

コアプロジェクトを中心に各領域の取り組みを計画的に進めるため、目標を以下のように定め将来像の実現を図ります。

スマートウエルネスみしま アクションプラン



平成25～27年度

概要版

1 健康づくり

市民総参加で健康寿命を延ばす健康づくり

全ての市民を対象とした生活習慣病予防、介護予防をはじめとするあらゆる領域における健康づくり施策に加え、特に食と運動・スポーツによる取り組みを進めていきます。

こうした取り組みによる“治療中心から予防重視への転換”を通じて、市民の健康寿命・65歳からの平均自立期間（お達者度）の延伸を目指し、ひいては社会保障関係費の増加の抑制を目指していきます。

◆ 将来目標：65歳からの平均自立期間（お達者度）の延伸

現状値 (平成21年数値反映)	平成30年公表 (平成27年数値反映)	平成33年公表 (平成30年数値反映)	平成36年公表 (平成33年数値反映)
男性：17.55年 女性：20.56年	男性：18.1年 女性：20.9年	男性：18.5年 女性：21.3年	男性：19.1年 女性：21.7年

※平均自立期間とは要介護度2～5にならない期間のこと

2 いきがい・きずなづくり

生涯を通じて多様な社会参加が可能なまちづくり

地域社会や人との交流の場と機会を創出することにより、生きがいあふれる豊かなこころの育成に努めます。また、歩いて暮らせるまちづくりを実現する、歩きやすい道づくり、公共交通の充実などにより、健康づくりを推進します。このように、社会環境の変革を通じた“健康づくりと地域づくりの好循環”を実現します。

◆ 将来目標：幸福感10段階で7以上の割合（市民意識調査）

平成24年度（現状）	平成27年度	平成30年度	平成33年度
58.1%	61.06%	64.02%	67.0%

3 地域活性化・産業振興

持続可能な“健幸”都市づくり

本市の中心市街地活性化や商店街の振興、さらに周辺市町と連携した観光振興など、地域の活性化方を推進します。また、医療健康産業を中心とした産業振興を進め、地域経済の活性化を図ります。

これらの施策を通じて、地域社会全体が活性化することにより好循環を生み出し持続可能な“健幸”都市づくりを目指します。

◆ 将来目標：成長力・民力度全国都市ランキング（東洋経済 都市データバック）

	平成24年公表	平成27年公表	平成30年公表	平成33年公表
成長力	403位	350位	300位	250位
民力度	239位	200位	170位	150位

※対象 全国784市（783市＋東京区部全体 平成24年版ランキング時）

- 成長力 11指標を原則5年前と比較し増減率をもとに都市の“伸び”を指数化
 - ①人口 ②世帯数 ③事業所数 ④従業者数 ⑤製造品出荷額等 ⑥卸売業年間販売額 ⑦小売業年間販売額 ⑧新設住宅着工床面積 ⑨乗用車＋軽乗用車保有台数 ⑩課税対象所得額 ⑪地方税収入額
- 民力度 人口・世帯当たりの7指標をもとに都市の“厚み”を指数化
 - ①事業所数／人口 ②製造品出荷額等／人口 ③卸売業年間販売額／人口 ④小売業年間販売額／世帯 ⑤新設住宅着工戸数／世帯 ⑥課税対象所得額／世帯 ⑦地方税収入額／人口

三島市では、あらゆる分野に健康の視点を取り入れる「スマートウエルネスシティ構想」による“健幸”都市づくりに積極的に取り組んでいくことになりました。

スマートウエルネスシティ構想とは、「ウエルネス（健幸：個々人が健康かつ生きがいを持ち、安心安全で豊かな生活を営むことのできる）」をまちづくりの中核に位置づけ、保健・医療分野だけで個人の健康増進を図るのではなく、生活環境や地域社会、学校や企業など、あらゆる分野を視野に入れた取り組みにより、都市そのものを健康にすることで、市民が自然に健康で豊かになれる新しい都市モデルを構築しようとする考え方です。

スマートウエルネスみしまの具体的な取り組みの方向性を示す指針として、また、新たに実行していく事業の位置づけを図るため、本アクションプランを策定しました。

将来像

～健やかで幸せな“健幸”都市みしま～

健康で幸せな人々が暮らす 活気に満ち溢れた都市を市民総参加でつくる

将来像を達成するための具体的な取り組み方針は次のように大別され、その取り組みはたまごのイメージで「健幸都市みしまのたまご」として表しています。これからこのたまごを育て「健やかで幸せな“健幸”都市みしま」を実現していきます。

1 健康づくり

市民が健康に生活していくための核となる取り組み

取り組み分野

みんなで健康づくり
ウォーキング・スポーツの環境づくり

2 いきがい・きずなづくり

人とふれあい、健康で幸せに暮らしていくための取り組み

取り組み分野

いきがい・きずなづくり
歩いて暮らせるまちづくり

3 地域活性化・産業振興

健康づくりやいきがいきずなづくりを支えるための基盤づくり

取り組み分野

活力・にぎわいづくり
持続可能なまちづくり

4 総合的な取り組み

①～③全てに係る横断的かつ総合的な取り組み



三島市 健康推進部 健康づくり課

〒411-0832 静岡県三島市南二日町8-35 電話055-973-3700 FAX055-976-8896

重点的に取り組む事業をコアプロジェクトとして位置づけました。

コアプロジェクトの内容

総合的な取り組み

No.1 健幸マイレージ

健康づくりをはじめとする、スマートウエルネスみしまに関係する幅広い活動にポイントを付与し、景品を進呈します。



No.2 モバイルで健幸まち歩き

健康づくりとまち歩きの支援を融合させたスマートフォンアプリを開発し、多くの市民・観光客に利用してもらうためのプロモーション活動を行います。

No.3 協働のまちづくり事業提案コンペ

スマートウエルネスみしまをはじめとした市の重要施策における事業提案を、各種団体・NPO・事業者などから募集する事業コンペを実施します。

健康づくり：
市民総参加で健康寿命を延ばす
健康づくり

みんなで健康づくり

No.4 医療費等の分析による 市民の健康課題の把握

外部研究機関等との連携により医療費等の分析を行い、市民の健康課題の傾向を把握したうえで、効果的な健康施策を展開します。

No.5 科学的根拠に基づく 個別健康支援プログラム

主に団塊世代の年齢層の生活習慣病予備群を対象として、体力・健康状態等に応じて生成される個別健康づくり支援プログラムを導入し、継続的な支援を行います。

No.6 健康づくり施策の見える化

市民ポータルサイトやSNS等を活用し、市、関係団体(医師会等)の健康づくりに関する講座や講演等の情報を一元化し、気軽に健康について相談できる仕組みを作ります。

No.7 健康づくりイベントの開催

NPO・事業者等の活動紹介、情報交換の場づくりや庁内各部の「スマートウエルネスみしま」の取り組み紹介などを行う、健康づくりイベントを開催します。

No.8 出張!健幸鑑定団

～スマート健康チェックキャンペーン～

市の保健師・栄養士等がイベント・集客施設に出張し、各種測定や健康相談、啓発事業を展開し、健康づくりに関心の薄い層へのアプローチを図ります。



No.9 大人の食育プロジェクト

子育て世代や、これから結婚する若年層及び単身者などを対象として、「大人の食育」の企画を立案・実行します。

ウォーキング・スポーツの環境づくり

No.10 ウォーキング情報発信プロジェクト

WEB・広報の活用、ウォーキングレポートコンテスト等、ウォーキングに関する様々な情報を発信します。

No.11 スケールペイント

ウォーキング支援の仕掛けやスポーツに関する遊び心のある仕掛けを歩道や施設にペイントし、ウォーキングやまち歩きの楽しみの提供を通じて、歩いて楽しい環境づくりを進めます。



No.12 ウォーキングプラスワン

各種団体との協働や広域連携により、四季折々の様々な付加価値を持ったウォーキングイベントが市内各所で開催されるまちづくりを進め、市民の健康づくりと地域活性化を図ります。

いきがい・きずなづくり：
生涯を通じて多様な社会参加が
可能なまちづくり

いきがい・きずなづくり

No.13 いきがい・きずなフェスティバル

いきがい・きずなづくりに向けた、人と人、人と団体、団体と団体が交流できる場を創出し、情報の共有化と相互理解を深め、連携・協力関係の構築を図ります。

No.14 いきがい・きずなづくり 情報一元化プロジェクト

民間や市民団体なども含めた様々ないきがい・きずなに関するイベント・事業、人材などの情報を集約し、いきがいを求めている人に最適なきっかけを紹介する仕組みをつくりまします。

No.15 いきがい・きずなづくり コンシェルジュステーション事業

いきがい・きずなづくりに関する総合コンサルタント拠点(コンシェルジュステーション)を整備し、各種相談業務、人材育成事業を行います。

No.16 「再」デビュープロジェクト

団塊世代を中心とした高齢者が、地域におけるボランティア活動等の機会の提供や「孫」をキーワードとして、家庭内での取り組みを支援するための講座を開催します。

No.17 女性と高齢者のチカラ活用 プロジェクト～就労支援～

相談業務やセミナー開催などを通じて、子育て世代や子育てがひと段落した女性の職場復帰支援や、高齢者の経験や技術を活かした就労支援などを進めます。

歩いて暮らせるまちづくり

No.18 目指せ!健幸!!安全、安心なまちあるき!

市民が安心して歩くことができる安全な歩行者空間を確保するため、地域住民や学校等と連携し、危険箇所の重点整備や一定エリアにおける速度制限の設定について検討を進めます。

No.19 快適な環境でレッツ街歩き!

安心してまち歩きができる環境整備とまちのイメージアップのために、公園や観光施設の公衆トイレの改修を進めます。

No.20 歩道も健幸バロメーター

市内のウォーキングモデルコースや河川沿いの歩道上に「距離標」「消費カロリー」「カロリーを食事に換算した際の目安」などが示された案内サインを設置します。



No.21 公共交通の利便性向上・ 利用拡大プロジェクト

自家用車に過度に頼らずとも歩いて暮らせるまちづくりを推進するため、公共交通機関のより効果的な運行を目指し、その利便性向上と利用拡大策の検討を進めます。

地域活性化・産業振興：
持続可能な“健幸”都市づくり

活力・にぎわいづくり

No.22 地産地消のスマートウエルめし プロジェクト

市内飲食店等において、地産地消のヘルシーメニューの提供を促進するとともに、スマートウエルめし提供店の認定、提供店食べ歩きマップの作成などを進めます。



No.23 スポーツツーリズム

ランニングやサイクリングイベントの開催など、近隣市町との広域連携によりスポーツによるまちおこしを図ります。



持続可能なまちづくり

No.24 みしま経営ステーション「M-ステ」 プロジェクト

企業の育成・支援、ビジネスの連携・融合、人材交流を目的とした産業支援の総合拠点を整備し、企業の競争力と産学官金連携の強化を図ります。

No.25 医療健康ビジネスマッチング

医療・介護現場や市外企業のニーズと地域企業の技術を結び付け、医療健康分野への参入を支援し、地域経済の活性化を図ります。

No.26 農商工連携・6次産業化プロジェクト

箱根西麓三島野菜をはじめとする農畜産物、観光資源と企業の技術・ノウハウなどの地域の資産を結びつけ、付加価値の高い商品・サービスを生み出します。

No.27 内陸フロンティアプロジェクト

東駿河湾環状道路沿線の三ツ谷地区での工業団地の建設や、玉沢地区へのファルマバレープロジェクトに関連する企業の誘致などを推進します。