

くさつ健幸ガイドブック～草津市健幸都市づくり基本方針～（案）に関する  
パブリックコメントの実施結果について

**実施結果**

- 1 実施期間 令和4年12月23日（金）から令和5年1月23日（月）まで
- 2 意見者数 1人
- 3 意見総数 9件（意見の内容および意見に対する市の考え方は別添のとおり）
- 4 意見の反映件数 5件

**周知方法**

広報媒体	実績
基本方針案(本編)の配架	配架場所（閲覧者数） <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康福祉政策課 ( 0人)</li> <li>・情報公開室 ( 0人)</li> <li>・草津市立図書館 ( 0人)</li> <li>・南草津図書館 ( 0人)</li> </ul> その他の配架場所 <ul style="list-style-type: none"> <li>・草津市社会福祉協議会 ( 0人)</li> </ul>
資料送付	送付数： 0件（団体0件、個人0件）
個別説明	説明数： 0件
市ホームページ	アクセス数：53件（1月24日確認）
広報紙	12月1日号
資料提供	12月21日付け
その他（ ）	

概要版のみ掲示施設

- ・各地域まちづくりセンター（14箇所）
- ・アーバンデザインセンターびわこ・くさつ
- ・草津市立図書館
- ・各隣保館（4箇所）
- ・市民総合交流センター
- ・南草津図書館

**結果公表**

- ・市ホームページ 3月1日から
  - ・広報紙 3月1日号
  - ・資料配架 3月1日～8月31日（予定）
- 配架場所 ・健康福祉政策課 ・情報公開室 ・草津市立図書館  
 ・南草津図書館 ・草津市社会福祉協議会

No	意見 (ページ数)	市の考え方
1	<p>(P 3)</p> <p>上段の市の回答について、「市民の皆さまには自分の健幸づくりをしていただき、行政としては市民の皆さまの健幸づくりをサポートする仕組みづくりや住みやすいまちづくりをすることが必要だと考えています。草津市において、更なる少子高齢化や人口減少を迎えることとなりますが、環境の変化に十分対応できるまちづくりを行っていきます。」としてはどうか。</p>	<p>前半部分の健幸都市を実現するために、市は何をするのかについては、次の4頁の上段の市の回答において、同様の内容を記載しておりますことから、現行表記のままいたします。</p> <p>後半部分につきましては、ご指摘の点を踏まえ、「～(略)～更なる少子高齢化や人口減少を迎えることとなりますが、そうした環境の変化に柔軟に対応していくためには、市民の皆さまに～(略)」に表記を変更いたしました。</p>
2	<p>(P 4)</p> <p>下段の市の回答について、「まずは、健幸という言葉と草津市が健幸都市を目指していることを知っていただきたい。次に健幸になるためにできることは何かを考え、できることから行動に移してほしい。そして家族や仲間と健幸について話し合ってもらえたらと思っています。健幸になるために行動する具体的な例は10～17頁にまとめています。」としてはどうか。</p>	<p>前半部分の市民の皆さまに「健幸という言葉や草津市が健幸都市づくりに取り組んでいることを知っていただくこと」は、市として大変重要な点であると認識しておりますが、ここでの文脈においては、そこを知ってもらった上で皆さまにお願いしたい取組の方向性を記載しておりますことから、現行表記のままいたします。</p> <p>後半部分につきましては、ご指摘の点を踏まえ、「～(略)考えること、また、身近な人と「健幸」について話し合うことから始めて欲しいです。～(略)～」に表記を変更いたしました。</p>
3	<p>(P 10)</p> <p>「②歩くこと・運動」を、「②体を動かすこと(日常の生活活動、運動等)」に変更してはどうか。</p>	<p>市といたしましては、身体活動の中でも、特に無理なく気軽に行うことのできる歩くこと(ウォーキング)を重点的に実践(習慣化)していただきたいと考えておりますことから、当該項目は現行表記のままいたします。</p>

No	意見 (ページ数)	市の考え方
4	<p>(P 10)</p> <p>「②歩くこと・運動」のあなたへのメッセージに、「体を動かすことの効果を知り、スキマ時間も利用しましょう。」「座りすぎのリスクを知り、60分に1回は体を動かす習慣にしましょう。」を追記してはどうか。</p>	<p>上記3のとおり、市といたしましては、ここでは特に歩くこと(ウォーキング)の健幸上の効果を伝えたいと考えておりますことから、現行表記のままいたします。</p>
5	<p>(P 10)</p> <p>「③休養・こころの健康づくり」を、「③睡眠・休養・こころの健康づくり」に変更してはどうか。</p>	<p>睡眠は休養の方法の一つであり、健康増進の取組を推進するための関連計画「健康くさつ21(第2次)」においても、同じ表記としておりますことから、現行表記のままいたします。</p>
6	<p>(P 10)</p> <p>「③休養・こころの健康づくり」のあなたへのメッセージに、「睡眠前の飲食やパソコン・スマホを控えて質のよい睡眠を確保する。」を追記してはどうか。</p>	<p>ご指摘の点を踏まえ、メッセージに睡眠に関する表記を追加しました。</p>
7	<p>(P 31)</p> <p>座りすぎをなくして病気のリスクを防ぐため、以下のクイズを第8問として追加してはどうか。</p> <p>Q:日本人は世界一座りすぎる国民である。」</p> <p>A 答えは…○</p> <p>座りすぎは血流を悪くし、代謝機能の低下、腰、肩、首に負担がかかります。座りすぎは肥満、高血圧、糖尿病などの病気の座りすぎは肥満、高血圧、糖尿病などの病気の原因になります。60分に1回は体を動かすとよいといわれています。</p>	<p>紙面の頁数の都合上、ご提案の内容の追加はできかねますので、ご理解賜りますようお願いいたします。</p> <p>なお、いただいた内容(長く座ることのリスク)については、今後の啓発活動の中において、周知してまいります。</p>

No	意見（ページ数）	市の考え方
8	<p>（P 3 3）</p> <p>「バランスの取れた食事」に対する説明文を、「糖質、タンパク質、脂質、ビタミン、ミネラル等バランスよく栄養をとりましょう。」に変更してはどうか。</p>	<p>ご指摘の点を踏まえ、表記を変更いたしました。</p>
9	<p>（P 3 3）</p> <p>3つのポイントに加えて、「④ストレス対策 体を動かすことが、ひとつの対策になります。」を追記してはどうか。</p>	<p>ストレスにより、自律神経のバランスが乱れ、免疫力にも影響を及ぼすことが考えられることから、ご指摘の点を踏まえ、「④ストレスへの対処 気分転換やリラックスでストレスを解消しましょう。」を追記しました。</p>

▼原案への反映について

パブリックコメント実施結果を踏まえ、必要なものについて原案への修正を行います。