

## 第2章

# まちの健康づくり（地域づくりと環境整備）

## 第1節 地域における健康づくりの推進

### 1 地域で支える子育て支援

【所管部：健康福祉部・こども部】

地域で安心して子育てができ、産後うつ<sup>1</sup>の早期発見を目的に地区の主任児童委員や民生・児童委員が訪問する「こんにちは赤ちゃん事業」が平成21年度から実施されています。

本事業により、産後うつ傾向や子育てに不安のある家庭への早期の対応が可能になり、さらに地区独自の子育て支援事業が新たに行われている地域もあります。

今後も、地域と行政が一体となって子育て支援に取り組むシステムの充実を図っていきます。

### 2 地域で行う親子の健康づくり

P33参照

【所管部：健康福祉部】

こどもの頃からの望ましい食生活習慣の形成や体力づくりのために、各地区の食生活改善推進協議会などと協働して、親子を対象とした「食と健康応援隊事業」など料理・健康教室を行います。実施にあたっては、子供会育成会やPTAなど地区の要望に応じ事業を推進していきます。

### 3 運動推進リーダーの育成

P35参照

【所管部：健康福祉部・教育部】

市民が継続的に体を動かし運動量を増加させるためにこどもから高齢者まで、参加できる事業を身近な地域で展開していきます。

事業を推進していくため、地域において運動推進リーダーを育成し、組織化を図っていきます。

運動推進リーダーは、あらゆる年代の市民が取り組める運動メニューを地域の中で展開していくものです。

## 4 自殺予防における地域支援者の育成

【所管部：健康福祉部】

こころの健康や自殺予防対策においては、周囲の気づきや見守りが重要な支援となります。

健康づくり推進員や民生・児童委員を中心に、こころの健康に関する研修会や情報交換を行いながら、地域で気づき・見守る体制づくりを行っていきます。

## 5 福祉ひろばにおける健康づくり

【所管部：健康福祉部】

福祉ひろばは、健康と福祉づくりの地域拠点として、住み慣れた地域で安心して生きがいを持って暮らし続けるために、仲間づくりや心の健康を含め、生活習慣を改善しながら健康づくりを行える場を提供していきます。

特に、「ふれあい健康教室」や身近な町内公民館などでの「出張ふれあい健康教室」を実施することで、閉じこもり予防や健康づくりを図ります。

### <今後の取組み>

項 目	単 位	平成21年度	平成27年度	平成32年度
運動推進リーダーの育成	地区数	—	10地区	35地区
地区におけるこころの健康講座	回数	—	35回	70回

## 第2節 健康づくり支援のための環境整備

～市民の運動量を増やすまちづくり～

### 1 日常生活で運動できるまち

#### (1) 市民の運動量を増やすための環境整備 【所管部：健康福祉部】

健康づくりのため、通勤や買い物などで歩くことや、自転車利用を推進し、エレベーターを使用しないことなどを啓発するための環境づくりを行っています。

**ア** 主要な歩道・自転車道路に、距離や消費カロリーなどの表示

**イ** 運動量を増やすためのキャンペーンやポスター・ステッカーなどによる啓発

#### (2) ウォーキングマップの活用 【所管部：健康福祉部】

「市民歩こう運動」の一環として作成された市内35地区のウォーキングマップについて、継続的な活用を推進するため、マップの更新や地区事業への支援を行っていきます。

#### (3) 社会体制の整備 【所管部：健康福祉部・市民環境部】

市民の運動量が減少している要因として、自家用車の利用の増大があります。健康づくりの視点からも、エコ通勤<sup>(※)</sup>や公共交通の利用促進を推進していきます。

※ エコ通勤

地球温暖化対策として、市民一人ひとり取り組みやすい手段の一つとして、「マイカー」の通勤利用をできる限り減らし、徒歩、自転車、公共交通利用などに転換することです。

### 2 運動が楽しくなるまち

松本市全域で、地域に応じた環境の整備を行っています。

#### (1) スポーツ環境の整備 【所管部：教育部】

市民誰もが身近な地域でスポーツに親しめる環境づくりを整備するため、体育施設の整備を行ってきました。

市町村合併により、体育施設は市内77か所となり、計画的な改修・建て替えにより、スポーツを身近で、安全に安心して行える環境整備を推進していきます。

## (2) 憩いと健康のスポット 【所管部：建設部・農林部】

### ア 水めぐりの井戸整備事業

平成21年度までは、公共の井戸を中心市街地に10か所整備してきました。平成22年度からは、既存の個人所有井戸を公共の用に供する整備を支援し、中心市街地に市民の憩いの場となる空間を効率的に増やし、より積極的な歩行、外出機会の増加を促します。

### イ 公園緑地整備

平成13年度118か所から平成21年度152か所と、公園緑地の整備を進めてきました。「緑の基本計画」に基づいて、今後も運動その他レクリエーション環境としての公園緑地の整備を推進します。

### ウ 森林の整備

健康づくりに森林の利用を促進するため、市民自らが整備に携わり、自然を生かした健康づくり事業として推進していきます。

- ① 里山エリア再生事業
- ② 市民の森整備事業

## (3) 安全な道・歩きたくなる道 【所管部：建設部】

### ア 歩いてみたい城下町整備事業

中心市街地の5地区のまちづくり推進協議会を統合し、地区間の回遊性を考慮した中で、一体的な整備を行い、安全・安心で健康的かつ快適な生活を営む環境の充実を図ります。

### イ 歩行空間あんしん事業

波打ち歩道の改修を中心に、歩きやすい道路環境整備を推進します。

### ウ 歩道のバリアフリー化

歩道と車道の段差を解消及び点字ブロックの設置などにより、歩道のバリアフリーを推進します。

### エ 冬期の除雪対策

松本市道路除雪マニュアルを基に、合併5地区を含め、道路状況に応じた除雪を行い、市民の生活を支援していきます。

# 市民の運動量を増やすまちづくり

## まちづくりの取組み

### 日常生活で運動できるまち

#### 市民の運動量を増やすための環境整備

- ☆ 歩行・自転車利用者への健康情報提供（消費量・距離などの道路標示・案内）
- ☆ 運動量向上のための啓発事業
- ☆ ウォーキングマップの活用
- ☆ 通学路の安全確保・防犯強化

#### 社会体制の整備

- ☆ エコ通勤の推進
- ☆ 公共交通の利用促進 など

### 運動が楽しくなるまち

#### スポーツ環境の整備

- ☆ 体育施設の整備
- ☆ 熟年体育大学 など

#### 憩いと健康のスポット

- ☆ 市街地井戸整備
- ☆ 公園緑地整備
- ☆ 森林整備

#### 継続できる機会づくり

- ☆ 地区運動推進リーダー育成
- ☆ 市民歩こう運動の推進

#### 安全な道・歩きたくなる道

- ☆ 歩行空間あんしん事業
- ☆ 自転車通行帯の整備 など

## まちづくりにより環境を守る

自然環境を守る  
生活環境を守る  
景観の保全  
心地よい空間の形成  
親しめる水辺の創出  
歴史的・文化遺産の保存

さらに市民が運動しやすい環境が生まれる

### 第3節 保健環境の基盤整備 【所管部：健康福祉部】

#### 1 保健センターの機能充実

【所管部：健康福祉部】

4つの基幹センター（南部・北部・中央・西部）をエリア毎に配置し、センターごと特色ある事業を展開するなど、地域に密着した保健サービスの向上に努めます。

また、老朽化や狭隘な施設については、増改築や建て替えも視野に入れて、市民の健康づくりの拠点となる施設としてさらに機能を充実していきます。

#### 2 西部保健センターの運営

【所管部：健康福祉部】

1期計画にありました市内4カ所目となる「西部保健センター」を、平成23年度から開設します。

今後、西部エリアの保健事業の拠点となるよう事業を実施し、地域に密着した活動を展開していきます。

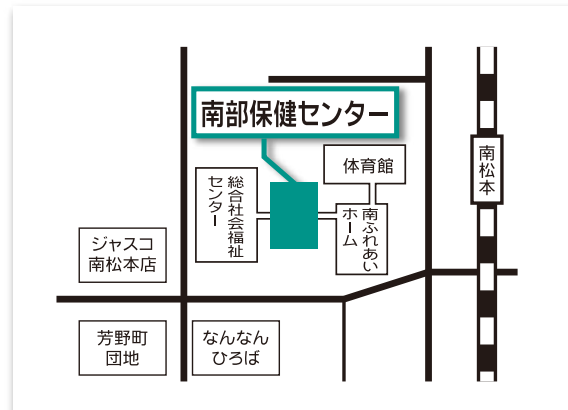
#### 3 施策推進のための人材確保

【所管部：健康福祉部】

生涯にわたる市民の健康づくり施策を推進するため、保健師・管理栄養士などの確保や、健康運動指導士など新たな専門職の導入を推進していきます。

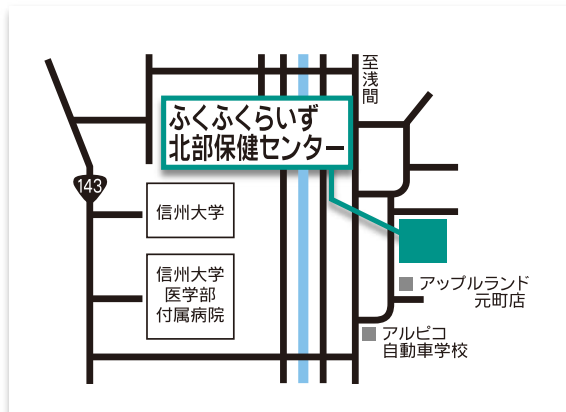
#### <健康づくりの拠点となる4保健センター>

**南部保健センター**（総合社会福祉センター東隣）  
松本市双葉4-16 TEL.27-3455 FAX.27-3464



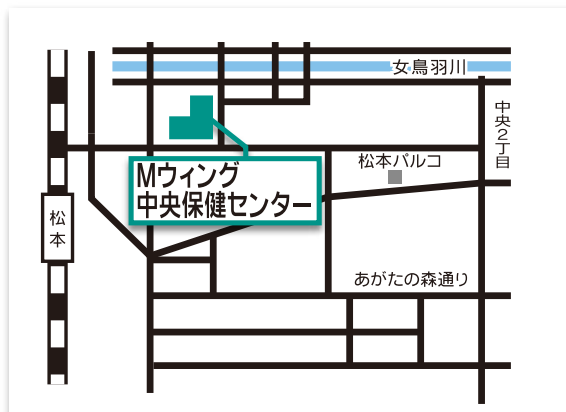
## 北部保健センター（「ふくふくらいず」2階）

松本市元町3-7-1 TEL.38-7677 FAX.38-7678



## 中央保健センター（「Mウイング」南棟5階）

松本市中央1-18-1 TEL.39-1119 FAX.39-1109



## 西部保健センター（波田保健福祉センター内）

松本市波田6908-1 TEL.92-8001 FAX.92-8006

