

## IV 市民が誇れる健康都市のための基本方針と視点

### 1 健康都市づくりの基本方針

市民が胸を張って誇れる「類を見ない健康都市」を目指して、施策分野と施策展開の方向性を基本方針として定めます。全ての施策や事業は、基本方針の下で展開されて取り組むこととなることから、基本方針は、分野ごとの柱ともなります。

基本方針は、以下の4つとします。

#### ひとの健康づくり

市民一人ひとりが健康になるためには、自分自身の身体とところを健やかに育むことが必要です。他人任せで健康になることは難しく、自らが主体的に行動しなければ健康にはなり得ません。

このため、市民一人ひとりが知識と意識の向上を図り、行動の変化を生み出すための働きかけが重要になります。特に、子どもの頃の生活習慣や成長過程が、その後の健康状態に大きな影響を及ぼすとも言われていることから、子どもの身体やこころの健康づくりにも積極的に取り組む必要があります。

そして、子どもから高齢者まで、誰もが、いつでも元気で活動できるための「ひとの健康づくり」を推進します。

#### まちの健康づくり

市民一人ひとりが健康になるためには、健康の基本でもある食を守るための農業と、それを支えるための豊かな自然が大切です。また、市民が暮らしの中で「住んでよかった」と感じることができ、市外の人が「住んでみたい」と思えるような、魅力あるまちづくりに取り組むことも必要です。その際には、便利さや効率性のみを追い求めるのではなく、市民自身が環境を守りながら、豊かな自然や文化活動等を通じた心身のリフレッシュや癒しを感じられるよう配慮すべきです。

さらに、安定した雇用の下で充実した生活ができ、犯罪や災害、交通事故等の危険性が少ない、安全で安心な暮らしが送れるように取り組むことも重要です。

そして、子どもから高齢者まで、誰もが、いつでも安全で安心して幸せに生活できるための「まちの健康づくり」を推進します。

### きずなの健康づくり

市民一人ひとりが健康になるためには、地域の中で楽しく暮らすことが必要であり、暮らしの中で安心感や充実感を十分に持てることも必要です。このことを実現するためには、行政や個人の力だけでは難しく、地域における助け合いや支え合い、相互のふれあいといった豊かな人間関係を築くことが重要になります。

それには、市民一人ひとりが、参加して楽しむことができる機会をつくることや、参加を促すきっかけをつくる必要があります。また、自らの活動を生み出し育てるための支援も大切です。

さらに、市民一人ひとりの活動が、そのグループに留まらず、グループの外に広がり、ネットワークとなって新しい活動が始まる仕組みも必要です。

そして、子どもから高齢者まで、誰もが、いつでも活発でにぎやかな人の中に出て行きたくなるための「きずなの健康づくり」を推進します。

### 広がる健康づくり

佐久市は、「ひとの健康づくり」、「まちの健康づくり」、「きずなの健康づくり」の3つの健康づくりによって、市民が誇れる健康都市を目指して歩みを始めます。その歩みからは、様々な新しい活動や行動が市民自身によって取り組まれ、そして活発な交流が生み出されます。

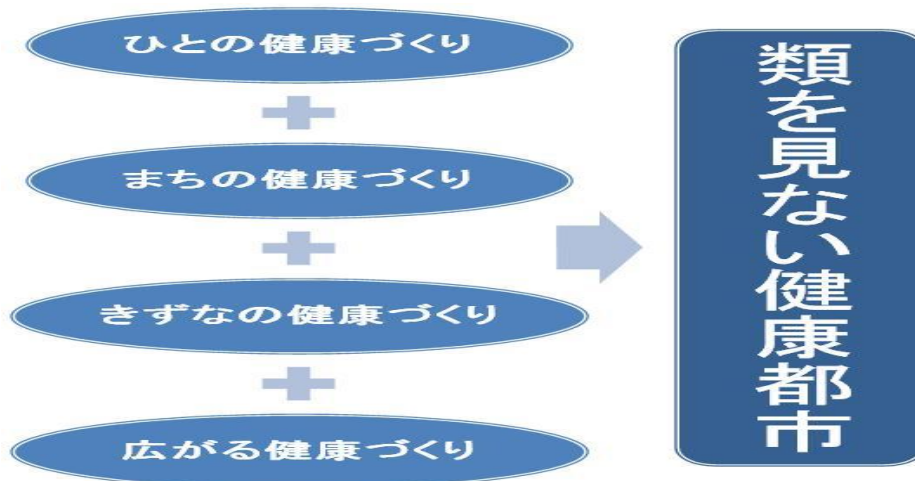
生み出された交流には、佐久市内だけに留まらない幅広い地域との交流、保健や医療の分野だけに留まらない新しい産業の創出や技術の開発も含まれますし、より広くより大きな活動に結び付いて、長野県内だけでなく日本全国や国外とも活動や交流をすることもあります。

その時には、お互いの地域を訪れ、それぞれの地域の特徴や独自の生活に市民同士がふれあうことができ、理解し合えることができる交流を創り出し、より深い絆が生まれるように取り組む必要もあります。

そして、多くの地域の健康づくりが、重なり合い響き合うための「広がる健康づくり」を推進します。

# 健康の協奏

～～ みんなで奏でる健康のシンフォニー ～～



## 2 施策展開の視点

4つの基本方針を施策展開するにあたり、基本方針を結ぶ梁ともなる視点を定めます。これは、全ての施策と事業の展開に当たって常に共有すべき意識、姿勢とも言えるものです。

視点は、以下の4つとします。

### 子どもたちを豊かに育むまちづくり

全国的に少子化が進んでいる中、佐久市でも出生数は減少しており、年少人口数・年少人口割合が共に減少しています。また、佐久市は、全国平均より持家比率や2世代、3世代で住む世帯の割合は高くなっていますが、核家族化は進んでおり、以前と比較して地域コミュニティの希薄化なども見受けられ、家庭における子育て力だけでなく地域での子育て力の低下も指摘されている状況にあります。

子どもたちを取り巻く環境が変化する中で、子どもたちは、様々な経験や体験をする機会が減少していて、「成功や失敗」、「工夫や気づき」といったことを自然に

行える場や、プロセスを学び、コミュニケーションを必要とする場が少なくなっています。

元気でにぎやかな声が響き渡り、瑞々しい感性があふれる地域であるためには、かけがえのない「今」を生き、地域の未来を担う子どもたちを、社会全体で見守り、育てることが不可欠です。

その子どもたちを、豊かに育むことができるまちづくりを展開します。

### 女性に優しいまちづくり

合計特殊出生率は、平成21年で国は1.37、県は1.43と依然として低い状態です。佐久市では、1.53と国や県より高くなっていますが、人口が静止するために必要な合計特殊出生率（2009年）の2.07を下回っている状況にあります。

これらの原因としては、出産に対する認識の変化、個人が持つ能力が有効に発揮することが確保されていない社会環境、特に、仕事と子育てを両立できる環境整備の遅れなどが指摘されています。

一方、長野県は全国に長寿で知られ、その中でも佐久市は健康長寿と言われていますが、実際の女性の平均寿命は、県内では中位から下位に位置している状況にあります。女性は、男性と異なる女性特有の健康上の問題を解決し、健康を守り増進することが求められています。

さらに、介護保険制度等によって介護を社会で担うといったことが進みつつありますが、各家庭内では介護の負担が女性に集中してしまう傾向にあり、要介護高齢者の増加が予測される中で、女性の社会参画が阻害されてしまう恐れもあります。

全ての市民に出番と居場所がある社会が実現され、優しい環境を持つ地域を創造するためには、妊娠・出産といった社会的に大きい役割を担う女性のニーズを踏まえることが不可欠です。

その女性たちが、優しく暮らすことができるまちづくりを展開します。

### 住む人が安全で安心なまちづくり

現代は、技術やシステムがますます高度化し、グローバル化が一層進んでいます。このような時代においては、食品や製品の安全性の確保、事故等があった場合の情

報の伝達や提供が重要となりますが、食品加工時での異物混入問題や子どものライターの火遊びによる火災、身近な電気製品やガス製品のリコール等が発生しており、生活に対する安全が課題となっています。また、原子力発電所事故を契機とし、水や食品等の放射能汚染に関する情報や電力供給不足の予報など、緊密で詳細な情報提供がより一層強く求められています。

さらに、振り込め詐欺やネット犯罪など、犯罪はますます巧妙化・広域化しており、高齢化や核家族化が進む中で、人間関係の希薄さなどによる地域の防犯力の低下が指摘されるなど、誰もが被害者となる可能性が高くなっていて、社会的不安が高まっています。

市民が、日々安らぎのある落ち着いた暮らしを送るためには、日常のあらゆる場面の安全や安心を確保することが不可欠です。

その市民一人ひとりが、安全に安心して暮らせることができるまちづくりを展開します。

### 交流を創り出すまちづくり

佐久市の人口は、わずかに増加傾向にありますが、近い将来には減少に転じることが予測されています。人口減少は、労働力人口の減少に伴う経済活動の停滞、景気動向に大きな影響を及ぼす消費需要の低下、さらには若年層の減少に伴う地域コミュニティの崩壊など、佐久市全体の隆盛に大きな影を落とします。

地域内の人々の交流や活動を活発化させ、大きくしていくことは、地域外の人との盛んな出会いを生むことができ、モノや技術の活発な交流によって新たな技術や産業を創出し、地域に人を呼び込み、地域に活力とにぎわいをもたらすことにもつながります。

経済の発展や豊かな社会の形成などの活力を維持し、さらに高めていくためには、市民一人ひとりが、主体的に地域活動や市民活動に参加し、それぞれが積極的に力を出し合うことが不可欠です。

その市民一人ひとりの交流が、創り出され大きく育つことができるまちづくりを展開します。