

# すこやか長寿

91号

2022年8月

## 健康いきいき心ときめき

～私たちは、あなたの「はつらつ人生」を応援します～



### 特報

財団新規事業・制度紹介

・サポーター企業情報公開  
・マッチングサイト開設

### 健康はつらつゼミ

少子化と高齢化

## 表紙の説明

雪印ビーンスターク株式会社様による「はつらつ生きがい講座～骨の健康講座（強い骨でいつまでもハツラツと）～」での講義風景です。

令和3年度から新しく始めた事業で、県内中高年者の豊かな日常生活の創造を目指すことを目的に、しずおか健康づくりサポーターの企業や団体と連携・協働し、健康の増進、新たな生きがいづくりへのきっかけとなる講座等を、東部・中部・西部で毎月開催しています。



## 憩いの広場

### 富士山を詠む

静岡県富士山世界遺産センター 遠山 敦子 館長 ..... 3

## 特 報

財団新規事業・制度紹介 ..... 4

サポーター企業・団体情報公開 ..... 5

マッチングサイト開設 ..... 6

はつらつ生きがい講座 ..... 7

健康・生きがいづくり推進員紹介、推進員レポート ..... 8

サポーター紹介コーナー ..... 10

## 健康はつらつゼミ

### 「少子化と高齢化」

静岡市保健福祉長寿局理事 兼 保健所長 田中 一成 さん ..... 12

## 財団ニュース・インフォメーション

### 静岡県すこやか長寿祭&ねんりんピック

令和3年度実績 <第32回スポーツ・文化交流大会> ..... 14

令和4年度計画 ①第33回スポーツ・文化交流大会

②「ねんりんピックかながわ2022」代表選手派遣 ..... 15

第25回美術展開催・第26回美術展作品募集! ..... 16

第23回熟年メッセージ大会作品募集! ..... 17

公式LINEアカウントを開設しました ..... 18



©静岡県  
生きがいと健康づくり  
イメージキャラクター  
ちゃっぴー



## 富士山を詠む

静岡県富士山世界遺産センター とお やま 遠山 あつ こ 敦子 館長

### プロフィール

東京大学法学部卒業後、1962年文部省に初の女性キャリアとして入省。文化庁次長、高等教育局長、文化庁長官を歴任。駐トルコ共和国日本大使、文部科学大臣。新国立劇場運営財団理事長、(公財)トヨタ財団理事長、今は顧問。現在、静岡県富士山世界遺産センター館長。

富士山は、日本人にとって格別な山である。私の知人達も、遠く山々の上に見えた、街並みの彼方に見えた、新幹線から見えた、と言つてはスマホに写し、あるいは、フェイスブックにのせて喜びの声をあげて送ってくれる。現代人は、どうやら映像文化に浸つていて、様々な手法で富士山を撮り続けては発信している。

しかし、かつて日本人にとっては、あの美しさは詩歌に詠い、物語をつくり、絵画にして遺したものである。ここでは、古来、日本の詩人達がどんな歌を詠い、富士山の美や荘厳さを残してくれたかを、古代から現代まで五人の歌人達を私なりに選んで、紹介したい。ご存じの歌が多いと思うが、藝術は永遠なりで、ご一緒に味わつてみたいと思う。

富士山を讃えた歌として、最初にはつきりと記録に残っているのは、万葉集の時代まで遡る。山部赤人は、万葉集に富士山を讃えて、すばらしい長歌と短歌を残してくれた。

天地の分かれし時ゆ 神さびて 高く尊き駿河なる 富士の高嶺を……

に始まる長歌に続き、「田子の浦ゆ うち出てみれば 真白にそ 富士の高嶺に雪は降りける」との有名な短歌を詠んでいる。私は、この山部赤人の長歌は、富士山を詠んだ古今の無数の歌の中でも、最も格調高く、見事にその荘厳さを詠んでいると思う。

ついで、平安時代の末期、諸国を回って名歌を残した西行は、

風になびく富士のけぶりの空に消えて  
ゆくえも知らぬわが思ひかな

と、富士山から立ち上る煙を自らの思いと重ね、人生の無常を詠っている。西行自身この歌を生涯最高の出来だと評したという。

さらに時代を下り、江戸時代中期、かの与謝蕪村は、  
不二ひとつ うづみ残して 若葉かな

すっかり若葉が山を覆い始めた時期、富士山だけは高くて埋み残しているよ、と詠っている。私の好きな俳句である。

さて、明治時代になると、正岡子規が俳句という用語を定め、多くの門人達を育てたが、富士山については、次のような句を残した。

ほととぎす 不二の雪 まだ六合目

ほととぎすが鳴く夏なのに、雪は六合目まで積もったままだ、という。子規の雅号は、ホトトギスである。

最後に、かつて上皇様が天皇陛下であられたとき、

外国とくにの 旅より帰る 日の本の  
空赤くして 不二の峯たつ

の御製を残された。まことに、富士山は日本のシンボルであることを見事に詠まれたと思う。

富士山に恵まれた、ふじのくにの「すこやか長寿」の皆さんのご多幸を祈ります。

## 特報

### 財団新規事業・制度紹介

- ・サポーター企業情報公開
- ・マッチングサイト開設

しずおか健康長寿財団の新規事業について紹介させていただきます。

#### サポーター企業の情報公開

当財団には、「しずおか健康づくりサポーター（以降サポーター企業という）」として登録し活動していただいている企業・団体が157社（令和4年6月末現在）あります。

このサポーター企業は、健康管理・食育・感染対策などの講座を「健康づくり教室」として幼稚園や学校で実施したり、「はつらつ生きがい講座」において認知症予防講座・スマホ講座・熱中症対策・スポーツ教室などを実施するなど、皆様の健康寿

命の延伸に活躍していただいています。

これらの活動は、サポーター企業の協力により社会貢献活動として原則無償（一部実費負担有）で実施していただいております。

このようなサポーター企業の活動や企業情報を公開することにより皆様にその活動内容を知っていただきたい、また、同じようにサポーターとして活動していただける企業を増やしていきたいとの思いからサポーター企業に情報を財団ホームページに登録していただきまし。ぜひご覧になってください。サポーター企業情報は随時財団ホームページに追加していく

ほか、各サポーター企業が実施した活動報告もアップしていきま。すので、あわせてご覧ください。

#### マッチングサイト開設

次に、マッチングサイトについて説明させていただきます。

マッチングサイトは、前段で説明させていただいた企業情報の個別企業情報掲載画面から、その企業へ健康講座や講演会、健康測定などの事業実施を申し込むことができるシステムです。

各企業の個別情報記載ページには事業実施の条件などが記載されています。この要件を満たしている場合は、この画面の、「この企業に申し込む」の赤いボタンをクリックすると申し込む内容を入力する画面が展開します。この画面に必要事項を入力し送信することで、対象の企業へ申込内容のメールが送信されます。企業担当者が申込

内容を確認し事業実施のための調整を行います。日程調整、実施条件が整えば事業が実施されます。

事業が実施された場合、担当した企業は行った事業の内容を「サポーターレポート」として投稿することになっています。このレポートは財団ホームページで公開されますので、各サポーター企業がどんな事業を行ったのか誰でも閲覧することができます。

#### ※注意事項

現在、マッチングサイトの利用（各サポーター企業への申込）は申し込みができる対象者を限定させていただきます。ご了承ください。

また、実施条件、各企業の都合により事業が実施できない場合がありますのでご了承ください。

# しずおか健康づくりサポーター マッチングサイトの利用方法

## 1 財団ホームページにアクセス

<https://www.sukoyaka.or.jp/>

## 2 トップページヘッダーの「サポーター企業・団体情報」をクリック

ホーム | お知らせ | 事業案内 | フォーラム21 | 募集します | サポーター企業・団体情報 | 情報誌・ダウンロード | 健康体験・動画 | 財団について

HOME | INFORMATION | SERVICE | IKIKIZI | RECRUIT | SUPPORTER | DOWNLOAD | MOVIE | ABOUT US

応援します。

連携協働による健康づくりを応援します。

おすすめコンテンツ

- 【ねんりんピックエントリー様式】 ねんりんピックかながわ2022県・静岡市エントリー様式 [こちら](#)
- 【新規開設】 しずおか健康づくりサポーター マッチングサイト [こちら](#) (5/23 9:00開始)
- 【作品募集】 第9回ふじのくに健康づくりポスター・標語コンクール [こちら](#) (6/1応募開始、ポスター8/19・)
- 【作品募集】 令和4年度熟年メッセージ [こちら](#) (5/20応募開始、8/19応募締切り)
- 【参加者募集】 はつらつ生きがい講座 [こちら](#) (令和4年4月～9月の前日程が決まりました 3/31更新)
- 【申込受付中】 すこやかエブリデーDVD等の配布希望の方は [こちら](#)
- 【ねんりんピック愛顔のえひめ2023代表選考】 県選考会 [こちら](#) 静岡市選考会 [こちら](#) 美術展 [こちら](#)

お知らせ  
INFORMATION

2022/04/06 【お知らせ】 しずおか健康長寿財団 公式LINEアカウント開設について

2022/04/05 【お知らせ】 ニューススポーツ用具の貸し出し終了について (シャフルボード、スカットボード、ユニカ)

新着情報  
NEW

2022/06/13 **長寿力向上教室**

サポーター企業・団体  
SUPPORTER

カイロプラクティック クアトロ (DCCグループ)	東静岡ヤクルト販売株	森永乳業株式会社
大塚製薬株式会社名古屋支店	フジッコ株式会社	ナガヤ株式会社
雪印ビーンスターク (株)	リアル野球盤協会	シンコースポーツ株式会社
SOMPOひまわり生命保険株式会社	中央静岡ヤクルト販売株	一般社団法人日本ブローゴルフ協会
中北薬品株式会社	特定非営利活動法人 F-natural LOHAS Club	静岡ガス株式会社
一般社団法人 日本顧問介護士協会	西静岡ヤクルト販売株式会社	株式会社クリエイティブ・ディー
静岡県カローリング協会	マックスパリュ東海株式会社	株式会社アーチ
株式会社 明治 中部支社	公益財団法人 静岡県腎臓バンク	富士山こどもの国
株式会社杏林堂薬局		

サポーター企業・団体を検索する

※ホームページの「サポーター企業・団体」コーナーの「サポーター企業・団体を検索する」をクリックしても、3の検索画面となります。

※閲覧したい企業が決まっている場合は、「サポーター企業・団体」コーナーの企業・団体名を直接クリックしていただくと、5の各企業・団体の個別ページへアクセスできます。

### 3 検索画面から該当項目を選択し、「検索する」をクリック

サポーター企業一覧

あなたの街を応援するサポーター企業一覧です。サポーター企業を探してみましょう。

対応分野（複数選択可）	<input type="checkbox"/> 運動指導 <input type="checkbox"/> 食育 <input type="checkbox"/> 栄養管理 <input type="checkbox"/> 熱中症対策 <input type="checkbox"/> 睡眠 <input type="checkbox"/> 腸内環境 <input type="checkbox"/> 口腔ケア <input type="checkbox"/> フレイル予防 <input type="checkbox"/> 認知症予防 <input type="checkbox"/> 介護予防 <input type="checkbox"/> その他
対象（複数選択可）	<input type="checkbox"/> 高校 <input type="checkbox"/> 中学校 <input type="checkbox"/> 小学校 <input type="checkbox"/> 幼稚園・保育園 <input type="checkbox"/> 特別支援学校 <input type="checkbox"/> 一般県民 <input type="checkbox"/> 高齢者 <input type="checkbox"/> その他
エリア（複数選択可）	<input type="checkbox"/> 伊豆 <input type="checkbox"/> 東部 <input type="checkbox"/> 中部 <input type="checkbox"/> 西部
フリーワード	<input type="text"/>

リセットする

### 4 検索されたリストからマッチングを希望するサポーターの画面をクリック

検索結果：25件      検索条件：

 中北薬品株式会社 <input type="button" value="詳細・お申し込み"/>	 特定非営利活動法人 F-natural LOHAS Club <input type="button" value="詳細・お申し込み"/>	 中央静岡ヤクルト販売株 <input type="button" value="詳細・お申し込み"/>	 一般社団法人 日本顧問介護士協会 <input type="button" value="詳細・お申し込み"/>
 静岡県カローリング協会 <input type="button" value="詳細・お申し込み"/>	 マックスバリュ東海株式会社 <input type="button" value="詳細・お申し込み"/>	 株式会社健康長寿 <input type="button" value="詳細・お申し込み"/>	 公益財団法人 静岡県腎臓バンク <input type="button" value="詳細・お申し込み"/>

### 5 サポーターの個別ページ

株式会社健康長寿



企業名	株式会社健康長寿
所在地	〒420-0856 静岡県静岡市葵区駿府町1
担当部署	サポート課
ホームページ	https://www.sakayaka.or.jp/
対応分野	健康づくり、体力測定、その前講座
対象	高校、中学校、小学校
エリア	伊豆、東部、中部

※企業情報を確認してください。  
 企業のPRも掲載されています。  
 健康教室などの事業を申し込む場合は、  
 「この企業に申し込む」をクリックし必要  
 事項を入力し送信してください。  
 ※申込者を限定しています。ご注意ください。

# はつらつ生きがい講座

# 無料

令和3年度からの新規事業として、健康の増進、新たな生きがいづくりへのきっかけとなる講座等を企画運営し、県内中高年者の豊かな日常生活の創造を目指しています。しずおか健康づくりサポーターの企業や団体と協働し、健康・生きがいづくり推進員の協力のもと、県内の東・中・西部で開催しています。どなたでも無料で参加いただけます。

財団ホームページ(<https://www.sukoyaka.or.jp/>)にアクセスしてお申込みください。

## 講座

### 8月

### スマホ講座

～インターネットで調べたいこと検索してみよう～

協力:ドコモショップ 新静岡店/沼津八間通り店/掛川大池店  
中部/8月4日(木) シズウエル601  
東部/8月8日(月) サンウェルぬまづ大会議室  
西部/8月10日(水) 掛川市生涯学習センター第四会議室  
《時間:13:30~15:00 定員30名程度》



### 9月

### いつまでも健康に!

～アクティブエイジングのヒント～

協力:森永乳業株式会社(しずおか健康づくりサポーター)  
東部/9月9日(金) サンウェルぬまづ大会議室  
西部/9月13日(火) 掛川市生涯学習センター第四会議室  
中部/9月28日(水) シズウエル601  
《時間:13:30~15:00 定員30名程度》



## ニュースポーツ教室

協力:県カローリング協会(しずおか健康づくりサポーター)  
東部/8月29日(月) 13:00~16:00  
サンウェルぬまづ多目的ホール  
東部/9月14日(水) 13:00~16:00  
サンウェルぬまづ多目的ホール



## 10月以降の予定

### ◆ 歴史散歩 (駅集合の近距離ウォーク)

10月21日(金) 掛川城周辺  
11月24日(木) 蒲原宿歴史散策



～健康・生きがいがづくり推進員の役割～

『明るく豊かで健やかな長寿社会の実現』に向け、県民の健康づくり、生きがいがづくり、仲間づくりを推進する  
しずおか健康長寿財団の各種事業を、魅力的かつ円滑に運営するための支援をしていただきます。

東部地域(伊豆を含む)

下田市、東伊豆町、河津町、南伊豆町、松崎町、西伊豆町、沼津市、熱海市、三島市、富士宮市、伊東市、富士市、  
御殿場市、裾野市、伊豆市、伊豆の国市、函南町、清水町、長泉町、小山町

わたなべ ひでき  
渡邊 英機



裾野市在住

静岡県が推進する健康寿命  
延伸の取組事業を、地域の皆  
様の中に深く浸透していくよ  
う、私達「健康・生きがいが  
づくり推進員」が、お手伝いさせ  
ていただきます。

あんどう としあき  
安藤 智章



三島市在住

明るく活力ある、長寿社会の  
実現に寄与できるような各種  
事業に対し、地域に合った魅力  
ある楽しい活動とし・生きが  
いがづくり・健康づくり・仲間づ  
くり、貢献出来ればと願って  
います。

わたなべ いくこ  
渡邊 育子



裾野市在住

健康長寿県日本一をめざし、  
地域に根付いた健康づくり活  
動に参加して頂けるよう皆様  
の声を耳を傾けながら、健康  
講座の情報発信し、皆様  
と共に健康づくりに取り組ん  
でいきます。

ささき しげこ  
佐々木 成子



沼津市在住

地域の皆さんの元気で、魅力  
ある活動を発信できたらと  
思っています。1年目で至ら  
ないところもあると思いま  
すが、精一杯頑張りますので  
よろしくお願いたします。

中部地域

静岡市、島田市、焼津市、藤枝市、牧之原市、吉田町、川根本町

なかの もとえ  
中野 元恵



焼津市在住

推進員として、健康・生きが  
いがづくりに関する知識や技術  
を学び、地域の皆さまへ広める  
活動を通して、一緒に協力作  
しながら皆さまの健康・生きが  
いがづくりに取り組んでいき  
たいと思います。

いげがや つよし  
池谷 毅



焼津市在住

推進員としての目的や役割を  
十分に理解して、頑張ってい  
きたいと思います。地域の活  
動において、今まで以上に関  
心をもち、人とのつながりや  
接し方を大切に活動してい  
きたいと思います。

西部地域

浜松市、磐田市、掛川市、袋井市、湖西市、御前崎市、菊川市、森町

やまもと じゅんいち  
山本 純一



磐田市在住

健康・生きがいがづくり推進員  
に任命され、身が引き締まる  
思いです。地域とのパイプ役  
として諸活動の応援と情報収  
集に勤めますので、どうぞよ  
ろしくお願いたします。

ほんだ こういち  
本田 高一



菊川市在住

人生100年といわれる時代と  
なりましたが、充実した100年  
を送るためには心身共に健康  
でなければならないと思い  
ます。微力ではございますが、  
できるだけ多くの皆様方に健  
康をお届けできたらと思っ  
ております。

いしかわ てつお  
石川 哲男



袋井市在住

生きがいとは？人それぞれに  
価値観や考え方も楽しみも違  
う、しかし一人では生きてい  
けない。その為には第一に健  
康、第二に明るく楽しむ。まず  
は散歩しよう、動植物や自然  
を五感で感じろんな気づき  
を楽しもう。

ふたまた ゆうこ  
二俣 祐子



菊川市在住

コロナ禍でより健康・生きが  
いがづくりに対する重要性を感  
じています。地域の皆さんの  
生活に、身体を動かす楽し  
み・新しい知識を得る喜びを  
お伝えできるよう広報活動  
をしていきたいと思ってお  
ります。よろしくお願致します。





カローリング競技

ニーススポーツ教室「カローリング競技」が行われ、受講生28名が、沼津市「サンウエルぬまづ」4階多目的ホールで、日頃見慣れないジェットローラーの投球に興じていました。静岡県カローリング協会インストラクター指導の下、上達も早く4コート設置された会場には、絶えず笑い声と仲間への応援で盛り上がりを見せていました。いつまでも生き生きと、はつらつ人生を築き上げていきたいと思えます。

レポーター 渡邊育子推進員(東部)

4月20日(東部)  
ニーススポーツ教室  
カローリング競技



シャフルボード(シズウエル体育館)

カローリング、シャフルボード、太極柔力球の3種目を行いました。それぞれの種目6〜7名に分かれて約30分ごとに行い、ローテーションしていきました。競技説明も丁寧でわかりやすく、動きもゆるやかなので、高齢者でも十分に活動できるものでした。慣れきた頃には、力の入れ具合もわかり、参加者からは「もっとやりたかった。」「また参加したい。」などの声が多く聞かれました。

レポーター 池谷毅推進員(中部)

5月18日(中部)  
ニーススポーツ教室  
カローリング・シャフルボード・太極柔力球



カルシウムチェック

令和4年度西部地区の第1回目のはつらつ生きがい講座を、掛川市生涯学習センターにて行いました。骨の健康について、雪印ビーンスタークの栄養士の方より骨粗鬆症を防ぐために必要な1日のカルシウム量やカルシウムを含む食材の紹介があり、その後、参加者一人一人のカルシウム自己チェックを行いました。参加者からも多数の質問があり、大変充実した講座となりました。

レポーター 本田高一推進員(西部)

5月19日(西部)  
骨の健康講座  
〜強い骨でいつまでもハツラツと〜

# サポーター紹介コーナー

- ①サポーター様名称  
(企業・団体)
- ②企業概要
- ③活動方針(社是等)
- ④健康活動  
(具体的なサポート項目:  
運動や食育での健康講座  
・教室・イベント等)
- ⑤担当者様の声(感想等)

しずおか健康いきいきフォーラム21では、県民が心身共に健やかに暮らすことができるよう「健康寿命の延伸」「生活の質の向上」を目指し、県民総参加の健康づくり活動を推進しております。その健康づくり活動に積極的な企業・団体等は、令和4年3月31日までで157企業・団体(2,461店舗・事業所)となっております。この度その中からサポーター3企業・団体を質問形式(①～⑤)で紹介します。

## ①中北薬品株式会社

②医薬品、医薬部外品、診断用試薬、医療機器、衛生材料、動物用医薬品等の販売ならびに製造を中心に事業をおこなっております。

関連企業としてICソリューションズ(システム開発、ソフト販売)、グリーンサービス(運送業)、グリーンぱる(薬局経営・支援)、グリーンファーマシー(薬局・小売)、キスラ(活命茶等PB販売)、名起通信社(広告代理店、印刷・デザイン)がございます。

③中北薬品が持つ様々なツール(有効資源)を活用し、子どもから高齢者まで住み慣れた地域で、健康で有意義な日常生活を送ることができるよう、地域福祉の推進と健康寿命の延伸に向けての協力をさせていただきます。

- ④1. 管理栄養士による栄養セミナー(あさごはんの大切さ、離乳食・アレルギーについて、フレイル・ロコモ予防、便秘・生活習慣病予防の食事など)
  2. 体操セミナー(けんこう体操、ママヨガなど)
  3. 乳がん啓発運動指導士による「リンパトーンストレッチ」
  4. 感染予防講座・手洗い勉強会
  5. イベントでのブース出展
- ⑤「地域における『医・食・住』のコンシェル樹(ジュ)」をスローガンに、地域住民の皆様の健康をサポートしていく活動に力をいれております。当社のもつ有効資源を活用し、様々な団体とのネットワークの形成ならびに地域包括ケアシステムの構築を目指した活動をおこなっております。



「あさごはんを食べよう」



「手洗い勉強会」

## ①富士山こどもの国

②富士山のすそのに広がる、自然あふれる広さ94.5ヘクタールの公園です。

③時代を担う子ども達が、富士山の麓の雄大な自然の中で、友達や家族と元気にのびのびと遊ぶことを通じて、生命の貴さや自然の豊かさを学び、夢や冒険心を育むことができる場として、また、地域や利用者が交流できる場としての公園運営を目指しています。

④毎月第一土曜日 ノルディックウォーキング開催



ノルディックウォーキングの様子



ノルディックウォーキングの様子

⑤適度な運動は、『閉じこもり』や『認知症』といった高齢化社会の課題に有効と言われています。仲間との交流や会話を楽しみながら、5kmのウォーキングで心とカラダを同時にリフレッシュしてみませんか。ノルディックウォーキングとは、専用のウォーキングポールを使って、カラダ全体をバランスよく動かせる運動です。専門講師が健康と安全に配慮し、丁寧にレクチャーするのであなたでも安心です。季節の花や山野草など自然を楽しみつつ、体を動かす楽しさも感じられます。

### ①雪印ビーンスターク株式会社

- ②育児用粉乳・離乳食などの育児関連商品および機能性食品などの研究開発、製造・販売
- ③私たち雪印ビーンスタークは赤ちゃんとお母さんをはじめ、家族の健康といきいきした暮らしをサポートする会社です。
- ④出張栄養教室の開催や試供品の提供など、豊かな長寿社会づくりを応援しています。安心してお使いいただける育児用ミルクをお届けするため、私たちは母乳研究を一番大切にしてきました。母乳には、赤ちゃんの成長を支え、病気から守る働きがあります。赤ちゃんのすこやかな成長のため、育児をお手伝いするため、母乳研究を生かしたミルクを提供しています。最近ではこの育児用ミルクの知見をいかして大人

用の粉ミルクを提供するなど、健康寿命延伸にお役に立てるような企業活動を展開しています。

#### 【シニアの方向けの出張栄養教室を開催】

- ①骨密度測定会・骨や口コモに関するイベントでの講座
- ②60歳以上を対象に「低栄養」「フレイル対策」講座主催者との打合せの上で、わかりやすくご説明するように心がけています。いつまでも健康に、自分らしく生活したい—そのようにお考えの皆様にお役に立てるように、これからもさまざまな商品をお届けしたいと考えております。
- ⑤人生100年時代、私たちのお話が皆様の健康にお役に立てたら幸いです。また、私たちも多くの方から元気を頂き、楽しくお話をさせて頂き嬉しく思います。





## 少子化と高齢化

静岡市保健福祉長寿局理事 兼 保健所長

田中 一成 さん  
たなか かずなり

### 〇はじめに

以下は、ある少子化に悩む社会で実際に行われた政策です。

- ・子供が多いほど税制面で優遇される
- ・子供が多い人は休暇を多くもらえる
- ・3人以上出産した女性は特権が与えられる

我が国の少子化対策に似ていると思われたかもしれません。実は、古代ローマ帝国の初代皇帝アウグストゥスが「少子化は国家を維持する上で深刻な危機」と認識し法律で定めたものです。古代ローマ帝国も少子化対策に頭を悩ませていたのです。我が国が少子高齢化社会のトップランナーであることはご存じと思いますが、多くの方々と話をするると本質的なところで少子高齢化に対する認識に相違がある

と感じることがあります。そこで、少子高齢化という現象についてお話をさせてもらいたいと思います。

### 〇少子化とは

古代ローマ帝国の少子化についても少し紹介します。

- ・ポエニ戦争でカルタゴに勝った紀元前2世紀頃は、10人もの子供を産むのが珍しくなかった
- ・シーザーが帝国の基礎を築いた紀元前1世紀になると子供2, 3人を産むのが普通になった
- ・帝国が安定した紀元前1世紀末になると恵まれた階層では結婚をしない人達が増えた。

(塩野七生著「ローマ人の物語」より)

## 田中 一成 所長 プロフィール

### 学歴：

昭和62年3月 山口大学医学部卒業  
 平成3年3月 山口大学大学院医学研究科病理学専攻修了・医学博士

### 職歴：

平成3年3月	山口大学医学部病理学第二講座・助手	平成24年9月	厚生労働省神戸検疫所・所長
平成5年5月	厚生省健康政策局医事課試験免許室・試験専門官	平成25年7月	厚生労働省東京検疫所・所長
平成20年8月	(独)宇宙航空研究開発機構有人宇宙技術部・主幹開発員	平成28年6月	厚生労働省北海道厚生局・局長
平成22年7月	文部科学省研究振興局ライフサイエンス課・ゲノム研究企画調整官	平成30年10月	厚生労働省成田空港検疫所・所長
平成23年8月	内閣府・参事官(政策統括官(科学技術政策・イノベーション担当)付)	令和3年10月	静岡市保健所・所長

まるで、我が国の現状かと間違えそうですが、戦乱の続く時代から社会秩序が安定するにつれて少子化の進行が見取れます。米国CIAの調査でも、国情が安定していない国や地域では子供が多く、安定している国では少子化が進行する傾向が示されています(W o r l d Fact Book , 2015)。ヒトという生物は社会秩序が安定すると少子化するという不思議な性質を持つていることが示唆されており、少子化は過去に何度も発生した「ありふれた現象」なのです。

### ○高齢化とは

高齢化について、生殖期後の個体が集団の過半数を超える生物はヒトだけです。その実現には、外敵から身を守り、安定的な食料供給と衛生的な環境だけではなく、高度な医療技術が必須です。不治の病とされた感染症やがんなどの疾患が新薬の開発等により治療が可能となり、「2007年に日本で生まれた子供が107歳まで生きる可能性が50%」とまで言われています。

このように、高齢化は医学の進歩があつて初めて実現するので、過去に人類どころか「生物すら未経験の現象」であり、少子化とセットで発生するわけではないのです。

### ○予想困難な少子高齢化社会の姿

我が国は、少子化と高齢化が同時進行しています。少子化ですら「国家を維持する上で深刻な危機」であるのに、未体験の高齢化まで進行しているという極めて深刻な状況といえ、将来予想が困難です。

例えば、あるコンビニチェーンの社長から年金や生活保護の支給日の売り上げが給料日を上回るようになったので高齢者が好きなバナナを店先に置くようにしたと以前お聞きしたのですが、令和元年10月20日の日本経済新聞の一面に「決戦は年金支給日 スーパー客数・販売額給料日を超える」と報じられました。

つまり、スーパーやコンビニの主たるお客は年金や生活保護の受給者になつたというのですが、誰がこれを予想できたでしょう??

### ○社会保障はどうなる??

読者の皆さんのより切実な関心は、医療や介護などの社会保障の将来ではないでしょうか?

現在の社会保障制度の基本設計は、昭和30年代に日本人の平均寿命が60歳であつた頃になされたもので、少子高齢化に対応するには、もはや小手先の制度改正では対応が困難であることが確実となりました。このため、新たな社会保障制度の姿として考えられたのか地域包括ケアシステムです。紙面の都合上、詳細は他に譲りますが、地域包括ケアシステムとは「人生100年社会に対応した新しい社会保障システム」なのです。

### ○おわりに

地域包括ケアシステムの構築には、行政や医療・介護関係者だけでなくサービスを受ける住民の意識や行動を変えていくことが必要となります。今後とも皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。

# 特報

## 静岡県すこやか長寿祭 & ねんりんピック(令和3年度実績・令和4年度計画)

当財団では、県内高齢者の健康づくりと生きがいづくりの推進のため「静岡県すこやか長寿祭」を毎年開催しています。

この内、「スポーツ・文化交流大会」と「美術展」は、「全国健康福祉祭(愛称:ねんりんピック)」の代表選考会を兼ねており、「熟年メッセージ大会」を加えた3つの大会で構成されています。各大会の令和3年度実績と令和4年度計画を紹介します。

### 令和3年度 第32回 スポーツ・文化交流大会

新型コロナウイルス感染症の影響で、当初9月開始を延期し、令和3年10月15日に開会式、10月23日から競技を開始しました。

この大会は多くの競技で「ねんりんピック」かながわ2022(次ページ参照)の本県代表選考会(二部競技で静岡市・浜松市代表選考会)を兼ねて開催しました。

令和4年1月以降は、まん延防止等重点措置により、当初予定した35競技の内、13競技が中止となりましたが、実施した22競技及び開会式に3,677人が参加し、県内各地で熱戦が繰り広げられました。

コロナ禍の大会運営に御協力いただいた、競技団体・選手の皆様に感謝申し上げます。



マラソン(12/18エコパスタジアム)

### 令和4年度 第33回 スポーツ・文化交流大会

スポーツ等を通じて高齢者の健康づくり・生きがいづくりの促進と参加者同士の交流を図ることを目的に、38競技(サイクリング、デイスコン、スポレック、フーバが新規追加、サーフィンが終了)を、令和4年9月から令和5年3月に開催予定です。

この内、多くの競技で「ねんりんピック愛顔のえひめ2023」の

本県代表選考会を兼ねます。

なお、一部競技で静岡市・浜松市の代表選考会を兼ねますが、両市が独自で選考会を行う競技もありますので、詳細は左記にお問合せください。

静岡市・市実行委員会事務局  
(054・253・4221 当財団内)  
浜松市・市高齢者福祉課  
(053・457・2789)

## 総合開会式

※どなたでも参加できます

令和4年9月8日(木) 13:00~15:00  
グランシップ大ホール・海

- 選手宣誓
- 健康・生きがいづくり講演会

「和顔施でしなやかに生きる」

静岡産業大学スポーツ科学部 学部長・教授 高橋和子 氏



参加無料

財団HPから要事前申込

# 第33回 静岡県すこやか長寿祭スポーツ・文化交流大会

〈大会期間〉 令和4年9月6日(火)～ 令和5年3月31日(金)

〈参加資格〉 昭和39年4月1日以前生まれの県内在住者

※詳細は財団にお問合せください(競技により受付終了の場合があります)。

※色付きの競技がねんりんピック選考競技

競技名	開催日	会場	競技名	開催日	会場
卓球	9月25日(日)	草薙総合運動場 このはなアリーナ体育館	バウンドテニス	2月26日(日)	草薙総合運動場 このはなアリーナ体育館
テニス	10月14日(金)	静岡市有度山総合公園運動施設	オリエンテーリング	1月22日(日)	静岡大学静岡キャンパス付近
	11月8日(火)	草薙総合運動場庭球場	パークゴルフ	12月2日(金)	富士山樹空の森 パークゴルフ場
ソフトテニス	11月5日(土)	静岡市有度山総合公園運動施設 テニスコート	インディアカ	10月30日(日)	牧之原市相良B&G海洋センター
ソフトボール	11月5日(土)・6日(日)	静岡市田町緑地スポーツ広場	水泳	1月22日(日)	静岡県立水泳場
ゲートボール	10月11日(火)	天城ドーム	ラグビーフットボール	11月23日(水)	小笠山総合運動公園エコパスタジアム
ペタンク	3月11日(土)	三島市南二日町多目的広場	カローリング	9月17日(土)	静岡市中央体育館
ゴルフ	3月予定	藤枝ゴルフクラブ	スポーツウェルネス吹矢	11月23日(水)	金谷体育センター
マラソン	12月17日(土)	小笠山総合運動公園エコパスタジアム	軟式野球	11月19日(土)	島田市営球場ほか
弓道	11月6日(日)	静岡県武道館 弓道場	サイクリング【新規】	10月頃	御前崎・牧之原市周辺(予定)
剣道	12月4日(日)	静岡県剣道連盟 養浩館	囲碁	12月3日(土)	島田囲碁センター(島田市)
グラウンド・ゴルフ	9月6日(火)	島田市グラウンド・ゴルフ場	将棋	9月11日(日)	島田市民総合施設 プラザおおるり3階
なぎなた	2月5日(日)	静岡県武道館 第一道場	健康マージャン	2月23日(木)	静岡県総合社会福祉会館 シズウェル703会議室
太極拳	10月23日(日)	焼津市総合体育館	かるた	10月2日(日)	藤枝市武道場
ウォークラリー	2月5日(日)	沼津市千本浜周辺	俳句	2月頃	吟行俳句大会と合同開催 富士宮市民文化会館(予定)
ソフトバレーボール	9月17日(土)	静岡市長田体育館	川柳	誌上	9月に誌上競吟大会報を発行予定
サッカー	10月2日(日)	小笠山総合運動公園エコパスタジアム	以下の3競技はふれあい交流競技(公開競技)		
ダンススポーツ	3月19日(日)	静岡市南部体育館	ディスコン【新規】	1月20日(金)	藤枝市民体育館
ボウリング	10月30日(日)	狐ヶ崎ヤングランドボウル	スポレック【新規】	11月27日(日)	藤枝市民体育館
ターゲット・バードゴルフ	11月6日(日)	東新田スポーツ広場 ターゲット・バードゴルフ場	フーバ【新規】	1月28日(土)	掛川市南体育館「し～すぽ」



「第32回すこやか長寿祭スポーツ・文化交流大会」(静岡市・浜松市は一部独自選考会を別途開催)で選考された選手を、令和4年11月12日(土)から11月15日(火)まで神奈川県で開催予定の「ねんりんピックかながわ2022」に派遣します。

本県からは、静岡県代表(静岡市・浜松市以外に在住の選手)・静岡市代表(静岡市在住の選手)・浜松市代表(浜松市在住の選手)の3選手団が参加します。

熟年パワーを存分に発揮し、神奈川県で静岡旋風を巻き起こすことを期待しています。

令和4年度 ねんりん  
ピックかながわ2022

## 選手団の紹介

※令和4年6月30日現在

### ●静岡県代表

団長 今西 健さん

旗手 袴田 進吾さん  
(テニス、島田市)

旗手 袴田 進吾さん  
(サッカー、藤枝市)

参加競技 31競技・美術展6部門

派遣選手 217人・美術展12作品

### ●静岡市代表

団長 田中 政弘さん

旗手 望月みね子さん  
(サッカー、葵区)

旗手 望月みね子さん  
(テニス、清水区)

参加競技 24競技・美術展6部門

派遣選手 146人・美術展12作品

### ●浜松市代表

団長 小川 誠厚さん

旗手 鈴木 雅弘さん  
(卓球、西区)

旗手 鈴木 雅弘さん  
(卓球、西区)

参加競技 21競技・美術展6部門

派遣選手 127人・美術展12作品

# 令和3年度第25回 静岡県すこやか長寿祭美術展を開催!

「すこやか長寿祭美術展」(当財団・静岡県主催、静岡市・浜松市共催)は、高齢者の文化活動の促進とふれあいと生きがいづくり等を目的に、平成9年度から開催しています。

コロナ禍の中ではありましたが、県内各地のアマチュアから6部門247点の出品があり、審査員による審査で県知事賞をはじめ、60点の入賞作品を選出したほか、第34回全国健康福祉祭神奈川・横浜・川崎・相模原大会(ねんりんピックかながわ2022(令和4年11月12日〜15日開催))の静岡県・静岡市・浜松市の代表選考会も兼ねて実施しました。

一般公開 1月8日〜16日

昨年は新型コロナウイルス感染予防のため展示を中止しましたが、今回は美術展全247(日本画31、洋画112、彫刻9、工芸40、書26、写真29)作品を9日間にわたり、グランシップ展示ギャラリーで展示・公開しました。



表彰式 1月13日

入賞した作品のうち、上位の14作品と最高齢者の2作品の表彰をグランシップ交流ホールで行いました。



受賞された皆さん(出席者14名)、県局長、理事長

# 令和4年度第26回 静岡県すこやか長寿祭 美術展作品募集中!

第35回全国健康福祉祭えひめ大会(ねんりんピック愛媛のえひめ2023(令和5年10月28日〜31日開催))の静岡県・静岡市・浜松市の代表選考会も兼ねて実施します。

- 応募資格 県内在住で昭和39年4月1日以前に生まれたアマチュアの方
  - 募集部門 日本画、洋画、彫刻、工芸、書、写真の6部門
  - 応募方法 財団ホームページから
  - 応募期限 令和4年10月31日(月)
  - 出品料 1作品二千元
- ※詳しくは財団ホームページを御覧ください。






# 公益財団法人しずおか健康長寿財団 公式LINEアカウントを開設しました

令和4年4月、当財団の公式LINEアカウントを開設しました。

健康・生きがいづくり情報を随時発信していきますので、“友だち”登録をよろしくお願いいたします。※登録は無料です

登録は以下のいずれかの方法で、スマートフォンからお願いします。

- QRコード(下図)を読み取り登録
- ID(@384qxrzk)で検索し登録
- 財団ホームページ内のボタン  から登録



## 公式Youtubeチャンネルもご利用ください

健康・生きがいづくりに関する動画を公開中です。

### 人生100年!~長寿力向上体操

当財団の稲益健康運動指導士が、ひざ痛予防や腰痛予防などの運動をわかりやすく紹介します。



### 健康長寿体操「すこやかエブリデー」

若々しい体を維持していくための健康長寿体操です。県民になじみの深い曲が盛り込まれています。



他にも盛りだくさんです。チャンネル登録(無料)もよろしくお願いいたします。

# 財団だより

公益財団法人しずおか健康長寿財団

〒420-0856 静岡市葵区駿府町1番70号

Tel 054-253-4221 Fax 054-253-4222

HP <http://www.sukoyaka.or.jp> (財団)

<http://www.kenkouikigai.jp> (生きがい・仲間づくり情報)

電子メール ikiiki21@sukoyaka.or.jp

ご参加お待ちしております



しずおか  
健康づくりサポーター  
& 県民連携・協働のつどい

県民の健康づくりに協力している企業・団体の日頃からの活動について、事例発表や健康寿命延伸のための講演を開催します。

## ●日時

令和5年2月2日(木)

## ●場所

静岡県総合社会福祉会館  
シズウエル 7階会議室  
(静岡市葵区駿府町1-70)

## ●内容

健康づくりサポーター等の活動事例発表、企業ブース展示、講演会

## ●入場無料

\*詳細につきましては、財団ホームページでお知らせします。

\*新型コロナウイルスの感染が拡大した場合は中止することがありますので、ご承知おきください。

第9回ふじのくに  
健康づくりポスター・標語  
コンクール作品募集

県下の小・中・高等学校・特別支援学校の児童・生徒を対象に、健康づくり県民運動の推進を図るため、健康に関連するポスター・標語を募集します。

## ●応募資格

県内の小学校、中学校、高等学校、または特別支援学校の小学部・中学部・高等部に在籍する児童・生徒

## ●応募作品

・ポスターの部 ・標語の部

## ●応募テーマ

各部共通

- 一：運動・身体活動
- 二：食育

## ●応募期間

・ポスターの部

令和4年6月1日(水)

～8月19日(金)

なお作品は8月26日(金)までに必着のこと

・標語の部

令和4年6月1日(水)

～8月26日(金)

期間内に作品必着のこと

\*財団ホームページ専用サイトからポスター・標語ともに申込受付を完了お願いします。

なおポスターは入力した応募内容を印刷し、作品の裏面に貼り付けて財団宛に郵送送付してください。

\*詳細は財団ホームページ専用サイト(募集要領)を参考にしてください。



発行元:公益財団法人しずおか健康長寿財団 〒420-0856 静岡市葵区駿府町1番70号 県総合社会福祉会館内 TEL 054-253-4221 FAX 054-253-4222 URL: http://www.sukoyaka.or.jp 発行日 令和4年8月1日 (定価150円(税込))

**雪印ピーンスターク(株)**

アクティブに  
輝く未来のために

5gの  
たんぱく質  
(1食あたり)

50代からの健康維持に、不足しがちな  
栄養分をぎゅっと凝縮。いつもの食事に  
混ぜるだけで輝く毎日をサポートしてくれる、  
粉ミルク型の栄養補助食品です。

12種の  
ビタミン

大人のための  
粉ミルクで  
**摂りたい栄養  
楽らくプラス!**

カルシウム  
など  
8種のミネラル

香料  
不使用

常温/長期  
保存可能  
(開封前)

**プラチナミルク**

冷温どちらでも!  
飲みやすいから  
続けやすい!



【缶タイプ】内容量:300g(約15回分)／希望小売価格:2,138円(本体1,980円) 【スティックタイプ】内容量:100g(10g×10本)／希望小売価格:979円(本体907円) ●お近くのドラッグストアで買い求めいただけます(一部店舗ではお取扱いがございません)。●商品や当社ホームページに記載の注意事項をご確認の上、お買い求めください。商品に関するお問い合わせは雪印ピーンスターク(株)お客様センターへ。0120-241-537 10:00~17:00(土日祝を除く) 食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。くわしくはこちら! プラチナミルク 後案

アレルギー(推奨表示含む)  
乳成分、大豆

**富士山こどもの国**



大自然の中で、仲間や家族とのびのび過ごしてみませんか。

**営業時間** 9:00~17:00 (4月~9月)  
9:00~16:00 (10月~3月)

**駐車場** 無料

**休園日** 毎週火曜日

※ただし5月~10月、冬休み、  
年末年始、春休み、GW、祝日は無休

**入園料** 大人 830円  
中学生 410円  
小学生 200円

小学生未満 無料  
65歳以上 無料  
障害がある方 無料

〒417-0803  
静岡県富士市  
桑崎 1015  
TEL 0545-22-5555  
FAX 0545-22-5551  
<https://www.kodomo.or.jp>

