

それから図書館と書店との連携の在り方などについてはいろんな方法が各地で行われているようで、例えば図書館の装備についても、その装備を地元の書店から購入した図書の装備品などを、地元の福祉事業所において、福祉の事業として装備をしていただく、例えば本のブックカバーとか、そういうことも福祉連携も行われているようですし、いろんな形がありますので、ぜひ進めていただければと思います。

以上で私からの質問は終わります。

内谷邦彦委員の総括質疑

○渡部秀樹委員長 次に、順位2番、議席番号9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 政新長井の内谷邦彦です。明確な回答をよろしく願いいたします。

10款教育費、5項保健体育費、1目保健体育総務費、010総合型地域スポーツクラブ支援事業、市民に対する健康づくり事業の提供に対する支援、令和6年度予算が550万円、令和7年度の予算がゼロ円となっております。スポーツ支援事業の運営について、健康スポーツ課長にお伺いします。

最初に、令和7年度の予算がゼロ円となっておりますが、どのように対応していくのかを伺います。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 お答えをいたします。

総合型地域スポーツクラブに関わる予算につきましては、国の新しい地方経済・生活環境創生交付金を活用した、マラソンを核とした生涯活躍のまち推進事業の一つと位置づけております。この事業は、市民ひとり1スポーツの推進をスポーツウエルネスの視点を踏まえ、総合的

に取り組む予定をしておりますので、当初予算ではなく、議会の最終日に補正予算として提案させていただきたいと考えているところでございます。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 次に、主要な施策成果報告書を確認しますと、令和4年度の利用会員が600人、令和5年度が587人、その中でシニアの方の利用人数は、令和4年度が62人、令和5年度が67人となっております。特にシニア以上の方々の参加が非常に少ないと考えますが、どのように考えているのか伺います。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 総合型地域スポーツクラブ、花スポと呼ばせていただきますけれども、花スポでは65歳以上の方をシニアとしております。花スポのシニアの会員は少ない人数となっておりますけれども、健康増進計画策定時におけるアンケート結果では、70歳以上の方で運動を心がけている、時々心がけている方の割合は77.9%となっておりますので、多くの方が何らかの運動を行っているものと捉えております。

なお、スポーツ、運動の習慣づくりは健康寿命の延伸につながるものでございますので、運動に取り組みされていない方、新たな運動への取組を考えている方が参加したくなるような魅力アップを図り、より多くの方に参加していただけるような事業としてまいりたいと考えております。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 そのシニアの参加者の男女別とか年代別とか分かれば教えてください。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 令和5年度のシニアの会員の方でございますが、67名で、その内訳は男性が4人、女性が63人となっております。年齢では65歳から69歳の方が31人、70歳から79

歳の方が35人、80歳以上の方が1人となっております。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 それで総合型地域スポーツクラブ支援事業についてちょっとお伺いしたいんですけど、パンフレットを見ますと、開催しているのが室内競技だけみたいなイメージがあるんですけども、室外競技というのは開催されていないのでしょうか。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 現在開催されている事業につきましては、室内が主となっております。室外というのは基本的にはしていないという状況でございます。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 何で室外やらないのか、もし理由があるとすれば教えてください。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 天候の部分、教室ということで定期的に開催をしておりますので、天候、まずそういったところを考えながら室内が主という形で現在は取り組んでいるというところでございます。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 あと、市民ひとり1スポーツの実践、スポーツ実施率の向上と報告書に書いてあります。令和5年度の報告書には、中高年者及び小学生以下を対象に取り組み、これまでの成果として定期で実施している各種教室にリピーターが増加し、継続的な運動機会を提供できているとしています。令和4年度も同様のコメントなんです、令和5年度も令和4年度も同じコメントが書いてあると、この根拠というのは、何で同じコメントなのでしょうか。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 令和5年度の参加者でございますが、延べ人数で前年度から750人ほど増えておりまして、継続して会に登録さ

れている方も多いということから、継続的な運動の機会が提供できているとさせていただいているところでございます。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 同じコメントというのは基本的にあり得ないだろうと、その事業をやるのであれば、気づいたこと、もしくは改善されたことをコメントとして残す、今後やりたいことをコメントとして残すべきであって、同じコメントを、要するにコピペしたみたいなコメントは非常に問題であると思いますので、今後その辺のことは十分に気をつけてやっていただきたいので、その辺いかがでしょうか。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 ただいまご指摘あったとおりと考えてございますので、次回コメントにつきましては、その点も踏まえて記載させていただければと考えているところでございます。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 次に、中高年の本市の人数から見ますと、参加者自体が非常に少ないと。もっと身近にできる健康づくりを提供することというのは考えていらっしゃるのでしょうか。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 委員ご指摘のとおり、シニアの会員の方が少ないというのが課題と捉えてございます。

花スポの事業の運営につきましては、どのような取組が市民に必要とされているのか、また、市民ニーズを捉えた運動による健康づくりを進めるため、総合的な見直しを図ることが必要と考えてございます。

花スポ全体をブラッシュアップするために国の交付金が活用できますので、中高年の運動と健康づくりの推進に向けまして、また新たな提案をさせていただきたいと思っております。

ございます。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 そこで、ちょっと提案したいんですけども、ウォーキングということを見近なスポーツとして捉え、特にシニアの方々に提唱してはいかがかと。

ウォーキングの効果として、歩くことは高血圧、糖尿病などの生活習慣病予防、治療、心肺機能を高め、持久力強化、善玉コレステロールを増やし、悪玉コレステロールを減らす、筋肉や骨を丈夫にして寝たきり予防、心身のリフレッシュで心身症予防やぼけ防止、便秘解消、更年期障がい改善、食事と併せて肥満解消、不眠解消など、数え切れない効果があるとされています。

効果的なウォーキングとしては、ただ歩くのではなく、歩く時間は30分程度にし、ウォーキングの場合は20分ぐらいから脂肪を燃焼させ、20分まででは肥満やコレステロールを減らす効果は少ないと。頻度は週に三、四回が最適で、天気の良い日は休みと、運動の効果はためておくことができないので、1週間ごとに長時間歩くよりは、1日置きぐらいのウォーキングが好ましいと。

運動の強さとしては、自分の運動が適当かどうかを考えて、簡単に運動の強さを判定するのに脈拍と、自分で感じる強さを目安にするそうです。220から自分の年齢を引いたものを最高心拍数、その40～80%、若い人は50～80%らしいんですが、高齢の方は40～70%が適当な強さであり、自分の感じる強さとしては比較的楽からややきつい、充実感がある、緊張する、汗が出る、汗びっしょりといった感じで、また、呼吸方法に関しても、吸って、吸って、吐いて、吐いてという、要するに2秒に1回ぐらいできると。2人で歩く場合は、途切れ途切れに会話できる程度。以上の形が十分で、その何らかの形で、こういったウォーキングのやり方であっ

たり時間であったり、そういったものをお知らせしておけば、歩くことが健康に非常に有意義であるということを教えていく必要があると。それが健康施策に十分な効果的な動機づけになると思うんですけども、どのように考えるのか伺います。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 委員おっしゃるとおり、身近なスポーツとしてウォーキングがあると思っております。

健康スポーツ課では、昨年の10月から11月にかけて、健康の意識づけや運動の動機づけ事業としまして、早朝ウォーキング教室やナイトウォーキング教室を実施しまして、参加者の中で65歳以上の方が約52%でございました。教室では、運動をすることによる健康の効果の説明であったり、血圧等の測定などを行いながら、ウォーキングが身近なスポーツとして、また健康への効果があるものとして周知を図ったところでございます。

シニアの方が定期的に歩く機会を増やし、多くの方に身近な運動としてウォーキングが定着するよう、先ほどご指摘いただいたところも含めてご説明をしながら、普及を図ってまいります。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 何らかのプリントであったり、いろんな形でそのウォーキングというもの健康に非常に有意義であると、有効であるということをご知らせしていただきたいと。

新潟県の見附市では、平成23年3月に後期基本計画を策定し、基本構想における基本理念や都市の将来像の実現に向けて、9項目から成る重点プロジェクトを設定と。その重点プロジェクトにスマートウェルネスみつけの推進を位置づけ、人々が健康でかつ生きがいを持ち、安心・安全で豊かな生活を送れる状態を「健幸（けんこう）＝ウェルネス」と呼び、本施策を

まちづくりの中核に備え、その施策の一つとして歩くことを基本にし、健康に関心のある層だけでなく、市民誰もが参加し、生活習慣病予防や寝たきり予防を可能とする日本一健康なまちづくりを目指すとしています。本施策を推進するために、平成24年3月には見附市健幸基本条例、見附市歩こう条例を制定し、市民一人一人の健幸の実現を目指す決意を表明し、歩くことを基本とするまちづくりへの本格的な取組をスタートさせたと。このような本市でも何らかのことをやらないと、皆さんがなかなか興味を持っていただけないのではないかと考えますので、こういった事業的なものも必要ではないかと思えますけれども、その辺いかがでしょうか。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 ウォーキングにつきましては、いつでも、どこでも、誰でも行うことができる最も手軽な運動です。身近なスポーツとして、ウォーキングや、足腰への負担が少ないノルディックウォーキングを普及させ、定期的な運動が生活習慣病予防、ストレス解消、脳の活性化など、健康な生活を送るために効果があることを広め、健康なまちづくりを進めていきたいと考えております。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 市民に歩くことを提唱していくためには、徒歩や自転車で移動しやすい空間を整備し、自動車利用から歩行、自転車への転換を促し、ウォーキング及びサイクリング人口の増加を図ると。歩行者及び自転車利用の安全を確保するために、自動車の流入を抑制、歩道の段差の解消、バリアフリー化を進めるとともに、新たな歩道の整備や必要な街路灯を設置、自転車通行帯を設置し、あと、本市には6か所のコミュニティセンターがありますので、そこと協力してウォーキングロードであったりサイクリングロードのコースの設定であったり、その中間に遊具やベンチ、要するに休めるとこ

ろがないとなかなか難しいと思いますので、遊具やベンチのハードの整備を行い、身近にウォーキングやサイクリングを楽しむ環境を整えて、公園や歩道、沿道を市民ぐるみで花と緑にあふれた快適な空間とすることで、市民が自然に外出して歩きたくなる環境をつくり、まちの中での出会いと交流を促すような取組、こういったものを今後考えながらやっていく必要があると思えますけれども、健康スポーツ課長としてはいかがでしょうか。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 健康スポーツ課の前身の生涯スポーツ課のときでございますが、市内6地区のながいウォーキングマップを作成しましてウォーキングを推進してきた経過がございますが、なかなか活用が進んでいないという状況がございます。

ウォーキングを普及させるためには、市の事業や花スポの活動だけでは広がりには欠けるため、委員ご指摘のとおりコミュニティセンターの協力が必要となります。また、コミセン単位での取組は、家族や地域の人と一緒に運動することで、仲間づくりの効果や認知症予防も期待できます。コミセンでは、まちなかウォークラリーや長井フットパスウォークのイベントの実施、また、西根コミセンは定期的にノルディックウォーキングの取組もございますので、徒歩や自転車でも移動しやすい空間の把握であったり、安全に歩けるコースの見直し、あるいは設定などを含めまして、コミセンと連携を図りながら定期的な取組となるように働きかけてまいりたいと考えます。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 私、12月の定例会の一般質問で、観光資源としてまちなか散策が非常に有効ではないかと質問しました。同様に、市民の方々にウォーキングコースとして使っていただくような整備ということも併せて行えば、観

光客であったり市民の方々にも喜ばれるという形の施策になると思います。

まちなか散策では商工振興課のほうに提案させていただきましたので、この辺も健康スポーツ課のほうと一緒に進めていただきたいと思うんですが、その辺はいかがでしょうか。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 まちなか散策のモデルコースには、おさんぽコース、白つつじコース、あやめコースなどフットパス沿いをつなぐコースをゆっくり歩きながら、自然や水のあふれる風景など、地域の魅力を発見するものであり、このことは運動に楽しみを持たせ、継続した運動につながっていくと考えております。

ウオーキングマップと重なる部分もありますので、どのようなコースが歩きやすいのかということと一緒に検討してまいりたいと思います。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 建設課で計画している川のみなと公園の整備もあります。これも単なる公園内の歩道の整備ということではなくて、ウオーキングコースとしての考えを取り入れて、そのコースの整備を行うということも、健康スポーツ課としてはその辺も提案していただきたいと思うんですが、その辺はいかがでしょうか。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 昨年に実施しました早朝ウオーキング教室では、最上川の堤防を2キロから3キロ程度歩きました。令和7年度に実施予定の教室では、フットパスコースも活用も考えてございます。

令和7年度から整備が開始される川のみなと公園には、フットパスコースの設定も想定しており、このコースが完成すれば、ながいウオーキングマップのコースへアクセスが容易にできまして、活用の幅が広がると考えますので、こちらのほうも建設課のほうと連携を図っていき

たいと考えます。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 同様に、観光文化交流課で計画している重要文化的景観と、宮地区の活用した事業ビジョンの市道の整備事業、これも計画されています。これもまち歩きルートのコースの設定が計画されておりますので、観光客という考え方だけではなくて、日常的に市民の方々が歩けるコースというものも健康スポーツ課として提案していただきたいと思うんですが、その辺はいかがでしょうか。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 ながいウオーキングマップの中央地区のエリアには重要文化的景観のエリアと重なる部分がございます。現在のウオーキングマップにも寺社や重要文化的景観の構成要素である建物の情報も入れ込みながら作成をしているところがございます。歴史的な町並みを楽しむこともウオーキングの魅力向上につながるものと考えます。

また、観光文化交流課では、重要文化的景観を巡るまち歩きのモデルコースを設定し、ウオーカブルなまちづくりの推進を進めておりますが、観光客向けの案内となりますので、市民の運動としてのまち歩きとうまくすみ分けをしながら進めていけるように、情報の共有を図ってまいりたいと思います。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 日常的に歩いてもらうということを考えていくと、コースに名前をつけて、その距離であったり、おおよそ歩く時間なども分かるようにすると。あと、各ポイント、ポイントでスタンプなどを用意してスタンプラリー的なことも考えていただけると、非常にやりやすいというか、取っつきやすいのではないかと考えます。

また、あと歩く距離設定についても、ウオーキングとした場合には30分程度で十分と言われ

ていますので、30分で歩くとする、距離数にすると大体2.5キロ、歩数にすると3,000から3,500歩という形になります。この距離を念頭に置いて、歩く人はより歩くんでしょけれども、最低限この距離を歩いてくださいよということをコース内に分かるように整備していただくなり、あとは休むところというのが非常に重要になると思います。ただ道が連なっているだけでは、なかなか高齢の方などは難しいと思いますので、休み休みながらも歩いていただけるようなコース設定であったり、ベンチであったり、そういった部分を考慮しながらやっていただきたいと思うんですけども、その辺はいかがでしょうか。

○渡部秀樹委員長 鈴木幸浩健康スポーツ課長。

○鈴木幸浩健康スポーツ課長 楽しみながら歩くことは、運動の継続につながります。ウォーキングマップは、フットパスコースや重要文化的景観エリアなど、多くの観光資源を含めたものとなっておりますので、その周知を図ってまいります。

また、新たな魅力的なコースの設定や、参加者同士がコミュニケーションを取りながら歩ける運動の動機づけ事業などを行うとともに、新たに健康アプリなどを導入しまして、歩数、消費カロリー、体重管理などの運動効果が視覚的に得られるよう工夫をしております。

また、先進的なところを参考に、あと委員からご指摘いただいたところをまた参考にしながら、健康ポイントの付与やポイントの活用を検討するなど、より多くの市民の方に参加していただけるような取組を進めてまいりたいと考えているところでございます。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 よろしくお願ひします。

最後、厚生参事に伺ひます。

市民ひとり1スポーツと提唱するのであれば、単に総合型地域スポーツクラブ支援事業として

補助金出すだけではなくて、クラブで開催されている様々なコースに参加されていない大部分のシニア以上の市民の方々に、いかに体を動かすことを習慣化してもらい、生活習慣病予防や寝たきり予防を可能とした生活を送ってもらおうということが、市民ひとり1スポーツの最大の目的なんだろうと私は考えていますので、その意味でも、やりやすい、取っつきやすいことをまず最優先に市民の方々に提唱していただきたいと考えますが、その辺はいかがでしょうか。

○渡部秀樹委員長 梅津義徳厚生参事。

○梅津義徳厚生参事 まず、内谷委員からは、多くのご提案をいただきまして大変ありがとうございました。今後、検討を進めてまいりたいと思っております。

ただいま委員からご指摘ありましたように、市民ひとり1スポーツの大きな目的というのは、運動習慣を身につけていただいて、生活習慣病や寝たきりにならずに生活していくことが大きな目的の一つだと思っております。

これまで令和6年度からの健康増進計画では、身体活動、運動、スポーツを通じた健康づくりを具体的な取組目標として掲げているところでございます。また、市民ひとり1スポーツを推進するために、運動習慣のない方への運動の動機づけ事業として、令和6年度は、先ほど健康スポーツ課長から説明のあった早朝や夜間のウォーキング教室、また、水中エクササイズ教室などを開催し、健康への意識づけを行いながら、運動の普及に向けた取組を始めたところでございます。

令和7年度以降につきましては、立教大学のスポーツウエルネス学部との連携協定を生かしながら、心身共に健康でよりよく生きるための健康の維持、増進が図られるよう、ウエルネスの視点を取り入れた新たなスポーツの機会創出に向けた検討を行い、誰もが自身の運動意欲や健康意識、身体機能のレベルに応じて、日常的

にスポーツや運動、そして健康づくりに取り組める機会、そういったものの充実を図っていきたいと考えているところでございます。

○渡部秀樹委員長 9番、内谷邦彦委員。

○9番 内谷邦彦委員 その早朝ウォーキングだったりナイトウォーキングいいんですけど、継続してやらないと、何にも、ただ1回限りのイベントではどうしようもないと思いますので、そういったものをぜひ継続してやっていただきたいと思います。

では、今回の予算総括質疑に関しまして、建設課で川のみなど公園の整備であったり、観光文化交流課で重要文化的景観を活用した事業ビジョンの計画もあります。ここで何もしないと、単なる歩道として整備しちゃうんだろうなと考えたものですから、ぜひそのウォーキングコースとして考えを入れて整備していただきたいなと思って今回、質問させていただきました。

観光客も非常に重要ではありますが、一番は市民の安心・安全を守ることから始まることだと思いますので、その辺に関しては十分に考えて進めさせていただきたいと思いますので、よろしく願いいたします。

以上で私の質問を終わります。

梅津善之委員の総括質疑

○渡部秀樹委員長 次に、順位3番、議席番号14番、梅津善之委員。

○14番 梅津善之委員 お疲れさまでございます。予算総括質疑させていただきます。

初めに、2款1項6目011オリンピック・パラリンピックホストタウン事業費についてということで、総合政策課長にお伺いします。

国際交流員、国際スポーツ交流員によるスポーツ振興、教育文化の向上、共生社会の実現に

向けた国際交流事業の具体的な内容はとお聞きしておりますが、並びに長井マラソン大会へのタンザニア選手団の招致であったり、関連イベントの開催等々も含めてご説明いただきたいと思っております。

○渡部秀樹委員長 渡邊恵子総合政策課長。

○渡邊恵子総合政策課長 国際交流員及びスポーツ国際交流員は、オリンピック・パラリンピック東京2020の開催を契機に、長井市がタンザニア連合共和国などのホストタウンとして取り組んできた様々な国際交流をさらに推進していくため、特に重要な役割を担っていただいております。

国際交流員は、長井市が海外の姉妹都市やホストタウン相手国と書簡やメールでやり取りをする際の通訳、また訪問の際の対応など、市の国際交流全般に関わる業務のほか、地域住民に対する語学指導や異文化理解のための活動を主な任務としています。

具体的な活動として、例えば、旧長井小学校第一校舎を会場に実施しているEnglish Cafeという英会話教室がございます。現在の国際交流員はドイツの出身で、英語にも日本語にも堪能であることから、参加する市民の方々と一緒に、身近なテーマから国際問題まで、幅広い話題を英語と日本語を交えて、日本と欧米の文化の違いなどを自由に話し合うというプログラムになっておりまして、市民の国際理解の促進に大きく貢献する事業と考えております。

一方、タンザニア出身のスポーツ国際交流員につきましては、マラソン大会などでタンザニア選手団と市民とが円滑に交流するための支援や、地域住民に対するスポーツ指導などの役割を担っていただいております。

長井アスリートクラブ、スポーツ少年団の主に12歳以下の選手に陸上競技の指導をしたり、また、各地区コミュニティセンターで行われております、いきいき百歳体操に参加したりと、