

## スマートウエルネスみしまの取組み

アナ： 『市長が語る 2020 三島』第6回の今日は、「スマートウエルネスみしまの取組み」についてお話を伺います。豊岡市長、よろしくお願いします。

市長： よろしく申し上げます。

アナ： 最近よく耳にいたします「スマートウエルネスみしま」とはどのようなものでしょうか。

市長： 三島市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を進めております。

スマートウエルネスシティ構想とは、「健幸」をまちづくりの中核に位置付け、保健医療分野だけで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、人も都市も健康にするという取組みです。その三島版が「スマートウエルネスみしま」になります。

アナ： これまで、どのように取り組んでこられたのですか。

市長： 私は市長に就任した当初、高齢化がますます進んでいく状況にも関わらず、一貫した健康づくりを政策として進めている市町がないように感じました。

そのような時期に「スマートウエルネスシティ構想」を知り、平成23年に三島市は「スマートウエルネスシティ首長研究会」に加盟することにいたしました。

現在は第3期のスマートウエルネスみしまアクションプランを策定し、重点事業として、「健幸アンバサダー」や「健康経営応援プロジェクト」の事業を進めております。

アナ： 「健幸アンバサダー」や「健康経営応援プロジェクト」とは、どのような内容のものでしょうか。

市長： 「健幸アンバサダー」とは、健康に関する正しい知識を、口コミ等により地域の人に広めるボランティアの方のことです。現在、保健委員の方を中心に736名が、「健幸アンバサダー」として活動されております。市民の約7割は健康づくりに無関心であると言われておりますが、「健康づくりは、自分のためになり、同時に大切な人のためにもなる」という考え方を健幸アンバサダーに口コミで広げていただくことで、市民の健康への意識向上に取り組んでおります。

アナ： 具体的にはどのような活動をしているのでしょうか。

市長： 「健幸アンバサダー」には年間3回ほど届く健幸チラシの内容を、家族や知人など大切な方に繰り返しお伝えしてもらっています。繰り返し聞くことで、理解し行動してくれる人が増えると言われておりますので、「繰り返し伝え、聞いてもらう」ということがポイントになります。

アナ： 身近な人から繰り返し聞くと効果があるということですね。

それでは、もう1つの健康経営応援プロジェクトについて教えてください。

市長： 健康経営とは、健康管理を経営課題として捉え、従業員の健康増進と事業所の生

産性向上を目指す経営手法のことです。労働力人口の減少や、生活習慣病・メンタルヘルス不調者の増加を背景に、最近注目されている取組みです。

アナ： 健康経営とは企業が行う取組みのようですが、市がどのように支援するのですか。

市長： 1つ目の支援としましては、企業に対する「保健師派遣事業」を行っています。市の保健師を企業に無料で派遣し、アンケートや健診データの結果から、その企業にあった健康改善策を提案します。

2つ目の支援としましては、タニタの活動量計の無料貸し出しを行っています。

市では市民の皆さんの健康づくりのため、「みしまタニタ健康くらぶ」を立ち上げ、企業ぐるみで入会していただきたいと考えておりますが、いきなり入会するのはハードルが高いかと思っておりますので、まずはお試しで歩数や身体の消費カロリーを計測できる活動量計を持っていただこう、という取組みになります。

アナ： なるほど、健康経営に取り組みたいと考えていても、何をすれば良いかわからない企業にとっては、力強い支援になりますね。

市長： はい、すべての市民の皆様に健康で幸せな毎日を送っていただきたいと思っております。

今年は、新型コロナウイルス感染拡大により、他人との接触を極力控えなければならないなど、我々の生活は大きく様変わりし、企業活動も深刻な影響を受けております。人々の健康がいかに社会や経済の安定につながり、どれだけ幸せなことであるか、誰もが改めて実感していると思っております。

この難局を乗り越えましたら、市民の皆様には一層健康を意識していただき、元気で幸せな毎日を取り戻していただきたいと思っております。

アナ： 豊岡市長、本日はありがとうございました。

市長： ありがとうございました。