

会 議 録

1 会議の名称

令和8年度第1回 茨城県央地域ウェルネス推進協議会

2 開催日時

令和8年8月24日（月） 午後2時から3時まで

3 開催場所

水戸市保健所 3階 健康診査室

4 出席した者の氏名

(1) 委員

上地勝、坂間伊津美、井坂良弘、辰見政徳、青木かを里、田澤重伸、今井章人、中村友美、
塙行弘、山田暁洋、黒澤春美、小泉邦彦、大曾根光江、高林修、高嶋はるえ、佐藤栄子

(2) 事務局（水戸市）

小川佐栄子、堀江博之、福田淳子、春日剛、友崎理一、西山拓海

(3) 関係市町村 担当者

笠間市、ひたちなか市、那珂市、小美玉市、茨城町、大洗町、城里町、東海村

5 会議資料の名称

- ・ 次第
- ・ 出席者名簿
- ・ 資料1 令和8年度ICTを活用した健康づくり事業に係る社会実験について
- ・ 資料2 第2期いばらき県央地域連携中枢都市圏ビジョンについて

6 発言の内容

【事務局】 それでは、定刻となりましたので、ただ今から、令和8年度第1回 茨城県央地域ウエルネス推進協議会を開催いたします。

本日は、お忙しい中、御出席いただきまして、誠にありがとうございます。

本日は、委員18名のうち、16名が出席しておりまして、____委員、____委員は所用のため欠席との連絡を受けておりますので御報告いたします。

続きまして、委員5名に変更がありましたので御紹介させていただきます。

____の、____様です。

____の、____様です。

____の、____様です。

____の、____様です。

____の、____様です。

以上の方におかれましては、机に委嘱状と、参考として、本協議会の設置要項を置かしていただいているので、後ほどご確認ください。

続きまして、____会長よりご挨拶をいただきたく存じます。____会長よろしくお願ひします。

【会長】 皆様、こんにちは。

本年度第1回目の茨城県央地域ウエルネス推進協議会開催にあたり、一言ご挨拶申し上げます。

令和4年度に立ち上げたこの協議会も、今年度で5年目を迎え、茨城県央地域における広域的な連携の取組について定めた、第1期の計画の最終年度という節目の年ともなりました。

これまで委員の皆様をはじめ、関係者の皆様の御理解と御協力のもと、圏域住民の健康づくりに資するため、様々な取り組みや社会実験を進めてまいりました。

本年度は、これまでの取組を振り返り、その成果や課題を整理するとともに、今後の取組につなげていく重要な年度であると考えております。

本日は、今年度実施する社会実験の内容と、令和9年度から始まる第2期計画における本取組の方針についてご報告いたします。

委員の皆様におかれましては、それぞれの立場から忌憚のない御意見をいただければ幸いです。

限られた時間ではありますが、本協議会が活発な御審議となりますようお願い申し上げます、御挨拶とさせていただきます。

本日はよろしくお願いいたします。

【事務局】 ありがとうございました。

それではこれより、議事に移らせていただきます。

議事進行は、____会長にお願いしたいと存じます。____会長、よろしくお願いいたします。

【会長】 それでは、皆様よろしくお願いいたします。

議事に先立ちまして、本日の会議録署名人につきましては、____委員、____委員のお二人を指名させていただきますので、よろしくお願いいたします。

それでは、これより議事に入ります。議題(1)令和8年度ICTを活用した健康づくり事業に係る社会実験について、事務局から説明をお願いいたします。

【事務局】 それでは、議題1 令和8年度ICTを活用した健康づくり事業に係る社会実験について御説明します。資料1を御覧ください。

本協議会では、県央地域の住民の方々の健康づくりを進めるため、毎年ICTを活用した社会実験として、健康に関する取り組みを行ってきております。今年度の社会実験は、3種類を予定しています。

まず1つ目は、昨年度初めて実施し、今回2年目となりますAI歩行診断MIRROR WALKです。

カメラの前で実際に歩くことで、3Dデータから歩行を解析し、AIが自分に合った歩き方を教えてくれる歩行指導システム「MIRROR WALK」により、歩行の測定を行います。歩行測定及びこれによるアドバイスが、歩行に関する行動変容ステージの向上及び運動習慣の定着につながる効果を検証します。

今回実物がございますので、少しだけデモンストレーションを行います。

(MIRROR WALK デモンストレーション)

白い箱にパソコン本体が入っており、さらにそのパソコンに歩行診断システムが入っておりまして、パソコンに接続されたカメラの前で数歩歩きます。

実際に歩くことで、腕の振り、姿勢、足運びなどの観点からリアルタイムで点数化し、総合評価が出ます。これをもとに自身の歩行を意識していただいて、今後の運動などにつないでいただきたいと考えております。

こちらのMIRROR WALKについては、今年度、各市町村のイベントで活用していくことを考えております。今年度の実施については、1ページ下部の(2)のとおりで、ひたちなか市、大洗町、東海村、水戸市の4つの自治体のイベントでの実施を予定しております。

こちらそれぞれ健康に関するイベントであり、かつ、MIRROR WALKが外では使えないので、屋内型のイベントとなっている会場で使用予定です。

続きまして2ページになります。(3)実施内容ですが、まず最初に受付をして、年代・性別・事後アンケートの同意などをとったりします。その後、先ほどのとおり測定とその結果を本人に渡します。測定自体はすぐに終わるので、あとは少しアドバイスなどがありますが、1人当たり2～3分で終わるかなというところです。

そして測定から1～2か月後を目安に、事後アンケートを実施しまして、歩行診断を体験してから、本人の意識や行動がどのように変わったかを見ていくものとなっています。

事後アンケートでは、この本人の意識や行動の変化を見る、というふうにお伝えしましたが、この点について少し補足いたします。下の行動変容ステージを御覧ください。

こちら、以前にも何度かお示ししておりますが、健康への関心及び行動の段階を

表すステージとなります。

まだ健康課題に気づいていない無関心期から、関心期、準備期、実行期、維持期とステップアップを図るというもので、健康づくりの文脈において、いかに無関心期にいる方を減らし、以降の段階を増やしていけるかが課題となっています。

歩行診断の事後アンケートでは、この行動変容ステージの分布や変遷を調査することとしています。

3 ページに移りまして、こちらは昨年度に実施した歩行診断の事後アンケートの結果となります。

昨年度はひたちなか市と水戸市の2箇所で行いましたが、ひたちなか市では参加者が254人、うちアンケートを送付できたのが89人、さらに回答を得られたのが15人でした。水戸市においては、参加者246人に対し、アンケートを送付したのが85人、回答を得られたのが17人でした。

どちらのイベントも10時から15時のイベントでありまして、5時間のイベントで250人程度参加していただいた形になります。

事後アンケートの内容ですが、この歩行診断を体験する前と後で、自身の歩行について意識や行動がどのように変わったかを調査しました。

この2回分のアンケート結果をまとめたのが下の表と円グラフになります。

円グラフを確認いただきますと、歩行診断を体験する前は「特に改善するつもりはない」、という無関心期に当たる方が65.6%いたところですが、体験後は無関心期が3.1%に減少しています。

また、関心期から維持期に当たる方が62.5ポイント分増加しております。

したがって、この歩行診断によって、参加者自身が関心を持ったり、行動に移し始めていることがうかがえます。

一方で、アンケートの回答数としては32名とまだまだ少ないため、今後歩行診断を様々な会場でより多くの方に参加いただき、継続的にアンケートを実施することで、効果検証の精度を上げていきたいと考えております。その上で同様の結果を得ることができれば、かなり効果のある事業として認識できるだろうと考えています。

以上が1つ目の社会実験、A I 歩行診断でした。

続いて4ページに移ります。こちらが2つ目の社会実験で、足の健康診断となっています。

こちらは令和5年度から毎年行っているもので、足の専門家が参加者の足の健康状態を確認し、評価するものです。今回からは3Dスキャンを使った新たな手法を導入予定です。

3Dスキャンについては、動画があるので、こちらを御覧ください。

(足の健康診断 3Dスキャン動画)

まず、本人の基本情報についてパソコンで入力します。その情報の紐付けができたら、カメラで360度撮影をしていきます。大体1周50秒ほどかかります。撮影が終わると読み込みが開始され、足の3Dモデルが出来上がります。この3Dモデルから、その方の足の状態の評価を行っていきます。

このように、これまでは医療従事者が直接足を触って確認していましたが、こちらでは3Dスキャンによって自動判定されています。

以前より連携企業のジャパンヘルスケアからは3Dスキャンによる手法を実施したいと話があったのですが、いよいよ実践できる段階になったということです。

当日はこの3Dスキャンに加え、専門家による評価も行うことで、総合的な評価ができるようにする予定です。

5ページに移りまして、開催日・会場等についてですが、こちら現在開発途中段階にあるということで、年内の実施は難しいとのことから、開催時期が一番遅い水戸市のイベントにて実施予定です。

(3)の実施内容は、受付後に測定し、これに加えて足の専門家によるアドバイスなどを行います。その後、その場でアンケートをとります。

(4)はこれまでの実績ですが、この足健診は令和5年度から毎年行ってきました。歩行診断に比べ1人当たりの時間がかかってしまうので、参加者は毎年100人前後ですが、アンケートの回答率は比較的高いです。

アンケートの内容として、足の健康診断により、自身の足に興味を持つようになったと回答した方が「とてもそう思う」と「そう思う」の合計で97.4%であり、足の健康診断が、参加者の意識の向上につながっているものと考えられます。

今回は特に3Dスキャンを実施したいと考えておりますので、これを行うことでどれほどの人数に参加いただけるか、今後も同様に継続して実施していけそうかは、よく検証をしたいと思います。こちらが2つ目の社会実験でした。

最後に3つ目で、6ページとなります。

こちらは今回初めて実施するもので、足の握力である、足把持力を測定するHAJICHECKというものになります。

こちらは今回新たに見つけたもので、これまで足の健康診断や歩行診断を実施してきた県央地域にとって、もうひとつ足についての社会実験として、シナジーがあるものと考え、実施を検討するようになったものです。

この協議会を立ち上げた当初、初年度に県央地域の住民の方を対象にアンケートを行いました。その際に、こういったところに健康課題を感じているかといった問いがあったのですが、運動不足に課題を感じているという回答が最も多かったところでした。

令和6年度にはLINEを使った簡易健康チェックを行ったのですが、その時にも、健康課題として考えているのが運動不足であるという回答がありました。

そのような文脈から、ここ数年は歩くことや運動に関連する社会実験を集中的に行ってきたところです。

HAJICHECKを開発したのはニフコという会社で、プラスチックを中心とした部品メーカーです。元々ヘルスケア関連の企業ではありませんが、自社の職員の転倒などの労災問題の解決に向けて、大阪産業大学と連携しながら開発を進めていったということです。

6ページ下の図にある体重計のようなものが、HAJICHECK本体です。

こちらの機器で測定するのは、足の握力である足把持力です。こちらはふんばりやバランスの維持に重要であり、低下すると転倒のリスクが高まるということです。

測定は体重計のように機器にのり、両足それぞれでレバーを引くことで測定します。

測定結果はその場でパソコンに表示され、その年代・性別のなかでどれくらいのランクにあるか、標準的なのか弱いのかなどの結果が表示されます。

7ページに移りまして、測定後の本人へのフィードバックとして、ランクにあったアドバイスもあります。ただし、こちらは個々人の測定によるものではなく、一律のものとなります。

(2) 開催日・会場についてですが、今回初めて行うということもありまして、まずは試しに水戸市で行いたいと考えております。

内容は足健診と同様で、受付、測定、アンケートを予定しています。

以上、MIRROR WALK・足健診・HAJICHECKの3つが、今年度実施予定の社会実験です。

議題1の説明は以上となります。

【会長】 ただいまの内容について、御質問、御意見等がございましたらお願いいたします。

【___委員】 今年度実施予定の社会実験についてわかりました。特に水戸市だけでなく、ひたちなか市、大洗町、東海村でも開催されるのは非常によろしいと感じます。

ICTを活用した健康づくりとして、足に特化したものが3つということですが、他にはなにかあるか、事務局で何か御提案があれば教えていただきたいです。

また、これは私の方の宣伝になってしまうのですが、毎年___では市民公開講座を開催しております。今年の2月に開催した際のパンフレットを配布させていただくのですが、我々は口と全身の健康がつながるという流れで色々な展開をさせていただいています。もちろん足腰がしっかりされていなければ歩くこともできませんし、なによりうまく健康づくりということもできないと思いますが、我々は口から健康を考えていて、口のかみ合わせ、バランスで不具合があると、どうしても身体がかたむいてしまったりうまく歩けないという高齢者も多く見られます。

今年度の開催は、まだ検討中ですが、水戸市のイベントに合わせて同日開催を検討しています。これに関しては___と水戸市のほうで協議を進めた上で、よろしければ当日開催を承認いただければと思います。

【会長】 これについて事務局からなにかありますか。

【事務局】 まず___委員から意見のありました、今回は足に特化したテーマで、他には検討していることがあるかという点についてですが、現在第1期の計画として事業を実施しているところです。

そのなかで様々な社会実験を行い、今後どういったことを実施していくかということや、そもそもどういう方針で実施していくかという話をこの5年間、皆様と協議させていただきながら行ってまいりました。

この第1期に関しては、運動というテーマで収束させていって、それに伴う社会実験を考えてきたところになります。

今後新しいテーマについても考えていきたいのですが、現状では具体的に検討を進めているものはない状況です。そのため、次の5年間、第2期の計画のなかで、現在第1期で行ってきたことを継続していくと同時に、新たなものを考えていきたいと存じます。

【__委員】 説明ありがとうございます。

健康づくりにも様々なものがありますが、県央地域の住民の皆様には反映できるように進めていただければと思います。よろしくお願いいたします。

【会長】 他いかがでしょうか。よろしいですか。

今回それぞれの社会実験があり、例えばMIRROR WALKですと所要時間の関係で非常に多くの方に参加していただけますが、アンケートの取り方に課題があり、足健診は丁寧にデータがとれる一方で、なかなか多くの方には参加いただけない、HAJICHECKは今回初めての取組になるのでどのようになるかわからない、などなど、当日まで考えなければいけないことは多くあると思いますが、是非参加者が満足のいくような取組にしていいただければと考えています。

それでは次に、議題(2)第2期いばらき県央地域連携中枢都市圏ビジョンについて、事務局から説明をお願いいたします。

【事務局】 議題(2)第2期いばらき県央地域連携中枢都市圏ビジョンについて御説明します。資料2をご覧ください。

このビジョンは、茨城県央地域における広域的な連携の取組について定めた計画であり、本事業・協議会は、このビジョンの一環として、広域的な健康づくりに取り組むものとなっています。

令和4年度に始まり、5年目である今年令和8年度が、第1期の最終年度となっており、来年度の令和9年度から令和13年度の新たな5年間は、第2期の期間となる予定となっています。

それでは1ページ目、「1 第1期ビジョン期間中の主な取組」について、こちら前年度末の協議会での説明と重複しますが、改めて第1期のこれまでの取組についてまとめたものになります。少しかいつまんでご説明します。

まず、この連携事業自体は令和4年度に始まり、協議会を設立しています。スタートなるこの年度では圏域住民に対する健康づくりに関するアンケートを行い、今後の圏域における取組の方針を検討するための材料としました。この後、協議会に関しては年度に2回程度の頻度で開催しております。

令和5年度からは実際に社会実験に取り組むため、連携企業を探すフェーズに入っていました。国が主催するイベントであるガバメントピッチに参加したり、連携企業を探すなかで縁のあった企業とともに、社会実験の実施を開始しました。

ガバメントピッチというのは、自治体が抱える健康課題を企業にプレゼンし、そのなかでソリューションを持った企業に手をあげていただき、マッチングを図って連携していくというイベントです。

他にもヘルスケア関連の展示会などにも参加したりするなかで、令和5年度はジャパンヘルスケアとともに足健診を行いました。さらに認知機能訓練を行っている

企業とも縁があり、そちらも一緒に実施した形となります。

令和6年度以降は、これまでに行った社会実験を継続して実施したり、その時々で新たな縁のあった企業と社会実験を実施してきて現在に至る形となっています。

令和6年度に関しては、ガバメントピッチでマッチングを図ったWELLBEINDUSTRYという会社と、LINEを使った簡易健康チェックを行ったり、ガバメントピッチで知り合った企業とAI歯科健診を行いました。

令和7年度については足健診にAI歩行診断が加わった形となります。

令和8年度については、これまで実施したことをさらに効果検証し、新たにHAJICHECKを行う予定となっています。

続いて(2)の社会実験です。

第1期の期間においては、健康づくりに関する様々な社会実験に取り組み、その効果であったり今後も実施していけるかなどを検証することを目標としていました。

予定を含めまして、第1期には累計14件、種類にして6種類の社会実験に取り組み、第1期ビジョンの目標として掲げていた、2件の社会実験に取り組むという目標は、おかげさまで達成できたところになります。

続きまして2ページ、第2期ビジョンの素案になります。

来年度から始まる第2期ビジョンにおいて、本事業がどのような位置づけになっていくかという点を御説明します。

まず前提として、本事業は第1期の内容を踏まえつつ、第2期ビジョンにおいてもさらに展開しながら継続して行っていくものとなります。

そのため、第1期のビジョンが終了すると、この健康づくりに関する取組自体もなくなるということではなくて、継続して実施していくこととなっております。

事業概要としては、タイトルを「デジタル技術を活用した」健康づくり事業ということで、第1期の際は「ICTを活用した」と銘打っていたところ、ICTよりも広く捉えるために多少変更しておりますが、大きな方向性は変わらないです。

内容としては、デジタルヘルスに強みを持つ企業等と連携し、新技術を活用した社会実験を行うなど、デジタル技術を活用した健康づくりに取り組むこととしています。

スケジュールとしては、まだ明確に決まっているわけではないのですが、来年度以降、新たなテーマを模索していきつつ、これまでに行ってきたことを社会実験としてでなく、一歩進んで実装という観点から検討をしていきたいと考えています。

概算事業もあくまで概算ですが、最初の2年は83万円で、現在の予算と同規模となっていますが、社会実験の実施やこれまでの精査を行う予定です。3年目からはなんらかの実装を目標として、100万円増の183万円としています。具体的な内容までは決まっておりません。

(2)成果指標ですが、第1期では様々な社会実験を行うことを目指す一方で、実際にどれくらいできるかはわからなかったのが、社会実験の取組件数2件という目標を掲げておりましたが、第2期では、様々な社会実験を行うというよりも、一歩進んで、圏域全体で継続して実施していけるようなものを探し、実装を1件達成する

という目標にしています。

議題2については以上です。

【会 長】 ただいまの内容について、御質問、御意見等がございましたらお願いいたします。

これまでの5年間は社会実験を繰り返してきたということになりますけれども、これを実装ということでそれぞれの市町村で導入して、継続していくということを考えていくということになると思います。

一点確認よろしいでしょうか。各自治体では健康推進に係る計画を策定していると思うのですが、今回のこの事業はそういった計画と連携しているのでしょうか。

【事務局】 各自治体でも健康推進に関する計画を策定していると思いますが、そこまで厳密にはこれらの計画と今回の圏域の事業を紐付けて行っていない状況です。

【会 長】 それと概算事業費を見ますと、3年目から予算を上げていますが、なにか見通しがあれば教えてください。

【事務局】 正直に申し上げますと、具体的にになにかやることが決まっているわけではないのですが、3年目からの実装ということを目指して、このように定めています。

【会 長】 わかりました。他にありませんでしょうか。

よろしいですか。それでは事務局から、今後の予定等の説明をお願いします。

【事務局】 次回の協議会の予定などについてお伝えします。

この協議会は例年、年度に2回程度行っております。1回目は今回のように夏に行い、2回目は冬頃に開催しています。2回目はその年度の社会実験が全て終了し、その結果を踏まえて皆様に報告させていただく機会をいただければと思います。

また、この協議会の委員の委嘱期間が、11月までとなっています。そのため、その後については各市町村の担当課を通じまして、継続や新たな方の推薦など、事務的な手続きをさせていただきたいと考えておりますので、よろしくお願いいたします。

【会 長】 昨年度ですと、水戸市のイベントが2月の頭にあり、協議会は2月末に開催されたと思うのですが、今年度は水戸市のイベント開催日が2月下旬となるので、協議会の開催も遅くなりそうですね。

【事務局】 そうですね、なので協議会は2月の末か、3月頃になってくるかと思いますが、様子見しながら考えていきます。

【会 長】 ただいま、説明がありましたとおり、次回は、冬頃の開催ということで、2月末、3月頃を予定いたしますので、よろしくお願いいたします。

他にになにか御質問等ありますでしょうか。

本日の内容にかかわらず、御不明な点や御意見等がありましたら、メールや電話など、どのような形でも構いませんので、事務局まで御連絡くださるようお願いいたします。

それでは、私の進行はここまでとさせていただきます、事務局にお返ししたいと思います。委員の皆様には、会議の円滑な運営に御協力をいただきまして、ありがとうございました。

【事務局】 長時間にわたり、御審議いただきましてありがとうございました。

以上をもちまして、令和8年度第1回 茨城県央地域ウェルネス推進協議会を終了させていただきます。ありがとうございました。

上記に相違ないことを確認する。

氏 名

氏 名