

## 「知事とのフレッシュトーク」(令和3年12月10日(金) 五所川原第一高等学校) 概要

知事が高校生の皆さんとこれからの青森県や自分たちの将来に関して意見交換を行う「知事とのフレッシュトーク」について、五所川原第一高等学校での実施概要をお知らせします。

生徒による学校紹介の後、代表生徒と知事が意見交換を行いました。

(参加：2学年進学コース生徒57名)



### (発言生徒1、2年男子)

私は、将来、作業療法士として青森県内で働きたいと考えています。作業療法士は、高齢社会の青森県にはなくてはならない職業だと、私は考えます。

青森県は、全国でも平均寿命が短い県とされています。数値から見ても青森県は男性78.67歳、女性85.93歳と他県や全国平均と比べても短いです。世界に比べると寿命は長いかもしれませんが、安心して長生きができる住みよい青森県にしていきたいと、私は思います。

この対策として、減塩のだし活や健康増進など、青森県は取り組んでいますが、これだけでは平均寿命を延ばすことは、まだ厳しいと思います。医療施設を充実させ、医療体制を整えることも大切かと思いますが、限界があると考えます。

そこで、青森県では、平均寿命を延ばすためにこれから取り組もうとしていることがあればお聞かせください。



### (知事)



ありがとうございます。

もう20年以上、日本一の短命県の状態が続いていて良くないと思っています。このところは、人口の動きである社会減は、働く場の人手不足やコロナ禍の影響で、意外なことに落ち着いています。ところが人の生死が関係する自然減は、亡くなる高齢者の方が増えて、特に冬場になるとそうなりますが、それに加えて、結婚する人も少なくなっていて赤ちゃんが産まれない状態です。コ

ロナ禍のせいかと思ったら、その前からそのような状況があります。

### (がん・生活習慣病対策課)

先ほどお話されたように、平均寿命は着実に伸びてはいるものの残念ながらまだ男性は昭和 50 年から、女性は平成 7 年から最下位という状況が続いています。

青森県の死因を見てみると、全死因の約 30%が「がん」と言われる悪性新生物、次は 15%が心臓病、それから 3 番目が頭の病気である脳卒中などの脳血管疾患で 10%です。

このような病気は、たばこやお酒の飲み過ぎ、運動不足など、あまり良くない生活習慣が原因で、三大生活習慣病と呼ばれています。

そこで県では、様々な取組を行っています。その中で、皆さんにやってもらいたいことを PR するために、分かりやすく四コマ漫画を使ってみたり、字が多いと分かり難いということで、写真を全面に出してみたりなど、工夫して普及啓発をしています。

また、皆さんのお父さん、お母さんの年代の働き盛りと言われている年代の方の死亡も多いので、その方々の健康づくりのために職場の健康づくりを実践してくれている会社を健康経営認定制度により認証したり、会社の中でたばこを吸わない施設に空気クリーン施設の認証もしています。

そのほか、がんで亡くなる方が多いので、早めに検診を受けてもらい早期発見するための取組として、50 歳の節目の方に「受診しましょう」というものを直接お送りして、受診を促す取組もしています。

健康づくりは、今やったからすぐ明日には効果が出るというものではありませんが、継続することが大事だと思っています。そこで、私たちは、これらの取組を継続して進めていくほか、皆さん一人ひとりが健やか力の向上のために取り組んでいただけるようなことをいろいろ考えていきたいと思っています。

最後に健康で長生きな青森県にするためには、多くの皆さんに健康に関心をもってもらい、適切な生活習慣を実践していただくことが大事だと思っています。

### (知事)

いろいろな健康づくりの仕組みを作ったり、運動もやっていますが、最終的には、実践していただくことが大事です。

### (総合販売戦略課)

総合販売戦略課では、だしの旨みを活用して美味しく減塩を推進する「だし活」と野菜のカリウムを活用して余計な塩分を排出する「だす活」という取組を県内外のスーパー等で PR 活動をしています。本日はその一部を御紹介します。まずは、「できるだしダンス」を披露します。



<だし活ダンス披露>

### (総合販売戦略課)

青森県民は、1 日あたりの食塩摂取量 8 g を大きく超えて塩分を摂取しています。塩分を取り過ぎると心臓が急に止まったり、腎臓が機能しなくなります。

### (知事)

そのようなこともあり、パンやソーセージなど、いろんな食べ物の塩分を下げていきたいと思います。ということで、県議会議員の方々と一緒になって、国に減塩について要望活動をしました。そうしたら加工食品の栄養成分表示に食塩相当量を入れてもらえることになりました。

### (総合販売戦略課)

県では、「だし活」の取組を長年してきましたが、それに「だす活」という取組も加えました。野菜に含まれるカリウムという成分を活用して、体内の余分な塩分を出そうという取組です。野菜をいっぱい取ってほしいということですが、青森県民は野菜を1日350g摂らないといけないところ、あと50gが必要です。

### (知事)

減塩と野菜を摂るほかに、運動も大事です。青森県民は、1日の歩数で男性があと千歩、女性が二千歩足りません。なかなか簡単にはできませんが、スーパーで買い物する時に、まずは買わないで、チラシを見て一周回ってから買いましょうという活動もしています。

また、新型コロナウイルス感染症の影響で、ステイホームの時間が増え、高齢者の方々を中心として、1日中テレビを観るといった状態が続いたことが影響し、筋肉が動かなくなって、歩けなくなっ



たり、更には認知症が進む可能性があります。加齢により心身が衰えた状態をフレイルと言いますが、このフレイルを知ってもらって、ならないようにするために、新しい活動を始めています。

それでは、スズキ式フレイル予防健康体操を皆さんにお見せします。

<スズキ式フレイル予防健康体操披露>

### (知事)

いろいろな筋肉を使って、元気でコロナを乗り越えようということで実践的な活動をしています。これまでに医師を増やすために、良医を育むグランドデザインという取組を行い、合格者を2倍にしたり、医療施設やシステムも整えたりしたほか、保健・医療・福祉包括ケアシステムとあって、一人ひとりの健康づくりを医療と福祉で支えるシステムも整えたりもしましたが、そういったことだけでは、誰も一緒にやってくれないので、自分たちでこのような活動をしています。

そのほかに、たばこの恐ろしさについてもお伝えします。吸わない肺はきれいですが、吸ったら黒くなります。だから、きみたちに言っておきたいと思います。本当にたばこについては考えてください。

### (がん・生活習慣病対策課)

たばこは、吸っている人以外に、近くにいる人にも、たばこを吸った人が吐いた煙やたばこから出る煙によって害があると言われていて。皆さんは高校生ですから、勿論吸わないと思いますが、たばこ1本に手を出すと、やはりそれから止められなくなってしまいうということがありますので、是非1本を吸わないように、心がけていただきたいと思います。

### (知事)

お酒とたばこと塩については、本当に課題だと思って一生懸命取り組んでいます。

将来の夢は作業療法士ということですが、資格が必要になりますので、しっかりと勉強してください。そして、単になるだけでなく、トップになって、皆を導いてくれたらうれしいです。

### (発言生徒2、2年女子)



私は、将来、教育に関する仕事をしたいと思っています。

青森県の教育について調べたときに青森県庁ウェブサイトでは、教育政策や学校教育についての取組を見つけました。

青森県教育委員会の施策の柱の1つである「学ぶ意欲の向上と主体的に探究する人づくり」に興味を持ちました。新規の事業である「ICTを活用した確かな学力向上事業」では、ICTを活用し、情報活用能力やグローバルな視野を広げていく取組が記載されていました。

そこには、小・中・高のこれからのICT教育への取組もありました。小・中学校では、デジタル教材等各種コンテンツの活用について、高校はオンライン研修や教材等の蓄積・共有とありました。私の妹は中学校1年生ですが、タブレットを使った授業が楽しいと言っていました。

今は主に小・中学校からタブレットを授業に導入されつつありますが、高校はあまりされていないように思います。今後、タブレットを使用した授業やオンラインの授業など、ICTを活用した取組を推進していくために青森県ではどのように考えているのでしょうか。

### (知事)

ICT教育については、コロナ禍の影響もあって一気に進んできています。

### (学校教育課)

今、お話にもありましたが、小・中学校が先行して端末の導入が進んでいる状況です。県立高校については、今年度中に1人1台端末の整備をすることとなっています。

なお、私立学校については、それぞれ各学校が取り組みの方針を定めていて、国の支援事業などを活用して取り組んで、今後、整備の方を進めていただければと思っています。

どのような目的でICTが使われているかということですが、まず、生徒一人ひとりの授業の理解を深めていくということ、それから、生徒同士の考えを共有すること、協働的に合意形成していく活動、情報の収集、整理・発信などの学習活動がICTの主な活用のしかたとなります。

皆さんは、生まれた時から既に携帯電話などが身の周りがあるので、先生方よりも使いこなせている状況です。先生方は、今、ICTをどのように活用したら効果的な学びができるかということを一生涯懸命勉強しているところです。

具体的にどういうことで使うかということ、まず、教室で一斉授業をやる場合は、写真を拡大したり、あるいは画面への書き込みを活用して説明することによって興味・関心を高めてもらうようなことが可能となります。また、個別学習、1人1台端末を使って疑問点を調べたり、自分に合った学習が

容易になるということで、個々の理解に応じた学びの構築が可能となります。それから、協働学習がこれからの学びの中では大事だと言われていて、教室にしながら、例えば、海外の学校と交流したり、生徒同士が意見交換したり発表するなどして、思考力、判断力、表現力などを高めていくことに繋がっていくと考えられています。

これから、どんどんICTの活用が進んでいくと思います。特に皆さんは、それにもう慣れている世代ですので、もし分からないことがあったら、先生方が生徒さんに聞くことがあるかもしれません。いろいろ先生方と協力しながら、お互いにICTを活用し、より教育の質を高めていくようになっていくと思われますので、将来の夢である教員になって、是非、ICTを上手く活用して、良い授業ができる先生になっていただければと思っています。

### **(知事)**

貴校においても、総務省枠の支援システムもありますので、導入について考えていただければと思います。

ICTを活用することで、人財が育ってほしいし、海外の高校生など、いろんなところとの連携もできると思います。

それだけではなく、先ほどのフレイルの話に関連して、高齢者の方々のためにeスポーツの活用も検討しています。指や手を使うので、認知症予防にもなると思っています。

お父さんやお母さん、お爺ちゃん、お婆ちゃんとeスポーツなど、いろいろなことをしてもらえれば、家庭内での交流にもつながるということもあり、多角的に活用しようと思っています。

将来の夢が教員と言うことで、県内でなってくれるとうれしいです。

### **(教職員課)**

教員になるためには、大学などで勉強して、教員免許を取得し、教育採用試験に合格することが必要です。教員免許は、小学校、中学校、高等学校など、学校の種類ごとにあり、その上で中学校、高等学校では、教科ごとにも分かれていますので、取得には大学などで必要な単位を取らなければいけません。

青森県内の公立学校の教員になるためには、県教育委員会が実施する筆記試験、面接等を受けて合格する必要があります。参考までに令和4年度採用試験では、採用予定者が約255人、受けた人数が1,206人でした。近年、教員を目指す人がかなり減ってきていますので、沢山の人がチャレンジして欲しいと思っています。

教員というのは、いろいろな職業の中でも未来に触れることができる仕事だと思います。青森県の教員としては、貴校の校訓にもある明朗で協調性があり進取の気性を持つ、そうした人財を求めています。

今、高校生として3年間、授業、部活動、学校行事など、一生懸命取り組んで高校生活を是非楽しんでください。しっかり勉強して、是非とも教員という夢の実現に向けて頑張ってください。同じ青森県の教員として一緒に働けることを待っています。

### **(知事)**

将来の夢に向かってがんばってください。

### (発言生徒3、2年男子)

私は、将来、救急救命士になりたいと思っています。

その理由は、一人でも多くの人の命を助けることで地域に貢献したいからです。そのために、私は、救急救命士の資格取得後、県内で就職することを目指し、目標にし、勉強しています。

ところで、青森県内で救急救命士の数が年々増加しているのをインターネットの記事を見て知りました。青森県の救急医療の需要は年々増加してきましたが、搬送人員は高水準であると感じます。救急医療資源に限りがある中で救急医療需要に対応しつつ、より質の高い救急医療を提供するには地域の医療機関が連携する必要があると思いました。

津軽地方や下北地方では、近くの中核病院までの時間が1時間以上かかる場所もあると思います

が、この対策として、青森県では、どのようなことを考えていますか。



### (知事)

ありがとうございます。すごくうれしいです。将来の夢、必ず実現して命を守ってください。何よりもやっぱり命が大事です。そのために、県の経済を回して、医療システムや健康づくりにも取り組んでいます。

端的にいうと、ドクターヘリを2機入れました。でも、ドクターヘリは夜飛べないし、吹雪になると駄目だし、ガスがかかると駄目だしといろいろ制約があります。

今、五所川原から西海岸まで高規格道路を整備していますが、そのような交通ネットワークも整える必要があるし、医療連携も必要だし、拠点の病院にどれだけ早く運べるかという仕組みを作らなければいけないし、あと、救急医療の先生方とか、それを目指す若い人を整えなくてはならないということで、様々な取組を進めています。

### (消防保安課)

救急救命士の資格を持っている方は、消防機関に多いので、消防救急救命士についてお話しします。

まず、青森県の救急救命士の資格を有する救急隊員の人数は、平成20年274人から令和元年には494人と1.8倍に増えています。次に青森県では、救急車による救急出動件数、搬送人員が増えています。こちらも平成3年が25,000件程度で、これに対して令和元年が50,000件程度と、約2倍に増えています。搬送人員も同様に令和3年の25,000人に対し、令和元年は46,000人と、約1.8倍増えています。

消防では、救急救命士という国家資格ができる前から、救急車による傷病者の搬送や救急隊員による応急処置などの救急業務を行っていますが、救急隊員は医者ではないため、点滴や薬剤投与といった医療行為はできませんでした。それが、平成3年に医療行為が行える国家資格、救急救命士ができたことにより、救急隊員が搬送中に医療行為を行えるように、より多くの人の命を救えるようになっていきます。

より質の高い救急医療を提供するためには、救急救命士の医療の質を高めることが重要です。このため、消防における仕事の1つとして、医師の現場指示があります。救急救命士である救急隊員が電話等で救急医からの助言指導を救急現場で受けられるようにして、適切な救急救命処置ができるようにしています。

2つ目が事後検証です。救急隊員が検証会の中で現場で行動したこと、考えたことなどを発表し、救急医や指導救命士から評価・フィードバックを受けて能力を高める仕組みです。

3つ目が生涯教育です。医療は日々進歩しています。救急救命士を職にする方は、消防に就職してからも最新の知識や技術を使って高度な医療を提供できるよう研修の機会を確保するなど、生涯教育を受けられる仕組みを作っています。

県では、年々高まる救急需要に対応し、より質の高い救急医療を提供するため、このように救急救命士が必要な教育を受け、能力を高める仕組みを作っています。

### **(医療薬務課)**

お話しにあったとおり、限りある医療資源の中で質の高い救急医療を提供するためには、地域の医療機関同士であったり、医療機関や消防など、関係機関の連携というのが非常に重要になってきます。救急医療提供体制というのは、大きく一次救急、二次救急、三次救急の3つに分かれて、患者さんの状態に応じて搬送先を調整しています。適切な医療機関に搬送するという事になっています。特に重篤な患者さんについては、県内に救命救急センターが3か所ありまして、こちらで対応することになっています。

また、知事から話がありましたドクターヘリについては、1回の飛行の目安が、大体100km圏ということで、2機導入により、ほぼ青森県内をカバーできる体制になっています。救急車ですと、1時間以上かかるような場所でも、100km飛ぶのに大体30分で到着しますので、かなり迅速に搬送できる体制をとっています。

ドクターヘリのこれまでの実際に飛んでいる件数は、令和2年度は要請件数897件、天候不良や既に事案に対応していて重複で飛べない場合もありますので、実際に出動できる件数は、若干減って、令和2年度は712件と、平成26年度以降、大体要請件数が1,000件前後、実際に出動したのは800件前後になっています。また、今後も限られた医療資源の中でより質の高い救急医療を提供するため、医療機関や消防機関と連携しながら救急医療提供体制の充実に県としても努めていきたいと考えています。

### **(知事)**

いろいろと取り組んではいますが、なぜ高規格道路を先に作らなかったかという思いがあります。病院とも連携していきたいと思っています。

将来、救急救命士になったら、どういったことを頑張りたいですか。

### **(発言生徒3)**

周りの大切なところで命を救えたらと思います。

### **(知事)**

よろしくお願いします。でも、その前段階として健康づくりも大事です。基本は、ドクターヘリや救急車に乗らないようにすることです。

### **(発言生徒4、2年女子)**

私は、将来、県内の大学に進学後、社会福祉の仕事に携わりたいと思っています。

私は、中泊町に住んでいて、学校までは津軽鉄道を利用しています。県内に住んでいる方の多くは



自動車を利用して移動しており、近所の高齢者も車を使用して出かける姿を多く見かけます。

私の友人の祖母が車の運転免許の返納によって運転ができなくなってしまったら、買い物に行くにも苦労するという話を聞きました。

私は、青森県は自動車の運転できない学生や高齢者にとって交通手段が少ないことが課題であると考えます。そのために、公共交通機関の料金の値下げや本数の拡大

など、住みやすさを向上させるような取組があれば良いと考えます。住みよい青森県にするために交通の面に関しては、どのような取組がされているのでしょうか。

### (知事)

青森県として大変大事なことです。県全体の大きな目標の一つとして、青森県型地域共生社会とあって、集落単位で、皆で生きていくためにどういうことが最低限必要かということをやっています。今、発言にあった交通システムや食、医療連携が最低限必要なこととということをやっています。

集落単位で中里なら中里、武田なら武田で、どうやったらいろいろな交通手段を確保できるか、あるいは、ピュア（中泊町特産物直売所）から、生鮮食品やお惣菜が家庭に届くような段取りをしてくれています。そういう部分とか。医療に関しては、医者にかかるためにどうするかということで、この3つが少なくとも2025年までに、ある程度達成できないと、津鉄（津軽鉄道）が走っていたり、バスが走っているといいですが、それが無くなったら、それこそフレイルどころか家に閉じこもるようになってしまうことも危惧されます。

### (交通政策課)

バスや鉄道の現状と青森県の取組についてお話しします。

まず、バスは、お話しのとおり、どんどん利用者が減っていて、青森県全体でみると、50年前と比べて利用者が5分の1、18%ぐらいまでと、物すごい減り方をしています。走っている距離も半分以下になっていて、乗る人が10分の1になっていて、走っている量も減っているのですごく不便になっていて、交通事業者の赤字も拡大しています。そのため、たくさん走ることができないという状況になっていて、危機的な状況にあります。

次に津鉄を見ると、これも同じで利用者が減っています。しかも津鉄は、バスと違って同じ場所を走らないといけないので、車両の数を減らしたり、便数を減らしたりはできますが、赤字がどんどん拡大していて、ストップ列車などにより観光客が来て乗ってもらえるように努力はしていますが、経営を維持して皆に乗ってもらうことは、なかなか辛い状況になっています。

これは、バス、鉄道だけに限らず、青森県の生活交通全般が、厳しい状況になっているのが現実です。県の対応として、どういうことをしているかということ、例えば、バスでは、県や市町村、事業者が皆でバスのダイヤ調整をしたり、乗り継ぎや一緒の便にしたりなどの努力をしています。あと、例えば、津鉄と弘南バスの乗り継ぎを上手くやったり、エルムを経由するなど、皆に使いやすくしたり、通学の時間に合わせるようにするなどの努力もしています。更にもう1つ、利用しやすくするために、そもそもバスに乗ったことがないお子さんが多いので、乗り方教室をしたり、グーグルマップなどの交通の検索サイトを見なくても時刻がすぐ分かるように、オープンデータ化するといった取組を進めています。また、ポータルサイトを作って、観光客にも乗ってもらったり、最近では、スイカの導



入も進めていて、青森や八戸では、来春からサービスが始まります。このエリアでは、弘南バスが準備を進めているところです。

とにかく、生活交通を皆で使って、それぞれの生まれた地域で生活していくための基本的道具として維持するといった努力を県としても進めています。

### (知事)

そういった交通事業者を支援するだけではなくて、今、社会福祉施設、要するに特別養護老人ホームとか、そういったところを経営している方々には、社会貢献というのが義務づけられていて、例えば、藤崎町だと10円バスといって、10円で集落から中心部へのバスを出してくれるなど、様々な応援をされていて、交通アクセスや医療のアクセス、お買い物などができるようにやっています。



セブン-イレブンやイトーヨーカ堂が移動販売車を出してくれたり、五所川原市では、生協が移動販売車を出して買い物の応援をしてくれたり、さっき青森県型地域共生社会言いましたが、要はそれぞれの集落でちゃんと最期まで生きられるように基本的な、最低限度の仕組みを整えようということをやっています。

### (西北地域県民局地域連携部)

西北地域県民局での青森県型地域共生社会の取組について、御紹介します。

中泊町にお住まいということで、小泊の事例になりますが、中里の中心部から車で30分くらいかかってしまうので、買い物が不便だということで、ピュアの方に御協力いただいて、町と県と一緒に検討しながら、地域のニーズを固めた上で公民館などの施設でお店を開くということ、小泊地区と下前地区の二地域でそれぞれ隔週で実施しています。令和元年度から始めましたが、県が支援したのは昨年度までで、今年度からは、自分たちで黒字が出せるようになったので、ピュアにお任せして、地域の買い物に困っているような高齢者の方や元々免許を持っていない高齢の方々に御利用いただいています。

それ以外でも五所川原市内であれば、地域の住民の団体が自分たちで車をエルムまで出して、地域のお年寄りのお買い物をサポートしたり、知事の話で藤崎町の事例がありましたが、その地域団体バージョンということで、五所川原市にその事例を持ち込んだりしています。中泊町でも、町内会が同じようなことができないかということを検討し始めていると伺っています。

### (知事)

新型コロナウイルス感染症の影響で、そういった段取りが、実は遅れています。2025年まで、あと4年ですが、2025年になると、団塊の世代といって、ものすごく人数が多い方々が全員75歳以上になります。そういった方々がそれぞれ自分の今暮らしている集落で安心して暮らせるようにどういうことを準備しようかということを一生涯懸命やっています。

そういった場面で社会福祉士になってもらえたら、私たちはうれしいです。社会福祉士になるために勉強を頑張ってください。

## (司会)

三村知事に意見交換会の感想をお聞きしたいと思います。よろしくお願いします。

## (知事)

今日は、私たちも君たちからいただいたいろんな意見、16歳、17歳の君たちが考えていること、そのことを県政の様々な場面に生かしていかなければいけないということを本気で思いました。

そして、今日、とてもありがたかったのは、青森県で頑張ってみたいという言葉がいただけたことです。でも、自分の人生で様々な選ぶチャンスがあって、世界に羽ばたいたり、自分が進みたい方向や頑張りたい場所で、それぞれがやるべきことをやるということが大事であると思っています。

そうなったときでも、いつでも私たち青森県のことを、五所川原第一高等学校で学んだ仲間のことを大事に思って、応援してくれるという気持ちをもっていてくれたらうれしいです。

繰り返しになりますが、数学や英語、今、振り返ってみて、高校の時に勉強したものが、結局は全部身に付いて残っていて、役に立っています。今、学んでいることは、「何の役に立つんだろう」と思うかもしれないけど、とても大事です。

よく学び、よく体を動かし、それからこの地域は、おいしい故郷のものが一杯ありますので、そういったものも食べて、思いっきり自分自身の今を大切にしてください。それが、将来につながっていくと思います。高校生だった自分からのアドバイスとして申し上げたいと思います。

それぞれ一人ひとりが未来に向かってしっかりと歩んでください。今日はありがとうございました。

