

 <p>市長 村山 卓</p>	<p>石川県 金沢市</p>  <p>市章</p>	<p>【データ】※令和6年4月1日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・推計人口：455,179人</li> <li>・世帯数：211,188世帯</li> <li>・面積：468.81km<sup>2</sup></li> <li>・市の木：梅</li> <li>・主な祭り：金沢百万石まつり</li> </ul>
--	--	--

## 金沢市の紹介・特徴

金沢市は本州のほぼ中心に位置し、明治22年（1889年）の市制施行以来、近隣町村との度重なる編入・合併によって市域を拡大し、平成8年（1996年）には中核市に移行しました。

日本海側気候で、「弁当忘れても傘忘れるな」と言われるくらい雨の多い地域です。

春や夏は好天の日が多い反面、冬は曇りや雨の日が多く、積雪もあります。雪化粧した兼六園や長町武家屋敷跡などの風情は、金沢ならではのものです。

また、高い湿度は伝統工芸である漆塗りや金箔製造に適しています。

市内には山も海もあり、自然にはとても恵まれています。清らかな犀川や浅野川の他、わき水も多く、水が豊かな町であり、「用水のまち」としても有名です。

一方で県庁所在地として交通網や商工業も発展しており、北陸有数の都市として高い利便性も持ち合わせています。

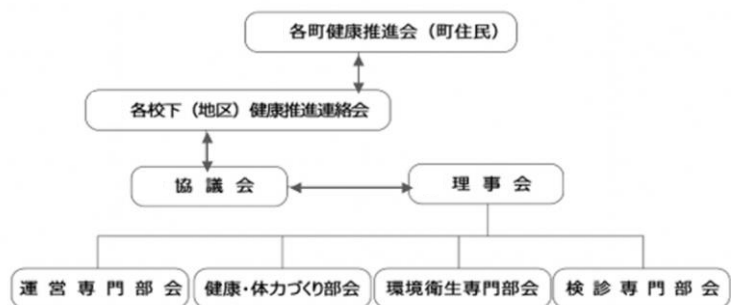


## 金沢市の健康政策

### ●「金沢・健康を守る市民の会」の発足

金沢・健康を守る市民の会は、昭和48年9月に金沢市、金沢市町会連合会や医師会など各界、各層が中心となり、「自分の健康は自分の手で守る。」という趣旨の下に発足しました。

町会加入者全員が会員となる全国的にも例がない市民主体の団体であり、行政主導型の健康体力づくりではなく市民主体で市民のニーズに合致した健康体力づくり活動に取り組んでいます。



また、現在 53 のすべての小学校下に、1,986 名の健康推進委員、279 名の運動普及推進員がおり、地域に密着したきめ細かい健康・体力づくり事業を展開しています。

平成 9 年に健康・体力づくり事業財団から総務庁長官賞を受賞。さらに平成 10 年には、がん啓発活動が評価され、石川県知事賞を受賞。平成 16 年 10 月には体力づくり最優秀組織として内閣総理大臣表彰を受賞しました。

### ●未病対策の推進

市民に対する「未病」の普及啓発及び未病を改善するきっかけづくりとするため、多くの市民が集まるイベント会場にブースを設置し未病キャラバンによる普及啓発を行っています。

また、発病には至らないものの健康な状態から離れた状態の市民を対象として、講話や軽運動をとおして、未病に対する知識を普及・啓発し、健康づくりへの関心を高めてもらうよう取り組んでいます。



### ●フレイル予防の取り組み

地域の健康づくりの担い手として活躍する、市民ボランティアの「フレイルサポーター」を養成し、フレイルサポーターを中心としたフレイルチェック体制の充実強化を図り、高齢者の健康づくりやフレイル予防を推進しています。

また、フレイル予防活動を通して社会参加をすることで、自らの健康寿命を延ばすことにもつなげています。



### ●健康ポイントアプリの導入

令和 6 年度から健康ポイントアプリを導入し、誰もが気軽に健康づくりに取り組める環境を整備します。

歩数計測や検診（健診）受診など、健康づくりの活動に対してポイントを付与し、獲得ポイントに対して健康支援商品にのみ使用できる電子ギフト券を提供することにより、健康無関心層の健康づくりに対するきっかけを作り出すとともに、アプリで収集したデータを政策形成に活用していくこととしています。



石川県金沢市広坂 1-1-1 金沢市福祉健康局健康政策課

TEL : 076-220-2233 FAX : 076-220-2231 Email : kenkou@city.kanazawa.lg.jp