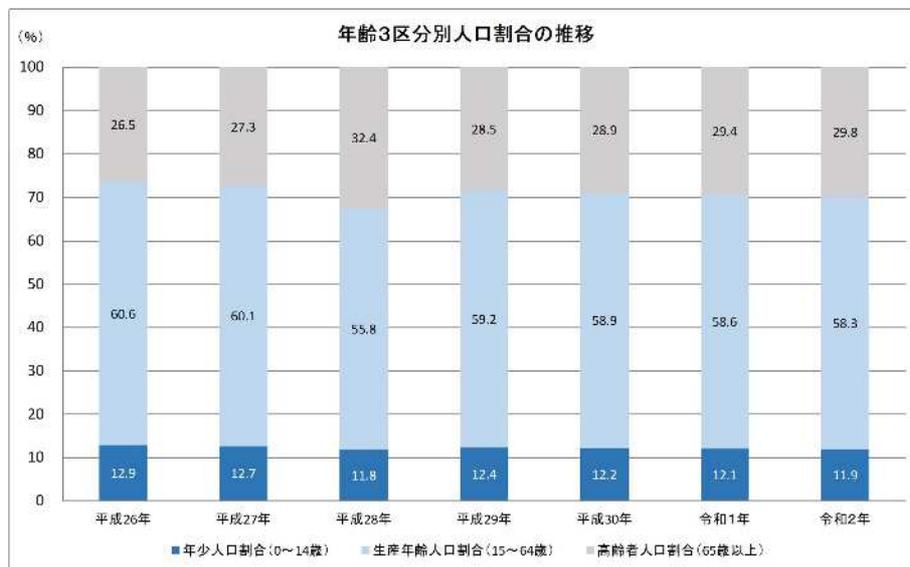
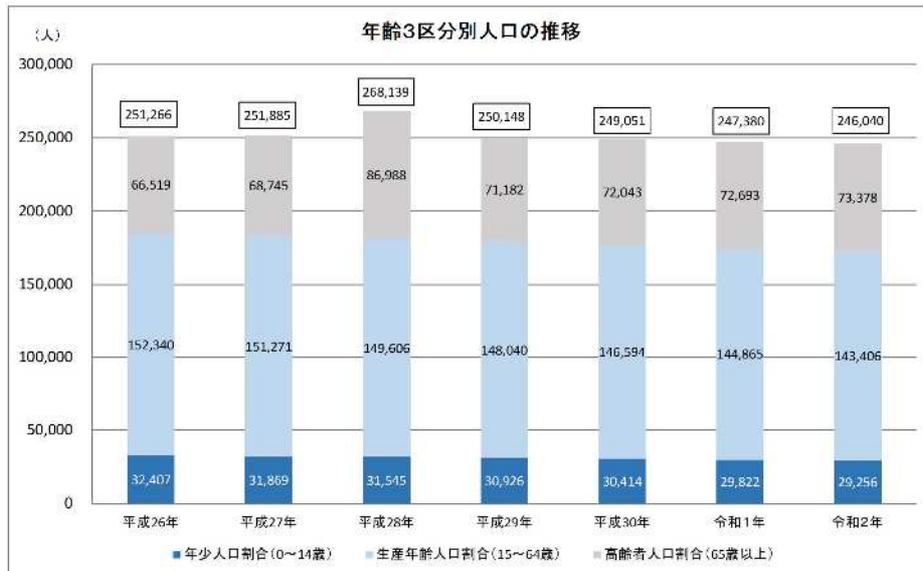


## 第2章 本市の特性及びウォーキングを取り巻く現状・ニーズ

### 2-1 地域特性

#### (1) 人口の推移

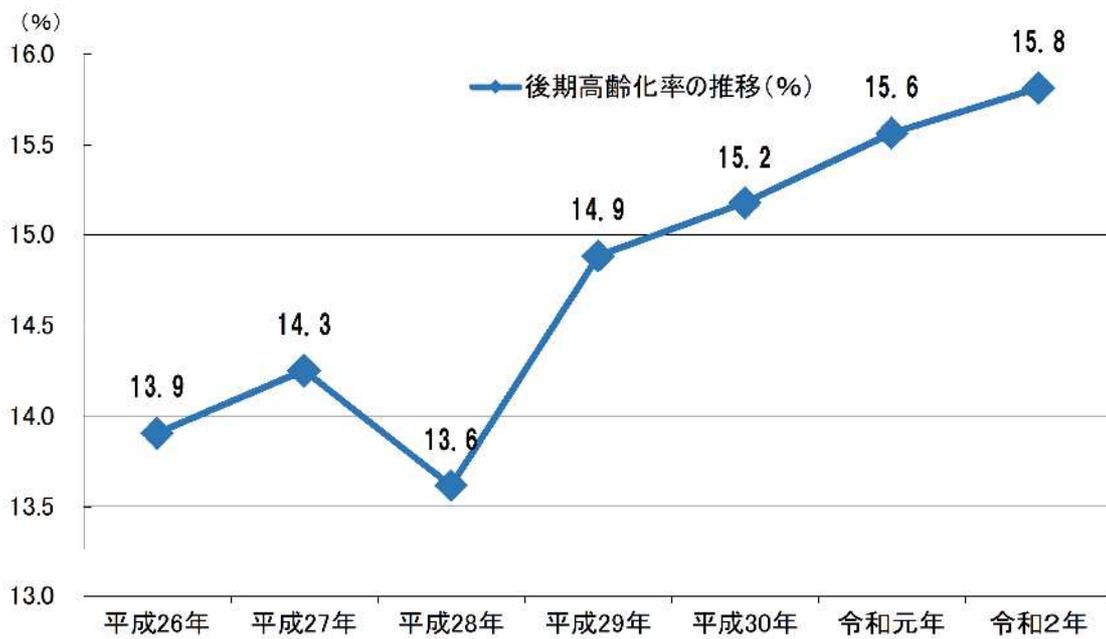
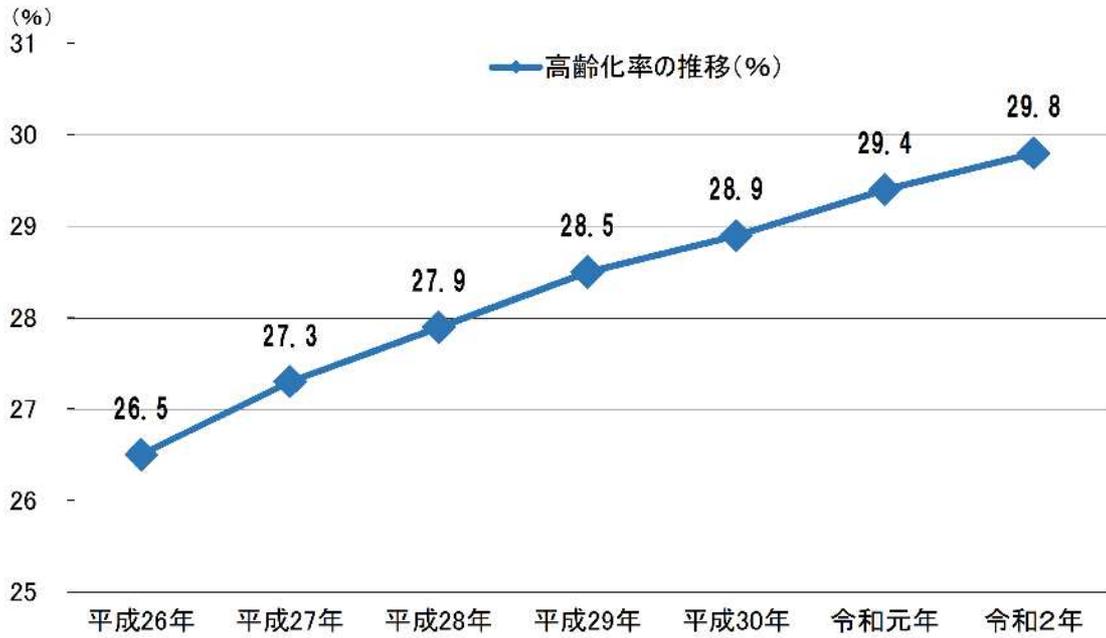
本市の人口は、令和2年現在で約24万6千人であり、平成28年をピークに緩やかに減少している。年齢構成比をみると、令和2年までに年少人口が減少する一方で、65歳以上の割合は年々増加傾向にあり、約30%近くとなっている。



出典：国勢調査：「山形県の人口と世帯数（推計）」

(2) 高齢化の推移

本市の高齢化率は、令和2年現在で約30%であり、年々増加傾向にあります。また、後期高齢化率も同様に高い状況にあります。



出典：国勢調査：「山形県の人口と世帯数（推計）」

### (3) 医療費の推移

本市の一人当たりの医療費は2019年で約400千円であり、年々増加傾向にあります。

今後の高齢社会の進展による影響を踏まえて、医療費の抑制に向けた市民一人ひとりの健康増進のための意識の醸成とそれを促す各種施策の充実が必要となります。



出典：医療費の地域差分析・基礎データ（厚生労働省）

## 2-2 交通特性

### (1) 地域間移動の状況

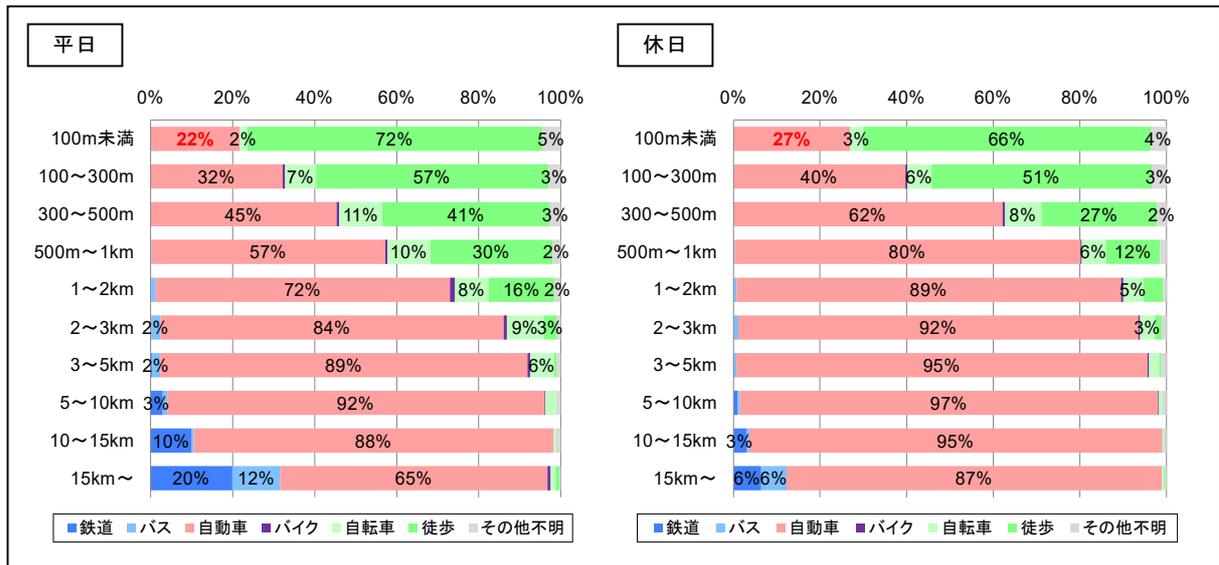
平成 29 年に実施した「山形広域都市圏パーソントリップ調査」結果において、山形市を含む山形広域都市圏における自動車利用率は全国平均よりも高く、自転車による移動は少ない傾向が見られる。また、移動目的別の交通手段でも、通学以外で自転車による移動は少ない状況である。



出典：山形広域都市圏パーソントリップ調査

(2) 道路交通特性

山形市の利用交通手段別でのトリップの特性（トリップ距離帯別・代表交通手段構成比）では、距離が長くなるにつれて自動車の利用が卓越していくが、100m未満の短距離の移動においても、自動車を利用する割合が平日で22%、休日で27%と一定数みられる。



出典：山形広域都市圏パーソントリップ調査

### (3) 消雪道路の整備状況

山形市内の消雪道路については、都市計画道路の歩道や郊外部の急勾配箇所を中心に整備が行われている。また、消雪道路未整備箇所について、歩道除雪路線も多い。

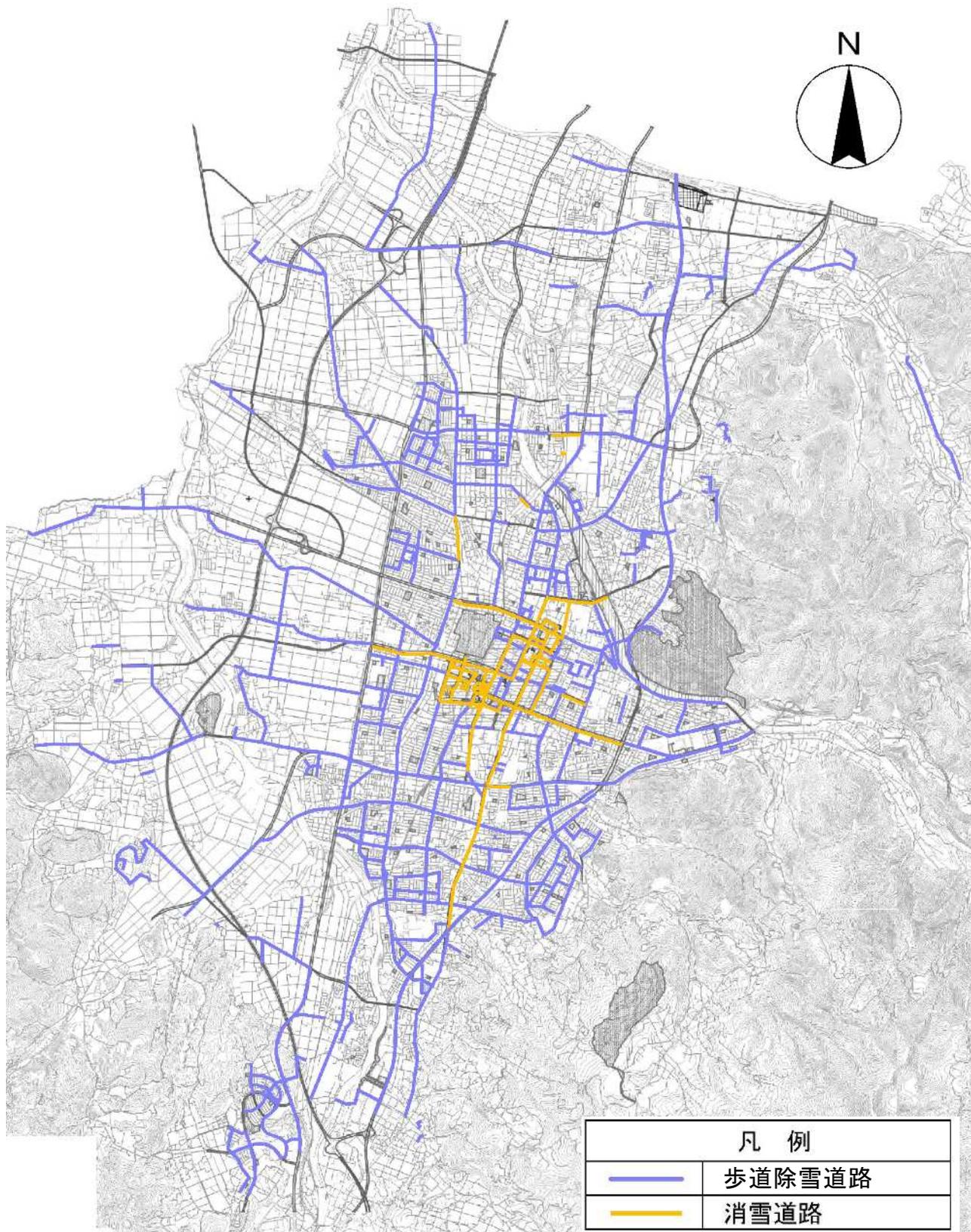


図2-1 消雪・歩道除雪路線位置図

## 2-3 ウォーキングに関する本市の取組

### (1) ウォーキングコースの設定

#### a) 山形市ウォーキングコース（健康増進課）

平成 23 年度に、山形市健康づくり運動普及推進協議会との共同で、市民が日常的に身近な環境でウォーキングに取り組めるよう、市内 28 箇所にウォーキングコースを設定していた。

その後、随時見直しを行い、令和 3 年 4 月現在では、23 箇所のウォーキングコースを設定し、順次、マップの作成を進めている。



#### ■ 山形市ウォーキングコース一覧

①	街中歴史散歩 中級コース
②	街中歴史散歩3
③	街中歴史散歩4
④	石垣塀のある街コース
⑤	新旧の街道を歩く
⑥	「遺跡と泉の里」楯山 青柳地区を歩こう
⑦	富神山のふところをめぐる
⑧	明治ミステリアスゾーン
⑨	霞城公園おさんぽコースA
⑩	霞城公園おさんぽコースB
⑪	街なか歴史散策
⑫	嶋遺跡公園周辺散策コース
⑬	街なかウォーキング3km
⑭	街なかウォーキング5km
⑮	慈覚大師と歩く高瀬地区
⑯	神社ともみじ公園コース

⑰	悠創の丘から古刹への散歩道
⑱	癒しのあじさい参道
⑲	大郷歴史めぐり
⑳	「遺跡と泉の里」楯山 十文字地区を歩こう
㉑	山形城史跡を巡る
㉒	小白川町の歴史と自然の再発見
㉓	街なかウォーキングコース(S)
	街なかウォーキングコース(L)

⑰～㉓：山形市 HP にてマップを公表（7 種類）

b) 公園散策マップ（公園緑地課）

市内の4箇所の公園について散策コースを設定し、マップの作成を行っている。

【1】千歳山



図2-2 散策マップ（千歳山）

【2】鈴川公園



図2-3 散策マップ（鈴川公園）

【3】成沢城跡公園



図2-4 散策マップ（成沢城跡公園）

【4】長谷堂城跡公園



図2-5 散策マップ（長谷堂城跡公園）

c) ウォーキングコース（総括）

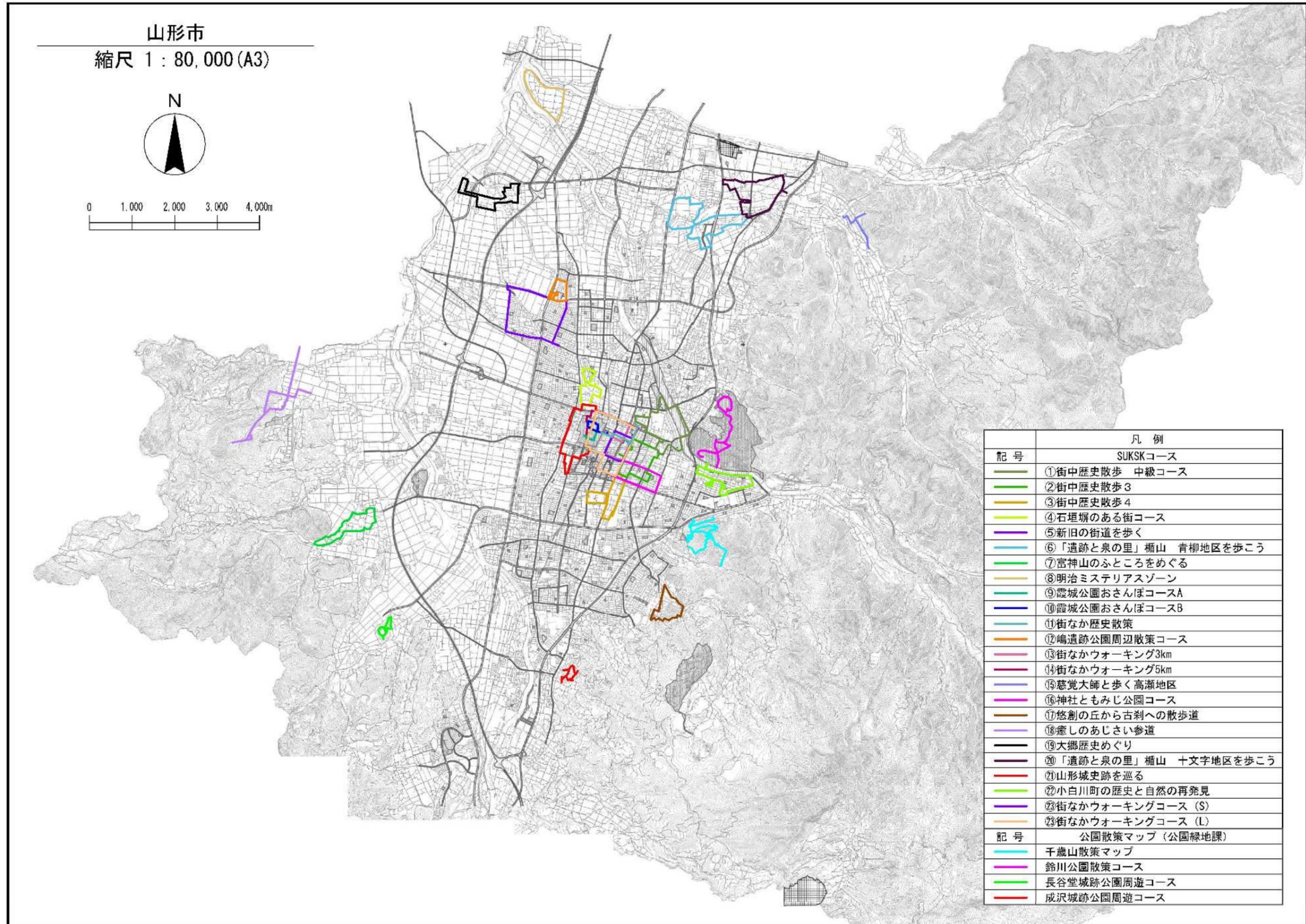


図2-6 市内ウォーキングコースマップ

(2) 市内のウォーキングの実態調査結果

山形広域都市圏パーソントリップ調査における、「散歩・ジョギング」目的のトリップ数は、他の項目に比べ低い状況である。

目的種類	トリップ数		構成比	
	平日	休日	平日	休日
通勤	134,260	37,558	14.5%	4.6%
通学	53,582	6,392	5.8%	0.8%
帰宅	357,033	309,944	38.6%	38.4%
買い物	102,496	194,221	11.1%	24.0%
通院	18,353	1,667	2.0%	0.2%
習い事・塾	12,158	7,990	1.3%	1.0%
食事・交際	29,644	59,708	3.2%	7.4%
娯楽・遊戯	30,470	74,359	3.3%	9.2%
送迎	38,334	25,100	4.1%	3.1%
<b>散歩・ジョギング</b>	<b>8,865</b>	<b>7,927</b>	<b>1.0%</b>	<b>1.0%</b>
その他私用	49,889	55,884	5.4%	6.9%
業務	56,291	18,158	6.1%	2.2%
帰社	28,250	4,909	3.1%	0.6%
不明	4,384	3,941	0.5%	0.5%
合計	924,010	807,758	100.0%	100.0%

出典：山形広域都市圏パーソントリップ調査

また、目的別の着トリップより、「散歩・ジョギング」目的の利用者数が比較的多い施設及びウォーキングコースは下記の通りである。

【特徴】

- ・ 中心部：霞城公園や護国神社周辺に多くのトリップが集中。
- ・ 郊外：運動場や病院等の“散策路が整備された施設”やみはらしの丘等の”集落完結型トリップ“が多い。  
：駐車場が整備された施設へ車で向かい散歩をして帰るトリップが多い。

トリップ数	想定目的地	周辺のウォーキングコース
100>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 山形市総合スポーツセンター</li> <li>・ 護国神社</li> <li>・ 霞城公園</li> <li>・ 東北芸工大・悠創館</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 街なか歴史散歩（初級・中級）</li> <li>・ 霞城公園</li> <li>・ 悠創の丘から古刹への散歩道</li> </ul>
75～100	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 文翔館</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 街なか歴史散歩（初級・中級）</li> </ul>
50～75	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 県立中央病院</li> <li>・ 県あかねヶ丘陸上競技場</li> <li>・ 千歳稲荷周辺</li> <li>・ 竜山川周辺</li> <li>・ 長谷堂城跡</li> <li>・ みはらしの丘</li> <li>・ 黒沢温泉</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 「遺跡と泉の里楯山」青柳地区</li> <li>・ 千歳山 山麓散歩</li> <li>・ 竜山川・川沿い散策</li> </ul>

⇒徒歩移動者の多いエリアは、中心部や特定エリア・施設に集中しており、郊外を中心に、ウォーキングコースが設定されていても徒歩移動者が少ないエリアがある。



### (3) 山形市健康ポイント事業 SUKSK（スクスク）の実施

#### ①事業概要

- ・山形市民において、健康寿命を損なう原因の分析結果から、認知症・運動器疾患（骨折・転倒、関節疾患）・脳血管疾患が全体の約80%を占めている。
- ・こうしたリスクを予防するために、山形市では「食事（S）、運動（U）、休憩（K）、社会（S）、禁煙・受動喫煙防止（K）」に留意した「SUKSK（スクスク）生活」を提唱し取り組んでいる。
- ・この健康づくりの一環として、山形市民が専用のスマホアプリや歩数計を活用しながら、毎日の歩数や健康づくりに関する事業への参加や、健康診査、がん検診を行うことで、ポイントを貯めることができ、ポイントを一定数貯めることにより、記念品を抽選により入手できる仕組みを設け、健康づくりについて楽しみながら取り組める事業を実施している。

#### ②ポイント対象となる健康づくり

- ・毎日の歩数
- ・健康診査やがん検診等の受診
- ・セルフチェック（アプリのみ）
- ・健康づくりに関する事業やボランティア活動等への参加



#### 歩数ポイント

1日の歩数に応じて下記のポイントがたまります。

1日の歩数	獲得ポイント
8,000歩以上	100ポイント
7,000～7,999歩	70ポイント
6,000～6,999歩	60ポイント
5,000～5,999歩	50ポイント
4,000～4,999歩	40ポイント

#### 目標とポイントの例

<p>ラジオ体操やストレッチ体操をする</p> <p>5 P</p>	<p>減塩に取り組む</p> <p>5 P</p>
<p>公園の健康器具で運動する</p> <p>5 P</p>	<p>自転車に乗る</p> <p>5 P</p>



#### 健(検)診受診ポイント

市や職場で実施する健康診査、特定健診、すこやか健診、がん検診（胃・肺・大腸・子宮・乳・前立腺）、歯周疾患健診、職場等が実施する健（検）診の受診。

1つ受診すると500ポイント、2つ以上受診すると1,000ポイントたまります。

令和2年1月から令和2年12月末までに受診した健（検）診がポイントの対象となります。

③SUKSK アプリの作成

- ・令和元年度より、アプリ上で順次ウォーキングコースを公開している。コース完歩者に達成報酬ポイントを付与することでウォーキングを推進している。

《ウォーキングコース紹介ページ》

The screenshot shows the app interface for the 'Shrine and Momiji Park Course' (神社ともみじ公園コース). The course details include 5 checkpoints, a target time of 1 hour, and a distance of 3.00km. A 'Challenge' button is visible. The 'Overview' tab shows a list of 5 spots: 1. 歌懸稲荷神社, 2. 諏訪神社, 3. もみじ公園 (宝幢寺跡), 4. なかたち石, and 5. 山形まるごと館 紅の蔵. The 'Map' tab shows a map of the course route in Yamagata City with numbered markers for each spot.

概要 スポット 地図

山形城三の丸土塁跡の近くにある歌懸稲荷神社は短冊に歌を書いて奉納する風習が『歌懸』の名の由来になっています。そして通りに大櫓のある諏訪神社は農業・商業・工業と延命厄除・必勝祈願の守護神として広く信仰を集めています。小白川の住宅街にあるもみじ公園は旧宝幢寺の大書院、清風荘と池泉回遊式の庭園が美しく見ごたえがあります。尋ね人の掲示板として使われた『なかたち石』、最終チェックポイントの紅の蔵まで、山形の歴史に触れながら四季折々の風情を楽しむことができる神社と庭園を巡るコースです。

概要 スポット 地図

- 1 歌懸稲荷神社
- 2 諏訪神社
- 3 もみじ公園 (宝幢寺跡)
- 4 なかたち石
- 5 山形まるごと館 紅の蔵

概要 スポット 地図



④SUKSK 実施状況

・参加者数

平成30年9月の事業開始以降、参加者数は年々増加しており、目標定員を上回る状況が続いている。

■令和元年度(令和2年3月31日現在)

単位:人

区分	参加者数	目標定員	達成率	備考
①スマホアプリ	2,203	1,500	147%	個人:1,881人 事業所:322人(23事業所)
②歩数計	500	500	100%	
③ポイント手帳	10	-	-	} 歩数ポイント以外のポイントを ためて参加することができる。
④介護予防手帳	530	-	-	
①+②	2,703	2,000	135%	
①+②+③+④	3,243	2,000	162%	

■令和2年度(令和3年3月31日現在)

単位:人

区分	参加者数	目標定員	達成率	備考
①スマホアプリ	3,731	3,300	113%	個人:3,102人 事業所:629人(46事業所)
②歩数計	676	700	97%	
③ポイント手帳	10	-	-	} 歩数以外のポイントを ためることができる。
④介護予防手帳	611	-	-	
①+②	4,407	4,000	110%	
①+②+③+④	5,028	4,000	126%	

※参加資格 個人参加の場合:山形市に住所を有する18歳以上の方

事業所参加の場合:市内事業所に勤める18歳以上の方(スマホアプリ参加のみ)

・ポイント目標達成率

毎年12月末時点で5,000ポイント達成者を対象に記念品が当たる抽選を実施しており、目標達成者数及び達成率は年々増加している。

(1)令和元年(令和元年12月31日時点)

年代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	介護予防手帳等	合計
参加者数	213	516	581	442	288	165	29	450	2,684
達成者数	38	105	171	181	142	66	14	182	899
達成率(%)	17.8	20.3	29.4	41.0	49.3	40.0	48.3	40.4	33.5

(2)令和2年(令和2年12月31日時点)

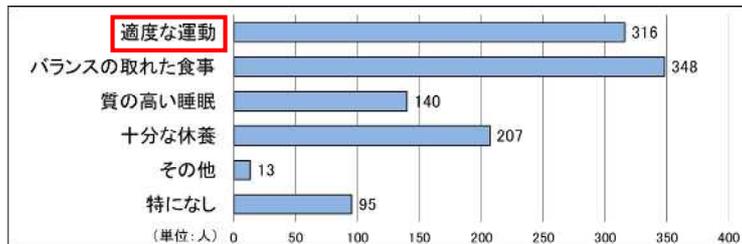
年代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	介護予防手帳等	合計
参加者数	400	848	984	827	553	382	93	621	4,708
達成者数	130	315	446	475	356	211	39	154	2,126
達成率(%)	32.5	37.1	45.3	57.4	64.4	55.2	41.9	24.8	45.2

## 2-4 市民アンケート調査

令和3年4月に市民のウォーキング及びサイクリングに関する実態を把握するため、アンケート調査を実施した。そのうちウォーキングに関する内容について抜粋した結果を以下に示す。(詳細は資料編に記載)

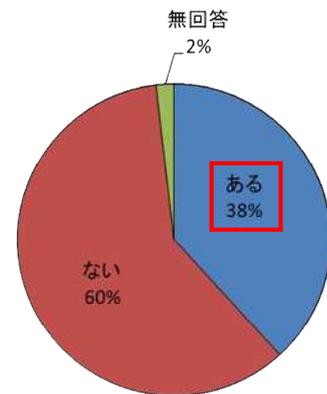
### 1. 健康のために心がけていること

#### 【健康のために心がけていること】



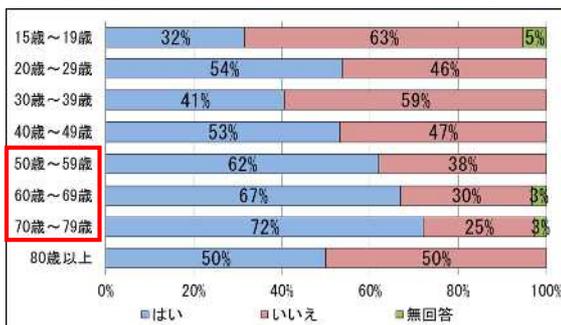
・健康のために心掛けていることとして、「適度な運動」を挙げた人が半数以上いるものの、日頃から運動習慣がある人は約40%未満である。

#### 【運動習慣】



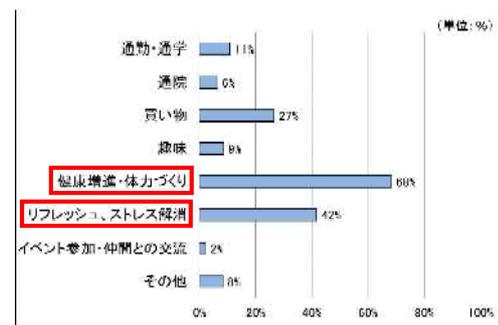
### 2. ウォーキングの実施状況、目的

#### 【年齢別×ウォーキングの実施状況】



・普段から意識して歩くようにしている人の割合は、全世代平均で60%であり、50代～70代で割合が高い。

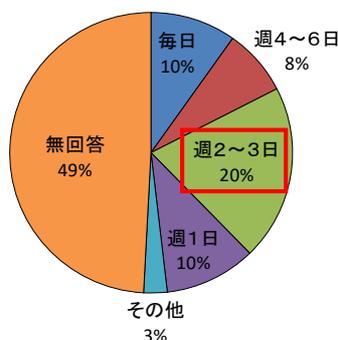
#### 【歩く目的】



・「健康増進・体づくり」が68%、「リフレッシュ、ストレス解消」が42%と、大多数を占める。

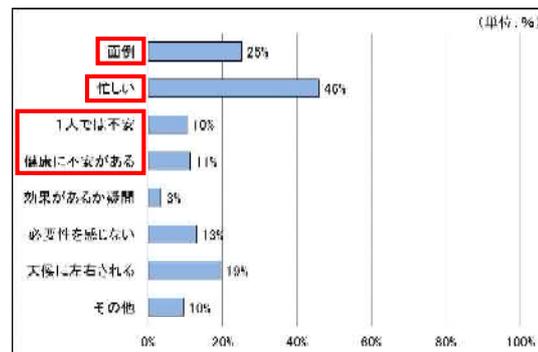
### 3. 歩く頻度、ウォーキングをしない理由

#### 【歩く頻度】



・「週2～3日」の頻度で歩く人が20%と最も多い。

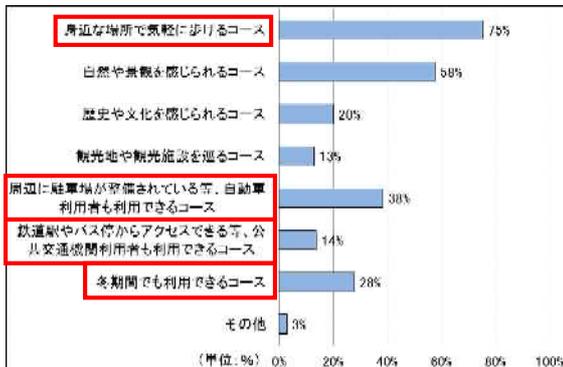
#### 【ウォーキングしない理由】



・「忙しい」が46%と最も多く、「面倒」が25%、「1人では不安・健康に不安がある」が21%と続いている。

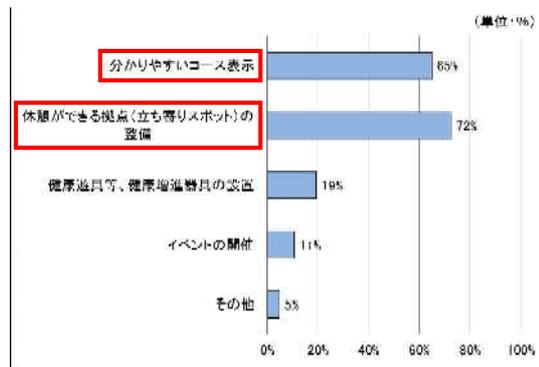
#### 4. ウォーキングコースの設定方針

##### 【コースの設定方針】



- ・「身近な場所で気軽に歩けるコース」が75%と突出している。また、「冬期間も利用できるコース」を望む意見も28%ある。
- ・「周辺に駐車場が整備されている等、自動車利用でも利用できるコース」を望む意見が38%、「鉄道駅やバス停からアクセスできる等、公共交通機関利用でも利用できるコース」を望む意見が14%となっており、自宅から離れたウォーキングコースのニーズもある。

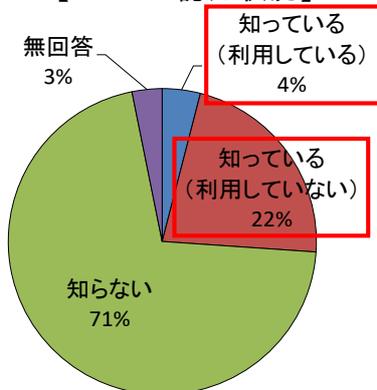
##### 【コースに必要な工夫】



- ・「休憩ができる拠点(立ち寄りスポット)」が72%、「分かりやすいコース表示」が65%と突出している。

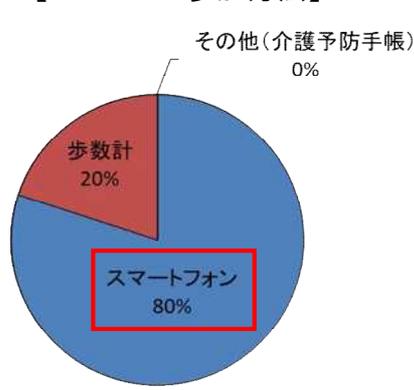
#### 5. SUKSKの利用状況

##### 【SUKSKの認知状況】



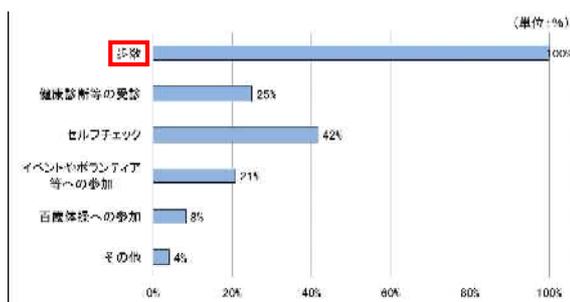
- ・SUKSKの認知度は26%、利用率は4%に留まっている。

##### 【SUKSKへの参加方法】



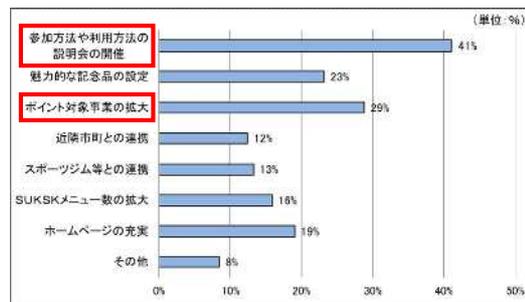
- ・SUKSKへの参加方法はスマートフォンが80%を占めている。

##### 【ポイント獲得方法】



- ・ポイントの獲得方法は「歩数」が100%であり、その他項目は半分以下である。

##### 【SUKSK利用促進に必要なもの】



- ・利用促進のために必要なものとして、「参加方法や利用方法の説明会の開催」が41%と最も多く、「ポイント対象事業の拡大」が29%と続いている。

## 2-5 ウォーキングの現状・ニーズ

山形市におけるウォーキングの現状とニーズについて、以下の4つのテーマに応じた分析結果を示す。

## (1) 安心・安全

項目	現状	ウォーキングに関するニーズ (アンケート調査結果)
安心・安全	<ul style="list-style-type: none"> <li>市内には自転車通行可とされている歩道が多い。</li> <li>市内の消雪道路は歩道消雪が中心であるため、自転車道が整備されていない消雪道路については、自転車は歩道内を走行している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>「冬季期間でも利用できるウォーキングコース」を望む意見が28%ある。</li> <li>自転車の走行環境への不満点において、「どこを走ればいいかわからない」との意見が24%、「死角からの人の飛び出しが危険」との意見が約20%ある。</li> </ul>

## (2) 健康

項目	現状	自転車利用に関するニーズ (アンケート調査結果)
健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>高齢化が進み、令和2年度時点において、市民の約30%が65歳以上となっている。</li> <li>山形広域都市圏パーソントリップ調査によると、散歩・ジョギング目的の外出は、平日・休日ともに全体の1%程度である。</li> <li>SUKSKの参加者数は約5,000人前後であるが、スマホアプリを使用する高齢者の参加率が低い。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>普段から意識して歩くようにしている人の割合は、全世代平均で60%であり、50代~70代で割合が高い。</li> <li>歩く理由としては、「健康増進・体力づくり」が68%、「リフレッシュ、ストレス解消」が42%と、大多数を占める。また、歩かない理由としては、「1人では不安・健康に不安がある」の回答が21%ある。</li> <li>SUKSKの認知度は26%、利用率は4%に留まっている。</li> <li>SUKSKへの参加方法はスマートフォンが80%を占める。</li> <li>ポイントの獲得方法は「歩数」が100%であり、その他項目は半分以下である。</li> <li>SUKSKの利用促進のために必要なものとして、「参加方法や利用方法の説明会の開催」が41%と最も多く、「ポイント対象事業の拡大」が29%と続いている。</li> </ul>

## (3) 歩行環境

項目	現状	ウォーキングに関するニーズ (アンケート調査結果)
歩行環境	<ul style="list-style-type: none"> <li>・山形広域都市圏パーソントリップ調査において、「散歩・ジョギング」は市内中心部に集中している。</li> <li>・山形市では、ウォーカブルなまちづくりを推進している。</li> <li>・消雪道路は都市計画道路の歩道や郊外部の急こう配箇所を中心に整備されており、その他は除雪により対応している。</li> <li>・ウォーキングコースは市内 23 箇所に設定されている。</li> <li>・既存のコースには、城下町や中心部を散策できるものなど、様々なコースが設定されている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・普段から意識して歩くようにしている人の割合は、全世代平均で 60% であり、50 代～70 代で割合が高い。</li> <li>・ウォーキングをしない理由として、「忙しい」が 46% と最も多く、「面倒」が 25% と続いている。</li> <li>・ウォーキングコースに求める方針として、「身近な場所で気軽に歩けるコース」が 75% と突出している。また、「冬期間も利用できるコース」を望む意見も 28% ある。</li> <li>・ウォーキングコースに必要な工夫として、「休憩ができる拠点(立ち寄りスポット)」が 73%、「分かりやすいコース表示」が 65% と、突出している。</li> <li>・健康のために心がけている事として、「適度な運動」が 52% を占めている。</li> <li>・運動習慣があるとの回答は全体の 38% である。</li> <li>・「周辺に駐車場が整備されている等、自動車利用者も利用できるコース」を望む意見が 39%、「鉄道駅やバス停からアクセスできる等、公共交通機関利用者も利用できるコース」を望む意見が 14% となっており、自宅から離れたウォーキングコースのニーズもある。</li> </ul>

## 2-6 ウォーキングの課題

山形市における歩行環境に関する現状と、市民アンケート調査結果から抽出されるニーズを踏まえ、ウォーキングに関する課題を以下の通りとして整理する。

### ウォーキングに関する課題

#### 課題 1

- ・歩行者や自転車それぞれ安全に通行できる環境が必要である。
  - ・市民において、交通ルール・マナーの周知に不満を感じている割合が高い。
- ⇒誰もが安全・安心に歩けるよう広報啓発や交通安全教育を充実する必要がある。

#### 課題 2

- ・普段から意識して歩くようにしている人の割合は、50代以上では高いものの、年齢が低くなるにつれて割合が低くなっている。
- ⇒日常生活の中で「歩く」割合をいかに高めるかなど、徒歩移動を促す方策が必要である。
- ・SUKSKが市民全体に浸透していない。
  - ・SUKSKアプリの高齢者の参加率が低い。
- ⇒SUKSKアプリの使い方の周知や利用促進に向けた情報発信、説明会の開催等、対応策の検討が必要である。

#### 課題 3

- ・高齢者に優しい歩行空間の形成が必要である。
  - ・ウォーキングを実施していない人の理由と、モデルコースに求める方針は、「気軽に実施する」という点で共通点がある。
  - ・冬季は積雪による影響で、消雪化されていない区間は歩行者が歩きにくい状況がある。
- ⇒誰もが快適かつ気軽に歩ける歩行環境整備が必要である。
- ・「分かりやすいコース表示」や「休憩ができる拠点（立ち寄りスポット）の整備」のニーズに対応する必要がある。
- ⇒モデルコース設定に併せ、使いやすさに配慮する必要がある。

#### 課題 4

- ・市民において、運動により健康を増進する意識は高いものの、運動習慣の定着率は低い。
- ⇒運動し易い環境の整備が必要である。
- ・既存のウォーキングコースは、概ね市民ニーズに合致している。
  - ・「冬期間でも利用できるコース」や「周辺に駐車場が整備されている等、自動車利用でも利用できるコース」や「鉄道駅やバス停からアクセスできる等、公共交通機関利用者も利用できるコース」といった、新たなニーズに対応する必要がある。
- ⇒多様なニーズに対応したウォーキングコース設定が必要である。