

健康都市連合日本支部第2回大会

第2部 新会員市取組み発表

名古屋市「健康増進支援施設の整備となごや健康カレッジ」

今年度会員になりました名古屋市です。では名古屋市の取組みのご報告をさせていただきたいと思います。タイトルですが「健康増進支援施設の整備となごや健康カレッジ」ということではありますが、先ず名古屋市の紹介から始めたいと思います。

明治22年に市制が施行されまして100年以上経っておりますが、平成18年4月1日現在で、人口2,212,029人となっております。この写真の建物は名古屋市役所本庁舎で、かなり古いものです。確か昭和8年の建設になっていると思います。次ですが、市のマーク、市の木がクスノキ、市の花がユリということになっています。そして姉妹友好都市ですがロサンゼルス市、メキシコ市、南京市、シドニー市およびトリノ市となっておりますが、先日、市長がトリノ市に行ってまいりまして、その近くに食の大学というのがありまして、名古屋市も食について積極的に取組みを進めていこうと言っております。

それから、名古屋市の観光ですが、まず有名なのが名古屋城、そして右側の図が金鯱です。名古屋城は戦災で焼けまして、復元しましたが、三大名城の1つとなっております。それから、名古屋港水族館、あまりご存じないかもしれませんが、メインプールが世界最大級であるということで、これもお見えになったときご覧になってください。それから名古屋国際会議場、これは平成元年に市制100年記念事業としまして、「世界デザイン博覧会」を開催しております。そのメイン会場になったところですが、現在は3,000名収容できる国際会議場として使用しております。

他にもいろんな観光がございますが、東山動物園は、北海道の旭山動物園に入園者数を抜かれてしまいました。東山動物園もかなり規模の大きい動物園でございます。

それと名古屋にはおいしいものがたくさんあります。代表的なのは「きしめん」ですけれども、「ひつまぶし」という、うなぎを細かくきざんでお茶をかけて食べるとか、いろんな食べ方ができるおいしいものがございます。「味噌煮込みうどん」とか「あんかけスパゲッティ」とかもございますので召し上がってみてください。

つづきまして、クオリティライフ21城北整備事業についての話に移らせていただきますが、名古屋市では今4つのプロジェクトを抱えておりまして、その1つが「クオリティライフ21」です。名古屋の北部に約5ヘクタールの以前国の研究施設があったところですが、そこが移転した関係で名古屋市がその敷地に、保健・医療・福祉の総合的エリアとして平成22年度完成を目指し今整備しているところです。この約5ヘクタールの中に、(1)西部医療センター中央病院(2)健康増進支援施設(3)重症心身障害児者施設(4)交流広場の4つの施設を整備いたします。また、これはクオリティライフ21城北全体構想の基本理念ですが、「いきいき」として暮らす市民にあふれる21世紀の生活の質の高い都市ということで進めてまいります。

そして、まちづくりの方向ですが、健康づくりを支援するまちということで、健康増進支援施設の詳細についてお話いたします。

健康増進支援施設には「健康たのシナム」、「なごや健康カレッジ」とありますが、「健康たのシナム」というのは、健康づくりを実際に施設の中で体験していただくもの、そして「なごや健康カレッジ」というのは、名古屋には今 16 の区がありますが、その全ての区において健康づくりの事業をしていこうというようなものです。そしてこの健康増進支援施設は健康づくりを進めていくための拠点ということになっております。

それで、これがクオリティライフ 21 の全体イメージ図になりますが、右下に志賀公園というのがあります。これが 5 ヘクタールございまして、その上がクオリティライフ 21 になりまして 5 ヘクタールになります。ということで全部で約 10 ヘクタールを総合的にこれから整備いたします。この志賀公園は既存の公園ですが、一体感を持たせるために今整備のほうに入っております。

次に、「クオリティライフ 21 城北」の健康増進支援施設の基本的な考え方ですが、市内 16 の区に名古屋市が作ったスポーツセンターがあります。それとプールですとかスタジオを完備したフィットネスクラブが約 80 あります。こうして市内に約 100 のスポーツ施設がございますから、プールだとかフィットネスクラブとかそういうものは健康増進支援施設の中にはあえて作りません。ではどうするのかというと、100 あるそういう施設や、生涯学習センターですとか、保健所、あるいは大学、そういった既存の資源を活用しながら、健康づくりを進めていこうと、あくまでもこの健康増進支援施設は「動機付け」を行う施設という位置づけになっております。ですから健康増進支援施設を中心にして健康づくりを進める、健康づくりを進める意志を持った方をスポーツ施設などに紹介していくというような橋渡しをしていこうと考えております。

この施設の目標になりますが、まず健康寿命の延伸、先ほど野田市長さんからもお話がございましたが、介護保険のお世話にならないようにというところを目指します。テーマにつきましては、多くの市民が科学的根拠の下に、楽しく継続して生活習慣を改善することで、科学的根拠の下にという部分では、今大学と一緒に健康増進支援施設の中で「健康カレッジ」ということで事業を展開しております。ですから大学の研究の中で効果的な部分を研究しているわけです。それから楽しく継続してということですが、運動習慣からでないとかこういった生活習慣病は改善しないということなので、継続できる仕組みを我々が支援していこうと取り組んでおります。

それと先ほど出てきました、なごや健康カレッジですけれども、これは各区で行います教室の内容と一連ですが、例えばここでは 12 回となっておりますが、だいたい 1 年生・2 年生と 2 年間を区切りとして行っております。それで、この中でプログラムを見ていただきますと、運動だけではなくて食育も入っておりますが、いろいろな文化的な講座も加えながら、運動に興味のない方にも参加していただけるということです。そして仕組みですけれども、右にありますように「運動継続の仕組み」ということを考えております。

まず、施設等に来ない日には、自宅できる個人にあったウォーキング等のプログラムの提供を行い実践していただきます。そして自宅で運動をしたことをなごや健康カレッジの受講時に報告していただきます。そして、2年間自宅での運動を続けられれば、運動に取り組む習慣が身につくであろうということと、また生きがい・仲間づくり、特にこういう人たちはなんのために運動するのだろうか、と生きがいを感じられなければ中々続かないということで、こういった文化的な講座を通して生きがいを見つけてもらい、仲間を作ってもらおうと、そしてこの教室を卒業した方は、この次に「なごや健康カレッジ大学院」というのがありますけれども、そこでリーダー養成研修を受けていただいて、各地区の指導者になっていただこうと考えております。

次に、2010年のイメージ図ですけれども、先ほど申し上げた、「なごや健康カレッジ」の本部、そして人材育成を行う、それから各区では健康カレッジの事業を進めていく、そして目標としましては各区100人から150人の受講生ということで5年後には合わせて約8,000人の受講生を見込んでいます。

次に健康カレッジの取り組みの例ですけれども、先ほどご紹介した教室型のほかに、広場・公園を利用した「地域密着型」、また「通信教育型」など中々足を運べない人もカバーする、また健康診査で要指導、要観察の方々の健康づくりも支援していきたいという取り組みになっております。

そして、今試行中ですが大学と連携して行っておりまして、平成18年度は名古屋大学・中京大学・名古屋市立大学・東海学園大学と、そして平成19年度は愛知学院大学、名古屋学院大学、これらは全て運動の学科があるところでして、こういった大学にご協力いただいて進めております。

活動場所としましては、先ほど申し上げました既存の施設を利用して行っていくつもりです。あとはこういった参加者の取り組みになっておりますので、お手持ちの資料のほうをご覧になっていただければと思います。この試行中の事業ですが、これからは来年度に向けて4区から8区に増やして、平成22年度には16の全ての区で健康づくりを進めていきたいと考えております。以上でございます。