

佐藤浩雄議員

◆佐藤浩雄委員 「健康にいがた 21 実行計画」の中で、運動が身体活動というのでしょうか、生活リズムを整えて運動習慣をつけるということで位置づけられて、重点項目の一つになっているみたいですが、例えば具体的に健康と運動習慣の関係には科学的に裏づけられたデータというものがあるのでしょうか。私も毎日のように歩いたり、ラジオ体操に行ったりしているのですが、一緒にやっている高齢の人が非常に若々しい感じがするのです。そういう人を見ていると運動というのは健康づくりに重要な役割を果たしているのではないかという感じがするのです。こういう長寿社会を迎えて、高齢者の健康づくりが大事だと考えると、その中で運動によって維持される体力といいますか、具体的にどのぐらいの運動をやったらどのぐらいの効果があるというようなデータはあるのでしょうか。

健康対策課長

◎健康対策課長 運動の継続による健康への好ましい影響という点につきましては、今、すぐにお示しできないほどに数多くのものが蓄積されてございます。

一例を紹介いたしますと、やはり継続的にウォーキング等の運動を行っている方は、そうでない方と比較して循環器系の疾患の数が少ないとか、あるいは健診データを比較したものがございませぬけれども、運動している方は善玉と呼ばれますHDLコレステロールが高いことが非常に数多くのデータで示されております。特に私どもは生涯を通じて健康のために運動を継続していくという側面でもとらえておりますが、比較的データとしてこれまで少なかったものは、高齢者の健康にどのような影響があるかという部分でございました。これに関しましても、ここ十数年来、非常に研究が進んできました。これは裏を返しますと、健康で運動を継続できる高齢者の方々が増えてきたということも示しておりますけれども、そういった方々のデータでも実証がされているところでございます。具体的な数字は、今すぐにこれということでお示しすることはできませんが、非常に数多くの科学的根拠を持ったものがあるということでございます。

佐藤浩雄議員

◆佐藤浩雄委員 ありがとうございます。

不勉強で分からないものですから、もしあったら私たちにも教えていただきたいと思っております。現実に見た感じでは若いし、運動の効果は間違いなくあると思うのです。私自身も歩いた前後の数値を図ってみたら、全然変わっていることが体験的にはあるのですが、そういうことを全県民の皆さんが体験して、運動へ参加するインセンティブとして、健康づくりやそういうところに目を向けた方がいいような気がするのです。もちろん運動には地域のリーダーが必要ですし、指導者が必要ですし、また家庭の協力も必要ですし、いろいろな要素があると思うのです。しかし、一人一人が効果を体験するといいますが、そういうインセンティブを与えるような具体的な数値を持って、運動に参加すればこういう効果がありますよということなどを示していただくことが、これからの健康づくりという意味でも効果があるのではないかという感じがするわけです。したがって、本日の資料の「『健康にいがた 21 実行計画』の改定について」の3ページにウォーキングの数値目標が年度ごとに出ていますが、やはり具体的な効果を示すことで、健康に貢献するということが一層理解されるのではないかと思います。

もう一つは、もしそういうことをやった場合、例えば病気の発生率とか、罹患(りかん)率、健康保険の費用の減少にどのぐらい貢献をしているのかということも計算できるのではないかという感じがするのです。だとすれば、そういうことなどを総合的に示していただければ、運動に取り組むファイトといいますが、意欲がわくのではないかと思うのですが、そういった取組についてはやっておられるのでしょうか。

健康対策課長

◎健康対策課長 御指摘の趣旨に関しては、私どもも全くそのとおりと認識してございます。しかし運動あるいは食べ物もそうなのですが、生活習慣が個人で相当違うという部分、あるいは個人でどのように影響するかということが千差万別(せんさばんべつ)であるという非常に難しい点がございまして、なかなかきちんと示せる状況には至っておりません。これは本県のみならず、全国各県でも同様の悩みを抱えているものと認識しております。

国では「健康日本 21」を策定いたしましたときに、幾つかの根拠を組み合わせるとこの程度というも

の示しておりますけれども、これを本県の指標として同様に用いていくことができるかどうか。今ほどの御指摘の趣旨を踏まえまして、次期「健康にいがた 21 実行計画」の改定に向けてさらなる検討を続けてまいりたいと思います。

佐藤浩雄議員

◆佐藤浩雄委員 今、合併して広くなってしまいましたが、昔の市町村単位で考えれば、一つのモデル地区を指定して、ウォーキングならウォーキングを地域を挙げて取り組んで、取組前後のデータを取ってみれば、例えば糖尿病や高血圧、心臓病などが減ったとすれば、そういうものを数値化して、一つの指標的なものが出るのではないかという感じがするわけです。それを新潟県民全部に当てはめるということは強引すぎるかもしれませんが、もしそういう理想的な形態があれば、それを目標にして、運動を通じた健康づくりをしようというようなファイトになるし、そういうことに行政自身がお金をかけても一向にかまわないと思うのです。胸を張ってお金をかけられると思うのです。やはりバックデータとして数字を示してもらって、それに基づいてウォーキング1日何千歩以上とか、あるいは運動参加率とか、そういう数字を示していただければ、もっと県民のスポーツに取り組む意欲が高まるのではないかという感じがするわけです。その辺、私は全く素人で分からないで聞いているのですから、恥ずかしいことを聞いていると思いますけれども、そういったところのデータを県民の皆様には知らせるのは大まかでもいいと思うのです。全国でそういう理想的なことをやっている市町村があっても効果があったというのであれば、そのデータをそのままらってきても悪いことではないと思うのです。数値目標も、それを活用して1日何千歩という歩数の目標値ばかりではなくて、いろいろな運動のデータが作られるのではないかと思うのですが、そういった取組をする決意はありませんか。

健康対策課長

◎健康対策課長 私どもも全県下まとめた目標値をとということがこれまでの課題でございました。今回、「健康にいがた 21 実行計画」の改定を行ったわけでございますので、今後は地域ごとに取り組んだ実績、こういったものを一つの事例として、例えばこの地域でこういうことをやった結果こういう変化が生じたといったことについては、積極的に情報提供を行ってまいりたいと考えております。

佐藤浩雄議員

◆佐藤浩雄委員 県民の健康はいちばん大事な基本的なところだと思いますし、そこに運動が大きな貢献をするとすれば、私はすごくいいことだと思います。最近、糖尿病が大きく言われていて、お医者さんがいろいろな指導をしているわけですから、防止のためにはむしろそういったことがとても大きな成果を上げるのではないかという感じがしますので、ぜひ、お願いしたいと思います。

それから児童生徒の体力についてですが、随分数値も上がってきていて、今年度は全国平均並みになるという分析のようですけれども、本日の資料の「学校における体力づくりの取組について」の2ページを見ると、「平成20年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果」が出ています。例えば、小学生は反復横とびなどでは、全国平均の何倍も高いような数字ですが、逆に中学生になると極端に下がるような感じです。全体的に中学生になると数値が下がっているということについて、皆さん方はどういう分析をされておられるのですか。小学生でこれだけの運動能力があるとすれば、同じ能力を維持していてもいいのではないかと単純に見ているのですが、例えば学校の指導体制、あるいは指導者の問題など、いろいろと考えられると思うのですが、同じ反復横とびであれば、小学校5年生の女子は55の数値までいっているわけですから、中学校2年生女子も55ぐらいの数値までいっているのではないかと思うのですが、この差の原因というものは何なのですか。

保健体育課長

◎保健体育課長 小学生の体力に比して中学生の体力の低下があるのではないかという御指摘でありますけれども、まず資料1ページのグラフ、小学生の体力並びに中学生の体力をごらんください。平成15年度から平成20年度までのTスコアの推移であります。平成15年度は小学校ですと全国平均の400に対しまして390を上回っております。ここがスタートでございます。中学校ですと、全国平均の400に対しましてスタートが約375というような状況でございます。中学校におきましてはスタート地点が低いという状況からの体力の向上でございますので、現在、資料に示しましたとおり、年々体力向上しておりますが、中学生につきましてはスタート地点が低かったゆえに、小学生と比べますとやや低くなるという状況ととらえております。

佐藤浩雄議員

◆佐藤浩雄委員 なるほど、スタート地点といいますか、発射台が低かったということですか。そこから今、努力中で、簡単に言えば追い上げの途中にあるという分析でいいのですか。

保健体育課長

◎保健体育課長 そのようにとらえていただきたいです。現在、小学校で成績が上がってきておりますので、その子供たちが中学校に進んで、引き続き同様に活動を続けることができれば、中学校もさらに、そして高校もというようにとらえております。

佐藤浩雄議員

◆佐藤浩雄委員 分かりました。運行指数みたいな感じになるのですね。やがては必ず追い越していくというように見ていければいいわけですね。

先ほど、若月委員も質問していましたが、学校で体育に親しむにはもちろん体育の先生も必要だと思うのですが、特に小学校を考えたら家庭との関係も非常に深い関係があるのではないかと。前に松川議員が一般質問で、朝食を食べないで来た子供の運動能力などについて、いろいろ指摘しましたよね。やはりそういうことからすると家庭生活における親の意識は、子供たちの体力向上というものに非常に関係するのではないかと。今の社会環境からして子供を取り巻く環境はよくなっているとは決して思えないのです。地域を回ってみると一人でご飯を食べている子供というのは、昔は考えられなかったのですが最近はいますよね。一人でテレビを観ながらご飯を食べている子供を見つけると、本当にかわいそうで声をかけてきますけれども、昔は家におじいちゃん、おばあちゃんがいて、そういうことはありませんでした。だから子供を取り巻いている環境は劇的に変わっていると見ているのですが、そういう中で学校で体力づくりをやって、いろいろなアンバランスさはもちろんあるのでしょうか。数字だけ見れば立派な成績です。松川議員は一生懸命に朝食と運動、体力づくりとの関係を盛んに言っていました、間違いなく関係はあるのでしょうか。あるとすればそのための親御さんへの働きかけというものはどのようにされているのかお伺いしたいと思います。

教育長

◎教育長 家庭に対する働きかけですが、主として給食を通じた食育での実践的な活動や学校保健の中で、家庭との連携も含めて取り組んでいるところであります。

佐藤浩雄議員

◆佐藤浩雄委員 頑張っていたきたいと思います。

それと、特に小学校の場合、先生がとても大変なような気がするのです。自分の小学生のころを考えると、先生は何をやってくれたかという、一緒に遊んでくれたのです。ドッジボールをやったり走ったり、小学校の先生というイメージしか残っていませんが、それほど一緒に体を使って活動するというか運動してくれる先生がいい先生なのではないかと、特に低学年の場合はそう思っています。

こういう素晴らしい結果が出て、全国平均をあっという間に抜いていったというのは、先ほどの体力テストの結果が素晴らしい子供には教育長名での認定証を出して子供たちの意欲を高める取組もあるのでしょうか。先生自身がそういう目標を持って、それぞれの学校の中で取り組んでおられるのですか。非常に大変だと思うのです。いろいろな先生がおられて、取り組む方も大変だと思うのですけれども、先生どうしてその学校に合ったスタイルで成績を上げようと頑張っておられる結果なのではないかと思うのですけれども、具体的にどういう取組をされているのですか。

保健体育課長

◎保健体育課長 具体的な取組でございますが、本日の資料の「学校における体力づくりの取組について」の2ページをごらんください。先ほども申し上げましたが、「1学校1取組」というものをすべての学校で取り組んでおり、年間計画を提出させております。そして、年度末にその結果について検証しまして、毎年、状況を把握したあとに翌年度の目標設定をするという繰り返しを行っておりますので、児童生徒の実態に合った体力向上に向けての取組がなされているととらえております。

また、教職員の意識についてですが、3ページに示してございますように、指導力の向上と併せまして、体育主任会等を開催いたしまして、中央講習会でのようすを伝達する中で、各学校に共通した意識を持たせるように指導しております。

佐藤浩雄議員

◆佐藤浩雄委員 体育の先生などはプロですので分かっておられるのでしょうかから、クラスの状況を分析して、ここには体力づくりのためにこういう運動をやった方がいいとか、学校内でのきめ細かな分析をして、そのうえで、それぞれのクラスの担任の先生に伝えと。体育の先生ばかりではなくたくさん先生がおられるわけですから大変だと思いますけれども、主任になった先生が本気になってやらなければ劇的に変わらないと思うのです。そして一緒になって取り組む先生が大事だと思いますから、そういったところまで学校内で分析されて指導されているのか聞いて終わります。

保健体育課長

◎保健体育課長 先ほどお答えしましたように、「1学校1取組」の中で、各学校、特に体育主任を中心といたしまして、学校内の意思統一を図り、該当校の児童生徒の体力をとらえまして計画を設定しておりますので、その点では、校内で協調した取組がなされているととらえております。