

	高知県 須崎市  市章	データ) 令和7年4月30日現在 人口: 19,058人 世帯数: 10,406世帯 面積: 135.44 km² 市の木: サクラ 市の花: ヤマザクラ 市の鳥: カワセミ 担当部署: 健康推進課 連絡先: TEL 0889-42-1280 FAX 0889-42-1245
---	---	---

須崎市の紹介

須崎市は高知県の中西部に位置し、岡山、香川方面から高知自動車道を南下すると、太平洋に最初に出会える海・山・川の自然に培われた街です。豊かな自然のもと、海産物・農産物に恵まれ、「みょうが」は全国で圧倒的なシェアを誇ります。また、B級グルメ「鍋焼きラーメン」やゆるキャラグランプリ2016年で全国1位となった「しんじょう君」が有名です。



また、当市では、雇用の創出や交流人口の拡大を目的に、産・官・学・金融が連携し、JR須崎駅周辺の中心市街地を「海のまち」として位置づけ、2026年までに魚市場や海のまち図書館などを整備する「海のまちプロジェクト」を推進しています。

この「海のまちプロジェクト」は、かつて海洋都市として栄えた須崎が秘めるポテンシャルや歴史的価値に光を当て、新しい風を取り込みながら、地域社会の輝く未来を創造するチャレンジです。雇用の創出や交流人口の拡大を目指し、産・官・学・民が連携して取り組んでいます。

わいわい！ガヤガヤ 健康井戸端会議

当市には昭和56年8月に発足した須崎市健康づくり推進協議会があり、正しい食生活の普及や啓発活動を目的とする食生活改善部会（28名）と、健診の受診勧奨、各地区で胸部検診時の協力、ウォーキングや体操などの運動普及活動を中心とする健康づくり部会（36名）が、それぞれ一年をとおして活動しています。その取組みの一つとして地域や職場で世代を超えて健康を高めるために話し合う「健康井戸端会議」を行っています。健康井戸端会議では、ヘルス・プロモーションの理念をベースに、本市の地域特性に合わせた健康づくりを推進するため、「家庭・地域・学校・職場・行政が共通の目標を持って健康づくりに取り組む」ことをボランティアと一緒に、「ワイワイガヤガヤ」と話し合い、ウォーキングイベントや地域での取組みのアイデアを出し合っています。

住民主体の健康づくりイベントの開催

～健康井戸端会議の取組みを活かして～



【市民とともに進める地域の健康づくり】

各地区で行う健康井戸端会議では、健康づくり推進委員の皆さんとともに、各地区の健康課題を話し合い、地域の健康づくりの仲間を増やす取り組みを行っています。昨年度は、推進委員が中心となり、各地区で公民館や近所の人などを巻き込んだ取り組みを行いました。推進委員が、「モルック活動と公民館にあるピザ窯を使ったイベントをしたい。」と希望した地域では、育児相談も同日に開催し、モルックの体験や石焼窯でピザづくりを通して交流を深めました。多世代で交流することで、地域で顔の見える関係づくりに繋がっています。



他の地区でも、ウォーキング教室、地区の名所めぐり、体組成分析装置での健康チェック、公民館とも協働した受診勧奨など地域の特色に合わせた企画として広がっています。健康増進計画第4期計画に基づき、これからも、市民の方とともに自然と健康づくりに取り組みそれを支援するための環境づくりをすすめていきます。