健康都市の取り組み

愛知県　尾張旭市
企画部　秘書広報課　健康都市推進室

尾張旭市の市勢

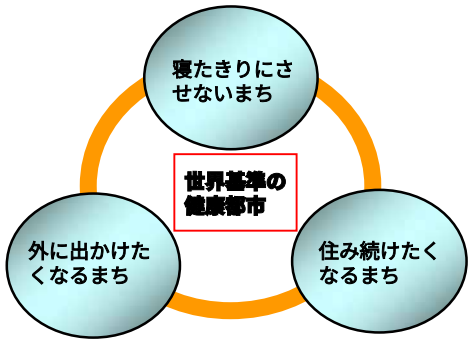
- 尾張東部地域に位置
- 面積21．02平方キロメートル
- 人口　約8万人
- 市域を名鉄電車瀬戸線が東西に横断
- 積極的な土地区画整理事業

《将来の都市像》
～ともにつくる　元気あふれる　公園都市～

愛知県尾張旭市

健康都市づくりの基本的な考え方

健康都市プログラムに係る3本柱



健康都市プログラムの体系

- 寝たきりにさせないまちづくり
  - 体の元気まる作戦
  - 心の元気まる作戦
  - 子どもの元気まる作戦
- 外に出かけたくなるまちづくり
  - みんなのぬくもりいっぱい作戦
  - まちのやさしさいっぱい作戦
  - 活動の楽しさいっぱい作戦
- 住み続けたくなるまちづくり
  - 住環境の魅力たっぷり作戦
  - 人へのやさしさたっぷり作戦
  - 環境への思いやりたっぷり作戦

寝たきりにさせないまちづくり

◆体の元気まる作戦
自分に合った健康づくりに取り組める環境づくり
◆心の元気まる作戦
精神的充足感を感じ、心の健康が保たれる環境づくり
◆子どもの元気まる作戦
子どもの健康管理、教育、遊びに関する環境づくり

外に出かけたくなるまちづくり

◆みんなのぬくもりいっぱい作戦
高齢者・障害者が安心して暮らせる基盤の強化
◆まちのやさしさいっぱい作戦
まちの中で不自由なく移動できる環境の整備
◆活動の楽しさいっぱい作戦
市民が楽しみながら参加できる自主的な活動の促進

住み続けたくなるまちづくり

◆住環境の魅力たっぷり作戦
都市基盤、公園緑地等の整備・充実
◆人へのやさしさたっぷり作戦
防災、防犯及び交通安全対策の充実
◆環境への思いやりたっぷり作戦
環境に配慮したライフスタイルへの転換

主な健康都市づくりの施策

体の健康　1

【市民総元気まる事業】

個人の生活習慣行動や生活習慣等を問診票でチェックし、健康状態・体力測定の結果と併せて、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。

体の健康　2

【らくらく貯筋教室】

運動・筋力不足の高齢者を対象に、専門家の指導のもと筋力アップを図り、寝たきりにならない身体づくりを支援する。(生活習慣病の一次予防、軽度の筋トレ)

体の健康　3

【ぴんぴん健康道場】

運動不足ではないが、筋力をアップして寝たきりを防ぎ、質の高い生活を送ることができるように高齢者を対象とした教室(道場)を開催する。(生活習慣病の一次予防、体育館を活用した筋トレ運動)

「体の健康」に係る事業

- 健康とビューティボディ講座(18～59歳の女性)
- ウエイトコントロール教室(BMI25以上)
  ウォーキング・筋力アップ体操等で健康的に減量する
- 骨コツ教室(59歳以下の女性)
- 転倒予防教室(60歳以上)
  足腰を鍛え、転ばない身体をつくる
- 糖尿病予防教室
  基本健康診査時に、糖尿病で要観察・要指導と判断された方

心の健康

【生涯学習講座の充実】

現在　２３１講座

(教育、人文･社会、社会問題･福祉、自然科学、文化･芸術、趣味、生活等)

【生涯学習フェスティバル】

約1カ月にわたるイベント

まちの健康

【山辺の散歩道】

県森林公園に隣接した北部丘陵地「長洞の森」～水辺環境を整備した「維摩池」～総合公園「城山公園」を結ぶ全長１２kmの散歩道

「まちの健康」に係る事業

- あんしん歩行エリア
- 公園愛護会、スポットガーデン
- 全ての小学校区に児童館及び公民館を設置
- 市内全域に、集会所69箇所、老人いこいの家15箇所、ふれあい会館7箇所を設置
- 市内5箇所に、大規模な拠点施設を設置
- 子育て支援として、全ての小学校区に児童クラブ・学童クラブを設置（計10箇所）
- 子育て支援センター、ファミリーサポートセンターの充実
- 地域の要望により防犯灯を4，300箇所に設置

尾張旭市まるごとウォーキング

“ 市内全域を一周することができる
ウォーキングコース ”

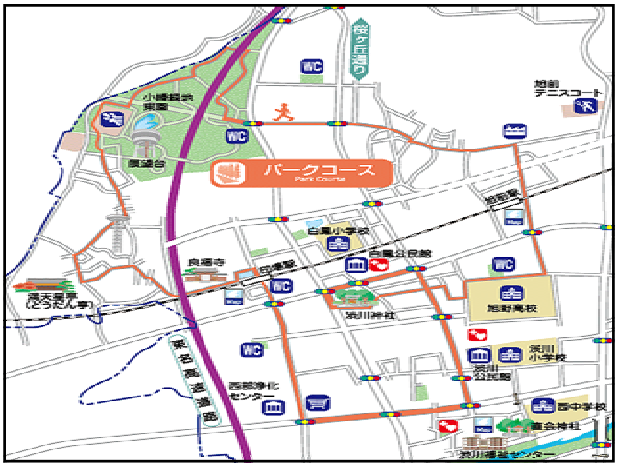
ウォーキングコースが　13　コース
森林公園内にも　　6　コース

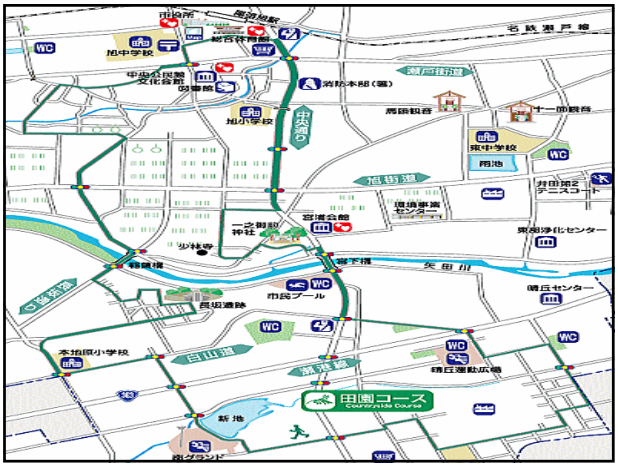
◆各ルート上に自動血圧計を設置（市内16箇所の公共施設）　⇒　歩きながら健康チェックができる

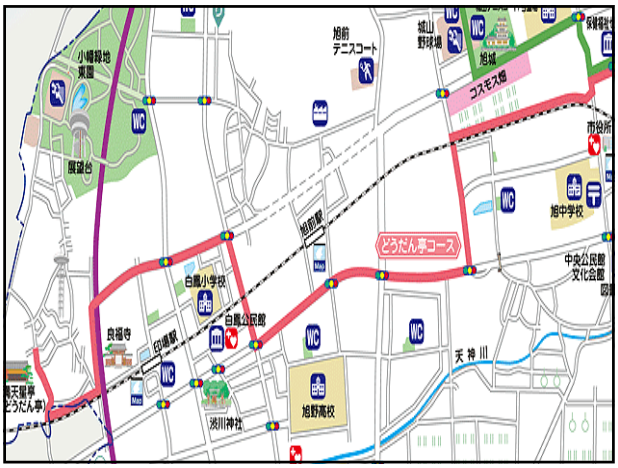
◆「日本列島歩け歩け大作戦」を展開
⇒　市民が楽しみながら実施できる

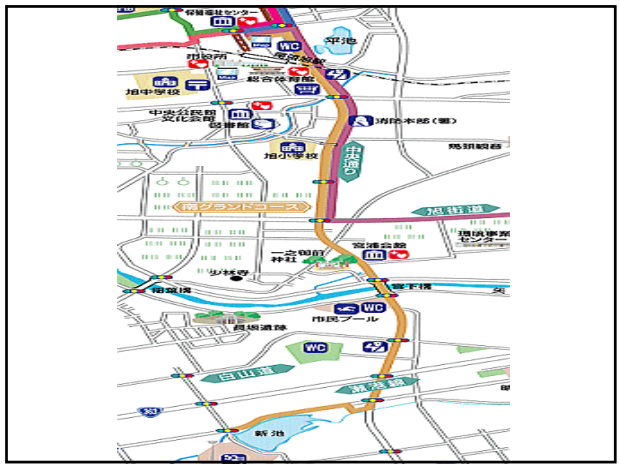
特色あるウォーキングコース

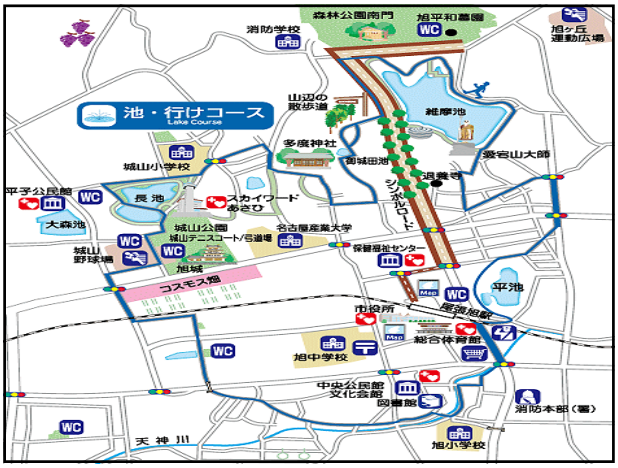
1　県営森林公園の植物園内の自然地形を生かしたコース
2　森林公園の南門を利用しての、森林公園と維摩池地域とを融合したコース
3　城山公園（スカイワード・長池・彫刻の森・５００本の桜の山）、維摩池、濁池、大森池を結んだコース
4　矢田川コース（多目的・多自然型の河川敷整備：川辺の散歩道）
5　矢田川上流域のやすらぎ歩道コース
6　市内北西部の小幡緑地散策コース
7　総延長１２kmの山辺の散歩道

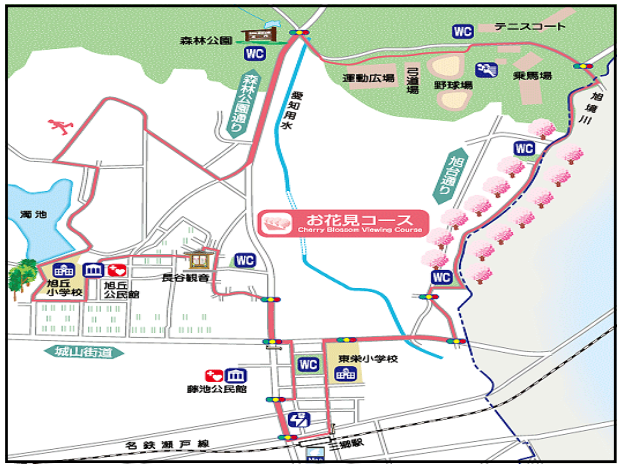


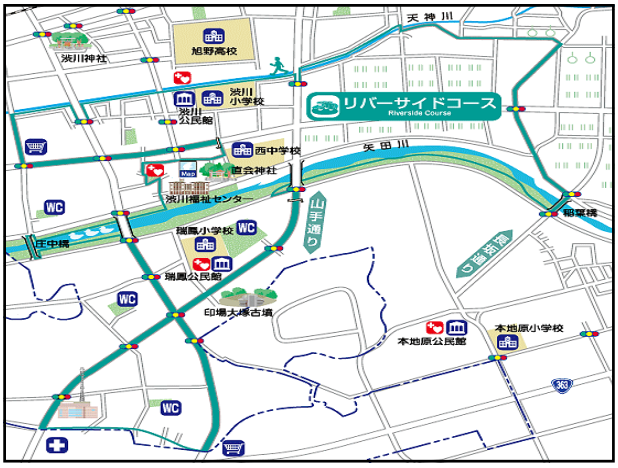


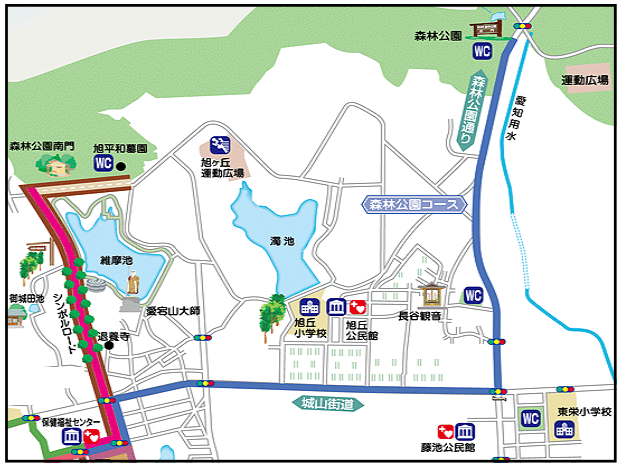

どうだん亭コース
旭前テニスコート
城山野球場
旭城
コスモス畑
市役所
旭中学校
中央公民館
文化会館
白鳳小学校
白鳳公民館
良福寺
印場駅
旭野駅
天神川
旭野高校
渋川神社
展望台
小幡線地
東園

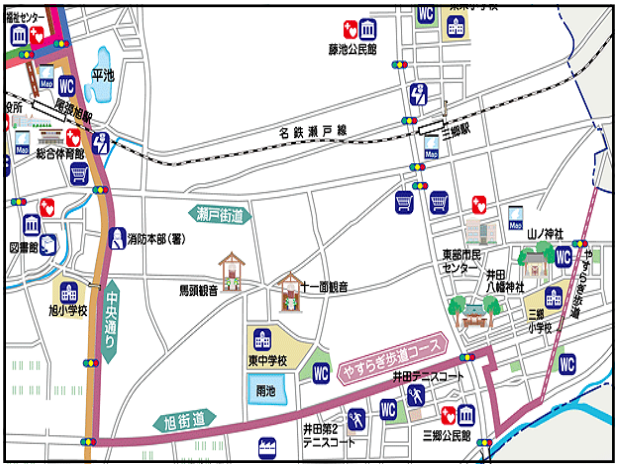

平池
市役所
旭中学校
総合体育館
中央公民館
文化会館
図書館
消防本部（署）
旭小学校
中通り
市グランドコース
旭街道
一宮浦会館
一宮神社
市民プール
長場遺跡
石山線
新池


池・行けコース
Lake Course
森林公園南門
旭平和墓園
消防学校
旭ヶ丘運動広場
山辺の散歩道
維摩池
多度神社
街城田池
愛宕山大師
城山小学校
退養寺
シンボルロード
平子公民館
長池
スカイワードあさひ
大森池
城山公園
城山テニスコート/弓道場
名古屋産業大学
城山野球場
旭城
保健福祉センター
コスモス畑
平池
市役所
屋敷駅
総合体育館
旭中学校
中央公民館
文化会館
図書館
消防本部（署）
旭小学校
天神川


森林公園
テニスコート
運動広場
弓道場
野球場
乗馬場
森林公園通り
愛知用水
旭場川
旭通り
お花見コース
Cherry Blossom Viewing Course
湯池
旭丘小学校
旭丘公民館
長谷観音
城山街道
東栄小学校
藤池公民館
名鉄瀬戸線
三郷駅


天神川
旭野高校
渋川神社
渋川小学校
渋川公民館
リバーサイドコース
Riverside Course
西中学校
矢田川
直会神社
渋川福祉センター
山手通り
和東橋
庄中橋
瑞鳳小学校
瑞鳳公民館
印場大塚古墳
本地原公民館
本地原小学校


森林公園
運動広場
森林公園通り
愛知用水
森林公園南門
旭平和墓園
旭ヶ丘運動広場
森林公園コース
湯池
維摩池
街城田池
シンボルロード
愛宕山大師
退養寺
旭丘小学校
旭丘公民館
長谷観音
城山街道
保健福祉センター
東栄小学校
藤池公民館



ウォーキングギャラリー尾張旭

ウォーキングの効果

体の健康（ホット） ⇒ 体力アップ効果
心の健康（ほっと） ⇒ 癒し効果

まさに“歩（ほ）っとCITY”

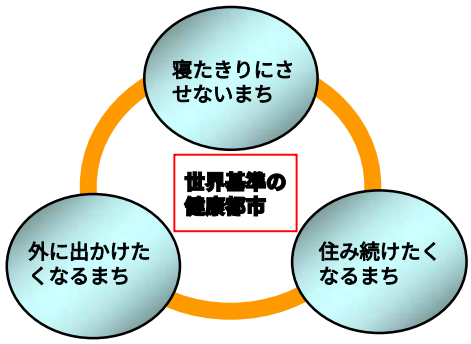
より一層“歩（ほ）っと”を目指して

【今後の取り組み】

◆「元気まる測定」との連携

◆本市のセールスポイントを有効利用
緑、自然環境、花、史跡、水環境、公園、田園、河川、ため池

◆遊びの要素を加味

健康都市づくりの基本的な考え方

健康都市プログラムに係る3本柱