

 <p>北名古屋市長 長瀬 保</p>	<p>愛知県 北名古屋市 健康快適都市 ～誰もがいきいきと 安全・安心に暮らせるまち～</p>  <p>市章</p>	<p>【データ】 ※平成31年4月1日現在 ・人口：86,001人 ・世帯数：36,623世帯 ・面積：18.37 km² ・市の花：ツツジ ・市の木：モクセイ ・特産物：いちじく・ねぎ ・健康イベント：ふれあいフェスタ</p> <hr/> <p>北名古屋市民健康部健康課 TEL:0568-23-4000 FAX:0568-23-0501</p>
--	--	---

● 北名古屋市の紹介

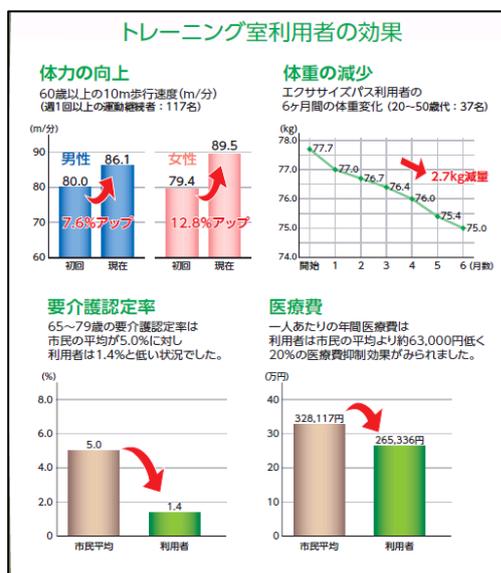
本市は、名古屋市の北西部に隣接し、市の中央部を名鉄犬山線が南北に走り、名鉄や地下鉄で名古屋都心部まで約10分程度という利便性が大きな魅力となっています。

道路網も充実しており、名神高速道路、名古屋第二環状自動車道、名古屋高速道路、国道が市域を囲み、広域交通の利便性にも優れています。年間を通じて温暖であり、平坦な沖積地であることから住宅都市・商業・流通・産業都市として発展を続けています。

「健康」「快適」「自立」を基本理念とし、『健康快適都市～誰もがいきいきと安全・安心に暮らせるまち～』の実現に向けた取組を進めています。

● 北名古屋市の健康づくりの拠点「健康ドーム」

健康ドームは、アリーナや軽運動室、柔剣道室などの体育施設のほか、クッキングルームや露天風呂を有する浴室などの文化施設と、保健事業の要である保健センターや健康の保持・増進に主眼を置いた「健康サポートジム」などの保健施設が融合した健康づくりの拠点施設です。



特に健康サポートジムは、専属の健康運動指導士と保健師を配置し、安心して運動を実践できるようにサポートしています。

また、利用初回及び年に1回の「元気測定」《生活習慣などの問診・身長・体重・血圧・腹囲測定および体力測定（踏み台昇降・長座体前屈・握力・上体起こしなど）》を受けていただくことにより、健康状態、生活習慣病の予防や改善にも力を入れています。

おかげさまで、年間利用者は3万人を超えています。

● 平成30年度「第3期食育推進計画の策定」

前計画における取組の評価から、食育の重要性は周知されてきている一方、朝食の欠食や内容、共食等の課題が明らかになりました。

第3期計画では、市民が意識をもって行動できるよう、わかりやすい行動目標を示すとともに、食育を支える支援者の役割と取組も具体的に示しました。

【基本理念】

食育の実践者は市民一人一人であり、本計画は市民を主体とした食育の「行動計画」として位置づけます。さらに、市内の保育園・幼稚園、学校、事業所、地域ボランティア、行政機関が協力・連携を図り、市民の食育活動を支援します。



【基本方針】

◆食を通じた健康なからだづくり

子どものころから規則正しい食生活を実践し、生涯を通して望ましい食事をすることで、生活の質を高め健康な体を維持します。

◆食を通じた豊かなこころづくり

食べ物や食文化への興味を持ち、家族や友人などと食を通じたコミュニケーションを大切にします。

◆食を通じたまちづくり

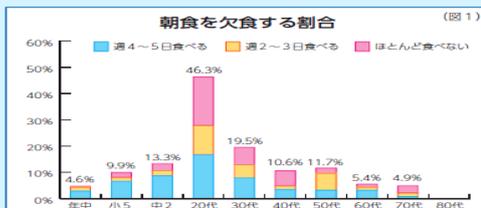
市民が食育を実践するための環境を整え、また市民の食育を支える支援者の活動を活発にするための基盤をつくりまします。

【重点目標】

1. 生活リズムを整えて、朝ごはんを食べよう
2. 朝ごはんにおかずをプラスしよう
3. 家族や仲間と一緒に食事をしよう

市民アンケート調査から見える現状と課題

平成30(2018)年に実施した市民アンケート調査(保育園年中児325人、小学5年生841人、中学2年生767人、成人958人を対象に実施)から食育に関する意識や課題が見えてきました。



朝食を食べない(欠食する)割合が高いのは、20代、次いで30代でした。また、小中学生の約1割は、朝食を食べない日があるという現状があります。(図1)

1日の食事すべてを一人で食事している人(孤食)の割合は、小中学生と50代以上で高く、約3割でした。(図2)

「孤食」と食事を楽しむこととの関係性を見ると、「いつも1人で食事する」と答えた人は、食事を「あまり楽しくない」「興味がない」と答える人が多いことがわかりました。(図3)

