

## スマートウエルネスみしまの推進

アナ： 「市長が語る2024三島」第17回の今日は、「スマートウエルネスみしまの推進」についてお話を伺います。豊岡市長、よろしくお願ひします。

市長： よろしくお願ひします。

アナ： 「スマートウエルネスみしま」は、三島市の施策の中でも長く続けていらっしゃる重要施策の一つですが、改めてどのような取り組みなのか教えてください。

市長： はい。「スマートウエルネスみしま」は、あらゆる分野に健康の視点を取り入れ、人もまちも産業までも健康で幸せにする都市モデルを構築しようとする取り組みでございまして、「健幸」をまちづくりの中核に位置付け、いきがづくりやきずなづくりにもつなげながら、地域の活性化や産業振興に結んでいくことを目指すものでございます。

アナ： なるほど。「健幸」を様々な分野の起点に据えるということですが、「スマートウエルネスみしま」の基本となる内容はどのようなものでしょうか。

市長： 運動や食を中心とした健康づくりを基本としております。

コロナ禍では、運動不足による体力低下や生活習慣病などの健康問題が注目されましたが、三島市では、幼児期から老齢期まで、体を動かすことに親しんでいただけるよう、様々な事業に取り組んでおります。

アナ： 具体的にはどのような事業がございしますか。

例えば、1歳6か月健診の際に行っているスポーツスタート事業、順天堂大学にご協力をいただき、保育園で運動遊び教室を行うスポーツ保育事業、学童期を対象とした、トップアスリートを発掘・育成する「みしまジュニアスポーツアカデミー」、成人期の方には、誰もが気軽にスポーツに取り組むことが出来る「みしま健幸体育大学」や、主に子育て中の女性にスポーツを習慣化してもらうことを応援する「女性のスポーツ習慣化応援事業」などがございしますほか、ご高齢の方には、理学療法士に監修していただいた「みしまるっと体操」をお勧めしています。

アナ： それぞれのライフステージに応じた様々な事業があるんですね。

ご紹介いただいた事業には、スポーツが深く関係していますね。

市長： その通りです。健康づくりにはスポーツが欠かせないと考えております。

しかしながら、現状では、スポーツに関心をもって自ら積極的に取り組む方と、そうではない方の二極化が進んでいると言われておりまして、運動不足の方は、40代以降、生活習慣病などのリスクが高まるとも言われております。

そこで、現在、市民の皆様により快適にスポーツを楽しんでいただけるよう市民体育館をリニューアルするための工事を行っておりますが、このような

スポーツ環境の整備などを積極的に進めることや、運動することへのハードルを下げ、スポーツに関心のある方もそうでない方も、気軽に楽しくスポーツに関われるような仕組みづくりが大切だと考えております。

アナ： 大変よくわかりました。

ところで、「スマートウエルネスみしま」では、アクションプランを3年ごとに策定していて、近々、来年度からの第5期プランの策定に着手されるとお聞きしましたが、どのようなプランになっていくのでしょうか。

市長： 我が国では、2025年に団塊の世代が全て75歳以上となる、いわゆる2025年問題を間近に控えております。

身体的、精神的、社会的により良い状態であることを「ウェルビーイング」といいますが、高齢になっても元気でウェルビーイングに暮らしていくためには、社会とのつながりやきずな、役割を持ち続けることが非常に重要であると認識しております。

一方、企業においても、近年、健康経営・ウェルビーイング経営を実践し、従業員一人一人の健康と幸せを追求することで、企業価値や生産性の向上につながる動きが広がっており、こうした流れを加速していく必要があるとも感じております。

来年度からスタートする第5期プランでは、このような認識をしっかりと踏まえたものとなるよう、鋭意策定を進めてまいります。

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。