

尾張旭市「尾張旭市まるごとウォーキング」

愛知県尾張旭市長の谷口でございます。

それでは、本市の健康都市の取り組みの状況を紹介させていただきます。初めに、本市の「市勢」並びに「健康都市づくりの基本的な考え方」及び「主な健康都市づくりの施策」をご紹介させていただき、その後、その中の重点施策の一つであります、「尾張旭市まるごとウォーキング」について、説明をさせていただきます。

初めに、本市の市勢の概要についてであります。

本市は、愛知県の尾張東部地域に位置しておりまして、西は名古屋市、そして東から南にかけては現在、愛知万博「愛・地球博」が開催されております、瀬戸市、長久手町に隣接し、面積は約 21 平方キロメートルで、人口約 8 万人のコンパクトな都市であります。昭和 45 年 12 月に県下 27 番目の市として誕生し、今年で 35 周年を迎え、将来の都市像を「ともにつくる 元気あふれる 公園都市」として、市民と協働で、「健康」や「安全・安心」をキーワードにしたまちづくりを進めているところであります。また、市の北部には、市域の約 6 分の 1 を占め、「全国森林浴 100 選の森」に選ばれている、愛知県森林公園があり、中心部には、東西に名鉄電車瀬戸線が横断し、従来からの積極的な土地地区画整理事業により、良好な住環境はもちろんのこと、多くの幹線道路や公園が整備されております。

次に、本市の「健康都市づくりの基本的な考え方」についてであります。

本市は、昨年 6 月に WHO 西太平洋地域での「健康都市連合」に加盟後、8 月には「健康都市宣言大会」を開催し、既に平成 15 年度から、本市の重点施策の一つとして位置づけて推進してまいりました「健康づくり」を、さらに市民の皆さんと積極的に展開するため、市の内外に向けて健康都市宣言を行うとともに、毎年 4 月 29 日を尾張旭市の「健康の日」と決めました。そして 10 月の設立総会を受けまして、本市の健康づくりの指針となるべく「健康都市プログラム」の策定に着手し、昨年度末には、本市が目指す「健康都市づくり」に取り組む背景、目標や推進プログラムの体系などを示した「尾張旭市健康都市プログラム」の本論骨子を策定するに至りました。この骨子の中では、健康な市民だけでなく、健康に不安を持っている市民も含め、すべての市民がいつまでも元気でいられるような「まち」を実現するという目標を目指すため、基本的な考え方を「寝たきりにさせないまちづくり」、「外に出かけたくなるまちづくり」、「住み続けたいくなるまちづくり」という 3 本柱で体系づけました。

そして、本年度 4 月からは、「健康のまちづくり」を一層積極的に推進するため、企画部秘書広報課に「健康都市推進室」を新たに設置し、私のリーダーシップのもと、「健康都市 尾張旭」の実現に向けて取り組んでいるところであります。

次に、主な「健康都市づくり」の具体的な施策についてであります。

愛知県内の市町の健康施策は、高いレベルでの横並び状態であり、その中で、さらなるサービスのアップや独自性を打ち出していくことは容易ではありません。本市の行っている施策や事業展開がどの程度のレベルにあるかを自ら評価することは、なかなか難しいと

ころですが、かなりの点において上回っているのではないかと自負をいたしております。だからこそ、私は、職員に対し常々、「市民の目線を見て、市民の側に立って、派手なことではなくて良いから、既存の事業を見直したり、修正したりして、地道に事業を進め、尾張旭カラーを打ち出していくことこそが、健康都市づくりの方法である。」とっております。そこで、次は本市の数々の施策や事業の一端をご紹介します。

「体の健康」として、元気まる測定があります。これは、個人の生活習慣行動や生活環境などを問診票でチェックしまして、健康状態・体力測定の結果とあわせて、生活習慣改善に係る指導を行い、健康づくりの処方箋を提案する、本市独自のまさしく健康への扉を開けるカギとなるものであります。

また、元気まる測定受検者の中で、さらに「運動」「栄養」について学びたいかたを対象として、「元気まるクラブ運動教室・栄養教室」などを開催し、その後のフォローアップ事業も充実させております。

そして、先ほど紹介いたしました「寝たきりにさせないまちづくり」に向けて、高齢者を対象として各自の体力に合わせた「筋力トレーニング」を楽しみながら行ってもらい、「らくらく貯筋教室」や、「ぴんぴん健康道場」をスタートさせます。

「心の健康」では、生涯学習講座を充実させており、現在 231 の講座を設けております。

また、平成 7 年度からスタートしました、「生涯学習フェスティバル」では、毎年 2 月中旬から 3 月中旬までの約 1 ヶ月間、集中的に各種の生涯学習についての講座やイベントを開催しております。

「まちの健康」では、山辺の散歩道として県森林公園に隣接した北部丘陵地「長洞の森」から水辺の環境を整備した「維魔池」を経て、総合公園「城山公園」までを結ぶ全長 12 km の散歩道を整備するとともに、水辺（矢田川）の散歩道として矢田川の河川敷を利用した多自然型の散歩道もあります。

そして、後ほど詳しく紹介いたしますが、この散歩道を含めて、「尾張旭市まるごとウォーキング」として、市内全域を一周することができるウォーキングコースを設定しております。

以上で、「主な健康都市づくりの施策」を終了させていただきます。最後に、本市が積極的に進めている数々の健康づくりの事業の中でも、特に本市の特徴である豊かな緑の中を、多くの市民が日常的に散策している「尾張旭市まるごとウォーキング」を取り上げさせていただきます。

初めに、ウォーキングコースの概要を紹介いたします。

本市は、市内全域にウォーキングコースを網羅させております。北部の森林公園、ため池、中央部の田園、南部の矢田川、全域に点在している各種公園、史跡、桜並木、お勧めポイントなどを結んだルート、歩いた距離を日本地図上にマッピングして、目標を持って楽しみながらウォーキングできるルート、森林公園内の広大な植物園を縦横に結んだルートなど様々なルートがあり、山辺から水辺まで変化に富んだルート設定がなされ、両方の良さを併せ持ったものとなっております。

まさしく、市内をぐるっと一周できる、どこでも・まるごと・ウォーキングが可能で、市内の駅前や公共施設にはウォーキングルートを表示した看板を設置し、広く PR を行い、

ルート上の公民館には各自が健康状態をチェックできるように血圧計を設置し、市全域が“ウォーキングギャラリー尾張旭”であります。そして、ウォーキングには、体の健康(ホット)、心の健康(ほっと)の体力アップ効果と癒し効果が期待できるので、まさしく尾張旭市は“歩っとCity”であります。皆さん、本市を訪れた際には、ぜひこの“歩っとCity”を体験していただきたいと思います。

次に、この“歩っとCity”をより一層“歩っと”にするための今後の取り組みを紹介いたします。

初めは、それぞれの担当課に、独自にウォーキングルートを設定し、運用しておりましたが、今後はその連携を一層強化し、市民を巻き込み、市役所のみならず地域全域で取り組んでいく必要があると考えております。

そこで、まず第1に、元気まる測定との連携であります。

事前に元気まる測定を受け、その後ウォーキングを行い、事後に再び測定を受け、効果測定として元気まる測定を利用いたします。また、元気まる測定をフォローする手段として、ウォーキングを位置づけ、お互いに相乗効果を期待いたします。

第2に、本市のセールスポイントであります、緑・自然環境・花・史跡・水環境・公園・市内に残っている田園・河川・ため池を、より一層最大限に有効に利用できるようなルートの設定を考えております。

第3に、遊びの要素を多く取り入れることあります。

今年、初めての試みとして、ウォーキング大会を工夫いたしました。

具体的には、自宅を起終点として、市内のチェックポイントを巡るラリー方式。ウォーキング途中にゲームを取り入れる。健康まつりとの合同開催であります。

今後は、時間設定ラリー、クイズ、借り物、植物採集、ポイ捨てのごみを集めながらのクリーンウォーキングなど、より一層参加者が自分で実際に体験できることを盛り込むなどの工夫が必要と考えております。

「健康」は、市民すべての共通の願いであります。これは間違いありません。しかし「健康」というと、保健・医療の分野という意識が強く、市民や行政の関心はそこだけに偏りがちでした。そこで、私は、WHO が提唱する、市民一人ひとりの健康水準を高めるためには、社会全体で市民の健康を支える仕組みを作っていく必要があり、健康を個人の責任としてのみ捉えるのではなく、都市そのものを健康にするという「健康都市プログラム」の理念を取り入れ、国際的ネットワークを活かした情報の共有化、先進都市の視察の導入や、国内連携を図り、健康都市にふさわしい都市環境を、本市の特性を活かして、市民の皆さんとともに全市的な運動として展開し、「世界基準の健康都市尾張旭」を目指すことといたしました。また、これを、これまでセールスポイントが少なかった尾張旭市の「ブランド」として確立させ、「住んでよかった、住み続けたい、住んでみたいまち 尾張旭」を実現させていきたいと考えております。

以上で、本市の発表を終了させていただきます。ご清聴ありがとうございました。