

世界健康都市連合事務局長
東京医科歯科大学大学院医歯学総合研究科

中村桂子准教授による「講評及び講演の要旨」

中村准教授は、本大会の最後のまとめとして、
三つの事例発表

「健康長寿あいちの推進」

愛知県健康福祉部健康担当局健康対策課 課長補佐 稲葉明穂氏

「健康づくり推進員の活動」～3年間の歩み～

尾張旭市健康づくり推進委員会 会長 横井洋子氏

「ボランティア活動と健康づくり」

矢田川に親しむ会 代表 後藤光俊氏

について、WHOが提唱している「健康都市」の6つの考え方で整理して、講評及び講演を行った。その要旨は、次のとおりです。

1 健康を支える環境の必要性

- ・環境の整備は、行政の努力によるところが大きい。
- ・しかし、それには限界があり、行政を支える市民の力が重要
- ・ウォーキングができる環境として、矢田川を守っていく「矢田川に親しむ会」の活動は、非常に有意義である。
- ・「健康」は、日常生活において、当たり前のことであり、まるで空気や水のような存在である。
- ・したがって、意識し過ぎる必要はなく、自らが楽しみながら、健康を支える環境づくりに関わっている「矢田川に親しむ会」の活動は、素晴らしい。

2 パーソナルスキルの必要性

- ・実践できるか？続けられるか？が重要
- ・そのためには、楽しみながら健康づくりを行い、そして仲間を作ることが大切である。
- ・「健康づくり推進委員会」は、この両方を兼ね備え、筋力トレーニング、ウォーキング、笑いと健康などの様々な活動を、仲間を作って、実践しており、まさしくパーソナルスキルを身に付けている。

3 地域に密着した活動を持続することの必要性

- ・2つの会ともに、地域のことをよく知っているメンバーの皆さんが、各地域の公民館などを対象としたエリアや矢田川という、あまり大きくない比較的小規模な範囲で活動している。

- ・このことは、地域に密着した活動を持続する上で、非常に重要
- ・地域に関する情報を多く持って地域密着で活動されている会は、ほかに「食生活改善協議会」がある。

4 評価や数値目標を設定することの必要性

- ・「健康」は、日常生活の中で、当たり前過ぎて、病気になった時に、やっと「健康」である意義を感じることができる。また、因果関係が複雑で、結果にすぐには、結びつかない。
- ・成果を検証するためには、長い期間を必要とする。
- ・したがって、成果や評価の数値目標を、身近なものや日常生活の中から抽出できるものを設定するとよい。
例えば、ウォーキングへの参加率
健康づくり事業への参加率
川辺の昆虫の数 など

5 開発の必要性

- ・産業は、健康づくりの根幹である。
- ・これからは、環境に配慮した産業が重要

6 ネットワークの必要性

- ・ボランティア活動には、ネットワークが重要
- ・市民、ボランティアグループ、市のネットワークが大切
- ・人と人とのネットワークそして、都市と都市とのネットワークへの広がり
- ・このネットワークこそが、「健康都市連合」である。
- ・WHOにおいて、様々なプロジェクトが淘汰されていく中で、また、国ごとに、「健康」に対する環境、認識や医療現場の状況に違いや差があるにも関わらず、なぜ20年もの長い間、「健康都市」が続いているのか？
- ・これは、都市と都市によるネットワークである「健康都市連合」を通じて、お互いにアイデアを共有しあうことができるメリットの力に負うところが大きいと思う。
- ・この健康都市連合というネットワークを、更に発展していくために、2008年10月に、健康都市連合の世界大会を、千葉県市川市で開催する。