

甲府市職員研修誌

2018. 12
No.236

なでしこ



【職員研修講演会】

特別企画

「ヘルスケアレボリューション ～行政はどうあるべきか～」

シミックホールディングス株式会社
代表取締役会長 CEO 中村和男 氏
スリーロック株式会社
代表取締役社長 ジェフリー B.シュナック 氏

第30回甲府大好きまつり

【ビート to ビート】



職員研修講演会

ヘルスケアレボリューション ～行政はどうあるべきか～

1 講演会概要

日時：平成30年6月29日（金）

場所：本庁舎6階大会議室

講師：シミックホールディングス株式会社
代表取締役会長 CEO 中村和男 氏
スリーロック株式会社
代表取締役社長 ジェフリー B. シュナック 氏



2 講演要旨（抜粋）

【中村氏】

ただいまご紹介を受けました中村でございます。私は「首都圏甲府会」という、甲府市出身で関東にお住まいの方々が参加する会をやっております。甲府市長をはじめ、皆さんと一緒に甲府を盛り上げよう、または甲府出身者を盛り上げようということで活動しています。

〔はじめに〕

日本は世界最高水準の手厚い医療保険制度を持っています。最近では、日本の医療保険制度を利用する目的で、海外の方が日本に移り住んでくる例もあります。

今日、まず皆さんにお話ししたいのは、実はこの医療保険制度が持続できない可能性がでてきましたということです。日本にお金がなくなってきたので



す。ちなみに、私の息子はアメリカで勉強したのですが、交通事故に遭って頭の検査をしたら、100万円の請求書が来ました。海外のこうした現実と比較すると、日本はすばらしいのですが、このすばらしい制度が崩れつつある。だからどうするか、というのが今日

の一番のテーマです。

それからもう1つ強調したいのは、皆さんが思っている以上に、医療の世界では新しいものが次々と登場してきているということです。遺伝子治療や細胞治療、アプリを使った健康支援といったことがどんどん行われています。従来考えていた医療と全く違う観点でものを見なければいけません。世界的に、こうした変化を「ヘルスケア・レボリューション」と呼ぶ人もいます。

皆さんが今日勉強する課題の1つは、ヘルスケア・レボリューションが始まっていて、日本の介護や医療保険の手厚さは世界最高水準だけど、もうもたなくなってしまう。では無理なところをどうしたらいいのかという話。

それから、「長寿国パラドクス」という話。日本は世界有数の長寿国となりましたが、長寿によって財政的な問題が起きるようになりました。この問題を私は勝手に「長寿国パラドクス」と呼んでいます。知事や市長など各都道府県の長の方は、「健康日本一」とみんな言うのです。健康日本一はすばらしいけれど、それは同時に財政負担日本一ということと同じなのです。

それと今、国は市町村に福祉をどんどん任せていて、医療も介護も包括化でやってください、お金は出しますからねという流れになっています。そして、自治体は何を実行すればよいのか分からないという状況になっています。

さらに、国は民間企業に対しても、従業員を70歳まで雇用しろ、福祉関連の人たちも民間で採用しろと。数値目標を決めるから、その人たちをちゃんと雇用してくださいということになってきて、民間企業もその対策を練りつつあります。

〔シミックホールディングス株式会社〕

私の会社のことをざっくりばらんにお話しします。シミックは、92年に3人でスタートしました。私が創業者です。シミックグループでは、医薬品の開発支援、医薬品製造、医薬品の営業・マーケティング支援の機能をグループ各社が持っています。これまでは、これらすべての機能を持つ会社を製薬会社と言っていたのですが、製薬会社の機能をばらばらにして、シミックグループ各社がいろいろな会社を支援できるということをやってまいりました。

特徴的なのは、個人のヘルスバリューに貢献するヘルスケア事業です。個人のヘルスバリューとは何かということを考えなくてははいけません。個人は必ず死を迎えます。もちろん、病気にもなります。ただ、健康か病気かということは、従来と違った形になると思うんです。例えば、高齢者の平均から検査値を見ると、若者の検査値は異常値と考えることができます。ですから、高齢者が多い集団では、若者の数値を基準にしてはダメですよと

ということです。

そういう中で、健康と病気の垣根が順々に違った形になってきます。健康ってどう捉えたらよいのでしょうか。病気じゃない状態を健康とするのか、病気であっても動ける人を健康とするのか。ヘルシーという概念そのものが、違ってきてしまったという話です。

これがまさにヘルスケア・レボリューションの根本です。長寿になればなるほど、病気を持っているのが当たり前です。だけど、病気であっても、その人のヘルスバリューはどういう状態かという概念が出てきます。

それからシミックグループは、イノベーティブ・ファーマ・モデルという概念を実践する製薬会社も持っています。この製薬会社は、一般の製薬会社が扱わないような稀な病気で、患者数が非常に少なく、ほかの製薬会社は収益性の理由から取り組まないような医薬品を製造販売するような会社です。社会貢献の1つですし、そこに大変イノベーティブなものが入ってきます。私どもシミックグループは、日本で開発される薬剤の80%に対して、何らかの形で関与しています。そして、とてもショッキングなことです、日本の開発力は今や大変落ちています。日本で承認される新薬の80%は海外品です。国内の開発力低下にはいろいろな理由があるのですが、これが現実なのです。

私どもシミックグループは、北海道から九州、沖縄まで国内に34拠点あります。工場は3箇所、富山、静岡、それから足利にあります。研究所は6拠点ありますが、その内1つが小淵沢にあります。各研究所を束ねる本社を山梨の中に、小淵沢の中に置いているのです。それから海外には14拠点、工場はアメリカと韓国に2箇所あります。研究所は7つありますが、アメリカに1つ、そのほかは全てオフィス機能も持っています。韓国やベトナムなど、アジア地域のほとんどに進出しているという会社です。25年の間で、ここまで立ち上げてまいりました。

私どもの業績ですが、一時期、営業利益を落としています。ここで大きいことが起きました。政府の方針で、ジェネリック使用を促進しろということが決まりました。まさかそんなことを政府は決めないだろうと思っていたので、私どもの新薬開発支援というものが、一気に落ち込んだ時代があるわけです。ということで、利益を回復するためのプロジェクトをつくりまして、進めております。

〔長寿大国・日本のパラドクス〕

今では、ジェネリックのシェアが70%を超えるようになってきて、政府目標の80%に迫る勢いです。ジェネリック普及が限界を迎えつつあり、今度は市町村に任せて、皆さんでお薬を選んでね、みたいな時代が来ております。皆さんが選んでいいんですよ、好きなことをやってくださいよと急に言われても、市町村としては何をやっていいかわからな

い。何か施策をやるには勇気ある決断と、利害の調整をしなきゃいけないので、なかなか実行するのが難しいのです。それが現実です。

市町村に、介護と医療を包括化でやるんだよ、そろそろ数字目標を決めるから、そういう中でやってくださいよと政府は言いますから、市町村でパニックが起こるはずですよ。現在の介護保険も医療保険も維持できなくなるので、どうしたらいいのかということが大きな問題になるわけです。

25年前に、マンションの1室から会社をスタートした時は、まだ誰も長寿パラドクスなんていう言葉は使っていませんでした。長寿になるのはいいことですし、素晴らしいことですけど、長寿のコストってどうなんですか、本当に長寿大国を維持できるんでしょうか。これは、結論的にはできません。では、できなかったらどうするんだと。これはものすごく頭の痛い話で、従来なら国がやってくれるだろうと考えますが、国はもう放棄しているように見えます。では市町村がやらなければいけないのですが、市町村もできることに限りがありますよという話です。

何でこんなことになってしまったかというと、平均余命が関係しています。1985年から2015年にかけて、日本は平均余命がどんどん延びてきたわけです。男女とも延びてきました。世界でもトップクラスに延びましたが、世界でも平均余命が延びる傾向でした。だから、日本だけが延びてきたわけではなく、世界と一緒に延びてきましたよということです。

政府予測では2050年に平均寿命が男女でおよそ83、84歳です。ところがこれは、実際のサイエンスのデータよりも低いんです。『ネイチャー』という雑誌によると、日本の平均寿命は本当は90歳を超える。100歳の高齢者がどんどん出てくる。

がんを治したから寿命がものすごく延びるかといったら、人はいつか死にますから、延びないです。延びないけれど、いろいろな支援があって寿命は延びます。

だって、一昔前の50歳の人ってどうですか。私は今71歳です。71歳で、こんなに健康で元気だった人、昔はあまり見なかったですよ。自分が71歳なんてびっくりします。周りを見ると、元気な人が多いですよ。八十何歳でとても元気な人もいますよね。

その昔、日本の平均寿命は最低だったんです。これが何とトップに来るんです。だから、日本の努力ってすごいじゃないですか。この理由の一つに、感染症対策があります。皆保険の下で抗生物質をうまく使って、寿命が延びたんです。

ところが、皆保険制度を設計した頃は、平均寿命を読み間違えていたんです。介護保険にしても医療保険にしても、平均寿命が七十幾つ那时的制度設計したものが今まで来てしまった。2050年まで維持できるわけがない。だけど、今さらもう言えなくなってし

まった。

だから、各国政府は控え目なんです。サイエンスの論文でこれだけ生きるよというのを、国は聞きたくない。だから、国としては長寿というのはいずれのようないかなうかな。それはそうでしょう、金はどこから持ってくるんだ、どうするんだよと。

人手不足にもなっているから、70歳まで働こうという話が出てきて、企業側も私たちも、もう定年やめようという動きになってきました。定年なんて日本だけにある制度です。定年なんておかしい、そういう時代になってきたということです。

こうした問題が原点にあるんだということを理解しておかないと、皆さんが健康政策を議論する際に、論点がずれてしまう可能性があるのです。

そして、平均寿命と健康寿命の差というのは10年ぐらいあります。女性だと平均寿命86.30歳、健康寿命73.62歳で、この差が何かのサポートを受けなければいけないという時期。だから、この差を埋めていかないと大変なコストになってしまう。個人にとっても大変不幸なわけですよ。だから、健康長寿をどう持っていくかというところがすごく大事になってきたのです。

〔健康長寿、医療等の課題〕

それと、健康長寿になるため、人手が不要なツールがいろいろと出てきています。デジタルツールやアプリ、歩ける補助スーツなど、人に代わるものが出てくると思うのですが、これは大事です。

健康長寿に関連して、今のサイエンスでは、臓器間ネットワークという考え方が出てきました。筋肉がすごい大事だよ、骨が大事だよということです。大事な筋肉と骨を健康にするには、どうするか。基本は歩くことですよね。すぐできることは歩くこと、階段を上がること、みたいな話になっているので、これをどうするか。

さらに、医療費の問題があります。どんどん上がってきて、もう財政がもたないよ。もたないから地方に任せちゃったよ、あとは地方でやってよね、という話になってきました。それが現実味を帯びてくるので、これは大変な問題です。

世界最高水準の平均寿命を達成した日本ですが、医療財政も国民皆保険制度も破綻の瀬戸際にあります。国民健康保険の収支は毎年赤字。若干黒字に見えるのは、税金で補填しているからです。現状のまま医療サービスを公的医療保険で賄うのは現実的に不可能です。だから、皆さんがいろいろ考えてはいるけれど、不可能なことってちゃんと見きわめておかないと、とんでもない話になってしまう。さて、どうする。

それでメディカルからヘルスケアと考え方が変化してきて、国も健康寿命を延ばすための政策にシフトしました。製薬産業もそこに対応できるかどうか問われています。製薬

産業は今まで薬ばかり集中していたけれど、病気を治すだけでなく、健康長寿のヘルスケアというところまで全部考えなさいよ、と国は言ってくるわけです。

ですから、このヘルスケア・レボリューションというのは、製薬会社にも非常に影響を及ぼしています。

それから、アメリカのFDAも全く同じです。今までは医療機器とか医薬品の承認を与えていたのが、今はアプリも承認しています。日本だけがまだやっていないから、極端に言えば日本は大体10年遅れ、場合によっては20年遅れです。アマゾンもグーグルもヘルスケアにどんどん入ってきています。これから私たちが考えなきゃいけないのは、そういうところをうまく利用しながら持っていかないと、もう無理ですよ。医療の関係者もどんどん増えていて、それをどう持っていくか、これが大きい課題になっています。

〔メディカルシステムからヘルスケアシステムへ〕

最近、“ヘルステック”という言葉が言われています。日本にはヘルステックがまだ根づいていませんが、例えば、ゲームでADHDの治療を目指す米国の会社があります。それから、米国のビームデンターは、ブルトウス内蔵の歯ブラシを保険加入者に提供して、アプリでユーザーの歯ブラシの状況をトラッキングできます。今まで一律だった保険料が、定期的に歯磨きを行っているユーザーに対しては保険料が変化するような、そういう仕組みを入れる保険会社がどんどん出てきました。

中国が一番進んでいます。中国はご存じのように、ほとんどがデジタルで情報がとれるようになりました。自分でお金を使わない。どこへ出かけても、そのままずっと通れば認証で入れる。データは良くも悪くも国が管理しています。それから、中国では個人がカルテを持っています。そういう中で、保険会社も医療情報を見やすいですから、その個人に対して保険料がどんどん変わるような仕組みを取り入れています。日本よりも進んでいるところもありますが、進歩することで、新たな問題まで出てきているのです。

それから、米国の会社では、超音波や微量な電流によって装着者の気分や集中力を改善するヘッドバンド、こういうのがどんどん出てきているわけですね。間もなく日本にも入ってきますから、こういうツールが出てくることで、今まで測れなかったものも測れるようになってきます。今は、それが保険点数に適用されとかしないという話ではありません。そういうのがどんどん出てきますよという話なんです。

メディカルシステムからヘルスケアシステムに考え方が変わりつつある中で、もうメディカルという発想じゃないのです。高齢の方は、治療だけでなく予防、またはヘルスケアシステムの中で、幸福度を増していくというのが大事になってくるわけです。

ヘルスケア分野のプレーヤーがどんどん拡大して、今までは病院とかクリニックとかそ

ういう保険の単位だったものに、いろいろな人たちが入ってきます。もちろん行政とか健保組合とか、フィットネスもそうだし介護ロボット、AI もは入ってきます。もう全部が入ってきた中で、ヘルスケアプレーヤーというものになって、「どうしますか」と。

それで、この「どうしますか」の単位について考えたときに、都道府県と一緒にやらないといけないと私たちも気がついたのです。地区の特徴がありますから、そこでつくっていかなきゃいけないという時代なのです。こういう時代が来たので、私たちは今、そういう会社をつくって、コンサルテーションしながら、一緒になって考える、そういうものを行っています。

“ヘルスケア・コンソーシアム”、私どもの構想ではウェルビーイング・ネットワークと言っています。ウェルビーイングという言葉は、最近使われだしましたが、ハピネスと同じです。そのウェルビーイング・ネットワークという中で、いろいろなところでやっています。

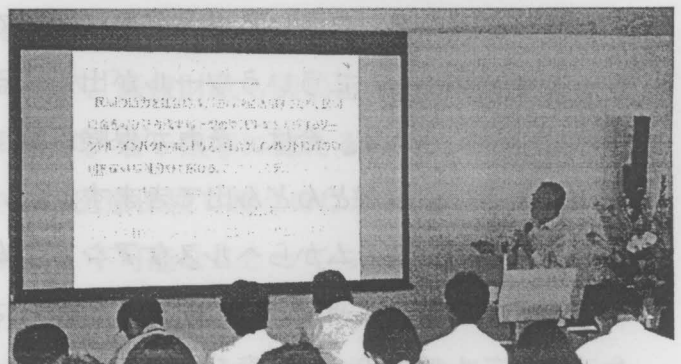
例えば、ヘルスケア・コンソーシアムでは、心筋梗塞部会、認知症部会、在宅医療部会、オーラルケア部会、感覚器部会、スマート部会といろいろあります。このような研究をしながら、どうやっていくか。これには例えばトヨタも入っていたり、大きい企業もどんどん興味を持ってきているわけです。そういう形で、もうヘルスケアに取り組まないと、車の中でもヘルスケアをどうしたらいいとか、そういう話です。

感覚器部会というのは、すでにセミナーをやっていますが、いろいろな会社が入ってきます。感覚器というと耳、目、鼻、肌、舌、こういうところをどうしていくか。これは最終的には、高齢者にとって一番大事な部分です。感覚器の機能で、一番最後に残されてくるのがにおいです。目と耳は、年を取ると機能が結構落ちますよね。でも、においだけは最後まで残ります。なぜかという、生命に関係するところだからです。腐ったものを食べないようにとか、生存するために一番大事なところは、最後まで残ってくるというようなこともわかり出してきたわけです。

〔ソーシャル・インパクト・ボンド〕

ヘルスケアのソーシャル・インパクト・ボンド。このことを知っている方はいますか。

一部の方はご存知のようですが、80年代、イギリスにはお金がありませんでした。そのときにイギリスは、刑務所をどうするかと考えました。刑務所の維持が非常に大変だし、刑務所に入れたところで受刑者がうま



く更生してくれないかもしれない。じゃあ刑務所を民間に任せよう、というような動きの中で、民間に任せたほうが刑務所の運営もうまくいくし更生もよくなるよと。そのための社会的コストが減るならば、その減った部分だけお金を渡しましょう、という仕組みで、そのときの最初のお金をボンドという形で出した。これが最初の始まりです。

今、世界はそういう動きになってきて、日本政府もソーシャル・インパクト・ボンドについて閣議決定しています。民間の活力を社会的課題の解決に活用するために、民間資金を呼び込み、成果報酬型の委託事業を実施するソーシャル・インパクト・ボンドなど、社会的インパクト投資の取り組みを保健福祉分野でも広げますよと言っているのです。これは、保健福祉関連の皆さんにはぜひ、知っておいてほしいことです。

これは何を意味しているかというと、政府は民間の中でやってほしいよということです。今までだったら、民間でやるときにお金をつけたのですが、もう成果報酬でいいと。コストが減ったらその分の幾らかを渡すよと。そのときの最初にかかるお金はボンドという形で支援してもらいなさい、お金を集めていいんだよと。

政府の資料では、モデル事業の実施を通じ、評価指標の設定等の環境設備や地方公共団体における案件形成の支援等を行う。また、行政・金融・実施事業者それぞれの課題や対応について、これまでの事例を踏まえ検証や整備を行う。と、難しいことが書いてありますが、要は、皆さんと一緒に、例えば甲府市の中でこれを解決しようと思ったらボンドでやって、解決してコストが減ったら、その分からお金を払いますよと。最初は、皆さんに負担をかけません。そういうことをやっていいですよと言ったわけです。これが1つの、これからの切り口になってくる可能性が十二分にある。

ソーシャル・インパクト・ボンドの仕組みですが、資金提供者、事業資金の担保、成功時の元本と利子の償還ということで、一般の人や銀行からお金を集めて、それから社会の課題に取り込むものです。このような仕組みを活用し、私どもも社会課題への取り組みを少しずつ考えております。

実際に八王子などの場合には、ソーシャル・インパクト・ボンドで大腸がんの検診・精密検査の受診事業をやっています。それから神戸市の場合には、糖尿病性腎症の重症化予防をやるので、もしこのような事業を皆さんと一緒できるのであれば、私たちもそこは一番の事業体になります。これは、自分たちの中でやっちゃだめです。自分たちでやっても限度があって、特に最近アメリカとかから新しいツールが出てくるので、そのツールを使いこなさないと無理だと思います。

それで、疾患の予防、重症化予防のために、例えば私どもが取り組んだものは何があるかというと、腎障害というのがあります。尿細管というところがありまして、おしっこというのはご承知のように老廃物を出していますが、再吸収をほとんどします。その中の尿

細管が再吸収しています。2000年ぐらいからやった仕事で、このL-FABPというたんぱく、Fatty Acid Binding Proteinですが、これを測定すると、今のアルブミンだとか腎機能の検査は正常であっても、これでおしっこを見ると、糖尿病性腎症になりやすい患者を特定できるのです。こういうものを私どもは世界に先駆けて診断マーカーにしているのです。

こういうものを中に取り入れながらやっていけばいいのですが、まだこういうものをなかなか取り入れてこない。こういうツールもありますよということで、私どもは今、こういうキットを発売しているのですが、イメージとしては、例えばアプリなどに入れるんです。腎疾患リスクの予測とヘルスケアアプリ。データをやり取りしてアプリの中で指示できる。こういうツールがあるということ自体が、なかなか普通の人は知らないです。とにかくもう、アプリを使いながら自分の健康を管理する時代になってくるわけです。

だから、健診して、保健師さんもちろん大事ですし、そういうところを使うのもいいのですが、やっぱりアプリとかいろいろなものが全部情報端末に入ってきますから、それを病院に行きやるのではなくて、自分が郵送してやるとか、そういう時代になってくるわけです。そういうのを組み合わせないと無理なので、そこが全体の仕組みとして変えていかないと無理なのですが、もうすぐこういう時代が来ています。

例えば乳がんのもので、アメリカのFDAで認可されましたが、自分でやるだけです。そうするとアプリに飛んで、乳がんの危険性のあるポジティブな人は分かることになっています。

これが承認されると、ある意味ではこういうものを安く一般の人が買うとか、貸し出して計算をして、診療所まで行かなくて、リスクのある人だけ行ってちょうだいねというような話になります。そういう時代なんです。

検査の機器がどんどん進歩すると、精度が高くなって、大型機器は要らなくなるわけです。大型機器のほとんどは解析機能なんです。解析するためのマシンがあって、大病院に行くとかいいからいい、みたいなのがあったけれど、今のちっちゃいほうがよっぽどいい。それは何かというと、あのでかいカメラから、携帯のカメラのほうがすばらしくて、あれができるのと一緒になんです。

病院の先生と検査とデータを持つところがどうあるべきか。わざわざ検査のところに行って待つのではなくて、リスクのある人だけが行くとか、それを携帯で飛ばすとか、データベースをどこで持つかと、こういう話なんです。だけど、残念ながら日本ではまだ、そのところが5年から10年遅れています。ただ、もうお金がないですから、かじを切り出して、そこを切り出したら結構早いと思います。

〔ヘルスケアのレボリューション〕

地域のヘルスケア支援業務のことを言いますと、スリーロックさんと一緒になってやります。ここで大事なものは、地域医療構想、地域包括ケアなど地域ごとのグランドデザインが必要です。その県、その地域でグランドデザインが若干違ってきます。それをどうしたらいいかということで、例えば糖尿病、認知症、がん、骨粗しょう症等の疾患を中心に、自治体が抱えている課題を抽出、そしてコンサルティングさせる。またはもっと大がかりにいろいろなところ、例えばトヨタの実験と一緒にするとか、自動運転のところで一緒に実験させてもらうとか、そういう話なんです。

ですから、例えば私が今提案しているのが、山梨県と甲府市の中に、私どもは次の医療やヘルスケアのためのレボリューションの協力をしますという担当者を置きます。そして、住民の方にも一緒に参加していただき、例えば、トヨタや何かが実証実験のときに、じゃあ一緒にしてくださいとか。それからもう1つは、これから補聴器とかいろいろなものが出てきますから、その実証実験をしましょうとか、そういうところもあるわけです。それは、企業がそのデータをもらえばいいのであって、お金がかかる話ではなくて、むしろ協力する。そういうところも出てくるわけです。お金がなくなったときには、そういう協力をしながら開発をしていくというやり方もあるわけです。そこに情報を集めなきゃだめですから、そういう課は、ヘルスケアのレボリューションで、ヘルスケアの担当を決めておきます、ここに来てください、相談窓口になりますと。そうするといろいろな企業が来て、じゃあ新しいことを住民と一緒にやりましょう、というようなことも私は一番いいと思います。そこでは倫理とか科学性とか危険というものもちゃんとリスク評価しますから、そういう方法もあるんじゃないでしょうか。

〔サクセスフル・エイジング〕

さあ、いよいよ、健康と病気の間がわからなくなってしまった。今からお話する、「サクセスフル・エイジング」という言葉をぜひ覚えておいてください。

これは、エイジングの考え方が変わってきたよということです。「アンチ・エイジング」ってだめですよ。アンチというのはおかしい。エイジングというのは来るんだから。一部、美容整形とかアンチ・エイジングって一時はやったんですけど、WHOは否定しています。アンチ・エイジングじゃないでしょうと。むしろ、「ヘルシー・エイジング」という言葉が使われています。その次には、もっと積極的な「アクティブ・エイジング」。もっとエイジングをアクティブに行こうと。だけど、今の概念の中では、一番いいのは「サクセスフル・エイジング」。サクセスフル・エイジングって何なのでしょう。病気であってもいいよと。本人がサクセスフルだよと考える。このサクセスフルは何かというと、ハピネ

スなんです。幸せだったなど。自分が寝たきりになっても、幸せだったんだなということがすごく大事という意識になってきているのです。そして、これが、健康長寿のインパクトということで出ていますが、私は首都圏甲府会のときもこの話をさせていただいているのですが、社会的繋がりが一番要素で強いんだと。だから、コレステロールとか血圧とか何かじゃないよと。一番大事な健康長寿へのインパクトというのは、社会的な繋がりなんです。

そうすると、社会的な繋がりを構築することが大事であって、むしろお祭りをするのかもかもしれません。おじいちゃん、おばあちゃんたちが、来年のお祭りのために生きていよう、お祭りのために準備をしよう、お祭りのためにちゃんとちらし寿司をつくろう、これが大事だったんです。今やどんどんお祭りがなくなってきて、面倒くさいから、人がいないからと。そうじゃないんです。

だから私は、お祭りとは言いませんけれど、開府500年は盛り上がってきているじゃないですか。イベントやって、これがいいんだと。この繋がりがいいんだということ、この大事さなんですよ。

禁煙、アルコール、ワクチン接種、運動、肥満抑制、高血圧の投薬治療、きれいな空気という要素はさまざまにありますが、一番大事な要素だったのは、社会的繋がりだったというデータが出ています。「Having sense of purpose “生きがいを持った人たち”」が、このサバイバルのレートで一番生き延びるんですよ。生きがい。そして、生きがいのない人は早死にしてしまう。

これ、わかるじゃないですか。おじさんすごいね、あそこの近所のおじさん、何か元気いいねというのは生きがいがあって、あのおっちゃんはほんとに釣りばかりしてるけど、アユ釣りばかりいいじゃんね、みたいな話です。生きがい、いいですよ。あのおっちゃん、何か知らないけどほんとに選挙を生きがいにして、選挙のときは頑張ってくれるからすごいじゃんね、選挙なくなると元気なくなるよね、みたいな。これも生きがいかもしれない。

ですから、このデータによって何が起こったかというと、世界の中で「生きがい」という言葉が英語になったのです。「IKIGAI」という単語が広まりつつあります。生きがいというのはすばらしい。この生きがいというのを使えばいいじゃないですか。

それで、じゃあ生きがいって何なんだと。生きがいは、「社会的に求められるもの」。これは何となくわかるじゃないですか。おじいちゃん、必要とするよ、おばあちゃん、必要とするよ。それからもう1つは、「対価が発生する行動」があったほうがいいんですね。少しでもいいから自分がやったことに対して、たとえ500円でも対価をもらう。それをお孫さんに渡すとか、無料でのボランティアというのもいいけれど、できたら少しもらう。

だから、70歳まで働く、80歳まで働く。あそこんちのおっちゃんはどうどんばかり作ってるけど。80で元気なら、これは最高ですよ。うどん作ってるおっちゃんが得意とするもの。これも生きがいですよ。「好きなこと」。まさに108年続いた清水屋のおっちゃんなんていうのは、いなり寿司つくって何十年。頑固そうなんだ、あれ。あれって言うと怒られちゃうな。でも、どう考えても元気ですよ、ああいう人は。ちょっと頑固だけど。街にいますでしょう、周り見ていると。

だから、これなんですよ、これ。この生きがい。だから、むしろ甲府がやるんだったら、生きがいで行くぞ。生きがいやろうぜ。こういうところを考えようよ、みたいな。

生きがいのところの甲府の窓口で、生きがいアドバイスコンシェルジュをつくったっていいじゃないですか。おじいちゃんの生きがいだったら、あそこに困ってる人たちがいてね、子供たちに遊びを教えてあげて、風揚げやってあげて、みたいな。そういうマッチングで十分じゃないですか。生きがいということがあれば。

これはお金がかかる話でもないし、そういう人たちの生きがいのコンシェルジュ認定制度。認定で生きがいのアドバイザーをつくれれば。この地区での生きがいは何なんだと。

こちらのデータによると、日本の幸福度は低い。世界で51位ですよ、長寿世界一なのに。51位ってことは、生きがいがないということなんです。これはサクセスフル・エイジングじゃないんですよ。生きがいがない、だからダメなんです。G7の中で最下位。OECDで27位。

生きがい、じゃあ何なんだと。サクセスフル・エイジングのためにということで、ハーバードのデータなのですが、ハーバードが75年間追ったデータ、これがすばらしい。75年の結果、血圧やコレステロール値などのバイオマーカーよりも、健康長寿（幸せな状態で老化を迎える）に一番関係している因子は、よい人間関係、心が平和であることだったんです。

海外だと「2人で食事」というのがあるんですよ。だから、夫婦が一緒になって食事するのが一番いいよと。これで長生きだよと。それからもう1つは、畑作業みたいな農作業。あとダンス。日本は絶対カラオケ。あと、お風呂に入ることです。

それで『ザ・ヴィレッジ・エフェクト』という、スーザン・ピンカーの書いた、世界でも有名な本がありますが、ここで大事なのは、『ザ・ヴィレッジ・エフェクト』というのは、直のコミュニケーションなんです。

だから、おじいちゃんあたりにアンケートを出したりとかじゃなくて、直にコミュニケーションをする。直のコミュニケーションを、息子が東京に行っていたらできない。娘が東京に行っていたらできない。だから、市の職員は、外へ行って直のコミュニケーションをとることが一番いいですよということを提案したことがあるのだけれど、そうはいかな

いでしょうけれども。

縄文時代、家をつくり、定住を始め、野菜や穀物を栽培しました。それから調理を始めました。集落をつくり、集落の人たちの間に支配・被支配の階層なく、自然の恵みを大切にしながら自給自足の生活をし、家族や仲間と助け合い、力を合わせて暮らしていました。現代における健康長寿、みたいに言ってるのですが、多分あそこにヒントがある。みんなでご飯作ったりとか。だから、コンビニでぱっぱと買ってきてというのではなく、時にはちらしずしをみんなで作って食べるとか。私のちっちゃいときもそうだったけど、お赤飯やったじゃないですか。うちのところは、よくおばあちゃんがいなりずし作ってくれたんです。あとは、ほうとう。ほうとうはコンビニに売ってないもんね。ほうとうやって、煮干し入ってたり。だからこういうのが改めて大事じゃないかなと思っています。

さあ、山梨の誇る「無尽」についてもお話します。山梨大学の調査で、無尽を楽しみにしている人は、生活活動能力を維持。3つ以上の無尽に参加している人は全く参加していない人の2.4倍も健康長寿が長い。これはわからないですね。健康長寿だからこれだけできるかもしれないよね。よくわからないけれど、多分これを素直に信じましょう。

それで、楽しい無尽に参加している人はつまらない無尽に参加している人の4から6倍。楽しいかつつまらないかって、私はよくわからないけど、まあいろいろ皆さん入っているそうなのですが、無尽、悪くないですよ。

それから、いつも出させてもらうデータに、甲府市民のアサリの年間購入量は全国一というものがあります。ということは、アサリって、朝食をちゃんと味噌でつくっているということじゃないですか。出勤するからといって、トーストをぱっぱと焼いて、母ちゃんが寝てる間に自分で焼くとか、そうじゃないんです。アサリのみそ汁なんていいじゃないですか。食べたいですよ。これ、いいですよ、このデータも。

それから、マグロの年間購入量全国2位。これも、山梨県は海がないだろうというけど、実はこれだけ魚を食べているんです。

でも、これを見ると、やっぱり電子レンジでチンするものじゃないんですよ。ご飯があってこうやって食べて、納豆入れたりとか何かやって。沼津のほうから上がってきたもので、あれ、うまかったもんね。氷のところで冷やされているのを、解凍したらうまいですよ。

さあ、ここまでの話を聞いて、皆さん、何を思ったか。健康だとかいろいろな仕組み、これはむしろサクセスフル・エイジング、健康長寿をどうやってつくるか。そのときの健康長寿はデータを見れば見るほど、そこは人とか触れ合い、それから生きがい、こういうものを大事にする施策が必要なのです。もちろん、医療のところのど真ん中のところで、例えば人工透析にならないようにとか、そういうところも必要ですよ。それはむしろ私ど

もすごくアドバイスできると思います。データベースを見せてくれればできますけれど、ここ（人との触れ合い、生きがい）について、私どもはアドバイスできないですよ。どうしたらいいか皆さんも考えてください。

私が1つアドバイスできるとすれば、お祭りの復活ですよ。穴切神社の、昔の神輿がたくさん出てというのは、もう無理かもしれない。だけど、まだまだやれるかもしれない。

私もボランティアで老人ホームを回らせてもらっています。湯村にもこの間行かせていただきました。ボランティアで行っておばちゃんが喜ぶのは歌なんです。歌い手を入れてやると感激するんですよ、みんな泣いて。それで、「またあんたが来る時まで生きてるよ」みたいな。こういう話なんです。

これは何かというと、歌に限らず、お祭りを持っていつてあげることなんです。だから、甲府市で、もしやらせてくれれば、私は臨時職員になりますから、お祭りバスづくりましょうよ。お祭りバスセットみたいな。神輿もあったり、お祭りもあつて。

だけど、お祭りの一番の問題は、お祭りの準備をする担い手がなくなっちゃった。若い人が。これがちょっと問題なんです。本当は、お祭りをみんなでやりましょうねといつて、そこから持っていくと一番いいんですけどね。

ただ、施設によっては、七夕のための準備をしたりとか、いろいろなことをやっていますよ。だけど、そこをどうするか。この健康のためのシステムをつくるには、全体のエコシステムをつくらなきゃいけないんですね。そういう全体で使うような仕組みをつくってあげたら本当によくなるんだけど、単独で抑えて、ここでやればいいよという話では、どうもなさそうだよという、そういうことを今、感じております。

【生きがい】

未来への提言について、これはよく言っているのですが、WHOにエイジフレンドリーシティ構想というのがあります。これになりますと、世界中のコミュニティと情報を共有できたり、世界中の研究者の専門家のサポートができて、WHOのネットワークでPRができる、国際的な研究プロジェクトです。



このエイジフレンドリーというのは、高齢者に優しい都市という意味なんです。高齢者に優しい都市って何かというと、多様性の尊重。高齢者の多様な能力や資源、ライフスタイルを尊重する。それから権利の尊重。尊厳を保ちながら年を重ね、最後を迎えられるように権利を尊重する。それからもう1つ、公平性。年齢や性別、障害の有無、性的指向、

民族、宗教による差別をしない。

こういうようなところがあるのですが、これを高齢者に優しい都市で、部門間の垣根を越えた多様な関係者との協調をして、共同デザインをつくります。そして、世代間の関係づくり。世代を超えて連携及び相互支援をする。

あらゆる生活圏の高齢者の参加を促進し、プロセス全てが高齢者に関与すべきと明記されているということで、これに入ると、実はすばらしいんです。じゃあどこかやっているかという、秋田市と宝塚市がエイジフレンドリーシティ・グローバルネットワークメンバーとして活躍中です。

難しくないです。こういう構想の中でやっているほうが、実はコンパクトシティとかよりも継続性があるんです。コンパクトシティを否定するものではないですが、少し危なっかしいところもあると考えています。というのは、ある特定の人たちを集めたりとか、効率性だけで考えているからです。効率性だけじゃないよというところを、どれだけ持っていくか。それは、幸せとかハピネスという概念です。むしろ、やっぱり生きがいということ考えたときに、効率性と生きがいがどういう関係にあるのかということのを常に考えておかなきゃいけません。だから、ここのところの生きがいというのをどうしていくか。

コンパクトシティ構想のように生活圏を限定せずに、世代を超えて支援しながら、多様性を持つ個人を尊重する社会にということで、コンパクトシティ構想というのは、効率性というのがすごく重視されがちです。そうじゃなくて、生きがいということ考えたときにどうなのという観点。それから、多様性というもの、世代を超えてというのはどうしていくかという話があります。

古来変わらず、人は成功例。「人は城、人は石垣、人は堀。情けは味方、仇は敵なり」。大好きなんですけれど、これが甲府市は500年なのでね。まさに、この間も市長が武田信玄をやっていたわけだから、ここで行かなきゃいけない。

ここで行くために何をやったらいいか。これは難しい話じゃない。窓口に関心がある人をつくちやいましょうよ。だから、今日の提案では、生きがいの窓口、生きがいアドバイザー、コンシェルジュみたいな話とか、それからもう1つ、いろいろな意味のお祭りの中の専門家。どういうお祭りをつくったらいいのかというプログラム。そして、手づくりのものとか。それから、マッチングの話もあると思うんです。ここではこういう人が足りないけれど、生きがいを促進するときのマッチングとか、そういう情報を集めるということでもできるのではないかなと、私は思っています。

〔住民参加のヘルスケア〕

子供の体力低下はものすごく気になっています。これは非常に危ないです。というのは、子供の体力低下の一番は、コンビニで食事がすごく買えるようになってしまっている。大人にとってはいいんですが、子供の成長期って全然違います。プロテインをたくさん入れなきゃいけないし、脳の発達するときなんて、あの食事じゃだめなんです。そういうものもあって、ものすごく低下しちゃっている。栄養学が間違っています。

栄養学というのは問題です。栄養学はもう、ものすごく新しい栄養学ができているにもかかわらず、日本の栄養学は古いんです。例えば、今、胆のうポリープや何かでは胆のうをどんどんとちやいます。とったほうが早く家に帰れる。がん化の問題で。そうすると、あれを食べちゃいけない、これを食べちゃいけないという形で、結構制限しますが、食べられるものは食べていいですよ。だけど、食べて問題を起こしたときに、こういう処置の仕方をしてください、というのが必要であって、マスの中で管理するための食事ではありません。この辺は、そういうことも大きく影響している可能性があります。

それからグラスゴー・スタディについて解説します。グラスゴーというイギリスの町は、炭鉱の町で非常に貧しかった。貧しかったときに、グラスゴー大学が住民に参加してもらって、コレステロールを低下させるお薬で疫学調査をやりました。それは全員が参加することによって、かなりの人たちが、自分の健康というものに対しての意識が高まりました。

ですから、町ぐるみ、もしくは市全体の健康に関する開発協力ということは、1つはお金がかからず、自分のところのデータが持てて、健康に関する取り組みができると思います。

ですからそこは、甲府市というのは、これからのヘルスケア・レボリューションの中で、ヘルスケアにいいことをやりたい企業があったら相談に来てくださいと。住民も参加しますよということも、ものすごくいいやり方だと思います。

久山町一。これは有名な、九州の久山町という中で、町ぐるみの協力で健診受診率、剖検率、追跡率は世界のトップレベルです。これはずっと九州大学がやってきました。最後は三菱が支援していますが、すばらしいデータが入っています。そして、地域住民のこのすばらしいデータは、世界的な研究になり、これからも生きてきます。こういうお薬じゃなくても、例えばこんなロボットスーツを着て、住民がどうなのかとか、そこにAIを載せたらどうなのかというような研究も、私どもは喜んで協力します。

過ぎ去ったゲートボールブーム、これもショックですよ。ゲートボールに幾ら使っているのでしょうか。今や、競技人口はピーク時の6分の1。だけどまだまだメンテナンス、維持にお金がかかっています。ゲートボールの場合、取り仕切る人がいて、その人間関係

を巡って深刻な問題が起きたこともありました。これじゃあだめです。良好な人間関係、最悪なほうに行っているんです。今までの過去のデータから見て、良好な人間関係が必要といいながら、ああいう競争性があって、問題を起こすようなものはだめなんですよ、基本的には。そういうところも考えていかなきゃいけません。そもそも、かつてゲートボールをやっていた人が、ゲートボールをできなくなっている。だから、ゲートボールにかわるような楽しみのものをつくっていかなきゃいけません。

〔私たちの決意〕

企業文化の確立ということでは、私どもは CREED を定め、こういうつもりでやっているのです。

『私たちの決意。一度しかない人生を、年齢や性別、人種に関わらず、誰もがその人らしくまっとうしていくために、ヘルスケア分野に革新をもたらすことを、シミックグループの志とする。』



まばゆい成長力を開花させる幼年でも、人生を成熟させていく老年でも、今この瞬間を生きようとする願いは、どれも等しく尊い。そのすべてをひとつたりとも見過ごすことなく、正面から受けとめていきたい。

そのために私たちは、いついかなるときもより良い未来を求める挑戦者でいたい。そして、自己を変革し、新たな視点を獲得することで、自らのゆるぎない情熱を価値に変えて、人や社会に提供し続けていく。』

これが私どものミッションです。シミックグループの全世界の従業員が、これを志として仕事をさせていただいています。

以上で、私のお話は終わります。引き続きジェフから、アメリカの視点でお話をさせていただきます。よろしくお願いします。

【シュナック氏】

皆さん、こんにちは。スリーロックのシュナックと申します。

私は、佐久市でTDKの工場に9ヶ月勤めた経験があります。彼らが当時ルクセンブルグに工場をつくろうという話で、日本語と英語とドイツ語をしゃべる人を探している、という事を聞き、それで佐久市に行ったんです。そこに勤めている間に、千葉、長野、山梨という土地を巡り、何となく縁を感じています。



アレボ
どうあ

インクス株
CEO

私はアイオワ州生まれで、東海岸の大学に行き、それから大学院、ウィーンに行って、外交官になろうと思い日本に来ました。

1989年に来日しました。1989年というと、もう、バブルですね。外交官になろうと思ったら、ジャパニーズミラクルを勉強しろと言われたんです。これから日本が世の中を仕切るようになるからと言われて、信じて来たんですけど、ちょっとだまされた気がしなくはないんですけど、やってきました。

これまで、色々な会社で働いていて、ずっと医療分野に携わっているわけではなく、当時、バブルの後ですから、大きな施設やコンサルティング会社で働いて、それからJR東日本鉄道の子会社の社長として雇われ、アメリカに行って、有機野菜、有機米を使った弁当工場をつくり上げました。

JRに入ったときには、8万2,500人の社員ですが、外国人は1人。初めての外国人。元公務員の社会に入って、どういうふうにかこの30歳の生意気な外人を扱うかというのは、かなりご迷惑をかけたようなんですけれど、そういうところでやってきました。

アメリカでその弁当工場をつくり上げた後に、2005年に戻ってきて、今の会社をつくりました。会社はスリーロックですけど、スリーロックは日本のことわざから来ているんです。名前の由来。何か思い浮かぶことはありますか。

そうです。石の上にも3年ですね。新しい事業は3年間かかりますよというメッセージを込めていて、あとは、日本人として一回聞いたなら覚えてくれるからということで名づけました。今何をやっているかというと、中村さんが言ったように、製薬会社ですとか医療関係の会社のための戦略をお手伝いしています。例えば、医療関係者に薬を紹介したり、どういうふうにかケアを改善していくか、そういうお手伝いをしています。今、代々木上原において12名でやっています。小さい会社です。それで今、シミックさんとシースリーという事業をつくり上げて、地域包括ケアに取り組もうかなというところで、基本的に

地域包括ケアシステムに対するコンサルティング、3次医療圏で定義されている医療計画があって、2次医療圏ごとにどういうふうにそれを実行していくか。やはり今、地域の方々に任せられているわけですから、絵に描いた餅のことが結構多くて、どういうふうにそれを実行するかというのは、こっちのほうはちょっと悩んでいるところがあるんじゃないかと。同時に、我々は医療関係の会社と付き合いがあるので、彼らも含めてコンソーシアムをつくって、ちょっとお手伝いできないかということ、それを実行部隊として動かして、先生方と話しながら、新しいツールを導入しながら、どういうふうにそれをうまく回すかというのはエリアごとで考えようと。同時に、シミックさんの力を使って、データをつくり上げてきちんと検証できるような仕組みを考えています。4月につくった会社ですので、スタートしたばかりですが、新しいチャレンジで、楽しくやっています。

その関係で、今日お話があった、どういうふうに世の中を動かすか。いろいろなチャレンジがあります。アクティブエイジングですとかヘルシーエイジング、ハピネスにならってどういうふうにやるかというのは、海外のアイディアとして幾つか事例として見せたいと思っています。

基本のコンセプトとして、「NUDGE」という考え方、これはアメリカのビヘイビア・エコノミクスという学問があるのですが、これ、読んだことがある人はいますか。ぜひ読んでみてください。これもノーベル賞をとったターラー先生、ユニバーシティ・オブ・シカゴの方が書いたのですが、要は選択、「チョイス・アンド・アーキテクチャー」とあります。今日起きたら健康な食事をするのか不健康な食事をするか。もう、チョイスがたくさんあるわけです。例えば行政として、どういうふうにチョイスをフレーミングして、よりよい選択をしてもらうように。これは指示やルールとしてではなくて、どういうふうに自然に、よりよい決断につながるかというようなことを考えてみようじゃないかというサイエンスなんです。

それはもう事例にもありません。何でもそういうものをルール化するのではなくて、どういうふうに設定して、選んでもらうようにするかということです。非常におもしろい本で、ぜひ読んでみてください。事例としてひとつ紹介します。

これは基本的に歩くこと、骨が大切、筋肉が大切。でもやっぱり皆さんエスカレーターを使っちゃいます。車社会で、皆さん動きません。例えば行政として、何か新しい取り組みができるか。スウェーデンの事例で、階段を一晩かけて工事を行って、配線して、踏むと音が出るようにした。翌日の朝。あれ、何だろう。皆さん歩きました。遊んだりして。おじさんも楽しく。階段の利用率が66%増加しました。そういう感じで、やはり選択をさせる。何も強制的でもないし、少し考えて、クリエイティブに考えて、誘導させる、案内させるということです。

我々のメディカルのところ。ワクチン接種。今、中村さんより、人とのかわり合いというのが非常に重要とありましたが、日本のワクチン接種率は、世界的にいうとまだまだ改善するところがたくさんあるんです。例えば小児科に行っている患者さんに、これは先生方がやらなくちゃいけないのですが、きちんとした予防接種の日記を渡して、カレンダーに日付を入れるだけで、大分接種率が上がってくる。一言の小さい、ちょっとした後押しですよね。ちょっとした後押しで、行動の変容に非常に大きな影響を与えるようなことがあります。

同じように、例えば抗生物質を使い過ぎている心配があります。これは特に小児科でもばんばん出している先生方がいますし、出さないとクレームがあるとか、いろいろなモチベーションがあるのですが、例えば、イギリスでやっていたのは、抗生物質を使っている先生方、クリニックを抽出して、あなたが使っている患者1人当たりの量は多いですと。8割のクリニックがあなたのクリニックよりも少なく済んでいますよ、というメッセージを通知として出すだけで、やはり変化が起きるわけです。基本的にそういう通知の出し方や、1つの言葉遣いとか、モチベーションをつかんでやらないと、人はなかなか動かないので、行政としてはそういうモチベーションをよく理解して、案内したり「NUDGE」をしたりすることが重要ではないかと思っています。

ヘルスケアシステムにはいろいろなステークホルダーがあります。患者さん、もしくは市民の方、健康な方でも、なかなか1人に任せてよい決断を毎日行うわけではないので、医療システムまたはヘルスケアシステムの中には、そういう後押し、お手伝いが必要だと思います。

いろいろなアプリのツールがあつたりしますが、やはり単独ではあまり影響がないと思うんです。先生方がお勧めして、そうしたら例えばナースがきちんと説明して、使い始めたらもう一回、使っているかどうかというリマインドのシステムですとか、そういうところをエコシステム的に考えないと、なかなか取り組みが有効となりませんので、こういうエコシステムのプレーヤーと一緒に考えて、いろいろなことを地道にトライしながら、よりよい医療、よりよいヘルスケアを提供しようと思っています。

私は主に製薬会社や薬を見していますが、やはり先生方、または患者さん、またはその家族の精神状態ですとか、もちろん対人関係、地域の状況、金銭的・経済的な状況、もう全部含めて、そういうモチベーションを理解して、各ステークホルダーのお手伝いをしたいなと思っています。



最後になりますが、我々のシースリーでやろうとしていることは、先ほど中村さんが言ったように、ウェル・ビーイング・ネットワーク、総会、勉強会みたいなところ、いろいろな民間企業も含めて、行政の方々も、いろいろな方々が考える場を用意しまして、部会やワーキンググループをつくったりしてやっていこうとしています。

一方で、エリア推進プログラムの取り組みとして、先ほど話しました医療計画を実行するために、それぞれのエリアで1つの2次医療圏で取り組んでやっていく。この医療課題とヘルスケア課題と、大きく考えるとハピネスの課題に取り組んで、市民の方々、エリアの方々に貢献できればいいなと思っています。

ですからぜひ、指導する側としては、今の「NUDGE」みたいな、ちょっとした後押し、クリエイティブの考え方を行って、またファンをとり入れてやっていただければおもしろいんじゃないかなと思いますので、ぜひチャレンジしてみてください。

私からは以上です、ありがとうございました。

— 了 —



— 編集後記 —

□□表紙について□□

今回で30回目を迎えた「甲府大好きまつり」の”ビート to ビート”を掲載しました。

爽やかな秋晴れの中、新採用職員や採用2年目職員を中心としたメンバーで、はつらつとした素晴らしい踊りとパフォーマンスを披露し、市民の皆さまと一緒に盛り上がりました。

今後も祭りを通じて市民の皆さまの郷土愛の醸成と、多くの参加者、来場者全員が楽しめる市民まつりになるよう、盛り上げていきましょう。