

松原地区「健康なまちづくり運動」

令和3年度

目的: 鴻巣市の「健康なまちづくり」を松原地区も標榜し地域住民の健康を促進する
各自治会の行事参加者人数と(松自連)行事参加人数から、心の健康度と体の健康度を算出し
松原地区住民の健康増進の指標とする。健康度は次の式で算出する。

- ①心の健康度=心の健康度に関する行事への平均参加人数(B)÷世帯数(自治会加入世帯)(A)
- ②体の健康度=体の健康度に関する行事への平均参加人数(C)÷世帯数(自治会加入世帯)(A)
- ③全体の健康度=①+②(各自治会の行事の内容は各自治会で決めて良い)

①心の健康度

自治会名	A 世帯数	B 延べ参加人数	各自治会行事										松自連行事					心の健康度	
			夏祭り	防犯ハットロール	防災訓練	囲碁将棋/敬老会	お茶サロン	生徒見守り	芋煮会	新春お楽しみ会	歌コーラスの集い	美化活動	クレーン運動	敬老会	防災訓練	-	-		-
中央	310	85	-	-	10	-	-	11	-	-	-	14	50	-	-	-	-	-	27
大栄	250	110	-	-	-	-	-	30	20	-	-	-	30	29	-	1	-	-	44
すみれ苑	142	86	-	15	-	8	-	-	-	-	-	-	63	-	-	-	-	61	
松原4-1	99	52	-	2	-	-	-	3	-	-	-	-	47	-	-	-	-	53	
小松団地	26	12	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	12	-	-	-	-	46	
中原	261	86	-	7	-	-	36	2	-	-	-	-	41	-	-	-	-	33	
松原4-2	170	77	-	16	-	-	-	-	-	-	-	-	61	-	-	-	-	45	
小松4-3	240	201	-	6	-	-	-	-	-	-	-	-	195	-	-	-	-	84	
小田急M	145	203	-	28	-	6	-	-	-	-	53	92	24	-	-	-	-	140	
松原南	52	20	-	2	-	-	-	-	-	-	-	-	18	-	-	-	-	38	
中組	138	29	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	24	-	-	-	-	21	
下組	128	69	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	64	-	-	-	-	54	
メゾンドール	120	60	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	18	-	42	-	-	50	
片原東	61	14	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	14	-	-	-	-	23	
合計	2,142	1,104	0	76	10	14	66	46	0	0	53	136	660	0	43	-	-	52	

②体の健康度

自治会名	A 世帯数	C 延べ参加人数	各自治会行事								松自連行事			体の健康度						
			運動クラブ①	運動クラブ②	体操教室	ラジオ体操	卓球	のすつ子体操	歩け歩け会	市民育祭	ヨガ教室	体の健康度	全体健康度	全体健康度	全体健康度	H30健康度	H29健康度	H28健康度	H27健康度	R4予想健康度
中央	310	10	-	-	-	-	-	10	-	-	-	3	31	8	41	55	47	50	56	
大栄	250	40	15	15	10	-	-	-	-	-	-	16	60	31	208	223	207	220	222	➡
すみれ苑	142	63	13	22	-	15	-	13	-	-	-	44	105	120	371	404	396	288	➡	
松原4-1	99	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	53	5	169	174	181	224	218	
小松団地	26	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	46	122	286	432	337	333	211	
中原	261	64	-	-	-	64	-	-	-	-	-	25	57	21	104	82	105	78	64	➡
松原4-2	170	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	45	34	186	176	161	195	62	➡
小松4-3	240	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	84	6	135	126	84	100	73	
小田急M	145	34	-	-	20	-	14	-	-	-	-	23	163	48	237	218	190	183	233	
松原南	52	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	38	12	182	212	498	224	176	
中組	138	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	21	4	203	179	243	189	80	➡
下組	128	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	54	4	58	125	102	120	60	
メゾンドール	120	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	50	25	69	86	118	113	102	
片原東	61	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	23	8	89	73	71	75	53	
合計	2,142	211	28	37	30	79	14	23	0	0	0	10	61	32	149	155	154	152	123	➡

表1 各自治会の健康度を算出

「健康なまちづくり運動」の数値化(見える化)による

地域の活性化

埼玉県鴻巣市 松原地区自治会連合会 顧問 高橋 淳一



はじめに

本活動報告は、埼玉県鴻巣市松原地区自治会連合会のここ数年間の活動の記録です。松原地区自治会連合会(以下「松自連」と略します)は鴻巣市の南に位置し発足後24年目を迎える14自治会、約2500世帯、6000人の規模で、自治会加入率は80%近くになっています。

活動の数値化(見える化)

高齢化が進むにつれ自治会活動が徐々に衰退し始めてきたというのはどの地域でも共通した課題ではないでしょうか。当「松自連」でも高齢化率が60%を超える自治会が徐々に増え、このままでは自治会活動ができなくなっ

自治会ごとの全体の健康度推移

この表は松原地区「健康なまちづくり運動」令和3年度の全14自治会の「心の健康度」「体の健康度」「全体の健康度」を表したものです。始めた平成27年度から令和3年度までの

「健康なまちづくり運動」の推進

鴻巣市の提唱している「健康なまちづくり」

てしまうという危機意識が生まれてきました。また、2年あるいは1年で自治会長が交代し、各自治会活動の継承もできなくなってしまうという問題もありました。そこで、より多くの人に自治会活動の中身を知ってもらい、参加者を増やし自治会活動を継続、活性化することが必要ではないかと考えました。

浅くても広く、できるだけ多くの方の参加を目的とした活動です。それが「健康なまちづくり運動」と呼ぶ次ページの「活動の内容を数値化(見える化)した」ものです。

「全体の健康度」を右下に表しています。開始時の平成27年度の健康度は123で、その3年後の平成30年には155まで上がりましたが、コロナ禍の令和2年には32まで下がってしまい、「体の健康度」に影響する運動がほとんどできなくなった結果をよく表しています。

その後、行動制限が緩和され自治会活動も徐々に復活し令和4年度には防災訓練、クレーン運動、歩け歩け会が再開し全体の健康度も大幅に改善される見通しが出て参りました。では「健康なまちづくり運動」についてもう少し詳しいご説明と再開した活動をご紹介します。



写真3 クリーン運動

この「健康なまちづくり運動」の数値化、見える化により、

- ・自治会長は過去の自分の自治会の活動内容を知ることができる。
- ・他の自治会の活動、参加状況が分かり競争心が生まれる。
- ・自治会長の任期中の活動の成果が分かる。等のメリットがあります。

特に新任の自治会長にとっては自分の自治会でどんな活動が行われてきたかを知り、さ



写真4 歩け歩け会1

地域活動がどれだけ活性化したか、平成27年度に比べ平成30年度には14自治会中9自治会で大幅な改善、3自治会は同程度を維持することができ、全体として大幅な改善をしたことが分かります。一方、令和3年度は新型コロナウイルスの感染拡大により全体健康度がかなり落ち込んでいます。しかしそんな状況下でも防犯パトロール、生徒見守り活動は

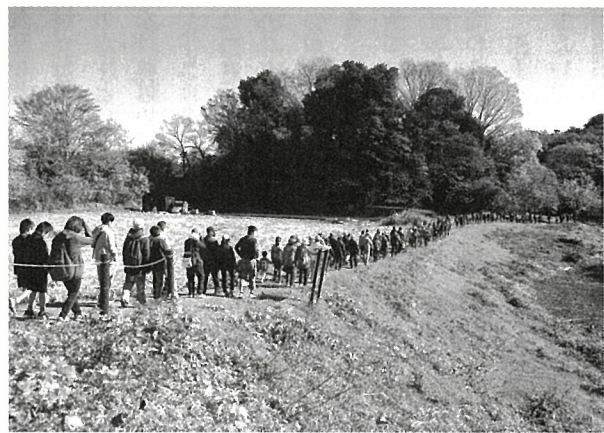


写真5 歩け歩け会2

参加者もあまり減少せず続けられていることが分かります。

この「松原地区健康なまちづくり運動」は令和元年度に鴻巣市自治会長研修会で発表の機会を頂き、その後、近隣の自治会連合会でも発表する機会を頂きました。健康度を数値化（見える化）し活動の継承をしっかりと行うことにより、高齢世帯は勿論、転入世帯や若い世帯への自治会加入率を高めていくことが出来ると確信しております。

そして令和4年度以降はあらゆる活動が再開し以前の活発な自治会が戻ってくることを願っております。

自治会活動の継承

それぞれご家庭で食べてもらうことにしました。

最初の①心の健康度は心の健康に関する行事ですが、自治会員同士が心を通わせる機会を増やす、と位置付け、夏祭り、防犯パトロール、防災訓練、生徒登下校時の見守り活動、芋煮会、クリーン運動などの比較的大人数の活動があります。その中で、ある自治会では令和4年秋に防災訓練を再開し、終了後の炊き出しでは楽しい団欒のひと時を過ごしました（写真1・写真2）。また、「松自連」主催のクリーン運動（写真3）も650名の参加を得て各自治会内及び公園や周辺のごみや雑草、枯葉を取り除きました。

次に同じ趣味を持つ人たちの集まりで囲碁・将棋、お茶サロン、新春お楽しみ会など

を標榜し松原地区住民の健康の促進と地域の活性化を目的に始めました。

健康は体の健康と心の健康の両方が備わって初めて本当の健康という考えから、各自治会の「心の健康度」と「体の健康度」を算出しました。

①心の健康度Ⅱ心の健康に関する行事への平均参加人数÷自治会加入世帯数

②体の健康度Ⅱ体の健康に関する行事への平均参加人数÷自治会加入世帯数

③全体の健康度Ⅱ①+②を表にしています。

心と体の健康度は行事への参加者を自治会加入世帯数で割るという単純なものにし複雑化を避けました。



写真1 防災訓練

があります。これらは各単位自治会の考えで行事に加えて良いことにし「集まってお茶飲み会をする」そういう軽い気持ちで続けてもえれば良いと考えております。また新たな会ができるのを楽しみにしており、それを参考に自分たちもやろうとなって広がってくれば大成功です。

次に、②体の健康度は体の健康に関する行事ですが、高齢化とともに運動やスポーツをやる人が減っています。そのため、他の人はどんな運動をしているのか、自分にもできないか、他の自治会ではどんなことをやっているのかを知ることができそうです。ある自治会の運動クラブ①では、40年以上続くソフトボー



写真2 炊き出し風景

ルクラブが自治会と一緒に夏祭りや防災訓練、防犯パトロールの中心的役割を担い地域活動の主役となっております。

こういうクラブや愛好会の人たちが自治会役員のサポートをする仕組みづくりが自治会活動には極めて重要でこのような愛好会的なものを増やすことが活性化に繋がると思います。

次に「松自連」主催の行事では雨天やコロナで中止となっていた「歩け歩け会」（写真4・写真5）が再開し総勢143名が初冬の荒川沿い6kmを歩きました。いつもは隣の市の北本自然観察公園まで歩き、用意したお弁当を自然の中で車座になって食べたのですが今回は密を避けるため帰後お弁当を配りそれ