

## 「ウェルネス・アクションつる」その9



昨年9月から市民懇話会を中心に、「健康のまちづくり」計画策定のための話し合いを行ってきました。

懇話会では、「願い」、「知恵」、「力」をテーマに問題提起や解決策などを議論し、今年の秋には提言書をまとめ、市に提示することになっています。

その提言書を基に市では、健康のまち行動計画を立案し、市民の皆さんに広く周知する中で、具体的な行動の実践を行っていきたいと考えています。

### あなたにとって健康のまちとは… (アンケート結果最終報告)

一人でも多くの市民の意見を取り入れた行動計画にするため、1,168人の方に、このアンケートへの協力をお願いし、広報つる4月号でその結果についての一部をお知らせしました。今回は、前回お知らせできなかった、「あなたが思う健康なまちとは…？」に対する皆さんの意見をご紹介します。

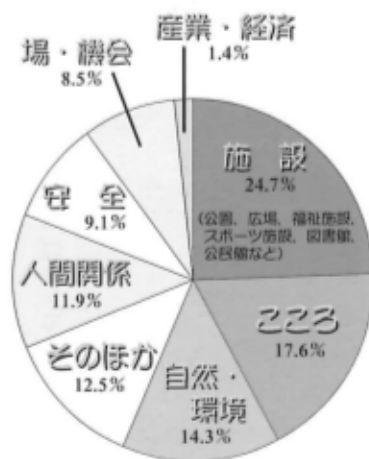
#### Q.「あなたが思う健康なまちとは…？」

皆さんが思い描く健康なまちとはどういうものかを分析し、多くあげられた内容を項目別に分類のうえ、グラフ化しました。

今回の結果では、生活にゆとりをもたらす公共施設の充実やこころ・気持ちに関すること、また、自然や環境問題などが上位を占めています。

「健康なまち」とは、医療面にとどまらず、社会全般の諸問題との関わりが大きいので、都留市を健康で豊かさが実感できるまちにするには、やはり行政だけでなく、市民、企業、学校の協力が必要となります。

市民の皆さんには、ご自身の健康はもとより、住んでいる地域や都留市についても考えていただき、今後も積極的にご提言をお願いします。



#### 皆さんからの意見(一部)紹介

##### 施設

子供が遊べる施設があり、年寄りが散歩したり、休める場所があり、毎日ジョギングできるくらいの公園があると、みんな毎日の生活が楽しく、いきいきすると思う。(東桂 40代女性)

思いっきり体を動かせる広い公園があったり、多くの本が読める図書館が身近にあるまち。(谷村 30代女性)

##### こころ

生きがいを持ち、一日終わったときに良い一日だったと思える毎日を過ごせること。(東桂 60代女性)

人々が平凡ながらも、他人を思いやりながら暮らしているまち、それが健康の原点にたっているまちだと思う。

##### 自然・環境

ごみを上手に分別、また、個人個人が空、水などに意識を向けるようにする。(東桂 30代女性)

##### 人間関係

少年犯罪や大人でも良いこと、悪いことが判断できないで殺人に至る行為が、連日、新聞などを騒がせていますが、そういうことがない暮らし。目に余る行為には「ダメ」と誰でも言えるまち。困っている人に見て見ぬふりをせず、軽く声かけられ、無関心でなく、過度にならない下町的な付き合いができればいい。(東桂 30代女性)

まちのどの人も毎日楽しくあいさつができる。(谷村 80代女性)

##### 安全

お年寄りや障害者など弱い立場の人にやさしいまち。それが健康なまちづくりの第一歩だと思います。物理的な道路などの段差をなくすだけの問題などももちろんです。対外的な(観光目的など)ものだけでなく、まず、そこに住んで生活している人々の生活の安心を保障できること。(宝 30代女性)

##### 場・機会

家族が仲良く遊べるまち。休日にはお弁当を持って自然の場所で遊べる場所やほっとできる空間があるまち。(開地 20代女性)

たまたま機会があって、親子でしめ縄作りに参加しました。70歳の講師に指導を受けて子供と一緒に作りました。親、子供それぞれ世代は違っても、一つのことに取り組むという機会が減っている中で、大変よい体験ができたと思います。とてもなごやかでよかったという印象があります。こういう雰囲気が健康のまちかと思います。(三古 40代男性)

##### 産業・経済

毎日食べるものが安心して食べられるといい。食品添加物、農薬、保存料とか便利になった分、体に負担がかかっている。自分の体は自分で守る。もっと昔の手作りを主体としたお店を支援していく体制が必要。(宝 20代女性)