

皆さんのウェルビーイングを
お聞きしました！



私たちの ウェルビーイング

地域を幸せに していくために

問合せ 地域協働・安全課 ☎ 983・2708



「ウェルビーイング」とは、「幸せ」と訳される言葉です。一口に幸せといってもそこにはさまざまな形があります。市ではその一つの形として、「地域のウェルビーイング」について考える場づくりを進めています。



ウェルビーイングとは

「ウェルビーイング」とは、「身体的、精神的、社会的に良好で満たされた状態」を指し、「幸せ」とも訳されます。

三島市では「ウェルビーイング」という考え方をまちづくりに生かし、より楽しく元気な地域づくりを行っていきたく考えています。



あなたの「幸福感」は何ですか？

令和4年度の市民意識調査にて幸福度を10点満点で尋ねる調査を行ったところ、59.2%の人が7点以上を回答し、多くの皆さんが幸せを感じながら生活をしていることがわかりました。また、中でも「健康状態」や「家族関係」を幸福感の指標とする回答が多く見られました。



「家庭の幸せ」から「地域の幸せ」へ

多くの皆さんが考える、自身の健康や家族関係といった家庭での幸せな暮らし、それをさらに外に広げて、地域の幸せについて考えてみませんか？ 地域をよりウェルビーイングなものにしていくにはどうしたらよいのか、私たち一人一人には何ができるのか。市では、そのようなことを皆さんで考える場づくりを始めました。

地域を幸せに

1

ウェルビーイング講演会

令和4年9月7日(水) 市民文化会館

◆「地域のウェルビーイング」について考えるきっかけになりました。

昨年9月、慶應義塾大学大学院でウェルビーイングについて研究されている前野マダカさんを講師にお招きして、地域のウェルビーイングに関する講演会を行い、130人の受講者の皆さんが話に耳を傾けました。

▶前野先生直伝「幸せのキーワード」

- ・幸せの4因子（①やってみよう因子②ありがとう因子③なんとかなる因子④ありのままに因子）を高めて幸せに！
- ・地域で幸せに活動するには「生きがい」と「つながり」が大切！



地域を幸せに

2

ウェルビーイングミーティング

令和4年10～11月 市内6地区

◆参加者の笑顔と活発な意見が溢れる会議となりました。

昨年の10月から11月にかけて、市内6地区で地域のウェルビーイングについて考える会議「ウェルビーイングミーティング」を行いました。会議では「自分のウェルビーイング」を言葉にするワークショップを行い、その上で「地域のウェルビーイング」について話し合いました。



各地区の個性的なアイデアを一部ご紹介！

メモ

「地域を幸せにするために

自分は何ができるのか？」

西部地区

- ・地域の活動(行事・祭)に参加する、人を誘う、盛り上げる
- ・新しい人たちを知る
- ・地域で遊ぶ(近所、学校、公園、川)
- ・まず自分が幸せになる
- ・子どもが楽しめるイベントを増やす
- ・地域の店で買い物をする
- ・三島市をPRし観光客を増やす

中部地区

- ・おやじの会の応援をする
- ・健康美に生きる
- ・特産物PR(中学生の動画作成)
- ・三島のいいところを言い合う
- ・自治会の花壇の植え替え
- ・おもしろ企画(宴)をする
- ・地域に顔を売る
- ・通学時の見守り隊
- ・「はい喜んで」と引き受ける

東部地区

- ・チャレンジしやすいイベントや今日のようなミーティングなどを企画する
- ・防災活動の推進(助け合いの源)
- ・イベントを楽しむ、若い人を誘う
- ・募金をする
- ・誰とでもあいさつできる町
- ・相手を理解する努力
- ・子どもたちに伝承する

北上地区

- ・隣の人に関心を持つ(向こう三軒両隣)
- ・楽しいイベントをしかける
- ・昔の行事の再現、祭の復活
- ・若い世代にも優しい自治会活動
- ・発声は「ありがとう」から
- ・ゴミ拾い
- ・子どもとご年配との交流
- ・学校で会社の出前授業をやる

錦田地区

- ・心身ともに健康でいる
- ・中学生が地域を盛り上げる
- ・話は肯定から始める
- ・子どもと大人で、ものづくり
- ・町内での昔からの事業を守っていく
- ・イベントなどの開催と参加
- ・高齢の方の仕事を受ける
- ・色々な催しに参加する

中郷地区

- ・身近なコミュニティへの積極的参加(お隣同士の会話)
- ・多くの人と交流するイベントに参加
- ・退職した人材の活用
- ・デジタル化サポート
- ・三島の良いところを友人などにPR
- ・三島市をバルーンの街にする

市では令和5年度以降も、より内容を深めて地域の幸せについて考える機会を作っていきます。ぜひ皆様のご参加をお待ちしています。

ウェルビーイングミーティングではさまざまな目線をもった皆さんが、自分のため、地域のために「していること」、「心掛けていること」、「したいこと」をたくさん発言してくださいました。また、すべての会場で「笑顔」「感謝」「声かけ」「人と人とのつながり」「自治会活動への参加」といったキーワードが聞かれました。

「ウェルビーイング」を意識した生活、地域活動

始めてみませんか？