

新潟市が進めるスマートウェルネスシティ



<スマートウェルネスシティってなに？>

◎生涯にわたり健やかで幸せに（健幸）暮らせるまちを創造すること

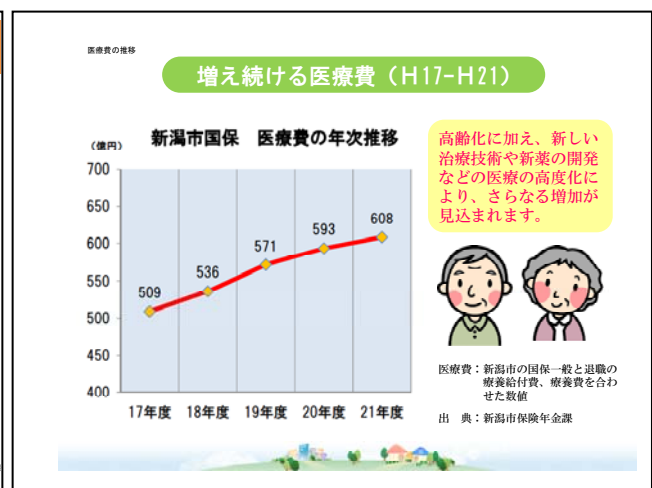
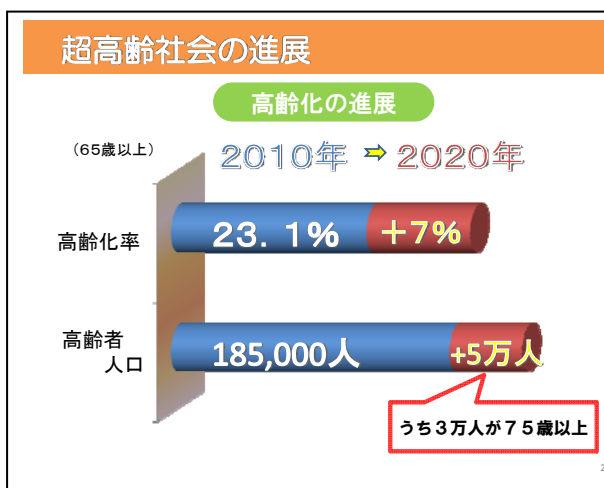
※施策のキーワード

- S**mart(賢明、快適、エコ、美しい)、
- W**ellness(健幸=健康+生きがい、安心など)、
- C**ity(まちづくり)

- 高齢化・人口減少が進んでも持続可能な先進予防型の「まち」づくり
- 高齢化・人口減少が進んでも地域住民が“健幸”であるためのそこに暮らすことで健幸になれる「まち」づくり

- ・都市のあり方（交通網や、歩道や公園整備，美的景観）そのものが健康に一定の影響を及ぼすという考えに基づく。
- ・美的景観の良い地域に住んでいる人やソーシャルキャピタル（社会的つながり）が高い地域ほど健康度が高い。
- ・そこに住んでいるだけで「歩いてしまう、歩き続けてしまう」まちづくりを目指す。
- ・地域の担い手である住民が、「健幸」を通じて主体的に健康維持・社会参加するためのしくみづくりを支援し、地域の活性化に貢献する。
- ・生活習慣病や寝たきりの予防が重要であり、この実現には地域住民全体の日常の身体活動量を底上げさせることがカギとなる。例えば、自動車の流入を制限する地区をつくり、近隣の住民が歩くようになると、日常の身体活動量が増加することで健康度が向上し、医療費が抑制される、という取組をまちぐるみで実施する。
- ・これまで担当部局単独で進められていた健康づくりとまちづくりを連携させる。

<なぜ健幸都市づくりを進めるの？>



近年、健康を取り巻く環境は、超高齢社会の進行や車利用に依存したライフスタイルの多様化などにより大きく変化し、食習慣や運動不足などに起因する、がんや糖尿病といった生活習慣病が増加しています。そして、医療費や介護給付費などの社会保障費の増加が大きな社会問題になっています。

これらの社会問題を背景に、市では皆さんが健康で生きがいをもって暮らせるまちづくりを進めていくことが必要であると捉え、生活習慣病や寝たきり予防を踏まえた健康づくりと、健康につながる都市づくりのあり方を視点に取り入れたまちづくりを推進していきます。

< どんなことをしていくの? >

市民の皆さんが健康で生きがいをもって暮らせるまちづくりを進めていくため、市民の意識、行動パターン、ライフスタイルなどをプラスとなる方向へ変えていただこうと、健康づくりとまちづくりを連動させた各種の事業に取り組みます。

健康づくりそして移動の基本となる「歩く」こと、「外に出てみる」ことから、まずは始めてみませんか。

～歩く，体を動かす～

○多くの市民の皆さんから参加いただける健康・食育イベントや教室の開催

- ・健康づくり支援事業
- ・ウォーキングイベント
- ・健康遊具の活用

～歩きたくなる，歩いてしまう～

○まちを歩いて楽しめるような、歩行者や自転車にとってやさしい空間づくり

- ・歩道や自転車道の整備
- ・ウォーキングマップの作成

～歩いて暮らせる，出かけやすい～

○お年寄りでも安心して移動できる公共交通の充実と利用の促進

