

第1章 計画の姿

1 策定の背景と趣旨

下関市では、合併後の新たな健康づくり計画として、平成19年3月に「ふくふく健康21」を策定し、「乳幼児期」と「壮年期」を重点世代に位置づけ、健康づくりの取組を推進してきました。

平成22年度には中間評価を行い、市全体の健康づくりの取組として、誰もが取り組みやすいウォーキングを重点テーマにし、ウォーキングをきっかけとした健康づくりの体制整備も進めてきました。

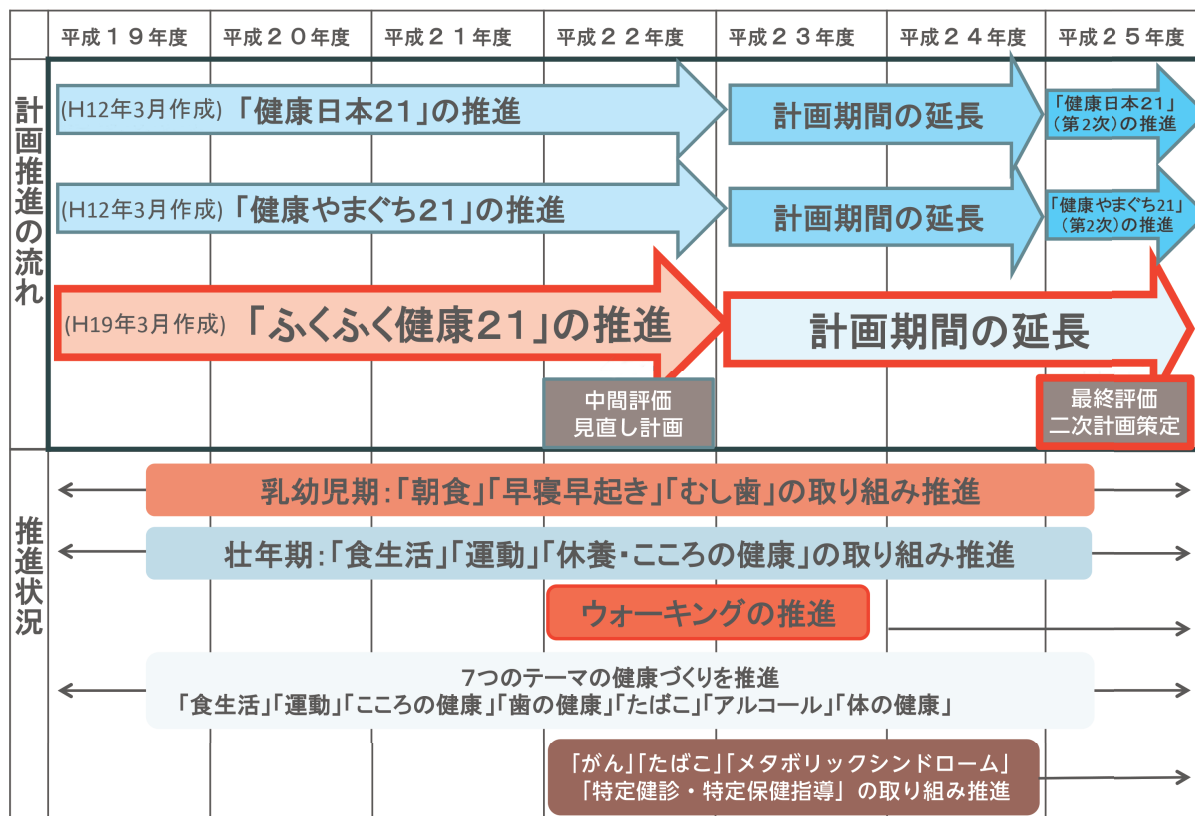
また、3つの計画推進チーム（健康づくりひろげ隊、健康づくり取り組み隊、働き盛り応援隊）を立ち上げ、この計画推進チームを中心に市民への健康づくりに対する意識の定着を図ってきました。

しかし、個々の健康づくりへの意識づけは浸透してきたものの、一次計画のめざす姿である「誰もが健康で、ふれあいを大切にされた温かみのあるまち」の仕組みづくりの実現に関しては、道半ばであり、課題も多く残されています。

一方、社会に目を移すと、社会経済状況の停滞に伴う格差の顕在化、家族形態の変化、地域とのつながりの希薄化等、社会的要因を背景に健康状態の差が広がりはじめるとともに、少子高齢化は確実に進行しており、健康なまちづくりの実現は喫緊の責務であるといえます。

一次計画で浸透してきた意識を実践に移し、日常生活に定着させていく取組を推進していくため「ふくふく健康21（第2次）」を策定しました。

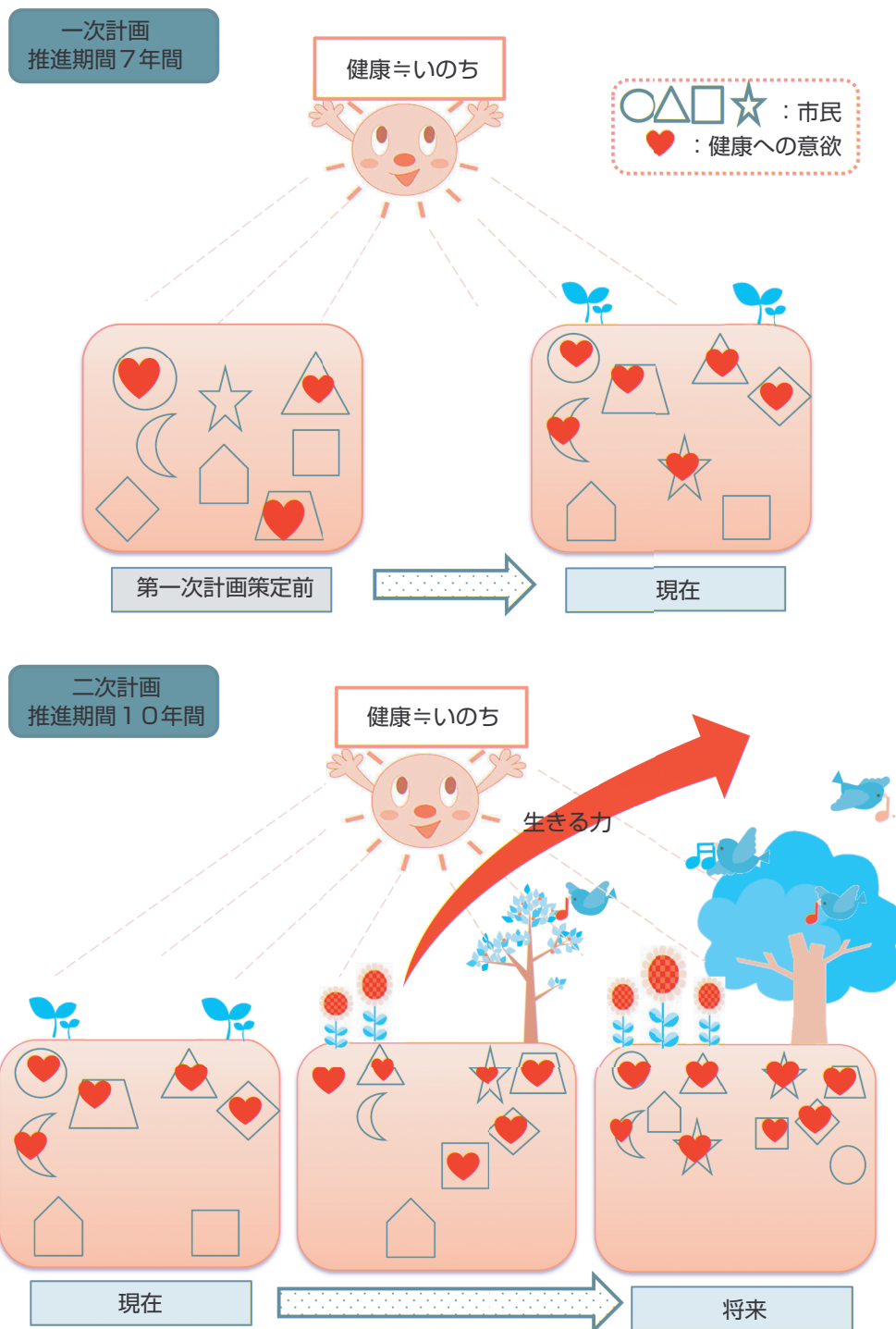
【これまでの推進経過】



<計画のイメージ図>

一次計画では、市民に種（健康づくりの意識）がまかれ、まさに芽吹こうとする段階まで進みました。また、計画の後半には、「いのちを考える」ということを意識した種まきも始めました。

引き続き、本計画でも、「いのちを考える」ということに焦点を当て、肥料を加え、もっと多くの種を芽吹かせ、花を咲かせ、大きく成長させて、豊かな森へと導いていこうとするものです。



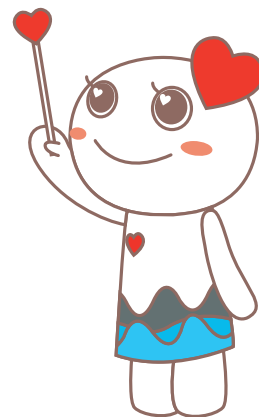
2 計画の理念

いのちを考え生きる力を育み “いのちのハーモニー”を奏でるまちづくり

いのちを考え生きる力を育むとは

誰でも人は、「健康でありたい」「自分の望む人生を歩みたい」と願うのではないのでしょうか。それを願う時、生きる上での源である「いのち」に向き合い、「いのち」の尊さ、大切さなど、「いのち」について考え、行動することが、「生きる力」となります。

本計画では、病気や障害の有無に関わらず「生きる力」を備えることを「健康」と考えます。

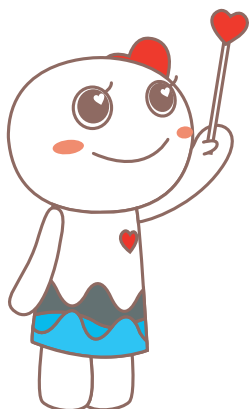


“いのちのハーモニー”を奏でるまちとは

「生きる力」を備えた人が増えると、豊かな人生を送る人が増え、健康が価値あるものと捉えられていくでしょう。さらに、健康を価値あるものと捉える営みは、個人にとどまらず、地域・学校・事業者（企業）にも広がるでしょう。

そしてその営みを通じて、健康の価値を発信することで、市民は無意識に健康づくりに向かっていくのではないのでしょうか。

そうした営みの拡がりや、互いに影響し合ってより大きな相乗効果が現れるでしょう。そのような姿は、一つ一つの音色が重なり合って、ハーモニーを奏でる姿に重なります。それを私たちは、「いのちのハーモニー」を奏でるまち」と呼びます。



以上より、本計画では「いのちを考え生きる力を育み “いのちのハーモニー”を奏でるまちづくり」を理念とし、理念の実現にむけてのキャッチフレーズを「生きる力を育て みんな元気でふくふく笑顔」とします。



3 計画の方向性

本計画を具体的に実現するために、市民一人ひとりがいのちを考え「生きる力」を育み、下関市の地域力を高めていくことが必要です。

「生きる力」は、いのちと向き合い、自ら考え、行動することで育まれます。それを繰り返していくことが「生きる力」を備えることにつながっていきます。いのちについて考え、行動する時、おのずと健康に目が向けられます。すなわち、健康は、生きる上での土台であり、「生きる力」であると考えます。常に健康を意識して生きることが、自ら望む人生につながる第一歩となるでしょう。

そこで、いのちを考え、健康という「生きる力」を備えていける人づくり、まちづくりを進めていきます。

いのちを考え生きる力を育むことができる人づくり

(1) 健康に関心を持ち、自ら気づき、考えることができる人づくり

健康に関心を持ち、自らが気づき、考えることで、「生きる力」を育むことができると考えます。

そこで、いのちと向き合い、健康に価値を見出せるような知識(正しい情報など)を提供し、自ら考えるチャンス(機会)をつかめるような健康政策を展開していきます。

(2) 健康づくりを実践し、継続する力を持った人づくり

自分に適した健康づくりを日常生活に定着させていくことで、「生きる力」を備えることができると考えます。

そのため、個人の価値観に合わせた健康づくりを実践するチャンスを提供し、健康づくりの実践・継続が、知らず知らずのうちに、日常生活の中に習慣化されるような健康施策を展開していきます。

いのちを考え生きる力を育むことができる人づくりを、特に、波及効果の大きい世代を足がかりに、全市民へつなげていきます。

いのちのハーモニーを奏でるまちづくり

(1) 人と人がふれあう仕組みづくり

個人の健康づくりのチャンスを増やすためには、志を同じくする人々とのつながりが大切であり、お互いが、見守り、助け合う地域の良好な関係性を築いていくことが必要であると考えます。

地域の関係が希薄になっている現在、地域の良好な関係を保ちながら、人と人がふれあう仕組みづくりを進めていきます。



(2) みんなで支えあう仕組みづくり

社会全体で、健康づくりを推進していくためには、地域での良好な関係や人と人とのふれあいに加え、多方面での健康づくりの視点を持った活動が必要です。

事業者（企業）においては、いのちを考えることで健康の価値を認識し、社員の健康を資産であると考え健康管理に努めることで、事業者（企業）全体の「生きる力」を向上させていくものと考えます。また、事業者（企業）が本来の事業活動を通じて、広く社会に健康の価値を発信することまでも自らの資産ととらえることで、その活動がまち全体の健康づくりを牽引していくものと考えます。

さらに、学校でも子どもたちの「生きる力」を育む教育を推進することが、学校全体の「生きる力」となり、それが学校のみでなく地域、社会へと普及していくものと考えます。

事業者（企業）・学校等の「生きる力」が、まちの「生きる力」を高めるチャンスと捉え、それぞれの健康への活動が影響しあい、つながり、拡がって、みんなの健康を支えあっていくような仕組みづくりを進めていきます。

このような市民の健康を支えあう仕組みが、資産として社会へと根付いていくことで、市民へ真の健康をもたらすことができる持続可能な「いのちのハーモニーを奏でるまち」に向かうものと考えます。

ふ < ふ < 川柳 市民の皆さんにご応募いただいた健康川柳をご紹介します

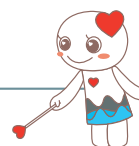
ホ ッ と 一 息

味付けの 塩分抑えて お・も・て・な・し	ペンネーム たきくりすきー
万歩計 歩けばたまる ポイント気分	ペンネーム もう少しでプーさん
笑顔でね ころもからだも すこやかに	ペンネーム スマイルスマイル
タバコやめるの 「今でしょ」 誘う禁煙シール	ペンネーム 僕のうちバイクメンでママ肉マン



<計画の体系図>

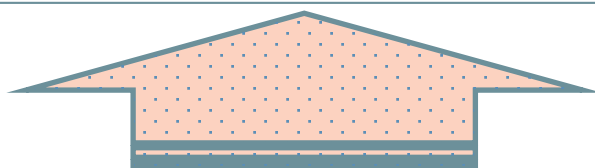
理念



いのちを考え生きる力を育み “いのちのハーモニー”を奏でるまちづくり

キャッチフレーズ

生きる力を育て みんな元気でふくふく笑顔



いのちを考え生きる力を育むことができる人づくり

健康に関心を持ち、自ら気づき、考えることができる人づくり

- ◆いのちに向き合い、健康に価値を見いだせる知識の提供
- ◆健康づくりへのチャンスがつかめる場の提供



健康づくりを実践し、継続する力を持った人づくり

- ◆多様な価値観に対応した健康づくりを実践するチャンスの提供
- ◆健康づくりの日常生活への習慣化の推進



いのちのハーモニーを奏でるまちづくり

人と人がふれあう仕組みづくり

- ◆健康づくりのチャンスを増やす人づくり、場づくり
- ◆健康づくりで人と人がふれあう良好な関係の構築

みんなで支えあう仕組みづくり

- ◆健康を資産ととらえた取組・活動の充実、拡大
- ◆まちの「生きる力」を高めるチャンスととらえた健康活動の推進



4 計画の特徴

(1) 健康の考え方

人は多様な価値観や考え方を持って生きています。健康情報が溢れ、誤った情報も多く見受けられる現代では、正しい情報を選択し、自分に適した健康づくりに取り組んでいかなければなりません。正しい知識を習得して、自分の術にし、自身の望む姿を実現していくことが「生きる力」を備えていると考えます。その「生きる力」を備えていることで、人は病気や障害の有無にかかわらず、その人らしい豊かな人生を送ることができます。

(2) 健康なまちづくり

「何気ない日々の生活が自然に健康づくりへと導かれていく」取組を推進していきます。

中でも健康を資産と考え、主体的な企業経営が行われることをめざし、市民のニーズを捉えることに留まらず、本計画の趣旨に沿った健康を付加したサービス(製品)の提供を行うなどの企業活動が展開できる仕組みづくりを進めていきます。



〔島内 吉田 藤内ら〕(藤内修二:オタク宣言とヘルプ)ロモーション公衆衛生 61 (19) 1997 改図

さらに、地域の健康づくりに貢献することや自らの健康づくり活動・目標達成等を記録するとともに、その取組に応じたポイントを蓄えられる制度の創設等の仕組みづくりをめざします。

以上のような健康づくりのチャンスが増える仕組みにより、健康が価値あるものと捉えられるようなまちづくりをめざします。

(3) 質の高い保健指導

個人の考え方や価値観をふまえて自己選択できるよう支援する保健指導に加え、一方的な情報提供ではなく、相手の立場に立って、置かれている状況を理解した上で、本人がリスクを回避するにはどうしたらよいかを考え、納得して行動できること(リスクコミュニケーション)に視点を置いた質の高い保健指導をめざします。

また、科学的根拠に基づく先進的研究を取り入れるなど、健康をつかむ新たなチャンスを提供し、行動変容につながる取組を推進していきます。

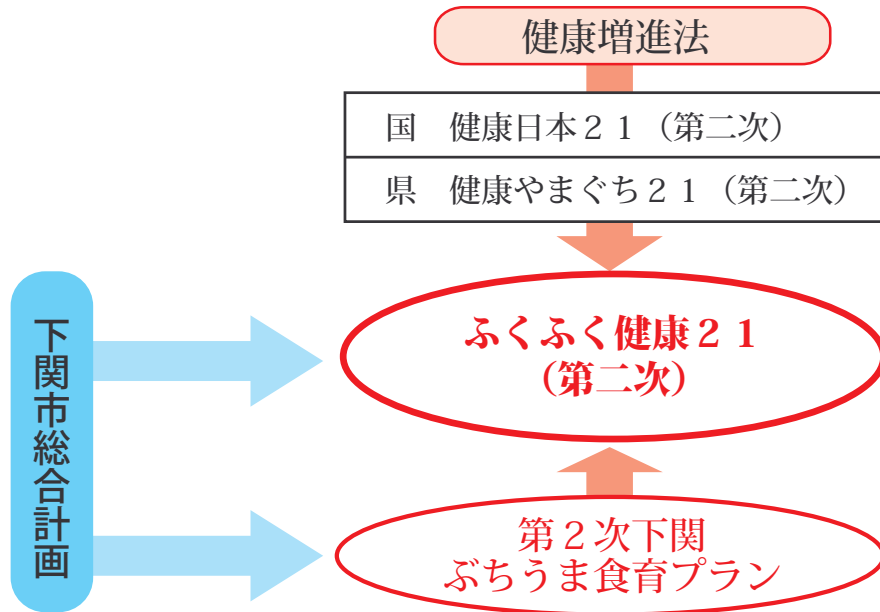
(4) 生涯を通じた健康づくり

生涯を通じた健康づくりを効果的に推進していくために、次世代の健康に波及効果の大きい「社会に出る前の世代(10代後半～20代前半)」と「働き盛り世代(30～40代)」を重点世代として選び、そこを足がかりに市民全体の健康づくりを推進していきます。



5 計画の位置づけ

- (1) 「健康増進法」(平成14年法律第103号)第8条に基づき、市民の健康の増進の総合的な推進を図るための方向性や目標を定めるものです。
- (2) 「ふくふく健康21」(平成19年度～25年度 見直し計画含む)の評価をもとに、その成果を引き継いでの次期計画として位置づけます。
- (3) 様々な分野の取組を総合的・一体的に進めるために「下関市総合計画」の健康づくり分野の計画として位置づけ、関連計画との調和を図っていきます。



6 計画の期間

計画の期間は、平成26年度から平成35年度までの10年間とします。計画の推進にあたっては、計画の中間年にあたる平成30年度に中間評価をし、必要に応じて見直しを行うとともに、平成35年度に最終評価をします。

