

# 健康長寿に係る先進的な取組事例

## 草加市

S K T 2 4

健康づくり推進検討部会「S K T 2 4 スポーツ健康都市24推進事業」

～部局横断的なチームによる健康づくり推進事業の策定と実施～

### 【事業概要】

草加市は東京都に隣接し、東京都のベッドタウンでありながらも、江戸時代からの宿場町である名残を残しつつある町です。このため、長く草加に住んでいる市民がいる一方、市外から転入する市民も多く、都内への通勤者が多いまちでもあります。

このため、市民の生活圏・生活スタイルが多種多様なまちでもあります。

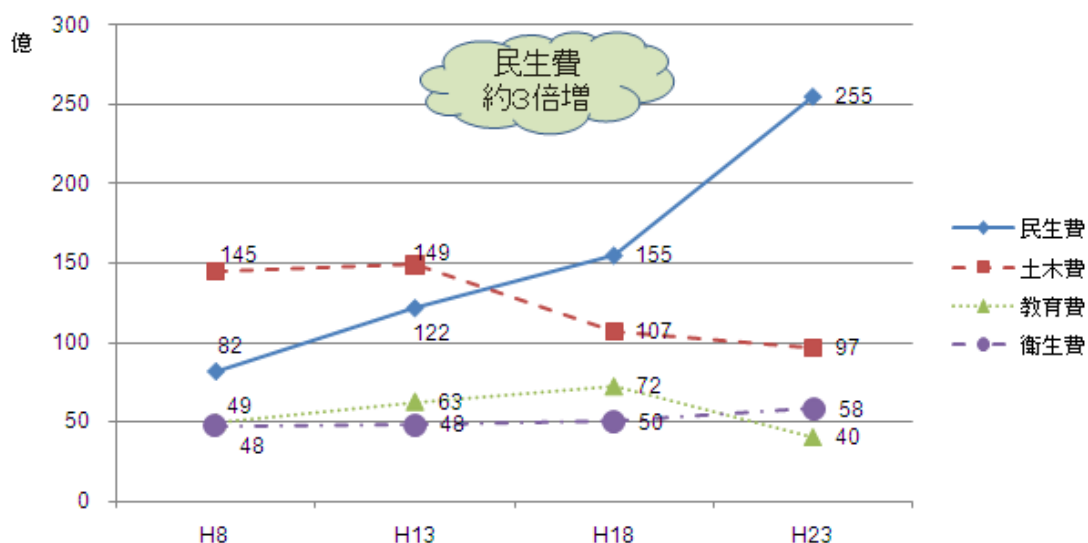
このような中、健康への意識が高く、市が主催するスポーツ事業等へ積極的に参加する市民もいますが、健康への意識はあるものの、スポーツに取り組めていない市民も多数存在するのが実情です。

一方、当市の民生費は、過去15年間で3倍に増えており、今後できるだけ抑制していくことが喫緊の課題となっています。

そこで、健康への意識はあるものの、スポーツには取り組めていない市民へ、自分の出来る日常生活の範囲内でスポーツに取り組んでもらい、健康づくりのきっかけをつかんでもらおうと策定したのが、「S K T 2 4 スポーツ健康都市24推進事業」（以後、S K T 2 4とします。）です。

S K T 2 4をキーワードに、スポーツに取り組むことによって健康を確保・維持し、結果として医療費の削減につなげていこうとするものです。

※図 草加市の予算の推移



## 【事業内容】

### 平成23年度

健康づくりには、運動が欠かせないことから、一部局では解決できない組織横断的な課題として検討を行うため、スポーツ健康都市24推進会議を設置しました。

この推進会議において、昭和53年に制定された「草加市スポーツ健康都市宣言」と既存のスポーツ関連事業、健康関連事業をもう一度見直し、現状と課題を整理・確認する中で、解決策を検討しました。

その中で、カロリー表示が、大人や子供、身体の状態（痩せている、太っている）によって左右されるのに対し、どの人に対しても、同じ運動指数となる「EX」を用いて、週24EXの運動量を目標とする「SKT24」を事業化しました。

## 【SKT24とは】

### ■ 概要

SKT24は、「スポーツ（S）健康（K）都市（T）宣言のもと 24万市民が、平成24年度から、24EXを目指す」というものです。

EXは、スポーツだけでなく、家事や通勤など日常生活における生活活動も対象になります。

このため、日常の生活活動を把握し、24EXに足りないEXを運動（スポーツ）で少しでも補う取組を推進するものです。

### ■ 目標

少しでもスポーツに取り組むことによって健康を維持し、結果として医療費の削減につなげます。

### ■ 対象

年齢は問わず、主に”まだスポーツに取り組んでいない市民”とします。

### ■ コンセプト

#### (1)数値の活用

- ・健康でいることの金銭的効果
- ・運動強度”METs”、運動量”EX”、目標値”24EX”

#### (2)ロコミの活用

- ・キャッチフレーズ”SKT24”、キーワード”METs・EX”
- ・有識者（指導員・医師）など影響力の強い人の協力

※EXについては、厚生労働省の「健康づくりの身体活動基準2013」及び「健康づくりのための身体活動指針（アクティブガイド）」を参照してください。なお、

現在、E Xという単位は明記されておりませんが、運動量を示す単位として当市では利用していきます。

#### 平成24年度

平成24年度にC F T推進委員会（※）が設置されたのをきっかけに、スポーツ健康都市24推進会議は、委員会の下に置かれる庁内最初の検討部会として再構築されました。健康づくり推進検討部会では、S K T 2 4の推進に当たり、まずはS K T 2 4に興味を持ってもらうため、①市長が各方面にて挨拶する時に話題にしてもらう、②名刺等にロゴを印刷、③広報にて事業の紹介を兼ねた特集を掲載、④各部署既存の事業と日常生活におけるE X量を明記したE X活動表の作成、⑤S K T 2 4の事業概要を示したパンフレット、ポスターの作成 等を周知活動を実施しました。

（※）C F Tの説明は次頁に示します。

#### 平成25年度

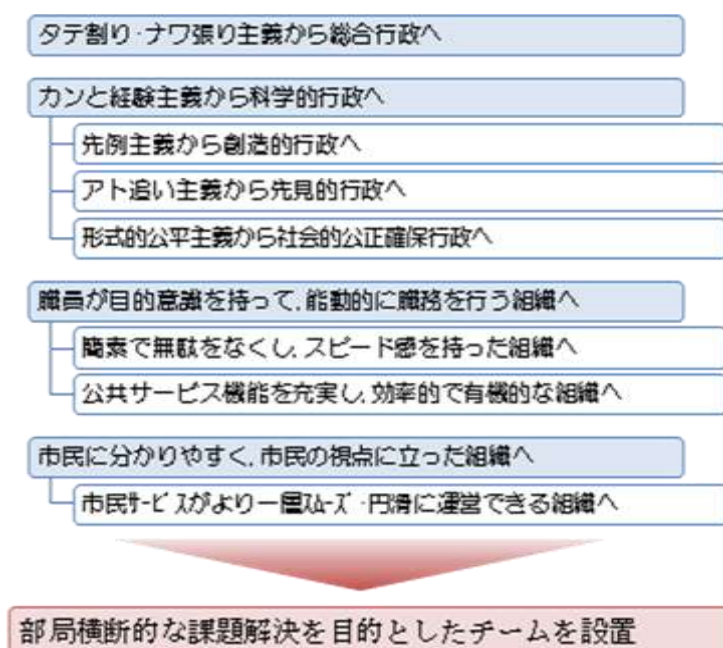
さらなるS K T 2 4事業の推進に向けて、①啓発物品としてタオルを作成し、スポーツ事業参加者への配布、②庁内階段の蹴り上げ部分にS K T 2 4を周知するメッセージの表示、③庁内職員へのより一層の啓発、④「S K T 2 4」川柳の募集及び公表など、広報誌及びHPでの啓発等を行います。

S K T 2 4を知ってもらい、少しでも体を動かしてもらおう、健康について行動してもらおう、という考えで活動を広げていきます。

なお、当事業の実施に当たっては、複数の所管に跨る行政課題の解決に当たり組織横断的な検討を行うため、C F Tによる検討手法を採用しています。

#### (ア) C F T設置に至った経緯

C F Tは、平成23年に機構改革のために設置した草加市行政組織検討委員会において「目指すべき行政像」と「機構改革の目標」として以下の項目を掲げましたが、それでも解決しきれない部局横断的な課題の実現手法として平成24年4月に設置されたものです。



#### (イ) C F Tとは

C F TとはCross Functional Teamの略で、

- ・組織内の部門の壁や上下関係の壁を超えて、経験や能力に基づいた最良の意見を結集させる「アイデアの実験室」として次のような提案を行います。
  - －事業の発展、事業効果の改善、コスト削減などにつながる計画を提案
  - －詳細なデータや実態を分析し、課題解決・業務改善への効果的な方策を提案
- ・部局横断的な協働、専門知識の共有により議論を進める合意形成型会議を目指します。
- ・検討手法として
  - －勘・経験・度胸からの脱却〔事実の分析を重視〕
  - －状況把握、統計的手法の活用による原因分析

#### (ウ) C F Tの組織と構造

- ・各部長の副部長で組織するCFT推進委員会を設置
- ・解決・改善すべき課題ごとに部局横断チーム（CFT）を設置
- ・副部長をリーダー、課長補佐を業務改善検討チームの中心に据え、部局の枠を超えたメンバーでチームを編成

ーリーダー：

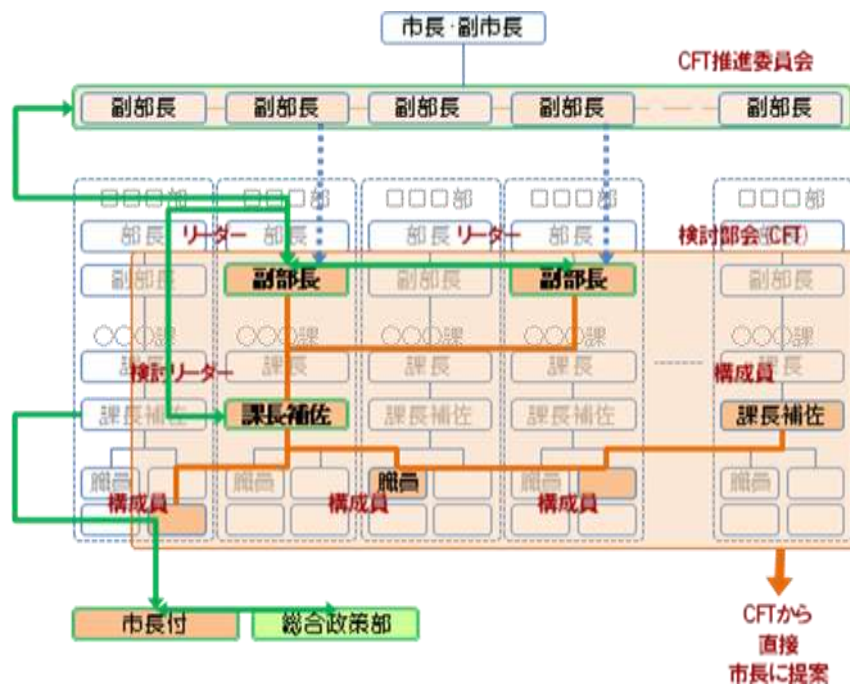
最終的な結果責任を負い、CFTの検討を総括するとともに、必要に応じて庁内での調整を行う

ーパイロット：検討リーダー

前例にとらわれず、聖域・制約を一切排除し独創的なアイデアを生み出すための会議進行役を担う

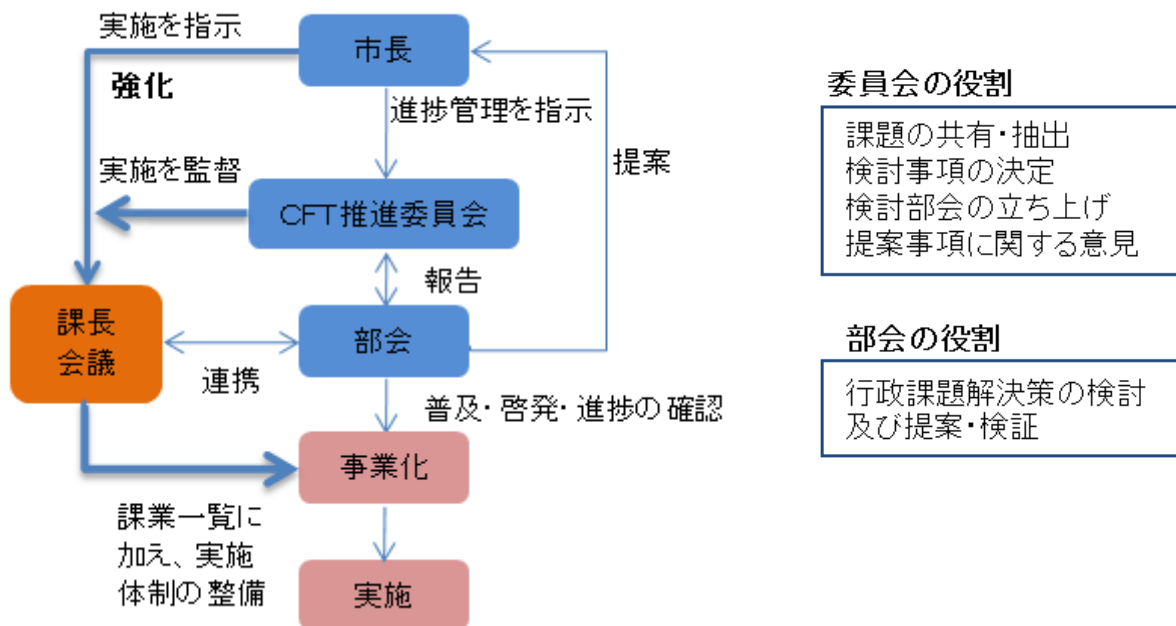
ークルー：構成員

各分野から問題意識・改革意識の高い人材を登用し、現場レベルの微細な問題を把握し、改善策等を検討する



(エ) CFTの特徴

- ・提案は検討部会の組織横断的な検討結果を尊重し、CFT推進委員会を介さず直接、市長へ提案します。（提案内容の採択は経営会議で決定します。）
- ・検討部会の事務局は、特定の課を定めず、検討部会内部で検討リーダーの指示のもとに行います。
- ・リーダーは、構成員への課題事項の説明、提案内容の可否の判断を行うものとし、提案に対し責任を持ちますが、基本的に検討部会での検討には加わらないこととします。
- ・実効性のある提案を目指すため、検討部会構成員は検討事項に応じて、リーダー、検討リーダー、事務局で人選します。
- ・検討部会は、提案が採択された場合、提案の実効性を確認するため、提案の検証を行い市長へ報告します。
- ・提案の実行力を強化するため、市長が関係課長へ実施を指示



### 【事業効果】

スポーツの実施によってどのように身体が変化したかを把握する事業を、市職員、外郭団体職員を対象に実施していますが、あくまでも、「S K T 2 4 推進事業」に市民に関心を持ってもらい、自ら行動してもらうためのモデル企画として実施しています。

医療費において、健康づくり事業の普及・参加による削減効果を図ることは困難と見込まれるため、市民がスポーツに少しでも取り組むとともに、健康を意識し、その結果、健康であることが医療費削減につながることを最大の事業効果として考えていますが、追跡調査等が困難であることから、医療費が削減されたかどうかの検証等は実施していません。