

第一章 世界最高健康都市構想

I 世界最高健康都市構想の策定にあたって

1 健康であることの重要性

(1) 健康に関する市民の姿

近年、私たちの周りには健康に関する様々な情報があふれています。例えば、メタボリックシンドローム（メタボ）が人々の話題になり、数多くのサプリメントが販売され利用されているなど、「健康」は、多くの市民にとって関心事であり、自分の生活に注意して健康づくりを実践しています。佐久市においても、様々な保健指導や疾病の予防啓発などの支援を行って健康づくりを推進するとともに、充実した地域医療の確保に努めています。

しかし、「病気じゃないけど、どことなく身体が重い」、「気が滅入って、なかなか疲れが取れない」という声を聞き、寝付けない、逆に寝起きが悪い、便秘気味といった状態が続くなど、病院に行くほどではないが、どこか調子が悪いという市民もいます。

また、「健康」は、あまりにも普遍のことであり、病気になった時以外は健康に関心がなく、不規則な生活やバランスの悪い食生活を送っている市民や、家事・仕事の機械化や自動車の普及などにより身体を動かす機会が少なく、運動の少ない市民もいます。

(2) 自分らしい人生のための健康

人は、体調が悪いと不機嫌になりますし、病気やケガには痛みや苦しみが伴います。さらに、自らの健康に問題や不安を感じると、考えが否定的になったり、行動が消極的になったりします。

健康であれば、日々の生活に主体性が生まれ、目的を持つことができ、いきいきとした楽しい暮らしや笑顔あふれる毎日を過ごせ、「自分は幸せ」と感じる事が

できます。

市民一人ひとりが、自分らしい人生を送るために、健康を維持し増進する必要があります。

2 健康を支える仕組みの必要性

(1) 私たちを取り巻く環境

今、私たちを取り巻く環境や状況は、目まぐるしく、そして大きく変化しています。

あらゆる分野でのグローバル化やボーダーレス化が進む中、人口減少・少子高齢化時代への移行によって成長型社会は終焉を迎え、様々な場面で仕組みの多様化や価値観の変革が迫られ、人口減少・少子高齢化を前提とした社会経済システムの転換が求められています。

また、経済状況を見ると、日本を直撃したリーマンショック後の危機的状況は克服してきましたが、海外経済の不透明化や先行き慎重化もあり、経済情勢は下振れリスクの増大と不確実性の高まりによって低迷しており、雇用情勢は依然として厳しい状況が続いています。

平成23年3月11日には、千年に一度の規模と言われる東日本大震災が発生し、津波や原子力発電所事故などにより多大な犠牲と甚大な被害をもたらしました。液状化現象や地盤沈下、各種ライフラインの寸断、電力供給不足や放射性物質の放出など、全国規模での混乱を招いています。

(2) 発生する様々な課題

私たちを取り巻く環境や状況の変化は、同時に様々な課題を発生させています。

人口減少などによる社会的つながりや人間関係の希薄化の進行、全国的な医師不足による地域医療崩壊の危機、低迷する経済情勢、雇用喪失やリストラなど、将来への不安が指摘され、市民の生活不安やストレスはますます増大しています。また、新たな社会問題として、家庭内暴力やひきこもりが発生しているほか、平成18年に制定された自殺対策基本法に基づく対策が進められていますが、自殺者は年間3万人を超えていて、厳しい状況が続いています。

さらに、東日本大震災による未曾有の被害は、被災地の人々だけの問題ではなく、私たち一人ひとりの身体やところに影響を与える問題となっており、十分なケアの実施、水や食品等の放射能汚染への不安感の払拭、エネルギーの確保、市民生活の安全・安心の確保など、様々な分野での対応や新しい視点での施策展開が求められています。

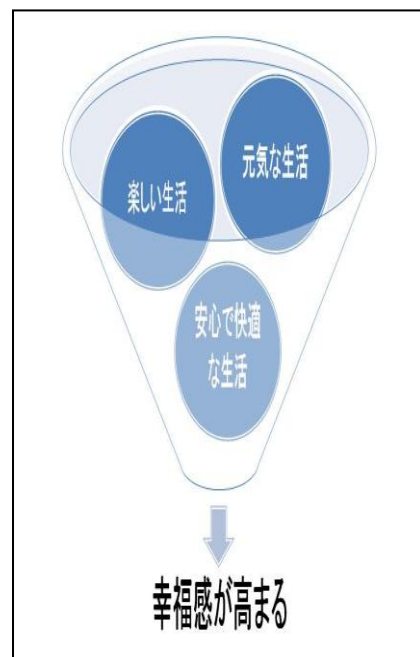
(3) 健康を支えるために

発生している様々な課題について、健康の観点から見てみると、様々な要因が複雑に絡み合い、個人の努力だけで解決することは難しい状況であります。また、「健康は、保健や医療の分野に関係するもの」といった認識が市民の間にはありますが、特定分野の解決だけでなく、全ての課題に対応する必要があります。

「健康でありたい」ということは、全ての市民に共通する願いです。佐久市では、市民の健康を高めるため、様々な保健指導や病気の予防啓発などを行うとともに、佐久地域全体で充実した医療を提供してきました。

しかし、今までの健康よりさらに高い水準の健康を目指し、世界でもトップクラスの健康都市を実現するためには、市民の身体的な健康をさらに高めることはもちろんですが、同時に、こころの健康や市民を取り巻く環境を健やかにする必要があります。

そして、市民一人ひとりが健康を維持し、増進するための条件を地域社会全体で整え、健康を支える仕組みを作っていく必要があります。



3 市民の願い

佐久市において行った「平成22年第一次佐久市総合計画後期基本計画策定及び市の取り組みへの満足度・重要度に関する市民アンケート調査」の結果を見てみると、「佐久市を住みやすいまちだと思うか」との質問では、「とても住みやすい」、「ど

「どちらかといえば住みやすい」との回答率が、合わせて78.3%あり、前回調査より15.3ポイント上昇していて、市民の「住みやすさ感」は増加しています。

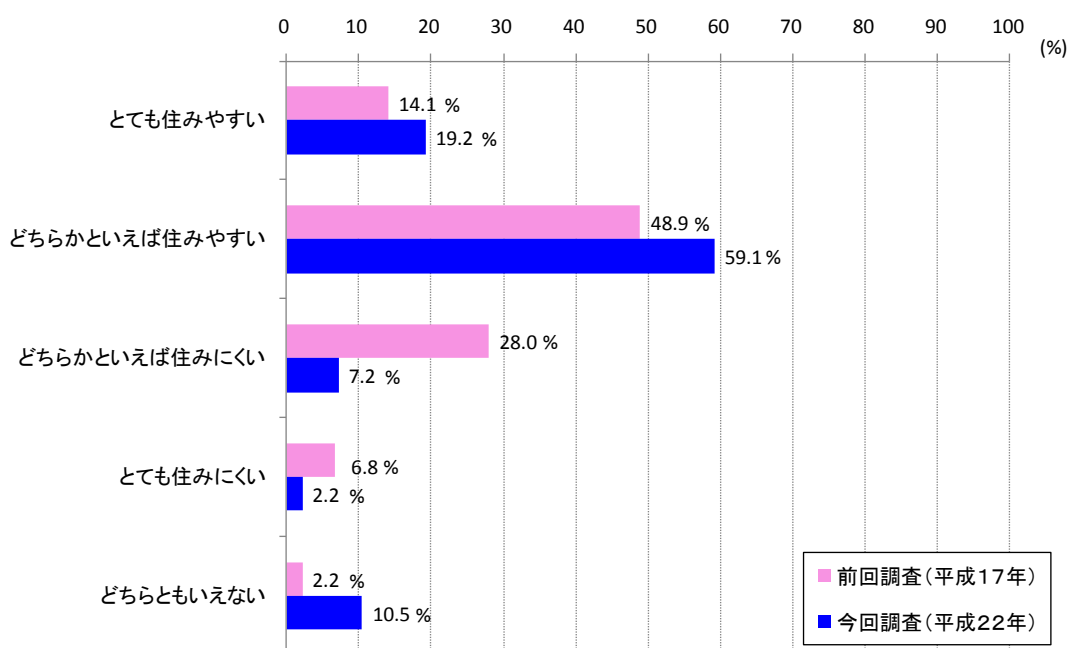
次に、「佐久市が将来どのようなまちになってほしいか」との質問では、「保健・医療・福祉が充実した健康長寿のまち」との回答が第1位で、回答率が53.6%と半数を超えており、第2位の回答を大きく引き離しています。また、前回調査よりも12ポイント上昇しており、市民の関心も高くなっています。

施策分野別の満足度と重要度を見てみると、保健・医療・福祉の施策分野では、「満足」「やや満足」の回答が合計で37.1%と中位であり、「重要」「やや重要」の回答が合計で80.5%と第2位になっています。

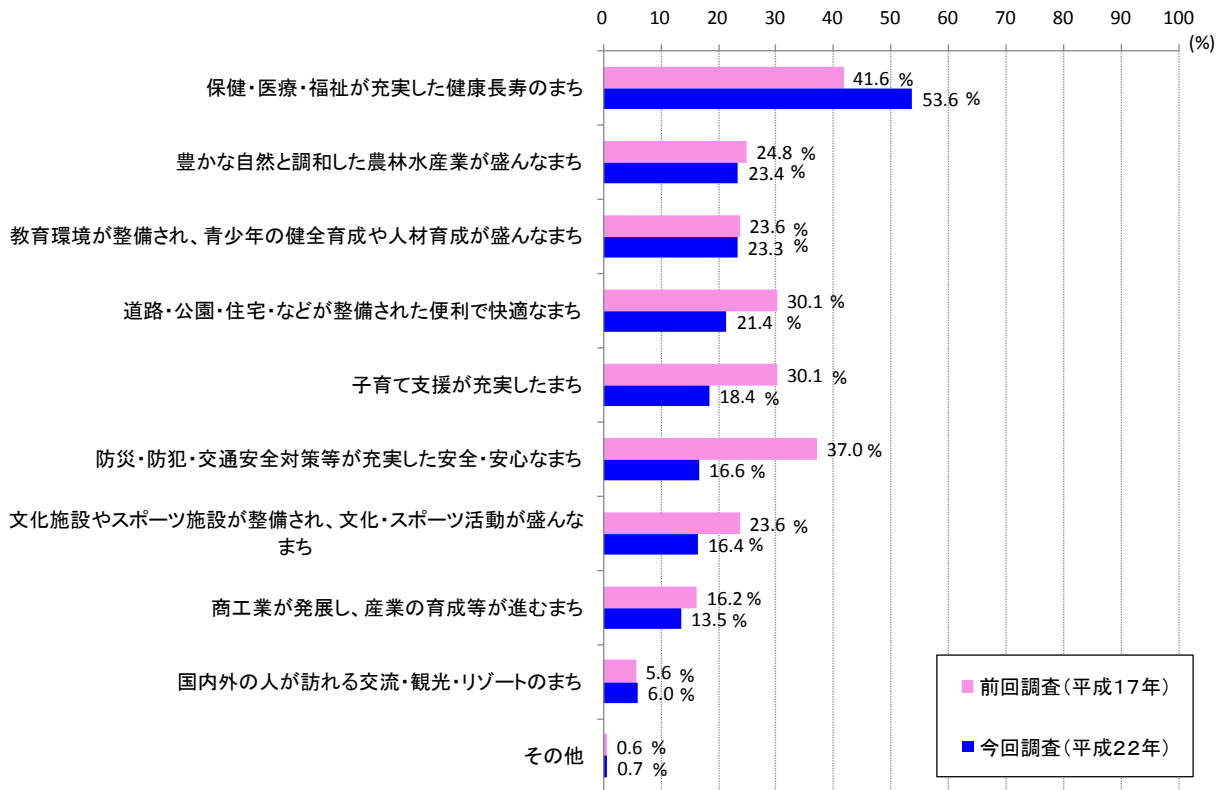
このことから、市民は、「将来の佐久市は、もっと健康なまちになってほしい」と願い、施策間の比較結果として、「健康分野の施策は重要」と考えていることがわかります。

さらに、「健康で長生きできるまちづくりのため、今後どのような施策に力を入れて取り組む必要があるか」との質問では、「市立病院や民間の医療施設・体制の整備充実」との回答が32.8%で第1位となっており、「認知症・寝たきりの予防などの高齢者保健・福祉の充実」の回答が28.8%、「老人ホームなどの老人福祉拠点施設の整備・充実」の回答が28.1%、「生活習慣病予防のための各種検診や保健相談などの充実」の回答が22.8%と続いています。

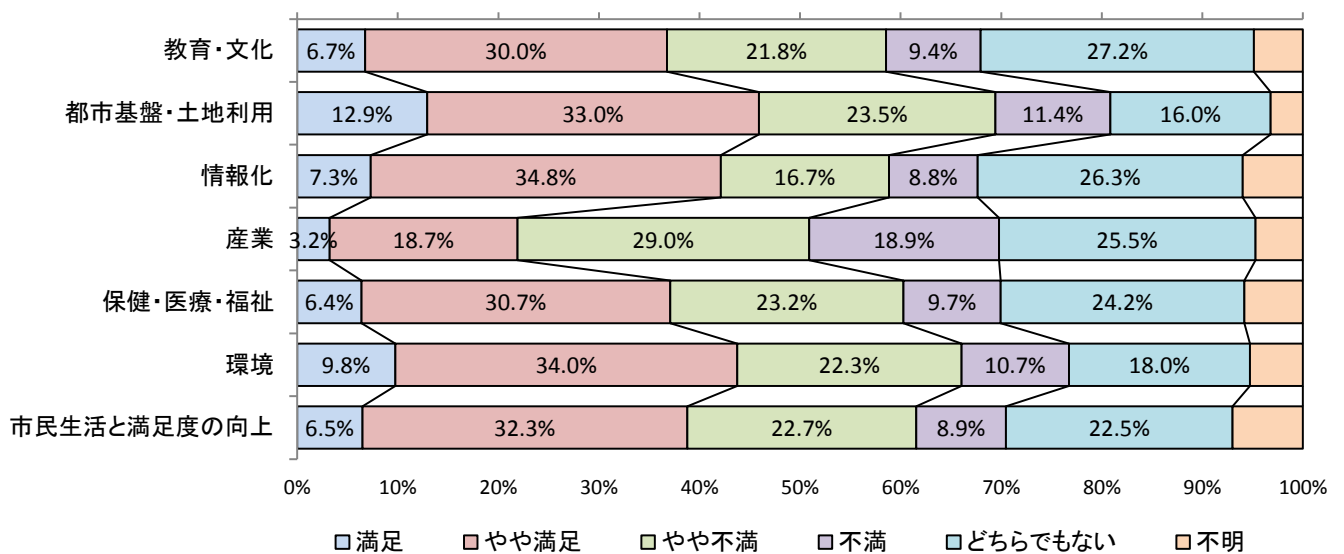
■佐久市を住みやすいまちだと思いますか。



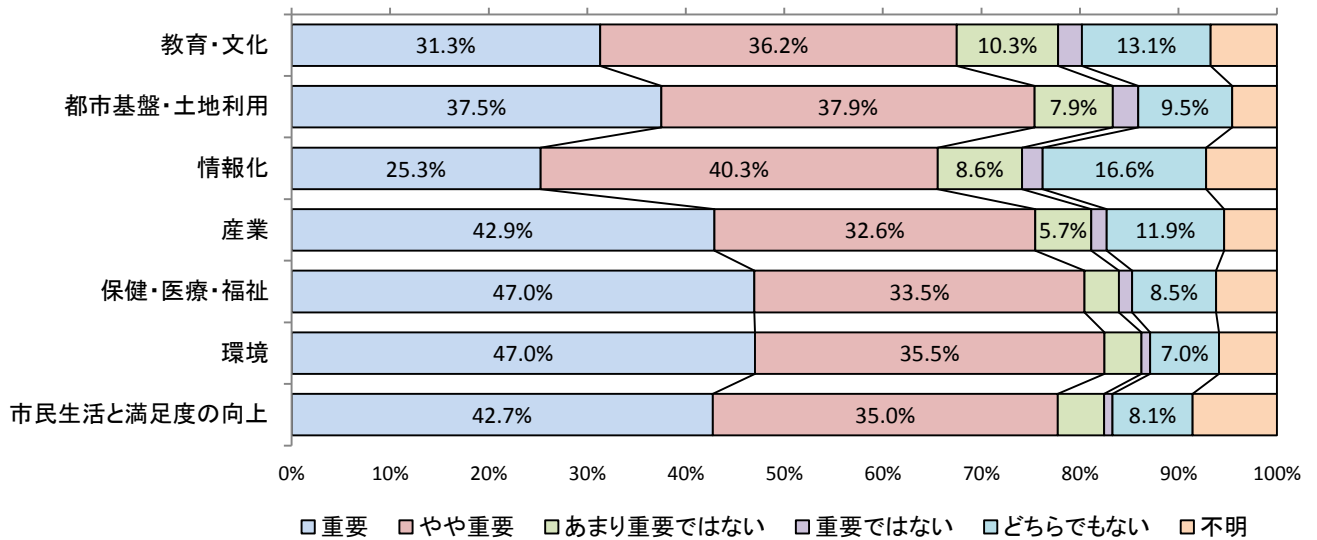
■ 佐久市が将来どのようなまちになってほしいとお考えですか。



■ 施策の分野別満足度



■施策の分野別重要度



■市民全てが健康で長生きできるまちづくりを進めるため、佐久市では今後どのような施策に力を入れて取り組む必要があるとお考えですか。

