

健康長寿のまち・京都推進プロジェクトについて

京都市では、市民の健康寿命を平均寿命に近づけ、年齢を重ねても一人ひとりのいのちが輝き、地域の支え手としても活躍できる、活力ある社会「健康長寿のまち・京都」の実現に向けた取組を推進している。

平成27年度は、6月に全庁横断的な組織として、「健康長寿のまち・京都推進本部」を設置し、11月には、市民団体、企業等で構成する「健康長寿のまち・京都市民会議（準備会）」を設置するとともに、キックオフイベントを実施するなど、市民ぐるみの健康づくりの仕組みの構築に向けて、準備を進めてきた。

今年度の取組成果をしっかりと活かしながら、平成28年度から、本格的な「健康長寿のまち・京都」推進プロジェクトのスタートを切っていくため、幅広い市民団体や企業等が参加する「健康長寿のまち・京都市民会議」と連携し、市民参加を促す機運の醸成や、多様な機会の創出、情報発信等に取り組むことで、市民一人ひとりの主体的な健康づくりを推進し、全ての市民の参加の下で、活力ある地域社会の実現を目指していく。

新たな取組「健康長寿のまち・京都推進プロジェクト」

「施策の融合」

⇒ 本市の関係施策の徹底的な「融合」による、市民の主体的な取組のための「仕組みづくり」

「市民との共汗」

⇒ 幅広い市民団体、関係機関、民間企業等、との「共汗」による、市民ぐるみの運動

連携して推進

今後の取組 ～ 全体方針 ～

様々な市民団体等や地域コミュニティの力を源泉として、健康寿命の延伸に向けた理念や取組の浸透を図り、市民全体の機運を盛り上げる取組を推進する。

その機運の高まりを土台として、一人ひとりの市民が自分に合った取組に参加できるよう、幅広い市民団体等とも連携して、多様な健康づくりの機会の創出や、情報提供の充実に向けた取組を推進する。

さらに、様々なコミュニティの中での身近な仲間同士からの声掛けや励まし合いによって、全ての市民の多様な健康づくり活動への参加を促し、一人ひとりの命が輝き、年齢を重ねても、いきいきと活躍できる地域社会「健康長寿のまち・京都」を実現する。

28年度 新規事業

1 「健康長寿のまち・京都市民会議」の運営支援

昨年11月に72の市民団体等により準備会を立ち上げた「健康長寿のまち・京都市民会議」については、5月頃の正式発足に向け、更なる参画団体の拡充に取り組んでいくとともに、先般、広く市民から公募した「健康長寿のまち・京都」の実現のための目標（キャッチコピー）とロゴマークについても、正式発足を見据えて、市民団体の中での選定作業を進めていく。

また、市民会議を通じて、目標、ロゴマークをはじめ、健康寿命の延伸に向けた理念の普及や取組の情報発信に取り組むとともに、本市が市民会議の事務局として各構成団体の連携促進を図ることで多様な機会を創出し、ライフステージに応じた健康づくりを市民ぐるみで推進していく。

2 広報活動の推進

市民主体の健康づくりの推進に向け、「健康長寿のまち・京都」の理念や取組を総合的に情報発信するポータルサイトを開設し、市民が自分にあった健康づくりの取組を始めるきっかけづくりを促進する。また、市民しんぶんやチラシ、ポスター等、様々な広報媒体を活用するとともに、市民会議と連携しつつ、情報発信の充実に努める。

3 「健康長寿のまち・京都」に係るイベント開催

「健康長寿のまち・京都市民会議」の正式発足を記念するイベントや、健康づくりの活動発表、ブース出展等による普及啓発を行う健康づくりイベントを開催する等、あらゆる機会を通じた市民周知、普及啓発等により、健康寿命の延伸に向けた機運の醸成を図る。

4 健康ポイント事業の実施による健康づくりの推進

健康ポイントは、健康づくり活動に取り組む人の努力と成果に応じてポイントを獲得し、日々の活動成果を「見える化」するとともに、ポイントを貯めることで健康づくりの景品等が抽選でもらえる仕組みであり、健康に関心のある方だけでなく、関心のない方にも行動変容を促すためのインセンティブとして、他都市においても取組例がある。

健康ポイント事業の開始に向け、今後、市民会議の協力も得ながら、しっかりと事業の周知に努めるとともに、一人でも多くの市民の皆様に参加いただき、健康ポイント事業を通じた市民主体の健康づくりの推進に取り組んでいく。

健康ポイント事業

趣旨

健康づくり活動の達成感を得つつ取組を継続し、習慣としていくための仕組みとして、活動を「見える化」する。

対象者

参加目標数：1万人

市内在住の18歳以上の方（高校生除く。）

身近な仲間からの声掛けによって、健康づくりの輪が広がる。

誰もが理解しやすい。

～ポイント台紙～

毎日ポイント

<内容>

参加者自身が、日々の健康づくり活動の目標を設定し、達成によりポイントを獲得する。

<目的>

身体活動のほか、文化活動も対象とすることで、心身共に健康になることを目指していくもの。

「1日8千歩歩く」、「野菜を毎食食べる」など自らが取り組む目標を設定



健診ポイント

<内容>

各種健（検）診事業の受診によりポイントを獲得する。

<目的>

健（検）診の受診の啓発につなげる。

各種健（検）診受診



お出かけポイント

<内容>

市民会議の構成団体、本市の健康、文化関連のイベント参加や施設利用等によりポイントを獲得する。

<目的>

健康づくりの取組の輪を広げつつ、併せて既存事業の活性化を図る。

ウォーキングイベント、食育セミナーなどの参加、神社仏閣や博物館の施設の利用など



応募抽選による景品