

令和2年度健幸都市づくり推進チーム 提案概要



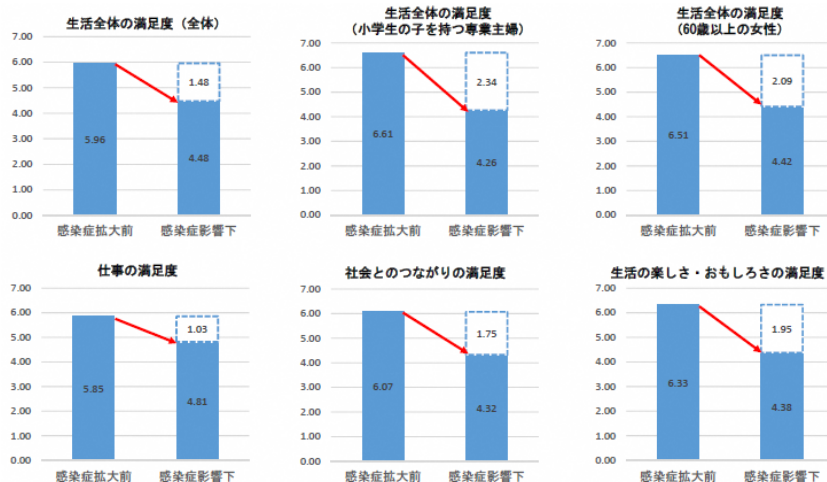
「健幸都市づくり推進チーム」は、健幸都市づくりを「市の総合政策」として推進するため、将来を見据えた健幸都市づくりに係る施策の企画・立案を行うとともに、全庁的に職員への意識共有を図ることを目的に、部局横断的に設置されたチームです。

今年度は、新型コロナウイルス感染症への対応が長期化するなかで、新しい生活様式をふまえた「コロナに負けない健幸都市づくり」をテーマに「令和2年度健幸都市くさつの実現に向けた提案書」をまとめました。

新型コロナウイルスを契機に生じた変化

- 社会参加の制限による**ストレス・不安の増加**(うつ傾向)、**認知機能の低下**。
- 自宅における**食事頻度の増加**や、**健康への意識の高まり**。
- 密を避けた**テイクアウトの利用増加**。
- 社会とのつながりや生活の楽しさの減少など、**生活満足度の低下**。

「全く満足していない」を0点、「非常に満足している」を10点とすると、コロナ拡大前後で、それぞれ何点くらいになるか。



(出典)「新型コロナウイルス感染症の影響下における生活意識・行動に関する調査」(令和2年6月21日内閣府政策統括官(经济社会システム担当))

提案内容

- 新しい生活様式をふまえた**密にならない交流機会の創出**が必要。

⇒くさつ健幸ステーションの拡大

- 自炊の習慣がない人でも**家庭で簡単に栄養バランスのとれた料理ができるようなサポート**が必要。

⇒コロナ禍に負けないくさつレシピの作成

- 野菜の摂取量を増加させることで、**栄養バランスが良く、免疫力を高めるような食事を手軽に購入できる場所**が必要。

⇒健康志向を意識したメニューを提供する場所づくり

- コロナ禍の今だからこそ、一人ひとりが「**生きがい**をもち、**健やか**で**幸せ**であること」の意識づけが必要。

⇒健幸都市くさつの発信

令和2年度健幸都市づくり推進チーム 提案概要



■草津市健幸都市基本計画と令和2年度提案内容との関係

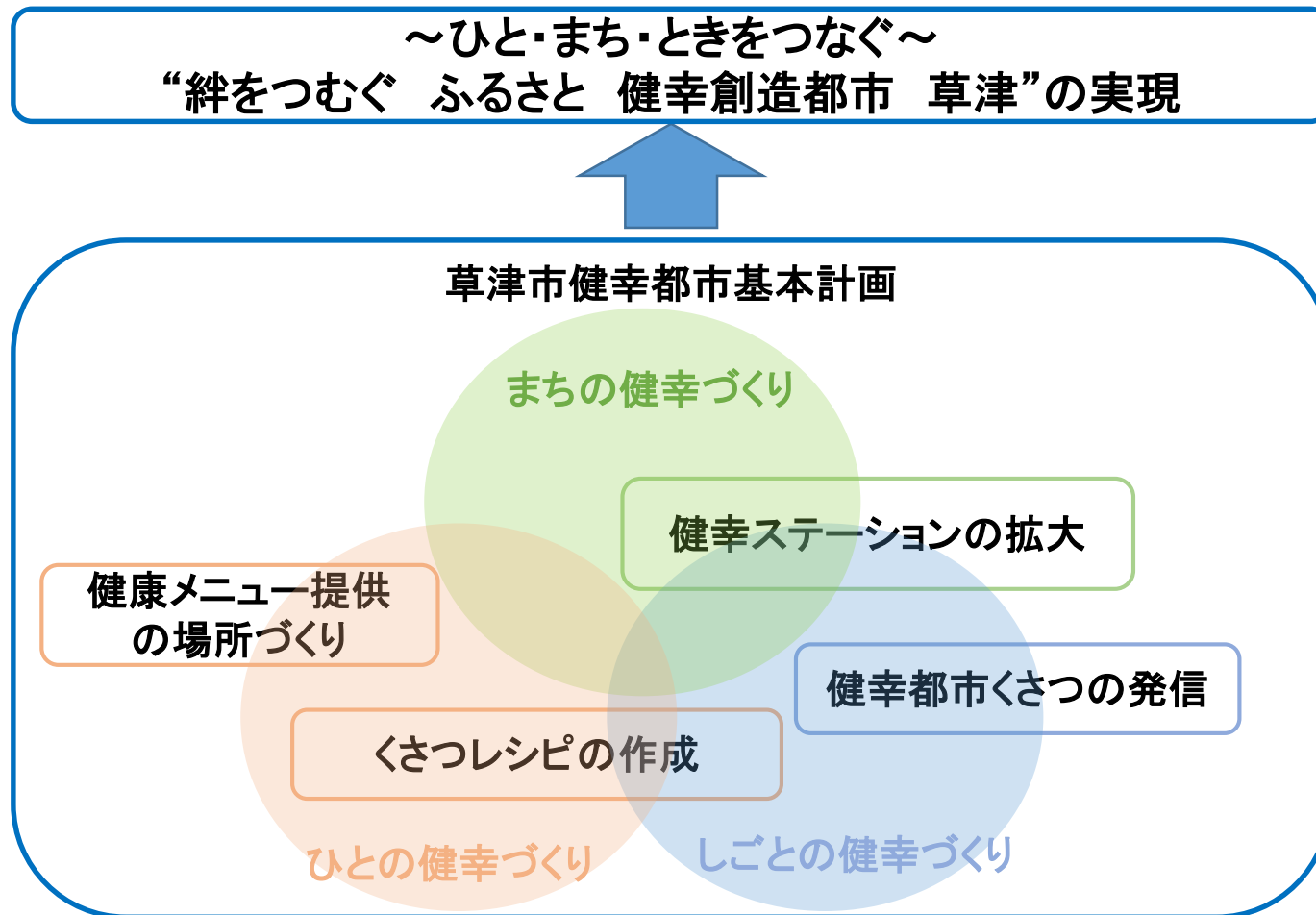
各提案内容が、健幸都市基本計画とどのように関連しているかを示します。(◎:高い相関あり、○:相関あり)

健幸都市基本計画(計画上の課題・方向性)		健幸ステーションの拡大	くさつマップの作成	健康メニュー提供の場所づくり	健幸都市くさつの発信
まち	<p>◎基本方針1「まちの健幸づくり」</p> <p>○基本施策2 交流機会や健康拠点の充実：(1)交流機会の充実 【課題】様々な施設を活用し、交流拠点を増やす。 【方向性】出かける機会や交流機会の増加を図るため、(中略)様々なイベントの開催等を行うとともに、優れた景観を探すまちあるき(中略)の活用も引き続き進めます。</p>	◎			
ひと	<p>◎基本方針2「ひとの健幸づくり」</p> <p>○基本施策2 個人の健康づくりの推進：(2)全世代に共通した健康づくり 【課題】食事の大切さや野菜の摂取の啓発に取り組む。 【方向性】誰もが健康で長生きであるよう、(中略)食事や住環境など、健康に関する意識が高まるきっかけとなるような普及・啓発に市内企業や飲食店等と連携します。</p>		◎	◎	
グラフ	<p>◎基本方針3「しごとの健幸づくり」</p> <p>○基本施策2 大学・企業等との連携：(2)健康に関する情報提供 【課題】健康づくりは、日ごろからの意識づけが大切であることから、定期的・効果的な広報活動を行う。積極的に行動しないと情報が得られない状態ではなく、日常の何気ない場面で健康づくりを意識できるような環境づくりを行う。 【方向性】各種媒体を用いた積極的な広報活動を更に進め、(中略)積極的な情報発信に取り組みます。</p>	○	○		◎



■全体像

第6次総合計画においては、“住よさ”を維持しながら、誰もが生きがいを持ち、健やかで幸せを感じられるまちであるために、“ひと・まち・とき”の“つながり”を大切にしながら、未来を一步ずつ切り拓いていく思いを込め、将来のまちの姿に**健幸創造都市**が位置付けられる予定です。草津市がめざす将来ビジョンの実現に向けた取組の全体像を示します。



「まちの健幸づくり」に関する提案



くさつ健幸ステーションの拡大

自らの健康状態や健幸情報について知りつつ、交流を図りながら健幸づくりを進めていくことができる拠点(くさつ健幸ステーション)については、更なる市の施設への拡大と併せて、民間施設にも拡大していきます。

また、密にならないかたちで利用者同士が情報交換をできるような工夫(※1)をし、交流機会を増加させ、コロナ禍におけるストレス・不安の増加や、認知機能の低下等を防ぎます。

(1) 市の施設への拡大

新たに市民総合交流センターや社会体育施設へ拡大します。市民交流センターは、老朽化が著しい近隣の公共施設を集積し、子育て支援のための空間などの機能も加わり、多くの方が利用しやすい複合施設となることから、新たに健幸ステーションを設置します。

また、社会体育施設は、既存の健康測定機器等を活用した健幸ステーションとするとともに、過年度に作成した「たび丸健幸体操」を放映し、交流機会の増加と併せて、運動不足の解消と「健幸都市くさつ」の啓発についても行います。

(2) 民間施設への拡大

くさつ健幸ステーションの対象は、「市内の公共施設および民間施設で、不特定多数の方が利用できる施設」ではあるものの、これまでのところ市の施設しか登録ができていない状況です。より一層健幸都市づくりの輪を広げ、市民の交流の場を増やすため、くさつ健幸ステーションの拡大へむけ、市内商業施設等へ働きかけを行います。

また、くさつ健幸ステーションを利用することで、くさつ健幸ポイントや民間施設のポイントが付与されるなど、利用したくなる仕組みづくりを検討していきます。

○健幸ステーションの設置状況

- R1: 市民サロン、ロクハ荘、なごみの郷
- R2: 各地域まちづくりセンター

(※1) 密にならない利用者同士の情報交換



「健康のために実践していること」や「目標」をステーションに設置したホワイトボード等に記入。

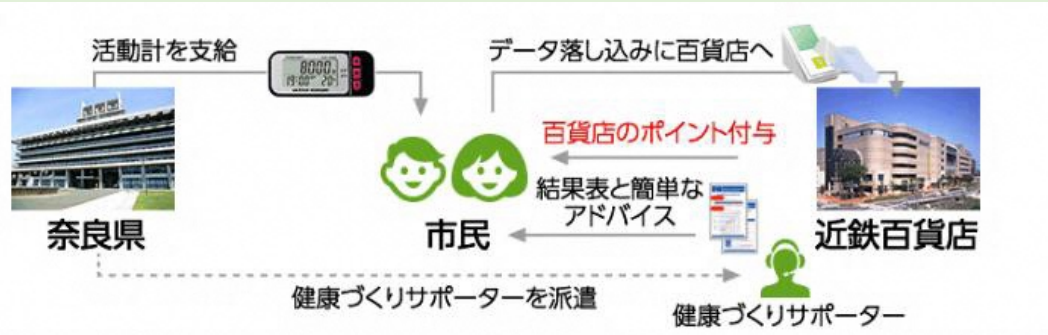


ホワイトボード等を通じて、他の利用者の頑張りに励まされたり、健康づくりのヒントをもらう。

みんな頑張ってるたび!



「目標」を達成したときにもホワイトボード等に記入。人との繋がりがつくり、楽しみながら取り組めるように!



↑ 近鉄百貨店内のステーション(奈良県)

「ひとの健幸づくり」に関する提案



コロナ禍に負けないくさつレシピの作成

コロナ禍を契機として、自宅における食事頻度の増加や、健康に対する意識の高まりがある中で、これまで自炊の習慣がなかった人でも簡単に栄養バランスのとれた料理が作れるよう、栄養士会等と連携してレシピを作成します。

市クックパッド公式キッチン「草津・たび丸Kitchen」でそのレシピを公開することに加えて、料理教室の開催や、市内のホテルやレストランでのメニュー化、ラジオやSNS等での情報発信へ発展させるよう検討します。



←滋賀県栄養士会考案レシピ『お豆腐ピカタ』
木綿豆腐は、植物性のたんぱく質やカルシウム、鉄分を豊富に含むのでおすすめ。
(草津・たび丸Kitchenより)

健康志向を意識したメニューを提供する場所づくり

草津市の成人1人1日当たりの野菜摂取量は、国・県と比較して少なく、生活習慣病の予防だけでなく、新型コロナウイルス対策等に課題があります。

体の調子を整え、免疫力を高めるため、家庭だけではなく、職場や外出先等でも栄養バランスのとれた食事を採ることができるよう、市の施設等を利用して、野菜をはじめとした健康志向を意識したメニューを提供する場所を創出します。

- 想定する事業者 市役所のお弁当やパンの販売事業者、ベジランチ事業者、観光物産協会会員 など
- 想定する場所 市庁舎、市内の公園 など



个庁舎内に設置したキッチンカー(さいたま市)

上記2つの取組に加えて、草津市には近畿最大規模の野菜のハウス団地があり、水菜や大根、ほうれん草、小松菜等、栄養があり、魅力あふれる農産物が多くあることから、地元産食材を活用したメニューの開発や事業者のもとに地元産食材を運ぶ仕組み等を検討し、地産地消の推進に繋げることを目指します。



「しごとの健幸づくり」に関する提案



健幸都市くさつの発信

健幸都市基本計画では、積極的に行動しないと情報が得られない状態ではなく、日常の何気ない場面で健康づくりを意識できるような環境づくりを行うことを課題としています。

また、コロナ禍の今だからこそ、市民一人ひとりが「生きがいもち、健やかで幸せであること」をより一層意識して、健康づくりに取り組む必要があることから、以下のとおり市内外へ向けて健幸都市くさつを発信します。

(1) 健幸都市くさつの横断幕の設置

多くの人が集まる市内の商業施設や大学、また多くの人が行きかう名神高速道路の陸橋等に横断幕を設置し、広く「健幸都市くさつ」をアピールします。

○想定する設置場所

- ・市内商業施設、大学、病院
- ・名神高速道路の陸橋(草津PA下り、かがやき通り、立命館大学前) など

★名神高速道路の交通量(1日あたり)
栗東市・草津市境～草津JCT 78,803台
草津JCT～草津市・大津市境 122,362台
(平成27年度全国道路・街路交通情勢調査)



↑設置イメージ
東名高速の横断幕(神奈川県綾瀬市)

★名神高速道路にまたがる市道



↑草津PA下り



↑かがやき通り



↑立命館大学前

(2) 公用車用の啓発マグネットシートの作成

公用車が広告塔となって市内を駆け巡り、何気ない日常のなかで市民が「健幸都市くさつ」を意識することができること、また、「移動」と「啓発」を併せてできることから、公用車用の啓発マグネットシートを作成します。



【参考】健幸都市づくり推進チームの活動紹介



推進チームの活動(平成30年度～)

推進チームの提案から生まれ、かたちとなった取組です。

○歩きたくなるポスター掲示やデジタルサイネージ

思わず歩きたくなるようなポスターの掲示や、市民課やイオンモールのデジタルサイネージを利用して健幸都市くさつの啓発を行いました。



○草津・たび丸kitchenを活用したレシピの充実

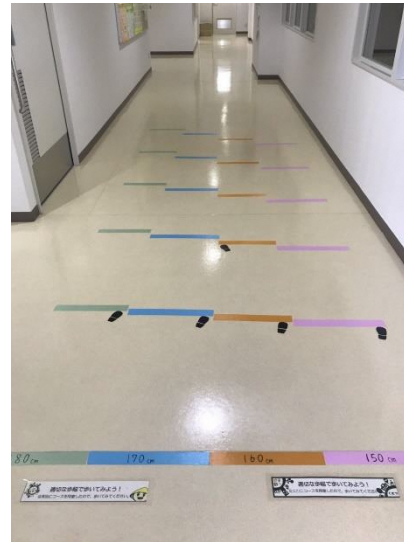
野菜摂取の習慣化や地産地消の推進につながるようなレシピの考案を立命館大学食マネジメント学部等と連携して行っています。



○市役所における健幸づくりのための環境整備

適切な歩幅で歩くことは、よりその運動効果を高めることができることから、日常的に歩幅を意識して歩くことができる仕組みづくりとして、市役所の廊下に身長別の歩幅を表示します。(令和2年度発注準備中)

庁舎2階と4階の廊下への設置を予定しています。



↑設置イメージ

○くさつ健幸ステーションの整備

自らの健康状態や健幸情報について知りつつ、交流を図りながら健幸づくりを進めていくことができる拠点として、くさつ健幸ステーションを整備しました。

血圧計や体重計等の健康測定機器が設置されているほか、健幸関連情報を発信するチラシ等を設置しています。(その他に「健康増進機器の設置」、「市民活動や交流の場の提供」、「健幸相談員の配置」についても任意要件にあり)

令和元年度に市民サロンからスタートし、ロクハ荘、なごみの郷へと拡大、令和2年度には各地域まちづくりセンターへも拡大しました。



【参考】健幸都市づくり推進チームの活動紹介



推進チームの活動(平成30年度～)

提案内容の検討以外にも、推進チーム員の健幸への意識の醸成を図るため、様々な取組を実施しています！

○歩数対決

チーム員同士で健康推進アプリ「BIWA-TEKU」の歩数を集計し、楽しく競い合い、健康づくりを行いました。

○たび丸体操の動画作成

たび丸体操のDVD化を企画し、動画を作成しました。



○先進地の市職員との交流

蒲郡市の健康づくりのプロジェクトチームと情報交換会を開催しました。(H30.5.28、R1.7.9)



○昼食の写真の共有

自らの食事の栄養バランスを意識するため、チーム員同士で昼食の写真を共有しました。



○朝活プログラム

推進チーム員だけにとどまらず、広く庁内に参加職員を募集し、職員同士が交流しながら朝食を食べ、朝食欠食改善率や仕事の生産性の向上を図りました。



○健康推進アプリ「BIWA-TEKU」のスタンプリーカーを設定

歩いて健康になりながら防災意識を高めてもらうことを目的として、6中学校区ごとの避難所をめぐるコースを設定します。

令和2年4～6月は「老上、老上西学区編」、7～9月は「山田・笠縫学区編」の知って安心！防災さんぽコースを設定しました。

今後も新たなコースの検討を進めていきます。



【参考】健幸都市づくり推進チームの活動紹介



継続検討事項

下記事項について、引き続き検討を行う。

○市職員が参加できるリモートでのイベントの企画

職員自身が健幸づくりを進め、健幸の視点を持てるよう、職員が参加できるリモートでのイベントを企画・検討します。

○(仮称)私の健幸都市宣言コンテストの企画

自身の健幸づくりの取組についての宣言を広く募集し、広く市民が参加できるコンテストを企画・検討します。

○先進地職員とのリモート交流

コロナ禍における健幸づくりの情報交換のため、WEB会議システム等を利用して交流を図ります。

○教育委員会と連携した地産地消などの取組

児童・生徒やその保護者を対象として地産地消や健幸都市づくりについて知る機会の創出を検討します。

令和2年度推進チーム名簿

◎リーダー、○サブリーダー

	氏名	職区分		所属
1	◎三田村 純	土木技師	建設部	プール整備事業推進室
2	○湯浅 圭太	事務	総合政策部	広報課
3	○梅原 亮平	事務	環境経済部	農林水産課
4	西村 礼加	事務	総務部	総務課
5	能政 大介	事務	まちづくり協働部	まちづくり協働課
6	河上 大樹	事務	環境経済部	商工観光労政課
7	中西 稔	事務	健康福祉部	長寿いきがい課
8	岡田 麻衣	事務	健康福祉部	介護保険課
9	原田 秋澄	保健師	子ども未来部	子育て相談センター
10	山本 一真	事務	都市計画部	都市計画課
11	清水 愛紀	土木技師	上下水道部	上下水道施設課
12	山本 和樹	事務	教育委員会	学校給食センター