

にかほ市健幸（健康幸せ）プロジェクト

5月31日、ブラウブリッツ秋田・(株)アルファシステム・セルスペクト(株)と市との間で「にかほ市健幸プロジェクト」に関する4者連携協定が締結されました。

このプロジェクトの目的は、「健康づくりに取り組みながら、将来的な社会保険費の削減と地域経済の発展に寄与する」というものです。簡単に言えば「みんなが未来に向けて健康づくりをしよう！」というのですが、これだけでは今までと同じに見えます。今回のプロジェクトの特徴はその先にあります。

■ありそうでなかった取り組み

今回のプロジェクトの特徴に、最新のヘルステックがふんだんに活用されていることがあげられます。その流れを3段階で簡単に説明します。

第1段階では、参加者の基礎データを作るために、一人ひとりに健康状態チェック・フレイル（健康と要介護の間の状態）健診・血液検査・オーラル測定等をしてもらいます。

第2段階では、BB秋田の専属トレーナーによる健康トレーニングと、同じく専属の管理栄養士による栄養講座が実施されます。健康トレーニングではBB秋田の試合観戦がセットになるなどの趣向が凝らされています。

第3段階では、運動指導や栄養指導の効果を測定するために第1段階で行われた健康チェック等を再度実施し、振り返りを行います。

市は、これまでも市民の健康づくりのためにさまざまな取り組みを行ってききました。今回のプロジェクトは、これらを一つの線で結びながらトータルでアプローチしていくこうとするものです。

このプロジェクトで使用される最新ヘルステックには次のようなものがあります。例えば、日々の健康状態チェックにはTDKが開発した腕時計型ウェアラブル端末 *Stimee*（シルミー）、血液検査にはわずか10分ちよつとで結果が判明するセルスペクト社が開発したクオンパスMD3、身体測定などの健診のデータ化にはアルファシステム社が開発したフレイル健康システム *EROW* などです。

■進化し続ける最新のヘルステック

これまでも市民の皆さんの多くがそれぞれ思い思いに日常的に健康づくりに励んでいます。ですが、たぶん多くの皆さんが自分の運動や食事の摂り方に確かな自信を持っていないと思います。今回の取り組みは、そういった疑問や不安に 대응するものでもあります。

このプロジェクトにはもう一つの狙いがあります。それは「SDGsの実践」です。一昨年度、市は創生総合戦略を改定しました。この改訂版で各項目にSDGsの

の17の目標をリンクさせました。今回の取り組みは、そのうちの第3目標「すべての人に健康と福祉を」という課題の解決に向けた取り組みでもあります。

もともとSDGsは「私たちが抱えるさまざまな課題を単なる社会貢献ではなく、利益を目的とする経済活動の中で解決していく」という思想に基づいたものです。ただ、そのときの利益は必ずしも金銭的なものだけではなく、例えば企業の知名度向上であったり、独自技術の開発であったり、顧客開拓のためであったりと、それぞれにとつての将来的な利益を含んだものでもあります。

今回のプロジェクトに参加する3社は、これまで磨き上げてきた技術と高いパフォーマンスをもって市民の皆さんの健康づくりに支援してもらっています。あわせてSDGsで目標とされている課題の解決にも関与していただきます。その意味からも今回の取り組みは極めて意義深いものと言えます。



にかほ市長
市川雄次