

第4章 重点プロジェクト

「スマート・ウエルネス・シティ構想」の推進

～ “健幸”都市みしまづくりのために～

少子高齢化など様々な課題に対応し、市民の健康づくりを進めていくためには、市民一人ひとりの健康づくりに関する考え方と行動のあり方を変えるとともに、社会環境の改善を進めることを通して、市民生活と社会環境の両者の質の向上を図っていくことが大切です。

このため、直接的な市民の健康づくりとしての生活習慣病予防や介護予防に着実に取り組んでいくことに加え、より広い視野に立ち、あらゆる世代の健やかな心身と暮らしを支える市民の生活環境、社会環境を創っていく必要性が高まってきています。

今後、三島市では、「スマート・ウエルネス・シティ構想」の推進を通じて、保健・医療分野から個人の健康増進を図ることに加え、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し、市民一人ひとりが「健やかで幸せ」と感じられる“健幸”都市みしまづくりを目指します。

1 市民が主役、地域で進める健康づくり

地域の担い手である市民が主体的に健康維持・社会参加する仕組みづくりをさらに推進し、市民の一人ひとりの「生活の質」の向上を図り、少子高齢社会においても持続可能な都市づくりと地域の活性化を目指します。

そのために、市内で活動する健康づくりに関連する地域団体との連携を強化し、協働による市民の健康づくりを推進します。

特に、三島市の健康づくりの市民活動の基幹を担う保健委員会活動の充実に向けた連携促進を図るとともに、任期終了後も地域の健康づくりの担い手としてステップアップしていく受け皿となる保健委員会OBで組織する活動団体への支援に重点的に取り組めます。

2 食と運動・スポーツによる健康づくり

食生活の改善と適度な運動・スポーツの習慣化など、「食と運動・スポーツ」を両輪としたところと身体の健康づくりを進めます。市民に広く浸透しつつある内臓脂肪の蓄積に起因するメタボリックシンドローム対策に加え、新たに、運動機能の低下により引き起こされるロコモティブシンドローム対策（P36 コラム欄参照）を進め、市民の健康寿命の延伸を目指します。

食に関しては、野菜をなるべく取るよう心がける市民は増えているものの、実際には未だ十分な量をとれていない現状を改善するため、地産地消の箱根西麓三島野菜を活用したバランスメニューの普及啓発を推進します。また、男女共同参画にもつながる男性向け講座、食に関心の低い若い男女の食生活の改善のための青年期向け企画や、

外食や市販の弁当や惣菜などの調理済み食品に頼りがちな単身者向け教室の実施など、成人へのアプローチを強化します。

一方、運動・スポーツに関しては、中高年層を中心に人気が高いウォーキングのさらなる普及啓発を図るため、きっかけづくりや仲間づくりのためのウォーキング大会の充実とその情報提供を進めます。

また、効果的なウォーキングの方法など正しい知識の習得を促すための教室・講座の充実、ウォーキングサポーターの育成・支援にも取り組みます。さらに、ハード、ソフト両面からウォーキングコースの整備、充実を図るとともに、ポイント制度を創設するなど、安全に楽しくウォーキングを続けられる環境づくりを進めます。

3 専門的な分析による新たな健康施策の導入

健康に関心のある層や、既に健康状態に不安や問題を抱える市民への対応に留まらず、健康に関心の低い人も含めた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健康づくりを推進します。

このため、専門機関との連携により、市民の健康状態や地域特性、健康づくりに関する事業の有効性などを分析・検証します。そのうえで、各種事業の見直しを行い、総合的な健康施策の立案と実施を図ります。

4 生涯を通じて多様な社会参加が可能なまちづくり

市民誰もが、活動的でいきがいあふれる生涯を過ごすことを可能とするため、就労はもとより、地域活動、ボランティア活動、生涯学習、生涯スポーツ、文化芸術活動などを通じた社会参加や人との交流の場と機会を創出するとともに、関係団体の支援に取り組みます。

また、高齢になって自宅に閉じこもりがちになることを防ぎ、生涯にわたり活動的な生活を送れるよう、自然に歩く習慣が身につく健康に暮らせるまちづくりや公共交通の充実を図り、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。

なお、こうした取り組みは、自然と共生し環境を守る「エコガーデンプロジェクト」や、美しく品格のある街を目指す「ガーデンシティみしまプロジェクト」との連携により進めます。