

## 第4章

### それぞれの役割

## <それぞれの役割について>

「健康ささやま21計画」は、市民や社会のQOLの向上を健康づくりの最終目標とし、豊かな生活とまちづくりを目指しています。それには、市民一人ひとりが正しい知識を持ち、自らの意思で正しい生活習慣を身につけることが大切です。

一方、市民の健康や生きがいを支える社会・生活・自然・環境についても対策を強化しなくてはなりません。そのためには、行政、地域、学校企業その他関係機関が連携し、市民の生涯を支援する役割は大きいものがあります。各機関・団体等が連携し、総合的な取り組みを実施することにより、その効果はさらに大きくなることが考えられ、それぞれが役割を果たしていくことが大切です。

### 1. 行政の役割

市民の健康づくり施策の推進のために、「篠山市総合計画」に基づき「篠山市保健福祉総合計画」の健康増進分野計画として「健康ささやま21計画」の施策を実施し、常に関連部局が強力な連携により、行政の課題に取り組みます。

- ①第2次「健康ささやま21計画」を市民に広くPRするとともに、市民が健康づくりの目標を達成するために、重点取組を中心とした保健事業を計画的に実施し、その実績や効果について分析し、健康課題を明確にします。
- ②市民が正しい知識を持って健康的な生活習慣を実践し、自分自身の健康づくりに取り組めるよう、健診や健康教室などの様々な保健事業を提供していきます。
- ③市民が手軽にいつでも健康づくりができるよう、健康情報の提供や環境整備を組織横断的に行います。
- ④地域での健康づくり活動が進み、輪が広がるよう地区組織活動を支援し、組織間の連携・地域づくりを進めます。
- ⑤医療・福祉・介護・子育て支援・自殺対策等の関係部門との連携強化を図り、それぞれのサービスが一体的に出来る体制整備を行います。

### 2. 市民の役割

#### 1) 幼児期～学童・思春期

乳幼児期～学童・思春期の子供の時期からすでに、生活習慣の乱れは大きな問題となっています。しかし、子供たち自身が自らその改善を意識することは、容易なことではありません。

子供たちの生活や生活習慣は、周りの大人たちが大きく影響を与えています。大人たちは、自分の健康づくりを率先して推進すると同時に、子供たちの生活習慣改善を推進する役割があることを自覚し、しっかりとその役割を果たすことが重要です。そして、子供たちは、幼い頃から睡眠・食生活・あそびに関して望ましい生活習慣を家庭で身に

つけ、学校などの場で生活習慣病予防やがん予防などについて、自分自身で自分の健康を守る知識や行動を学ぶ必要があります。

## 2) 青年期

生活習慣病を予防するには、若い頃から望ましい生活習慣を身につけることが大切です。そのため、青年期では、まず自らの健康を振り返り、自分の健康上の問題点をチェックしたうえで、主体的に生活習慣改善や健康づくりに取り組むことが必要です。

また、青年期では自分の健康を問題視しない若者が多い傾向にあります。現在心身の不調や病気はなくても、日常の食事や運動面などの生活習慣を振り返ってみると、色々と問題点が見えてきます。壮年期に向けての健康づくりのために、少しずつ生活習慣の改善や心の休養を心掛けることが必要です。

## 3) 壮年期～高齢期

壮年期～高齢期では、ストレスも多く生活習慣病や認知症など健康に関する様々な問題を重複的に抱える人が多く、生活習慣改善の取り組みは欠かせないものです。自分に必要な生活習慣を理解し、自分にあった生活スタイルを保つことが大切です。

また、自分にあった趣味やスポーツなどをみつけ、身体のみならず心の健康づくり、介護予防に取り組み、毎日を楽しく前向きに暮らせるよう努めることが必要です。

## 3. 地域の役割

「健康ささやま21計画」では、市民一人ひとりの取り組みに加えて、健康づくりを通じた地域としての取り組みが、市民や社会のQOLの向上をめざすうえで、非常に大きな原動力になります。この“地域づくり”そのものをテーマとする取り組みや、地域として課題解決にあたるのが、今後の健康づくり運動の大きな柱になります。

地域住民へ声かけを通じた健康づくりに取り組んでいる愛育班活動（母子保健推進員活動）や、市民の食生活改善を目指したいすみ会活動（食生活改善推進員活動）は、篠山市民の健康づくりを目指した重要な地区組織活動です。近隣が声をかけあって、見守りや健康確認を行ったり、グループで食生活改善について学び、また家族や近隣に還元することで健康な地域づくりに努めます。

また、現在も“地域づくり”“まちづくり”に向けた役割を担っている自治会や老人会、まちづくり協議会などの組織が、連携して効果的な取り組みを進めることで、これまで以上に多くの市民参加を得ることも可能です。地域組織はさまざまな機会を通し市民に健康の重要性を周知し、健康づくりを市民運動として広げていく役割を担っていきます。

## 4. 学校の役割・企業の役割

若い頃から望ましい生活習慣を身につけることの大切さ、それは言うまでもなく子供の頃

から既に始まっています。ところが、これまでの行政における健康づくり対策は、母子保健法に基づく母子保健事業により、妊産婦、新生児、乳幼児期とかかわっていきませんが、学童・思春期の一部については、学校保健安全法に基づく学校保健での取組や、思春期の一部から壮年期にかけては、労働安全衛生法に基づく各企業や健康関連組合の取組に主となるため、地域保健全体でのかかわりが途切れてしまうこともありました。つまり、市民の一生涯を見たとき、何らかのライフステージでどこかの主体が健康づくりを支えているものの、それらのつながりは十分とはいえない状況でした。

「健康ささやま21計画」において、健康づくり対策は“市民のライフステージを捉えた生涯健康施策”と位置づけ、特に、行政と学校保健や産業保健の分野との連携を強化することで、市民の立場やライフサイクルにあった支援を行える工夫を進めます。

#### 1) 学校の役割

生活習慣が身につく時期として、学童・思春期は非常に重要な時期です。この時期の子供たちにとって、学校は家庭と共に多くの時間を過ごす場であり、健康づくりにおいて極めて重要な役割を果たしています。

学校は、食育をはじめとする、健康教育を充実するなど子供の健康づくりを推進する中心的な役割を果たすことが求められています。

学校や家庭、地域、各関係機関がより一層つながりを深め、子供たちに関する様々な情報や課題を共有し、それぞれが教育や健康づくりについて、十分協議して取り組み、しっかりと着実に子供たちを育成していきます。

#### 2) 企業の役割

学校を卒業し、社会人となった市民の生活は、その時間の多くを職場で費やします。そのため、企業における健康づくりも「健康ささやま21計画」を推進するうえで重要です。

たとえば、昼食に何を食べるのか、歩いて通勤するのか、車を使用するのか、どこでもタバコを吸えるのか、健診結果をどのように受けとめるのかなどの積み重ねが、健康づくりに大きく関係しています。社員の健康管理・健康づくりは、企業の責務として積極的に求められており、今後も関係機関との一層の連携を進めることが必要です。

一方、直接市民にサービスを提供することを業務とする企業もあり、それらの企業は市民の健康づくりに関与する立場にあります。飲食業や食品販売業、スポーツ関連企業、情報産業などは、何らかの形で市民の健康づくりを支援することが求められており、様々な機関と連携し、健康づくりを念頭に置いたサービス提供を推進していきます。

### 5. 医療機関などの役割

「健康ささやま21計画」は、豊かな生活とまちづくりをめざすために、健康を増進し、生活習慣病を予防するなど一次予防を推進することです。もし病気にかかってしまった場合は、早期に発見し治療することが、二次予防になります。また、病気等により障がいを残し

た場合、障がいに対するケアやリハビリテーションなどは、三次予防になります。

「健康ささやま 21 計画」を推進する上で、医療機関は二次予防である、病気の発見や治療はもちろんのこと、予防活動への取り組みによって、市民を支えることが求められています。これまでも、健診後の保健指導などが行われていますが、さらに関係機関との連携をすすめ、専門性を生かした具体的な予防活動の展開が期待されています。

医療機関以外にも、健康にかかわる機関は多くあります。民間の介護保険サービス事業所、薬局、検査機関、医療教育・研究機関などです。今後このような保健・医療・福祉・介護の分野が一体となって市民の健康をめざすことが重要で、それぞれがその役割を果たすことに加えて、市民を支える連携の輪を築くことが重要です。

### 〈これからの健康対策〉

行政・学校・企業・その他の関係機関が連携した  
市民の生涯を支援する体制

乳幼児期、学童・思春期、  
青年期、壮年期、高齢期

