

第16回「議員と語ろかい」報告書

環境福祉常任委員会

開催日	平成27年8月18日(火) 午後1時30分 ~ 午後3時30分		
開催場所	議会棟 第2委員会室		
団体名	NPO法人生命の貯蓄体操普及会	参加人員	11人 (男0人 : 女11人)
出席議員	時任 英寛、 宮本 明彦、 徳田 修和、 植山 利博、 蔵原 勇、 中村 満雄、 今吉 歳晴、 宮内 博		
役割分担	委員長(時任 英寛) 副委員長(宮本 明彦) 記録者(宮内 博)		
テーマ及び具 体的な内容	健康づくりで地域貢献「認知症・介護予防への取組」		
感想	<p>生命の貯蓄体操普及会は、全国に3万人余りが組織されているNPO法人であり、霧島市内では隼人町にて、毎月8会場で開催されている。東洋医学の知恵を活用し、年齢に関係なく誰もが無理なく、体を伸ばし、定期的に健康づくり体操を実施することで、健康寿命と医療費削減効果をはかる取組を実施していることが報告された。医療費削減は霧島市にとっても大きな課題であり、全市的な取組が求められるものと感じた。</p> <p>議員と語ろかいについては参加者から、今まで参加した語ろかいは漠然としていたが、何をすればいいかが分かってよかったとの感想が寄せられた。</p>		

◆は参加者の質問・要望 ◇は議員の回答

<意見交換会での主な意見等>

開会あいさつののち、ビデオ視聴。その後、生命の貯蓄体操普及会の会員数約3万人。霧島市では隼人町で8教室にて実施しているなどが紹介された。参加者からは、合併前の隼人保健センターの指導で普及会に参加する機会になったこと、「体操をやるようになって健康を取り戻した」との報告が相次いだ。

DVDビデオでは、医療費の抑制にも貢献していることが報告され、資料でも示された。

◇会員にならなくても受講できるか。会員数は。

- ◆体験受講できる。口コミで広がっている。住吉地区では15人。広報が不足している。
- ◆男性の参加が少なく、入っても辞められる。医療費削減で見ると大きな効果がある。男性教室が欲しい。

◇具体的に市の政策で求めることは。

- ◆保健センターで健康指導している。体験教室入門など保健センターで広報して欲しい。
- ◆市で教室を開いて欲しい。公民館教室など。

◆2年前に講座を申し込んだが、待機中だ。

◇保健センターで指導を受けたことがきっかけとのこと。担当者が熱心だったということか。政策的に見れば取り組みたいとのことだが。担当部署へのアピールが必要では。

◆自宅近くでできることが理想。会場費の関係などもある。そのような援助も欲しい。

◆継続しなければ効果はない。公民館活動とは違う。続けることができる環境を作って欲しい。

◇広報活動も大切ではないのか。保健事業の一環であり、公民館講座より保健事業でとの協議があったのか。

◆担当者にも生命の体操のことを頼んだ経過がある。

◇国保の貯金はゼロ。健康になって病院にいかなくなったら国保税は下げられる。そういうところと連携することが大事だ。会の運営はどうか。

◆月1500円会費。250円は本部へ。残額の中で活動している。平成19年から組織化された。現在は以前の貯金で賄っている状況にある。

◇男性の参加が少ないとのことだが、ご主人たちは参加されていないのか。

◆女性会員が大多数のため、行きたがらない。

◇認知症の改善効果があるということの説明を。

◆右の脳を使う丹田呼吸法を取り入れていることは効果があるとされている。そのように組み立てられている体操であり、認知症にも効果がある。

◆膝折りという体操は、大腸の働きをよくし、便秘を解消する。体操の動作ひとつひとつに意味がある。

◆愛媛県松山市では市をあげて実施している。