人と参加する人といった「人」（ヒューマンリソース）が重要であると考えられる。

それらを踏まえ、関西大学と摂津市、国循は、市民の積極的な健康づくりを支えるための組織「スマートヘルシ倶楽部」の仕組みを構築した。「スマートヘルシ倶楽部」では、①参加者アンケートおよびワークショップの実施により、人々が健康ウォークを実践するために望むインフラを考察し、②健康の維持増進、生活習慣病予防を目的とした継続的なウォーキングを実践するための支援システムを構築、その効果の評価を行った。

これらの研究を基に、歩くことや外出を促し、住まいの近くの地域包括支援センターや保健所等が連携して健康づくりを推進することで、「健都」を拠点とし、地域住民の健康増進、介護予防や生活質の向上につながり、医療費の増加の抑制、健康保険や介護保険等の財政健全化につながることが期待されている。

### 成果

- (1) 参加者のウォーキング頻度、歩数の増加ならびに血圧改善、運動習慣の形成
- (2) 行動変容を促し、継続的なウォーキングを実践するための支援システムの構築

### 今後の展望

- (1) 地域の健康づくりの推進
- (2) 自治体、企業、NPOなどと連携して、健康維持・増進、介護予防を支援するシステムの構築、健康・医療まちづくりのための研究開発・社会実証等を行う拠点となる「スマートヘルシ倶楽部推進機構」の設立

### 研究者の紹介



環境都市工学部 教授  
盛岡 通  
(もりおか とおる)  
ヒトもまちも健やかとなる未来志向のまちづくり・社会システムを研究



環境都市工学部 准教授  
尾崎 平  
(おざき たいら)  
気候変動の適応策、都市の低炭素化、資源循環型社会の形成、歩いて楽しいまちづくりを研究。



環境都市工学部 准教授  
檀 寛成  
(だん ひろしげ)  
数理的な技法とコンピュータの力を用いて都市にみられるシステムの最適な状態を求め手法の開発・実装を行う。