

平成27年度豊田市区長会総務委員会 総務委員会報告書

今年度の総務委員会では、研究テーマを「健康づくり(まちづくり)」として、4つのエリア（中部、南部、北部、東部）ごとに小委員会を設置し研究を行いました。

高齢者が急増する豊田市において、「健康づくり」に取り組むことも地域の課題であることから、自治区や地区コミュニティ会議が地域の特性を活かした健康づくり（まちづくり）を進めるうえで必要と思われる以下の3点について提言いたします。

- ◆ 健康づくりに関する取組を継続的に行うための体制づくりが重要
- ◆ 地域の特色を生かした魅力あるイベントを開催する
- ◆ 地域住民が生涯現役でまちづくりに参加できる環境づくり

1 経緯（背景）

リーマンショック以降、豊田市の人口は約42万人強のほぼ横ばい状況を保っていますが、平成32年の43.3万人をピークに減少に転じると見込まれています。

また、老年人口（65歳以上）は、平成29年には9.2万人（21.4%、5人に1人が高齢者）、平成42年には10.7万人（25.1%、4人に1人が高齢者）になることが見込まれています。

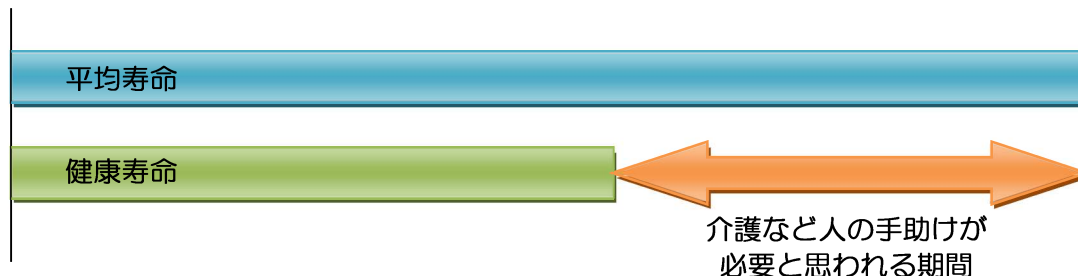
このように、豊田市の人口減少と高齢者人口の急増が進むなかで、自治区や地区コミュニティ会議が一体となって「市民の健康寿命※の延伸」を目指すことは、個人の生活や社会生活を充実させるだけでなく、地域住民同士のコミュニケーション機会を増やし、健康づくりの輪が広がることで地域が活性化され、活力あるまちづくりへとつながると考えられています。

※健康寿命とは…

健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間。

「健康寿命」と「平均寿命」の差の期間は介護など人の手助けが必要となる可能性が高く、健康上の問題だけでなく、医療費や介護費の増加にもつながる。

WHO（世界保健機関）が健康寿命を提唱して以来、ただ寿命を伸ばすだけでなく、いかに健康に生活できる期間を伸ばすことに関心が高まっている。



2 現状の把握と課題

自治区や地区コミュニティ単位で行っている健康づくりへの取組の現状とそれに対する課題について小委員会ごとに意見交換を行いました。

主な意見は次のとおりです。

(1) 現状

- ・地域によっては、ウォーキング大会などが盛んに行われている。
- ・地区コミュニティ、老人クラブ、自主活動グループなど、健康づくりへの取組を積極的に行っているが、自治区主体で取り組んでいるところはまだ少ない。
- ・健康づくりに関するイベントを開催しても、なかなか人が集まらない。また、参加者はいつも同じ人が多い。
- ・公園、広場、運動場や体育館など、実際に体を動かすための場所はあるが、体力アップをするための設備や道具が不十分。また、行政が行っている健康づくりへの取組に関する支援策が地域内でなかなか把握できていない。

(2) 現状に対する課題

- ・健康づくりに関心があっても「会場が遠い」「会場まで行く手段がない」などの理由により参加出来ない人もいる。会場までの交通手段の確保が必要。
- ・地域でイベントを行うためには費用がかかる。
- ・健康づくりは継続して取り組まなければ効果がない。健康づくりへの取組を継続していくためには、リーダーの育成や組織体制を整えることが必要。
- ・心と体がともに健康であることが重要。健康づくりのイベントだけでなく、生きがいを感じたり、ふれあいを求めることが出来る場づくりが必要。

3 解決策（参考例）

2で挙げられた現状の課題に対して、自治区や地区コミュニティ会議が一体となって「市民の健康寿命の延伸」を目指し、活力あるまちづくりにつなげるための解決策（参考例）をまとめました。

◆ 健康づくりに関する取組を継続的に行うための体制づくり

- ①健康づくりへの取組を行う組織を地域内の既存の組織に追加又は新規に立ち上げることで、活動を明確化する

【例】・地区区長会等が率先して健康づくりへの意識を高める。

- ・自治区や地区コミュニティ会議内にある福祉部会やスポーツ推進部会に健康づくりに関する取組を追加する、又は新規に健康づくり部会を立ち上げる。
- ・自治区や地区コミュニティ会議、地域会議、行政等の様々な団体が連携して健康づくり活動を実施する。

②地域内で健康づくりを推進していくための担い手（リーダー）を育成する

- 【例】・健康づくりへの取組を先進的に行っている地域から学び、リーダーとその後継者の育成を図る。
- ・健康づくりのリーダーの役割や業務を明確化して、抵抗感をなくす。
 - ・自治区内に2名以上のヘルスサポートリーダーを養成するなど、健康づくりに関する知識をもつ人を増やす。

◆ 地域の特徴を生かした魅力あるイベント実施

①誰でも気軽に参加しやすい「行楽」「食」の地域イベントと一緒に、健康づくりのイベントを行う

- 【例】・地域の観光名所、史跡、花の名所などを巡るウォーキング大会を実施
- ・ウォーキング大会後に「食べもの」（野菜たっぷり減塩豚汁など健康に配慮したもの等）をふるまう

②既に行われている地域でのイベントに、健康づくりに関する取組を追加する

- 【例】・自治区のお祭りや運動会などで健康体操や健康チェックをおこなう

③継続的・効果的に行われるイベントになるよう工夫する

- 【例】・ウォーキングマイレージ（歩行距離に比例したポイントの付与）を地域の名産品と交換

◆ 地域住民が生涯現役でまちづくりに参加できる環境づくり

①地域活動に参加し、つながることに楽しさや魅力を感じた地域住民を増やす

- 【例】・青空市場や朝市などを開催し、生産者の生きがいや地域住民とのふれあいの場をつくる。
- ・自治区主催で男性の地産地食の野菜料理教室を開催。

②若い人たちが健康づくり活動を通じて地域に参加しやすい環境をつくる

- 【例】・食育をテーマにした手作りランチ会の開催
- ・老人クラブと子ども会が共催のイベントを開催

4 総務委員（27名）

◎リーダー ○サブリーダー

中 部	◎藤原力司	○篠田進弥	玉田亀一郎	鈴木喬司
	中山拓大	築山正樹	高村伸一	
南 部	◎薮野良平	○寺田繁勝	西山修美	佐藤延男
	成田雅夫	近藤鋈次	柴田安夫	
北 部	◎横条 鈞	○中根一晴	調 康雄	児寫晴記
	川井秀和	中根計二		
東 部	◎加知 満	○鈴木正晴	中條善朗	中村幸夫
	小野 忠	安藤忠司	古橋好三	