

## 健幸都市づくり推進チームについて

- 健幸都市づくりを「市の総合政策」として推進していくため、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として、部局横断的な常設的なチームを平成30年4月に設置(若手職員を中心とした庁内各分野の12名で構成)。
- 設置後、健幸都市づくりの先進地への視察・交流を含め、これまで計6回の会議を開催してきた。



## 平成30年度における提案概要

設置初年度である今年度は、主に**(1)「歩く」** **(2)「食べる」** **(3)「まちづくり」**という「健幸」を連想しやすい3つのテーマに絞り、来年度から実施すべき取組から引き続き検討すべき事項まで、幅広く議論を行い、その結果を「平成30年度健幸都市づくりの推進に関する提案書」としてまとめた。提案の概要は以下のとおり。(今年度のコンセプトは、「はじめよう 市民丸ごと健幸づくり」)

チーム名	(1)歩く	(2)食べる	(3)まちづくり
1. 今後実施すべき取組提案	<p>①<b>楽しく歩ける路面標示の設置(平成31年度以降実施)</b> 駅周辺等に主要施設等の目的地までの距離や消費カロリー等を示した路面標示を設置</p> <p>②<b>歩きたくなるポスター掲示やデジタルサイネージの表示(平成31年度実施)</b> 駅前に「歩く」ことを選択してしまうインパクトのあるポスター・横断幕の掲示やデジタルサイネージの表示等を実施</p>	<p>○<b>「草津・たび丸kitchen」を活用したレシピ動画の作成(平成31年度実施)</b> 「草津・たび丸kitchen」に掲載しているレシピの動画を制作し、その動画をYoutubeや駅前のデジタルサイネージ等で放映</p>	<p>○<b>健幸ステーション(仮)の整備(平成31年度実施)</b> 以下の施設を利用し、住む人も訪れる人も健幸になれる身近な拠点を整備</p> <p>①市役所(サロン) ②ロクハ荘・なごみの郷 ③道の駅草津</p>
2. 引き続き検討する取組	くさつバルでのスタンプラリーの実施、街中を歩いて楽しめるコンサートイベント等の開催 等	40代を中心にターゲットとした食の啓発冊子の作成 等	健幸ステーション(仮)の拡充、健幸都市が実感できるイメージ映像の企画 等 <sub>1</sub>



## ●「歩く」グループの基本的な考え方

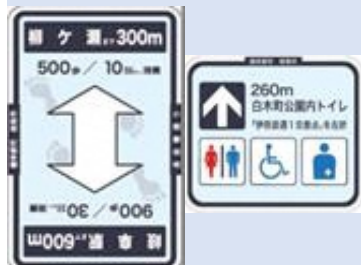
草津市健幸都市基本計画では、基本施策に「出かけたくなるまちづくり」「（１）歩いて暮らせるまちづくり」を掲げており、多くの人に歩くことの重要性を知ってもらい、日々の生活の中で歩く習慣を身に付けてもらう必要がある。このため、中心市街地活性化事業等と連携し、**人が歩き、まちが賑わい、健幸をもたらすための取組**を推進すべきである。

### 1. 今後実施すべき取組

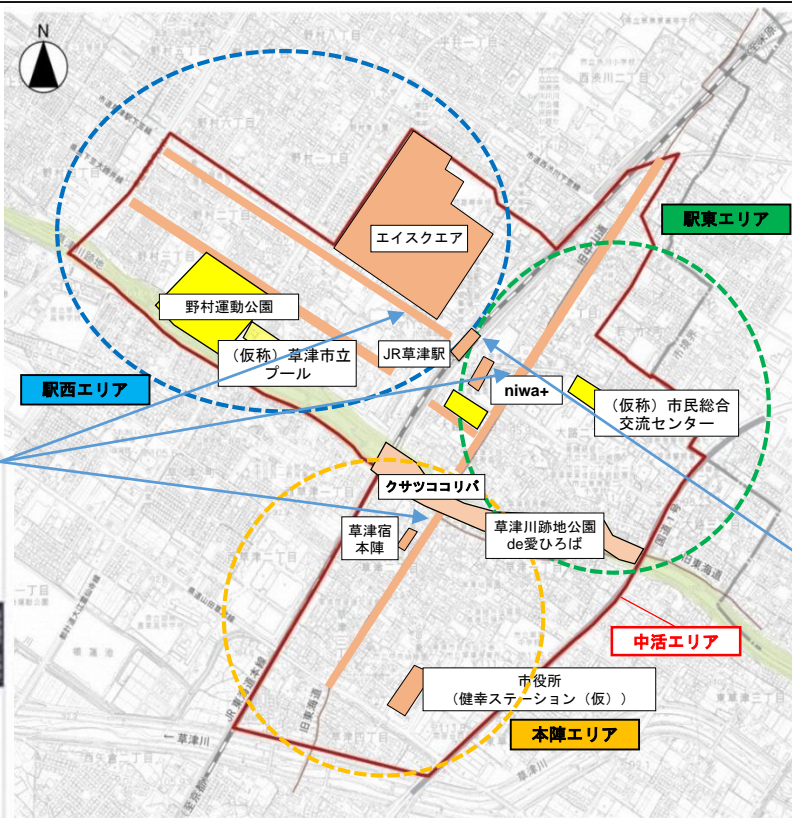
#### ①楽しく歩ける路面標示の設置(平成31年度以降実施)

思わず歩きたくなる道、楽しく歩ける道の整備として、駅周辺等に主要施設等の目的地までの距離や消費カロリー等を示した路面標示を設置し、街中を楽しく歩いてもらうとともに、中心市街地の回遊性を高める。また、まちの賑わい創出にも寄与する。

※まちづくりグループ提案の「健幸ステーション(仮)」とも連携を図る。



(路面標示の例(岐阜市))



#### ②歩きたくなるポスター掲示やデジタルサイネージの表示(平成31年度実施)

駅からの近距離移動にタクシーやバスを利用している方が思わず「歩く」ことを選択してしまうインパクトのあるポスター・横断幕の掲示やデジタルサイネージの表示等を、駅前やデッキで行う。徒歩移動を選択してもらい、歩く習慣の定着や生活習慣病の予防につなげ、草津に住む人も訪れる人も健幸になってもらう。

また、「健幸都市くさつ」の啓発も併せて進める。



(横断幕の例(多摩市))

### 2. 引き続き検討する取組

- ①「くさつバル」との連携・・・毎年実施する「くさつバル」において、参加する店舗を栄養バランス良く歩いて巡ってもらえるようなスタンプラリーを実施。
- ②文化振興との連携・・・通勤通学路となる駅前等中心市街地でアーティストによるコンサートイベント等を催し、歩きながら音楽等の文化に触れてもらう。
- ③草津市役所 1t減量プロジェクト(仮)・・・草津市職員の健幸づくりとして、職員同士5人程度のチームを組み、ピワテクアプリを活用し歩数集計を行い、チーム対抗で競う。「歩く」ことを通じて、市役所全体で体重1t減量を目指す。上位チームには、インセンティブを与えることで健康への無関心層にもアプローチする。効果が出れば市内事業所への「健康経営」にもつなげる。





## ● 「食べる」グループの基本的な考え方

草津市健幸都市基本計画においては、食事の大切さや野菜摂取の啓発に取り組むこととしているが、草津市では、未だ野菜の摂取量が国・県と比較して少なく、適正量（1日350g）を大きく下回っている。このため、**野菜摂取の重要性**や**草津産の野菜や特産物を使ったレシピ**等を様々な媒体を使って効果的に周知していくべきである。

### 1. 今後実施すべき取組

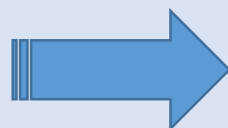
#### ○「草津・たび丸kitchen」を活用したレシピ動画の作成(平成31年度実施)

- ◆ クックパッド草津市公式キッチン「草津・たび丸kitchen」の普及を図り、特に自宅での食事における野菜や適度な糖分・塩分の摂取等を促進し、市民の健康的な「食」への意識を高めるため、「草津・たび丸kitchen」に掲載しているレシピの動画を制作し、その動画をYoutubeや駅前のデジタルサイネージ等で放映することで、「草津・たび丸kitchen」の利活用を促進する。
- ◆ 併せて、掲載するレシピの充実を図り、「草津・たび丸kitchen」の利用を促進し、野菜摂取の習慣化や地産地消の推進につなげる。また、事業実施の手法について、外部委託や官学連携等を検討（例えば立命館大学食マネジメント学部等との連携）。
- ◆ 将来的な展開としては、市内飲食店からレシピを提供してもらうとともに、「草津・たび丸kitchen」のレシピを市内飲食店のメニューに加えてもらうなど、市内飲食店との連携も想定し、いわゆる「外食」においても「健幸」の意識も高めていく。



15～30秒程度のクッキング動画を制作

外部委託等



### 2. 引き続き検討する取組

- ① **ベジなかま(仮)**…野菜摂取の習慣化を目的に、昼休みに市役所の旧パドマで野菜(サラダ)を販売し、共同購入(4, 5人単位)を促す。
- ② **40代からの食の啓発冊子作成**…市内の働き盛り・子育て世代の40代で野菜不足が顕著にみられることから、40代を中心に少しでも健康的な食に対する興味を持ってもらうため、手に取ってもらいやすいような食に関する啓発冊子を作成する。



## ●「まちづくり」グループの基本的な考え方

健幸都市基本計画では、基本施策に「交流の機会や健康拠点の充実」「（１）交流機会の充実」を掲げており、様々な既存の施設を活用し交流拠点を増やしていく必要がある。このため、**健康情報や自らの健康状態について知りつつ、地域住民等と交流を図りながら自らの健幸づくりを進めていくことができる拠点の整備**等を進めるべきである。

### 1. 今後実施すべき取組

#### ○健幸ステーション(仮)の整備(平成31年度実施)

各施設の場所や特性に応じて、①健康測定機能、②情報発信機能、③健幸コンシェルジュ機能、④市民活動・交流機能等を組み合わせ、住む人も訪れる人も健幸になれる身近な拠点を整備する。まずは、以下の場所についてそれぞれコンセプトを設定し整備を進める。なお拠点には健康推進員等のボランティアを案内人として活用。

##### ① 市役所(1階サロン(現喫煙場所含む))《健幸待合い・交流の場》

市役所1階という来庁者が多い場所を生かし、総合窓口の取組と連動し、市民が気軽に健幸を体験でき、健幸について意識してもらい、交流しながら待合いもできるブースを設置。ブースには様々な健康情報や健康機器・器具、健幸に関する取組の紹介や交流スペースを設ける。

##### ② 長寿の郷ロクハ荘・なごみの郷《高齢者を中心とした多世代ふれあい・フレイル予防の場》

高齢者を中心に、多世代参加型の健幸に関する情報・測定・交流・ふれあい・講座の場を提供。例えばフレイル予防(運動教室、ジム)として健幸イベントを開催する等、利用者の豊富な経験を活かした企画事業や、年齢に関係なく一緒に楽しむことができる文化・スポーツを実施する。

##### ③ 道の駅草津《ビワイチサイクリストや観光来訪者が地元の食材で健幸になれる場》

市民に加え、ビワイチのサイクリストや烏丸半島来訪者が、健幸を実感し健幸に憩える拠点を整備。例えば、遊休倉庫等を活用し、健康情報や健康機器・備品、交流やリラックスできるスペースを設置するとともに、「食べる」の取組と連携した地元食材の提供等を行う。併せて、ビワイチや烏丸半島等に関する情報発信等を行う。

### 2. 引き続き検討する取組

①健幸ステーション(仮)の拡充(上記以外の健幸ステーション(仮)として検討すべき場所)…市役所パドマ、(仮称)市民総合交流センター、UDCBK、草津川跡地公園、野村スポーツゾーン(草津市立プール・各体育施設)、子育て施設、地域まちづくりセンター、民間施設(ex 郵便局、金融機関、大規模商業施設、宿泊施設、市内健康関連企業)等

②健幸に暮らせるまちづくり…中心市街地活性化における賑わいづくりや回遊性確保と連動した取組。(例:健幸の視点でのまちづくりの分析・評価、歩行環境の整備、自転車利用の促進等)

③健幸都市が実感できるイメージ映像の企画…市民に「健幸都市くさつ」について認識してもらい、啓発を進めていくために、健幸都市をイメージしてもらう映像の作成やたび丸体操のDVD化を企画。

【健幸ステーション(仮)のイメージ(柏市の例)】



【既存施設】



サロン



道の駅



平成30年度における提案事業の健幸都市基本計画への位置づけと効果

健幸都市づくり推進チームより提案した取組については、以下のとおり草津市健幸都市基本計画に記載されている課題や方向性に沿うものであり、「健幸」を切り口とした分野横断的な取組を推進するとともに、より一層の健幸都市くさつの実現に向けて市民丸ごと健幸づくりを進めていく。

提案事業	計画への位置づけ	効果
<p>① 楽しく歩ける路面標示の設置</p> <p>② 歩きたくなるポスター掲示やデジタルサイネージの表示</p>	<p>基本方針1 まちの健幸づくり                      基本施策1 出かけたくなるまちづくり                      (1) 歩いて暮らせるまちづくり                      【課題】 自動車の過度な利用を減らし、健康づくりにつながる徒歩や公共交通による移動を増やす。                      【方向性】 一人ひとりの移動が、自動車から徒歩等を含む公共交通の利用へと転換していくように促していきます。                      ※【関連する取組】 コンパクトシティ・プラス・ネットワークのまちづくりに向けた計画の策定</p>	<p>駅周辺等で多くの人に歩くことの重要性を知ってもらい、日々の生活の中で歩く習慣を身につけてもらえるようになる。</p>
<p>「草津・たび丸kitchen」を活用したレシピ動画の作成</p>	<p>基本方針2 ひとの健幸づくり                      基本方針3 しごとの健幸づくり                      基本施策1 個人の健康づくりの推進                      基本施策1 地域産業と連携した健康産業の活性化                      (1) 全世代に共通した健康づくり (2) 特産物を活かした健康な食等の推進                      【課題】 食事の大切さや野菜の摂取の啓発に取り組む。                      ・積極的な野菜摂取の啓発等の取組を行う。                      【方向性】 食事や住環境など、健康に関する意識が高まるきっかけになるような普及・啓発に市内企業や飲食店等と連携し取り組むことを検討します。                      ・健康にもつながるよう地元野菜を中心とした野菜摂取量の増加を促す取組を進める                      ※【関連する取組】 草津ブランドの構築・PR 食の安全推進事業、食育推進事業</p>	<p>野菜を摂取することの大切さを認識してもらおうとともに、忙しい中でも野菜をなるべく手軽に食べてもらえるようになる。</p>
<p>健幸ステーション(仮)の整備</p>	<p>基本方針2 まちの健幸づくり                      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、(略)様々なイベントの開催等を行う。</p>	<p>健康に関する情報や自らの健康状態について知りつつ、地域住民等と交流を図りながら自らの健康づくりを進めていくことができるようになる。5</p>