**平成２７年度　第１回健康元気まちづくり戦略会議及び第４回百寿委員会全体会　議事録**

平成２７年５月２９日（金）午後２時～午後４時

会場：ふれあいかせだ　いにしへホール

**開会　ラジオ体操**

**市長あいさつ　（代理：南さつま市市民福祉部長　尾場瀬　仁）**

　委員の皆さまには、これまで１６のアクションプランについて検討していただき、今後実施を検討を続けていただきたい。

　また、南さつま市制施行１０周年に向けて、健康元気都市宣言をする予定です。

　来月には、ラジオ体操講習会を行う予定です。また新規事業として、いい湯だな～事業を行い、温泉利用補助券を36枚お配りしています。このほか、健康マイレージ事業や高齢者元気度アップも計画しております

　ひともまちも笑顔なまちづくり、本市独自の健康づくりをすすめていきたいので、今後ともご協力をよろしくお願いします。

**戦略会議委員長　吉田　先生**

本日は、本年度第１回目の合同会議で、平成２４年度に戦略会議を設置をしてから６回目の会議となります。

百寿委員会は100歳まで元気で長生きするための110人の委員で構成され、４つのワーキンググループに分かれています。南さつま全市民が元気で夢を持ってしっかり働き、産業を発展させ次世代を育てる１６のアクションプランが活動中です。

昨今では人口減少、市町村の存続・在り方について、独自の取り組みが進んでいる。南さつま市も、市外の方々が楽しむために来ていただく、交流人口や定住人口の増加のための取り組みを進めています。

その後押しとして１つ目に、行政に言われてするのではなく、　南さつまならではの「市民主体のまちづくり」「自発的な予防と助け合い」を進める必要があります。

２つめに、病気にならない予防、要介護にならない予防のための、支え合い、助け合い、からだだけでなく、こころのありかたを考える必要があります。

３つめには、身体の健康だけでなくその奥にある心に影響される。いのちの状況（生命力、治癒力、信念）が健康に影響する。これを健康にするとりくみが重要です。

全人的な健康を目指す活動はまだ多くないので、南さつま市の独自の取り組みということになります。市民がまるごと健康になり、脳血管疾患ワースト１の南さつま市が、いっきにベスト１になれるんじゃないかと期待しています。

**百寿委員会　食ワーキンググループ　グループ長　下西　様**

　昨年2月の設立全体会では、吉田先生からとても大きな目標が提示されました。

　どう取り組めばよいのか切り口がわからないと思っていたが、そう固くならずにと言われ、現在の１６の活動に取り組むことになりました。

　食ワーキンググループでは減塩・ラジオ体操・長命草の普及活動を通して、健康で長生きするために、どう進めていくかを検討しています。

　また、チャレンジデーでは校区でラジオ体操に取り組んだり、ウォーキングも取り入れてみたりしました。

　行動計画を実践するには、自治会・校区にどう訴えていくか、どう広めていくかが重要になってきます。

　私が住んでいる益山には元気づくり委員会があり、そのなかでもラジオ体操と長命草の普及ができないかを考えている。長命草を販売する六田農園も近くにある。今後は、学校や育成会をどう動かすか、またラジオ体操会の開催を自治会がどう担っていくのかを検討していきたい。最終的には、アクションプランをどう市民に定着させていくかが大きな課題です。

**百寿委員会の経過報告　（保健課健康増進係　福田）**

（省略）※資料を読み上げて報告

**アクションプランに関する意見**

**「夢百寿物語りづくり」**

吉田：南さつま市の香りや想いが感じられるものをセットにしたいというのは、とても良いアイデアだと思います。手作り小物やありがとうメッセージもいいが、子どもたちからのレターやビデオレターを添えられないでしょうか。南さつまに住んだことがある人には、思い出の場所の今の写真を同封したり。

谷口：県外の親戚には必ず新聞や市報を一緒に入れている。懐かしいし喜ばれますよ。

岩松：アイデアは大変素晴らしいと思います。ただし国の進める地方創生は競争になっている。いいアイデアを出したところにお金がおりてくる。
　ふるさと納税は、納税者が使い道を希望できる制度もあるので、ぜひ健康づくりや百寿に使ってほしいという希望があれば、アクションプランの活動に還元できるのではないでしょうか。

吉田：ふるさと納税の制度を利用して応援団を、市の外にいっぱいつくっていくことになりますので、とても良いことですね。

尾場瀬：「夢百寿物語り」とはネーミングが良い。こうした商品開発はネーミングがいのち。ほかに「黒潮物語り」とかいろんな物語があって、商品をセットにして、地勢等を活用しながら物販につなげていただければ。

吉田：ネーミングはとても良いですね。夢百寿物語りのなかに、黒潮物語、海道八景物語などなど、今後も検討をすすめていっていただきたいです。

**「野菜販売所マップ作り」について**

赤木：おもしろい活動で今後に期待しています。無人販売所といえば、売り手と買い手の交流というのは難しいですよね。うまく意見交流できる仲立ちができれば。双方向にかわっていくのではないでしょうか。

井上（事例発表者）：掲示板やちょっとしたお手紙、レシピなどがあるといいかな、と考えています。売っているおばさんの声が聞こえる売り場だと楽しい。

吉田：どこかの町では連絡ノートを置いていると聞いたことがあります。「きゅうりがほしい」などの意見を書くことで、生産者にフィードバックできる。

福元：南さつま市は合併して南北も東西も長い。集落もたくさんある。マップがあるとどこにあるのかわかるので、これは大事なことだろうと思います。あとはどう使うか。情報交換しあえば、あそこの販売所ではこんなものを売っている等々、生産者同士のコミュニケーションにもつながる。完成したマップを見ながら互いに特色や特徴を出してくるのではないでしょうか。

是枝：紙媒体だと更新できない。ウェブ上に公開すれば即時更新できる。市の内部でも横断的なつながりと情報共有をし、購入促進につなげたい。

**「おいしく減塩大作戦」**

尾場瀬：高血圧対策として作戦を実施したいとのこと。南さつまの郷土料理は多種多様、郷土料理の普及も作戦のひとつに取り入れてほしい。S-1グランプリや船人めしのように、本市も代表となる郷土料理が出てくれば良い。

吉田：南さつまは脳卒中でなくなる方が多い。料理は塩分が多く、野菜の摂取量は少ない。
　ネーミングとして塩分を減らすのではなく、野菜を多くとる「みなみさつま塩⇔野菜トレード作戦」はどうか。

谷口（食改）：食改では「おだしをしっかりとろう」という方針で活動しています。塩分が少なくてもおいしく食べられる。ただし、お野菜は生では食べにくいので、「温野菜で摂ろう」とか「生でもおいしく食べる」方法を模索しています。

吉田：塩分を減らす、野菜を食べる、おいしくたべるためのネーミングを考えてほしい。

**「人材バンク」**

福元：　過疎化、少子高齢化激しい、小学校の児童数が最多時にくらべて20分の1に減っている学校もある。今後は元気な高齢者に活躍してもらう必要がある。伝統伝承・昔遊び以上に、郷土の歴史や芸能を伝える人が少ない。太鼓踊りはなくなったところもある。こどもたちは集落の歴史、村・町の歴史、ひいおじいさんの名前は知らない。
　いにしへの道、日新公の教えは心の健康。いろは歌、丸木崎、海道八景をみると、憂鬱の雲が晴れてみんなにこにこして帰る。郷土を知った人たちが連れて行くことで、こころの健康につなげられるのでは？

吉田：いにしへの道は人材バンクに一番に入れてほしいと思っていました。伝えること、子どもに伝え発信していくことで、市外から学びに来られる南さつま市になれる

**「長命草の普及活動」**

宮迫：今は梅、びわの時期。南さつまはつわ、わらびなど薬草だらけの中で暮らしている。
私は、機会に恵まれ薬草教室で薬草に関する勉強をしてきた。他市では薬草を事業化したとも聞く。薬草茶の種類もいっぱい売り出されている。南さつま市は宝庫なのに、つわ、わらび、たけのこ、次の世代に伝える努力をしているだろうか。
　個人的には、娘たちに梅のつけ方などを伝えている。大坂のサロンではみそやちまきのつくりかたを教えている。薬草料理も取り入れた料理教室を開催していく。毒草も含め知る必要がある。
　行事食を伝えられる世代がぎりぎりの年齢になっている。郷土が伝承してきた料理。もうあと１０年もすると食べられない料理が出てくる。

吉田：新たなプランをつくり、食や宝で取り組めないか。是非とも取り組んでほしい。市の方もフォローをしてほしい。

是枝：実行する年度として取り組んでいただきたい。協力はできる。脳卒中予防プロジェクトのモデル地区で発酵食品や薬草の普及事業に組み入れてはどうか。

**健康元気都市宣言案について　是枝課長**

昨年からアクションプランをすすめていくなかで、一番効果が出ているのは、保健課の職員の成長につながっていることではないか、と感じている。

11月7日の市政施行10周年記念式典はかせだドームで行われる予定です。文面についてご意見をいただきたい。

また、宣言の仕方として、11月7日生まれの市民や、10歳の児童、10周年に関係するひとに宣言をしてもらいたい。アクションプランのなかでご意見をいただきたい。

吉田：よその町にない南さつまの優位性として、こころとからだも健康であろうという取り組みが独自性をもっている。自信を持って進めていただきたい。