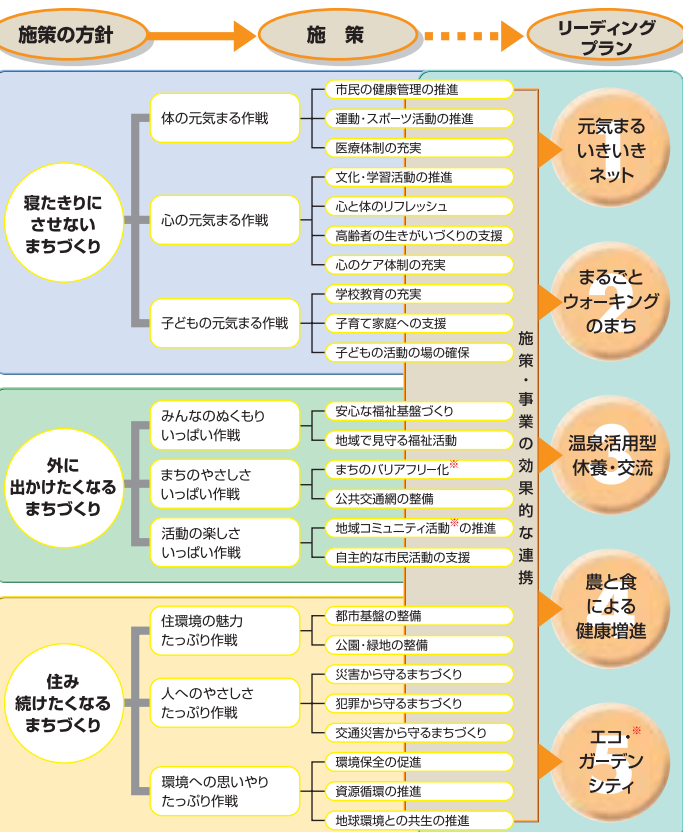


「健康都市プログラム」の体系

本市の健康都市プログラムは、3つの「施策の方針」に基づき、9つの「施策」と5つの「リーディングプラン」*で構成されています。この体系に基づき、さまざまな事業を展開し、世界基準の健康都市の実現を目指します。



健康都市リーディングプラン

1 元気まるいきいきネット

市民一人ひとりの健康状態を元気まる測定により把握し、その人の健康状態に合った健康づくりメニューの提供や適切なアドバイスを行います。また、高齢者向けに、積極的な体力向上から軽度な運動までのコースを設定し、介護が必要な方から必要なたままで、元気回復・体力アップの支援をします。

【元気まるいきいきネット推進イメージ】

元気まるいきいきネット → 元気まる測定 → 健康相談・指導 → 健康目標の設定 → 自分に合わせた健康プランの推進 (ウォーキング、スポーツ、レクリエーション、筋力トレーニングなど) → 健康相談・指導 → 繰り返し実施

高齢者のための「元気アップコース」

健康な高齢者 → 健康目標の設定 → 元気元気コース / いきいきコース / らくらくコース → 元気元気コース / いきいきコース / らくらくコース → 元気元気コース / いきいきコース / らくらくコース → 継続

支援・介護の必要な高齢者など → 介護予防事業 → 目標 (改善・回復)

リーディングプランとは、「健康都市」の実現を先導するとともに、「世界基準の健康都市 尾張旭市」を内外に呼びかけるために、本市に適した健康都市づくりのテーマを設け、関連する事業を連携し、一体的に推進することにより、高い効果が期待される事業をとりまとめたものです。

2 まるごとウォーキングのまち

安心して歩くことができる道のネットワークを市全域に広げるとともに、より多くの市民がウォーキングの魅力を実感できるような憩いの空間や機会づくりを進めます。

【まるごとウォーキングのまち推進イメージ】

歩く道のネットワーク (安全な道(ウォーキングコース)、歩道/バリアフリー、あんしん歩行エリア、散策道) → 緑いと健康のスポット (城山公園、街区公園等⇒健康遊具、緑地・自然、水辺環境⇒川・ため池、山辺の散歩道、史跡・公共施設) → コミュニティ・ボランティア活動 (スポットガーデン*活動、清掃活動、公園愛護会活動 など) → まるごとウォーキング

ウォーキングの楽しみづくり (健康・体力の向上: 健康な体の維持、基礎体力の向上、リラクゼーション*の提供) → 魅力ある機会づくり (ウォーキング大会⇒地域連携(市民・各種団体・事業者): エコ・クリーンウォーキング*、自然・史跡めぐり、レクリエーション)

3 温泉活用型休養・交流

市民の手軽な保養施設として親しまれている「尾張あさひ苑」を利用して、周辺の自然環境や現地の社会資源を活用した健康プランの提供を進め、心身のリフレッシュ・地域間交流の促進に努めます。

【温泉活用型休養・交流推進イメージ】

温泉活用型保養・交流拠点 尾張あさひ苑 → 温泉 (湯治*リハビリテーション、運動プログラム など) → 自然(森林等) (ウォーキング、運動プログラム など) → 交流 (交流、体験プログラム など) → 心身のリフレッシュ、地域間交流の促進

4 農と食による健康増進

安全な食の提供を進めるとともに、地元農産物の消費などを推進し、食に対する知識を子どもから身に付けるために、正しい食の教育と規則正しい食習慣が身に付く子どもの育成を推進します。

【農と食による健康増進推進イメージ】

農とのふれあい (ふれあい農園、農業体験講座) → 食を耕す (健康な食習慣) → 食の安心 (料理教室、給食センター) → 食の管理 (健康管理、各種健康診査、歯科健康診査) → 生活習慣病の予防

学校における食育プログラムの推進 (学校: 正しい食生活の指導・PR、朝食を毎日食べる、規則正しく食事をする、調和のとれた食事をする) → 家庭: 正しい食生活の実践 (朝食を毎日食べる、1日3回決まった時間に食べる、適量・偏食をしないで調和のとれた食事をする、よくかんで食べる、楽しく食べる) → 給食センター: 献立表、栄養士による栄養指導

5 エコ・ガーデンシティ

環境にやさしいライフスタイルの普及を図るとともに、公園・緑地の整備・保全、市民参加による緑の保全活動や環境美化活動を促進し、環境に配慮した緑あふれるガーデンシティとなるような空間の整備を進めます。

【エコ・ガーデンシティ推進イメージ】

活用 (緑を育む活動: スポットガーデン、家庭緑化) → 自然・緑の拠点づくり (公園整備、自然林の保全) → 推進 (エコライフ*推進: 家庭版環境ISO*、自然エネルギーの活用) → 緑あふれるエコ・ガーデンシティ (協力)

用語解説

- ※リーディングプラン 「健康都市」の実現を先導し、これを呼びかける事業をイメージしたものの。
- ※バリアフリー(化) 高齢者などに対して生活していく上での障害などを取り除くこと。
- ※コミュニティ活動 町内会、自治会、ボランティア、NPOなどの活動。
- ※エコ・ガーデンシティ 環境に配慮し、緑あふれるまちをイメージしたもの。
- ※温泉利用プログラム型健康増進制度 温泉施設を利用して、「健康日本2」が目指す健康づくり目標の達成を図ることを目的としたもの。
- ※湯治 長期滞り行う温泉療養。
- ※地産地消 地域で生産された農産物などを、その地域内で消費すること。
- ※リラクゼーション 心身ともにストレスがまったくない状態のこと。
- ※エコ・クリーンウォーキング 環境に配慮し、こみ拾いなどを併せて行うウォーキングをイメージしたもの。
- ※スポットガーデン 景観向上などを目的として市が整備した花壇で、維持管理は地域住民によるボランティアグループにより行われている。
- ※家庭版環境ISO 暮らしの質、習慣などを含む生活様式。環境に配慮した生活をイメージしたもの。各家庭における環境対策への取り組みを推進する制度。