

健幸都市 くさつ



いつまでも健やかで幸せに暮らしたい
それは誰もが持つ共通の願いです

Lifelong Health and Happiness—
That's Something We All Want

草津市は東海道と中山道
2つの街道が交わるまちとして
古くから人と人が出会い
たくさんのつながりが育まれ
幸せがつむがれてきました

そこに住む人 訪れる人が
知らず知らずのうちに健康になれるまち
つながりや生きがいを感じることでできるまち
そんな笑顔と幸せあふれるまちをめざして
これからも歩みを進めます

野菜の1日の
摂取目標量は
350g!



2019年～

- ・市内各所に
健幸ステーション
を設置
- ・草津市 クックパッド公式キッチン
「草津・たび丸kitchen」を開設



2016年

草津市健幸都市宣言

草津市では、平成28(2016)年8月に健幸都市宣言を行い、「健幸」を「生きがいもち、健やかで幸せであること」と考え、草津市に住む人だけでなく、通勤や観光などで訪れる人も健幸になれるまちをめざして、取り組みを進めています。

In August 2016, Kusatsu City declared itself a “city of health and happiness.” Under the belief that “health and happiness” means living a happy life with purpose and good health, the city has since been working to make Kusatsu a place where not only residents but also commuters and tourists can be healthy and happy.

独自の健幸宣言を行う、または、市の健幸都市宣言に賛同いただいている事業所は、市内全14学区のまちづくり協議会を含め、全部で238団体!!
(令和6年7月31日時点)



2017年～

体験型イベント
「健幸フェア」を開催

2018年～

県内市町と共同で開発した、
健康推進アプリ BIWA-TEKU をリリース



2021年～

- ・市役所各階の通路に身長別の歩幅を表示
- ・健幸自販機を設置



2023年～

- ・健幸都市づくりに関する「くさつ健幸ガイドブック」を作成
- ・映画館広告(シネアド)を制作・放映
- ・くさつ健幸ウォークラリー
- ・デザインマンホールを設置
(烏丸半島内のデザインマンホールを巡るウォーキングコースをBIWA-TEKUに追加)

「健幸」は自分の心と体の状況を知ることから

草津市は全国の中でも、健康な人が多いまちです。健康上の問題で日常生活が制限されることなく過ごせる期間である健康寿命は、全国平均を上回っており、生き生きと活動をされている高齢の方をまちで見かける機会も多くあります。

草津市では、年齢に関係なく、誰もが「健康」で「幸福」を感じられる暮らしが送れるよう、適度な運動ができる公園や施設の整備、人と人をつなぐイベントや地域の支え合い支援、バランスの取れた食生活を心掛けるきっかけづくりなど、さまざまな取り組みを行っています。いつまでも地域で自分らしく暮らせるまち「健幸都市くさつ」の実現に向け、自分や家族の「健幸」を一緒に考えていきませんか？

一人ひとりの「健幸」づくりは、今、ここから始められます。

草津市民の平均寿命は男性で83.3歳で、全国第9位。女性が89.0歳で、全国第4位となり、全国1,887市区町村の中でもトップクラス。

健康寿命も、男女ともに県内1位！

出典：厚生労働省・令和2年市区町村別生命表の概況、令和4年度滋賀県健康づくり支援資料集

