

チャレンジ！！オープンガバナンス 2019 市民／学生応募用紙

地域課題タイトル (注1)	No.	タイトル	自治体名
	10_2/2_1	「全ての市民が生き生き楽しく社会に参加できる鎌倉」を実現する	神奈川県鎌倉市
アイデア名(注2) (公開)	介護を必要としない自立した生活・健康寿命をいかに延ばすかという課題に取り組む「長寿社会のまちづくり～予防都市かまくら～」		

(注1) 地域課題タイトルは、COG2019 サイトの中に記載してあるエントリー自治体(連合)が掲げる地域課題を記入してください。

(注2) アイデア名は各チームが応募されるアイデアにつけるものです。アイデアにふさわしい名前を付けてください。

1. 応募者情報

チーム名(公開)	NPO 法人ダンスライフコミュニケーションズ		
チーム属性(公開)	<input checked="" type="radio"/> 1. 市民によるチーム <input type="radio"/> 2. 学生によるチーム <input type="radio"/> 3. 市民、学生の混成によるチーム		
メンバー数(公開)	5名		
代表者情報			早川嘉一郎
メンバー情報	氏名(公開)	岡田一恵 鈴木仁史 阿部良武 早川ちかえ 町井弘美	

(注意書き) ※ 必ず応募前にご一読ください。

<応募の際のファイル名と送付先>

1. 応募の際は、ファイル名を COG2019_応募用紙_具体的チーム名_該当自治体名にして、以下まで送付してください。東京大学公共政策大学院の COG2019 サイトにある応募受付欄からもアクセスできます。 admin_padit_cog2019@pp.u-tokyo.ac.jp

<応募内容の公開>

2. アイデア名、チーム名、チーム属性、チームメンバー数、代表者と公開に同意したメンバー氏名、「アイデアの説明」は公開されます。
3. 公開条件について：
「アイデアの説明」でご記入いただく内容は、クリエイティブ・コモンズの CC BY (表示) 4.0 国際ライセンスで、公開します。ただし、申請者からの要請がある場合には、CC BY-NC (表示—非営利) 4.0 国際ライセンスで公開しますので、申請の際にその旨をお知らせください。いずれの場合もクレジットの付与対象は応募したチームの名称とします。
(具体的なライセンスの条件につきましては、<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode.ja>、および、<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/legalcode.ja> をご参照ください。また、クリエイティブ・コモンズの解説もあります。<https://creativecommons.jp/licenses/>)
4. 上記の公開は、内容を確認した上で行います。(例えば公序良俗に違反するもの、剽窃があるものなどは公表いたしません)
5. この応募内容のうち、「3. 自治体との連携」は、非公開です。なお、内容に優れ今後の参考になりうると判断したものは、公開審査後アドバイスの段階で相談の上公開することがあります。

<知的所有権等の取扱い>

6. 「アイデアの説明」中に、応募したチームで作成・撮影したものではない文章、写真、図画等を使用する場合、その知的所有権を侵害していないことを確認してください。具体的には、法令に従った引用をするか、知的所有権者の許諾を取得し、その旨を注として記載してください。「自治体との連携」中も同様でお願いします。
7. 「アイデアの説明」中に、人が写りこんでいる写真を使用している場合、使用している写真に写りこんでいる人の肖像権またはプライバシーを侵害していないことを確認してください。

<チームメンバー名簿>

チームメンバーに関する情報を最終ページに記載して提出してください。（2. の扱いによる代表者氏名を除き、他のメンバーに関する情報は本人の同意があるものを除き COG 事務局からは非公開です。詳細は最終ページをご覧ください。）

2. アイデアの説明（公開）

(1) アイデアの内容、(2) アイデアの理由、(3) 実現までの流れ、の三項目に分けて記入してください。
必要に応じて図表を入れていただいて結構です。

(1) アイデアの内容（公開）

アイデアは、課題解決のために、何をやる社会的なサービス（活動）なのか、をわかりやすく示してください。これが将来実現した場合、魅力的で新規性があり、実践したり、活用したくなる、そしてその結果として、課題が解決される、そんなワクワク感のあるアイデアを期待します。2 ページ以内でご記入ください。

<応募チームとして解決したい課題>

「働くまち鎌倉」「住みたい 住み続けたいまち鎌倉」を実現する

<解決アイデアの内容>

働くために、また、生活するためには何をあいても**健康維持**が土台です。

健康を意識しながら ひろく多くの方に「鎌倉」の住みやすさ・楽しさをアピールし

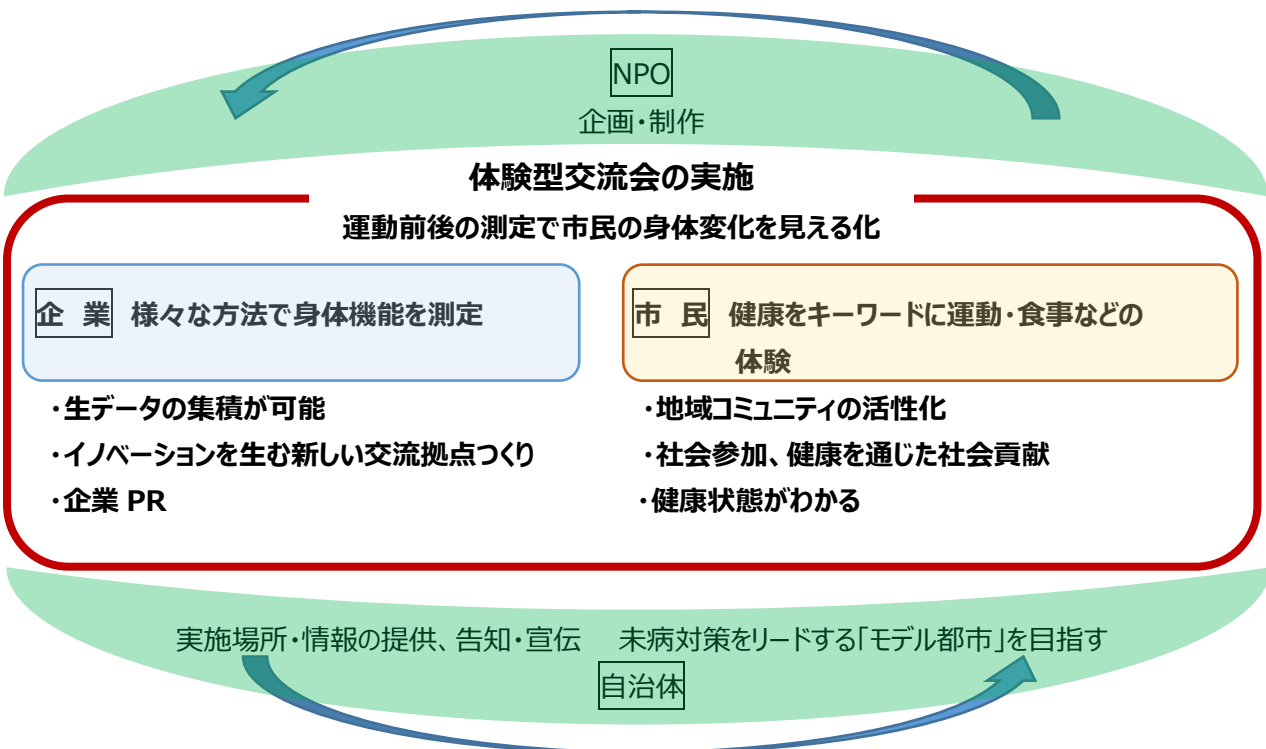
市民が介護を必要としない自立した生活・健康寿命をいかに延ばすか という課題に取り組む

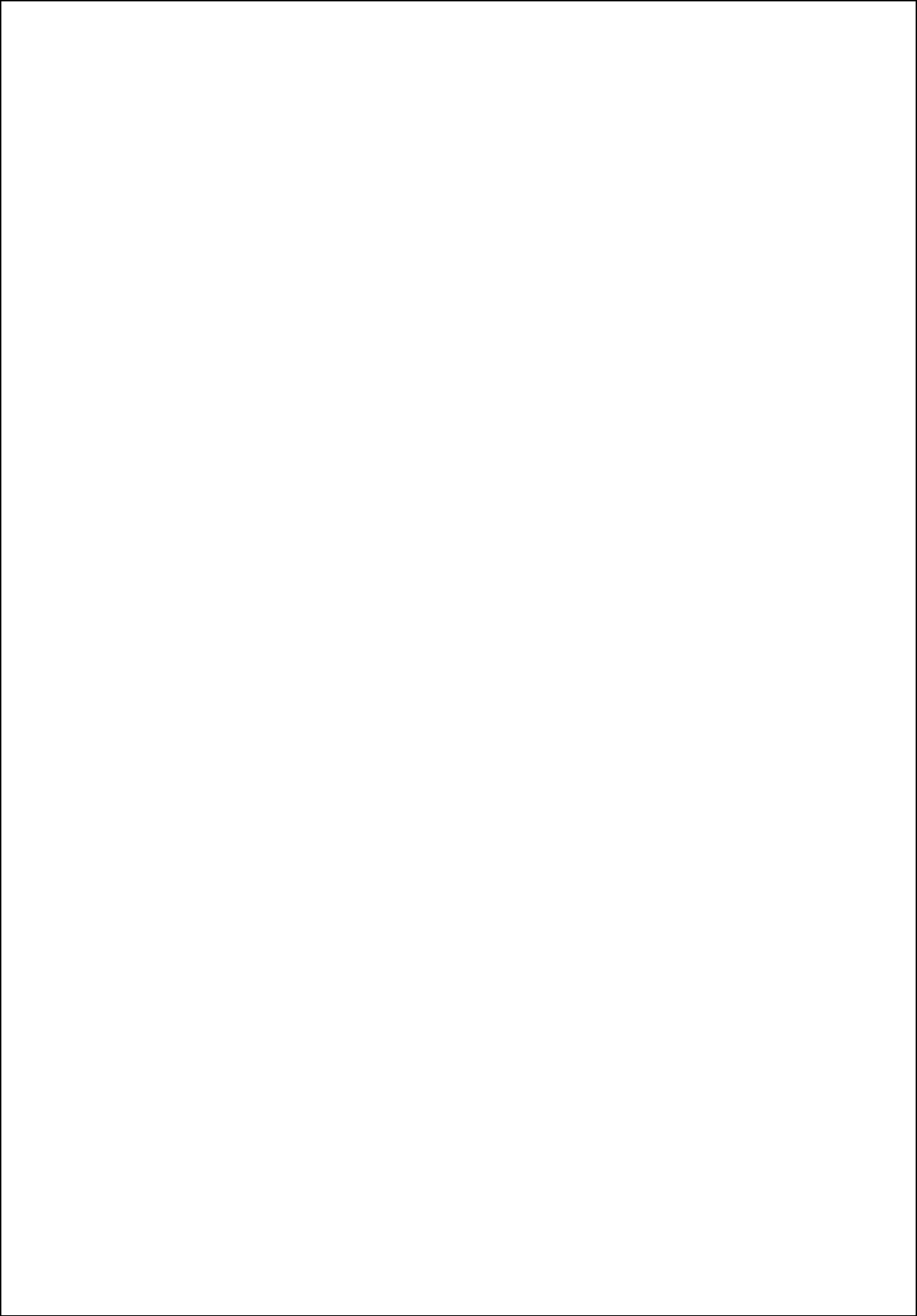
「長寿社会のまちづくり～予防都市かまくら～」

健康の現状を「可視化（見える化）」（脳波・脈波・自律神経・免疫力など）し

「ビヘイビアヘルス」（医療や介護に頼らない自立した生活）を構築していく

長寿社会・予防都市かまくら を目指します。





(2) アイデアの理由 (公開)

このアイデアを提案する理由について、それをサポートするデータを根拠として示しつつ2ページ以内で説明してください。ここではアイデアの必要性、効果を確認します。データとは、統計類の数値データやアンケート・インタビューなどの資料や関連の計画、既存の施策などの定性データのことを総称します。データは出所を明らかにしてください。

多様性を認め合う社会の中に「健康作り」というキーワードを共通性としていく



※日本経済新聞記事(2019.6.4)

認知症は社会の大きな問題です。認知症は生活習慣病の終着点。

生活習慣病の予防が認知症予防につながる。

鎌倉市内の健康診断受診率はここ数年 30%台と横ばい

※出典 鎌倉市第2期データヘルス計画及び第3期特定健康診査等実施計画

<https://www.city.kamakura.kanagawa.jp/hokennenkin/detahealth.html>

個人事業主 家族経営 中小企業が多い鎌倉に一步踏み込んだ「健康作り」意識向上を

企業が求めるシニア世代を雇用する場合に重視する条件より

複数回答可能な場合：1位[健康であること 47.2%]

単一回答のみの場合：1位[採用は予定していない 32.0%]、2位 [知識経験があること 22.5%]、

3位[健康であること 14.9%]

※出典 鎌倉市のシニア世代の就労についてのアンケート調査

<https://www.city.kamakura.kanagawa.jp/seisaku-souzou/report-28.html>

要となる働き手の多くが高齢者である

「健康であること」は生きる土台、データ集積の場を交流の場に、

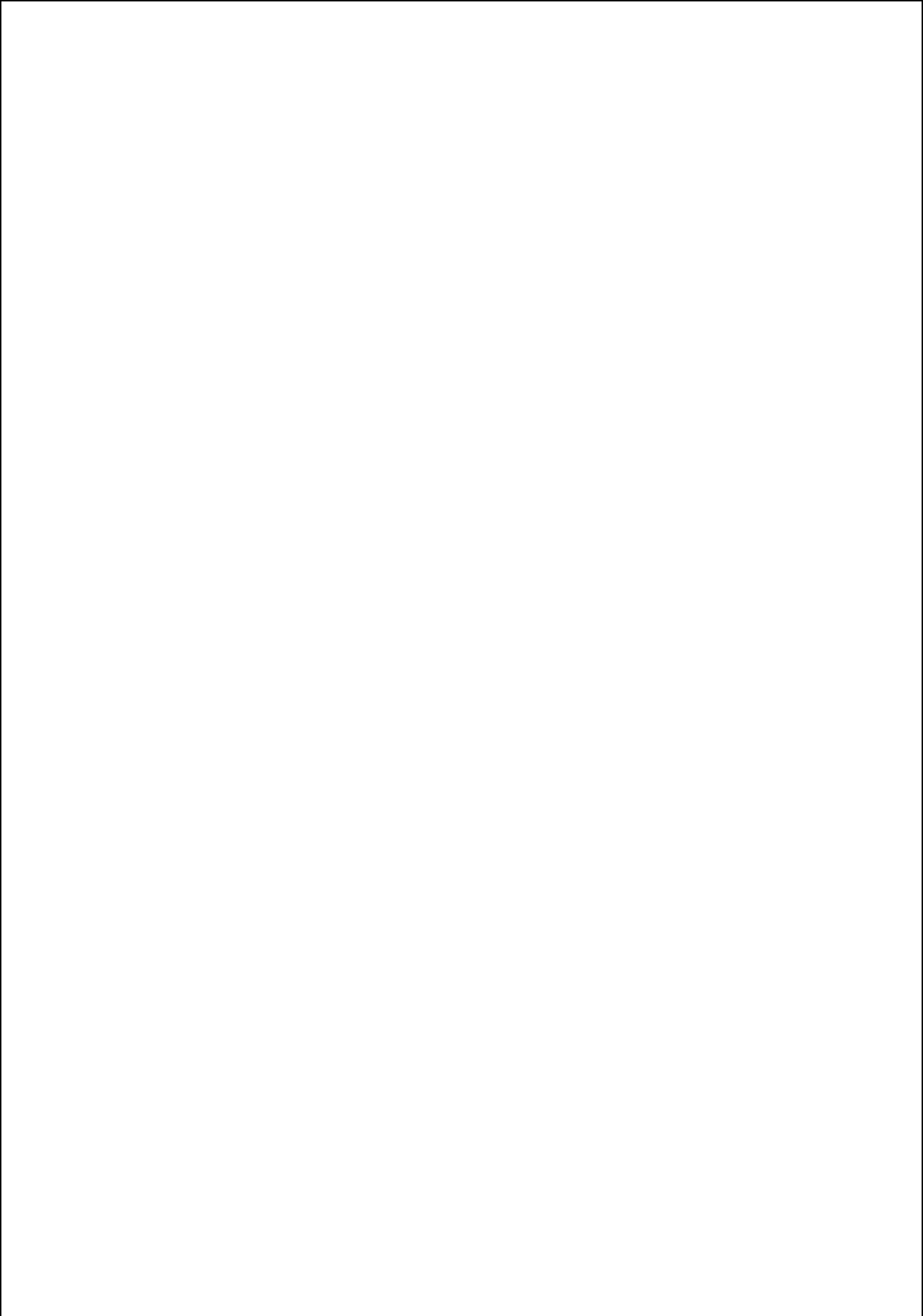
世代を超えたコミュニティを作る

※出典：持続可能な都市経営「SDGS 未来都市かまくら」の創造

<https://www.city.kamakura.kanagawa.jp/keiki/documents/gaiyoupdf.pdf>

当法人は神奈川県主宰未病産業研究会、横浜市主宰ウエルネスパートナーズに参加しています。

それぞれ特化した身体機能測定が出来る企業らとの出会いの中から、データ集積の難しさを知りました。企業を誘致し市民の健康状態を可視化し、新たなイノベーションを生む交流拠点作りをすることが目的です。



(3) アイデア実現までの流れ (公開)

アイデアを実現する主体、アイデアの実現に必要な資源(ヒト、モノ、カネ)の大まかな規模とその現実的な調達方法、アイデアの実現にいたる時間軸を含むプロセス、実現の制度的制約がある場合にはその解決策等、アイデア実現までの大まかな流れについて、2 ページ以内でご記入ください。ここでは実現可能性を確認します。

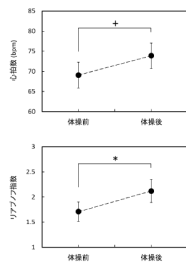
自治体と一体となって広く様々な企業に参加頂けるプラットフォームを構築し、全ての市民が気楽に参加できる健康づくり交流会を実現!

□まず当法人の活動を報告致します。

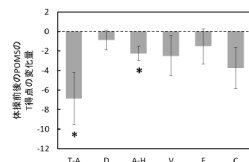
●2019年8月横浜市経済局の紹介により株式会社 TAOS 研究所と共に当 NPO の運動プログラムの実証実験を行う。以下検証結果報告

脳トレリズム体操の実験結果のまとめ

生理指標



心理指標



まとめ:

心拍数増加: 交感神経優位
最大リアップ指増加: 脳活性状態の増加
心理面: 緊張や怒りを緩和する作用

0

■プログラム実施における生理心理的影響について

https://drive.google.com/open?id=1Adr6LJRfean9kFUtJMhH_us8tzdPWTjL

■脳トレリズム体操が及ぼす生理的影響の評価 実験報告書

<https://drive.google.com/open?id=1Dxa4xPLnZBR25cvxen73CUAaMftwqHZs>

※現在は電気通信大学名誉教授理学博士の坂本和義先生、(株) TAOS 研究所代表 苗 鉄軍氏と共に AiSleep(TAOS 研究所)を用いた運動と睡眠の身体変化の実験を行っている。

●大型マンションなどの自治体と話し合い、居住者向け健康イベントを企画中

「免疫カチェック」(唾液採取キットを用いた実験)

※腸管免疫研究所 技術顧問の小林良喜先生と科学アドバイザーの辻典子先生と実現に向けて動いている。

(腸管免疫研究所は日大歯学部、産総研のヘルスケアコンソーシアム、フードメディシンネットワークとの繋がりが
ある企業であり、広く社会実装において連携していけるポテンシャルがある)

当 NPO は身体機能改善・生活習慣病・認知症予防に向けたオリジナルのプログラム作成と普及活動を行っています。<http://dlc.themedia.jp/>

神奈川県健康支援プログラムの承認取得しました

<http://www.pref.kanagawa.jp/docs/cz6/prs/r8823344.html>

これらをふまえ、

様々な企業が参加できるプラットフォームを構築し、多くの市民が気楽に参加できる交流会にステップアップしていく。

それらを担う役割として

NPO : 企画制作。運動や芸術など様々な市民参加の機会を創出

自治体 : 宣伝、開催場所の紹介・提供、市内企業や施設、寺院への賛同アプローチなど

- 例) ● 鎌倉で活動している様々なジャンルの運動指導者と連携
→ 太極拳、脳トレリズム体操、ヨガ、フラなど
- 鎌倉の自然を有効活用した海や山のウォーキングイベント
 - 市内の体験型店舗と連携（鎌倉彫り、楽器作り、お寺で座禅など）
 - 音楽や演劇などの鑑賞イベント などなど

**様々な趣味嗜好に対応し運動や芸術に触れる前後の身体測定で
変化を「見える化」し、身体的・精神的免疫力（自然治癒力）を
向上するイベントを定期的開催していきます。**

これらをふまえ、

表層部では市民の健康状態の可視化とデータ集積を継続的に行う社会参加イベントとして運営していきながら、共生社会という観点から障害者・生活困窮者・ひきこもりの方など 社会的弱者といわれている方々の社会参加の場としても機能していく深層部にアプローチする活動に繋がれば、予防・健康支援都市として住みたいまち 住み続けたいまち鎌倉を形成できると考える。

鎌倉市経営企画部政策創造課「ひきこもりに関する実態調査」によると、

当事者たちの声：身体を動かす、話ができる、ボランティア活動などの自宅とは別の「**居場所**」を求める
自治体の声 : 就労につなげ自立が最終目的ではあるが企業での就労体験などの「**前段階となる
リハビリ的な活動**」が必要

「居場所」=「前段階となるリハビリ的な活動」 が

このアイデアの深層部になっていくことを考えている。

※出典 「ひきこもりに関する実態調査」について

<http://www.city.kamakura.kanagawa.jp/seisaku-souzou/report-27.html>

