

おしゃべりタウンミーティング in 高山市民文化会館 2025.4/27(日)

会の開始～光井先生のスライドでの講話終了まで。

1. 会の趣旨と進行

高山市にて、「公衆衛生と街づくり」をテーマに津山市青年会議所のまちづくり関係者と岡山大学 公衆衛生分野の光井先生らに対話形式の勉強会を開催した。冒頭はアイスブレイクを行い、参加者同士が“否定しない対話（ダイアログ）”の姿勢を共有してから本題へ入った。

2. 公衆衛生の基礎と日本の現状

- 公衆衛生とは
「社会全体で病気を予防し、健康を守る科学・技術」であり、個人ではなく“まちぐるみ”のアプローチが要となる。
- 健康の定義（WHO 憲章）
身体 / 精神 / 社会面が調和した状態であり、単に病気がないことではない。
- 日本の課題
世界トップ水準の平均寿命と健康寿命を誇る一方で、寿命を左右する4要因のうち「生活習慣」と「社会環境」が依然として大きな課題となっている。

3. 子どものスクリーンタイム問題

最新の研究では、5歳頃までは画面接触を最小化すべきとされ、長時間視聴は発達に悪影響を及ぼす可能性が高い。家庭だけでなく社会全体での啓発活動が求められる。

4. 地域の成功事例 – 岡山県「愛育委員」の取り組み

戦後、母子の栄養と予防活動を支えたボランティア組織「愛育委員」は、乳児死亡率の低下に貢献。現在も高齢者の孤立防止など地域の“つながり”づくりに寄与している。

5. ソーシャルキャピタルの重要性とエビデンス

ハーバード大学 河内一郎教授の研究等によれば、

- 貧富格差が大きい地域ほど死亡率が高い（米国データ）。
- 1995年シカゴ熱波では近隣交流の有無が生死を分けた。
- 1950年代ペンシルベニア州ロゼトでは強い地域結束が心臓病死亡率を劇的に下げた。
これらは人とのつながりが健康を守るという強力な証拠となっている。

6. まとめと今後の課題

- 個人の健康行動は、本人が選択しているようで実際には生活環境に大きく左右される。
- より健康的な選択を後押しするには、生活習慣の改善だけでなく、地域コミュニティや社会制度を整える街づくりが不可欠。
- 本日の対話を通じ、参加者は多角的な視点を獲得した。今後は各地域で実践を広げ、「健康に生きる権利」を実現する具体策を共有していくことが目標である。