

第4章

それぞれの役割

1 . 市民の役割

乳幼児期～学童・思春期

乳幼児期～学童・思春期の子どもからすでに、生活習慣の乱れは大きな問題となっています。しかし、子ども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。そのため、学校などの場で生活習慣病について学習し、幼い頃から家庭で良い習慣を身につける必要があります。

そのためには、子どもたちの生活や生活習慣はまわりの大人たちが影響を与えていることを再認識する必要があります。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、子どもたちの生活習慣改善への取り組みを応援する役割を果たす必要があります。

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必要があります。

また、青年期では自分の健康を問題視しない若者が多いと思われませんが、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必要があります。

壮年期～高齢期

壮年期～高齢期では、生活習慣病など健康に関する様々な問題を抱える人が多く、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、介護予防に組み込み、毎日を楽しく前向きに暮らせるよう努める必要があります。

2 . 地域の役割

「健康ささやま21」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ことで、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ずみ会活動（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。近隣が声を掛け合って健康の確認を行ったり、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。

このような健康づくり活動をはじめ、さまざまな地域活動に参加することは、市民主体の「健康なまちづくり」運動の推進にもつながります。そのため、地域での活動に積極的に参加していくよう努めます。

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・婦人会・中年婦人会・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。

3 . 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どもの頃から既に始まっています。ところが、これまでの健康づくり対策を、たとえば行政から見ると、妊娠・出産後の乳幼児健診などを通じた最も早い時期から赤ちゃんや保護者との関わりを開始するものの、学童・思春期の一部については学校保健安全法に基づく教育委員会の施策、思春期の一部～壮年期は労働安全衛生法に基づく各企業や健康関連組合の取り組みに主として任せられます。

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ません。

今後も、健康づくり対策を“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。

《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

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。この時期の子ども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、食教育をはじめとする健康教育を充実するなど子ども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。

今後、学校や家庭、地域、各関係機関がより一層つながりを深め、子ども達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む必要があります。そしてしっかりと着実に子ども達を育成することが大切です。

企業の役割

学校を卒業し社会人となった市民の生活は、その時間の多くが職場で費やされます。そのため、企業における健康づくりも又「健康ささやま 21」の大きなテーマの一つです。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。場合によっては、社員の病気が大きな企業損失につながることもあります。企業の責務として、積極的に社員の健康管理・健康づくりに努めることが求められます。また、特に中小企業などは健康づくりを推進する上で、保健関連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必要となっており、営利目的だけでなく健康づくりを念頭に置いたサービス提供を進めていくよう、連携する必要があります。

4. 医療機関などの役割

「健康ささやま 21」のめざすものは、健康を増進したり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二次予防になります。また、病気により障害を残した場合、障害に対するケアやリハビリテーションなど三次予防になります。

「健康ささやま 21」を推進する上で、医療機関は病気の発見や治療はもちろんのこと、予防活動にも関わる種々の取り組みによって、市民を支えることが求められてきています。これまで、健診後の事後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。

市民の健康づくりを目指して、行政で行っている健康教育、健康相談、健康大学等の健康づくり事業との連携をすすめ、予防活動を充実させます。

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課題となっています。

薬剤師会では、行政で行っている禁煙教室等健康教育と連携をとっていますが、今後さらに健康づくり関係機関との連携を充実させます。

5．行政の役割

「健康ささやま21」では、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。そのためには、人の健康や生きがいを支える生活・自然・環境問題への対策に加え、ライフステージに応じた健康施策推進のために「篠山市総合計画」を基本に、「地域福祉計画」に基づく施策の実施と歩調を合わせ、つねに関連部局が強力な連携のもとにそれぞれの課題に取り組むことが重要だと考えています。

そのために行政は、次の内容で事業をすすめます。

「健康ささやま21」の考えを市全体に広くPRするとともに、市民が健康の大切さを再認識し、正しい知識を持って健康的な生活習慣を実践し、自分自身の健康をつくっていくことができるよう、健康に関する学習機会を提供していきます。

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取り組みます。

地域での健康づくり活動が進み運動の輪が広がるよう、地域活動を支援し組織間の連携をすすめます。

関係各課が健康づくりという観点から事業連携を行い内容充実に努めます。