

課題

◆ 健康啓発について、健康無関心層が自身の健康について考えるきっかけづくりが必要

市民の野菜摂取量の増加や健康意識の向上を目的に、健康イベントでの啓発や「食と運動プロジェクト」(令和4年度～)等、健康に関心のない方にも幅広く啓発をしているところですが、健康無関心層へのアプローチが難しい現状です。

健康に関心のない方が、自身の健康について考える機会を持ち、生活習慣を改善するきっかけづくりを検討する必要があります。

近年の研究で、『生涯にわたって芸術が「病気の予防と健康増進」等に大きな役割を果たす』など、**「文化」が健康に与える効果**が言及されています。

・生涯にわたって芸術が「病気の予防と健康増進」等に大きな役割を果たす。
(「健康とウェルビーイングの向上における芸術の役割に関するエビデンスは何か」(WHO 2019年))
・『文化芸術の鑑賞状況の変化による「幸せの増減」』では、「文化芸術を直接鑑賞する頻度が増加した」と回答した人のうち、約6割が「幸せが増えた」と回答。一方、「直接鑑賞する頻度が減少した」と回答した人のうち、約4割が「幸せが減った」と回答。(文化庁「文化に関する世論調査 報告書」令和5年3月)

「文化」とは、文化、音楽、美術、写真、書、演劇、舞踊、デザイン、メディア芸術、その他の芸能、伝統芸能および芸能、文化財、衣食住に関わる生活文化、地域固有の伝統工芸をいう。
(草津市文化振興条例 第2条)

健康に関心がない人も、**文化の活動を通じて、自然と歩いたり、見たり、聞いたりすることで、人や地域とつながり、心身の健康増進に資することができる**と期待されます。

第3次健康くさつ21においては、「健康を支えるための地域の絆による社会づくり」に取り組んでおり、地域行事や、サークル活動など文化芸術を含めたさまざまな活動への参加が、多世代交流や社会参加、そして活躍できる機会を持つことにつながるなど、心身の健康に良い影響を与えていると考えています。

そこで、「健康」と「文化」を融合させ、からだの健康とこころの健康の両方にアプローチすることで、誰もが生きがいをもち健やかで幸せに暮らせる健幸都市の実現に向けた取組を考えています。

先進事例

・「伝統芸能において健康に良いと考える所作・技法の研究」
伝統芸能の所作・技法は、健康維持に有益である。
(武蔵野大学)

・「大学や博物館と音楽を活用した健康増進プログラム」
熊本県上益城郡御船町(かみましきぐんみふねまち)の博物館や鹿児島市の美術館を活用し、展示資料によるイメージを基に、楽器を用いて「音・音楽に包まれる空間」を作り、その響きを共有するミュージック・アクティビティを体験できるプログラム

文化に着目した当市の事業

・「草津市民歌にあわせた体操の開発
(はつらつ体操)」

市民歌

体操

・「史跡を巡るウォーキングラリー」
(BIWATEKU)

史跡

ウォーキングラリー

御意見をいただきたいこと

- 皆さんが実践されている取組で、「健康」と「文化」が合わさったような取組はありますか？
- 「健康」と「文化」を結び付けて、どんなことができるでしょうか？
- 「こんなのがあったら良いな」「これだったら健康に関心のない方も興味を持ってもらえそう！」と思う『健康×○○』の取組を教えてください。