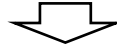


25 健康づくり施策の広報・啓発について

1 広報・啓発実施の目的

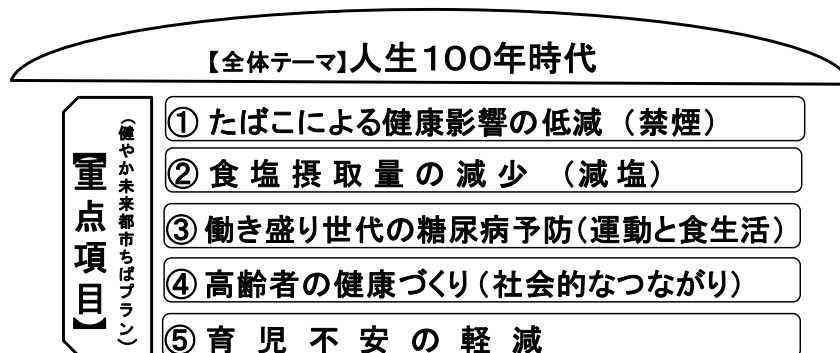
「人生100年時代」を迎え、千葉市においても、100歳以上の高齢者が300人を超えるなど、100歳まで生きることが珍しくない社会となっている。このような中、誰もが健康でいきいきと暮らせる社会を実現することが課題となっているが、市民アンケートの結果によると、日頃健康づくりに取り組んでいる市民の割合は約5割となっている。また、平均で自分の寿命を80歳程度と考えており、現状と市民の意識との間に差があることが分かった。



市民の意識醸成を図り、主体的に健康づくりに取り組む市民を増やす必要があることから、健康づくりの重要性について広報・啓発を実施する。

2 全体テーマ「人生100年時代」と5つの重点項目

健康寿命を延ばすため、「健やか未来都市ちばプラン」の中間評価・見直しの内容を踏まえ、「人生100年時代」と5つの重点項目を中心に健康づくりに関する広報・啓発に取り組んでいく。



3 コンセプト

6つの各要素についてコンセプトを設定し、他部局と幅広く連携しながら、意識醸成を図る。

(1) 人生100年時代

- 人生100年時代は、人生の後半が伸びることではなく、全体が伸びること。
- 健康づくりも、「長生きするため」から、「人生を豊かに生きるため」のものへ。
- 地域共生社会の観点から、健康な人も病気や障害のある人も含めて、より多くの人が共感できること。

(2) 5つの重点項目

① たばこによる健康影響の低減（禁煙）

- 禁煙：たばこをやめることで得られるものを訴求
 - ・禁煙は、不自由を強いられるイメージを持たれがちだが、それを逆手にとって、禁煙することで活動の範囲が広がり自由になれることを訴求。
- 受動喫煙：喫煙者の身近に「守れる健康」があることを訴求。
 - ・自分のためよりも、大切にしたい誰かのためであれば、より頑張れるという行動心理の知見を活かし、受動喫煙に配慮することで、自分の周囲の人、特に子どもの健康が守れることを訴求。

② 食塩摂取量の減少（減塩）

- うま味を活用した「味気ある減塩」を訴求
- 特に子どもの時からの味覚が重要なため、子どもを持つ親に対するアプローチを行う。

③ 働き盛り世代の糖尿病予防（運動と食生活）

- 「人生100年時代」を若い頃から意識してもらえるように訴求。
- 運動や健康的な食生活に関する施策と「人生100年時代」とを関連付けて訴求。

④ 高齢者の健康づくり（社会的なつながり）

- 人とのつながりが、健康につながることを訴求。
- 現役引退後の市民に、新たな役割を与えたり、人とのつながりを持つきっかけを作る。

⑤ 育児不安の軽減

- 困ったときに周囲からサポートが得られると感じられ、安心して子育てができるよう訴求。

4 実施事業（案）

人生 100 年 時 代	<p>キャッチフレーズ「100年を生きる。」及びロゴマークの策定</p> <p>○健康づくり関連事業で、统一的にキャッチフレーズとロゴマークを使用する。市制100周年事業との連携を図り、人生100年時代についての市民の認知度を高める。</p>
	<p>広報担当大使の任命</p> <p>○千葉市に縁がある著名人を広報担当大使に任命する。</p>
	<p>「100年を生きる。」宣言</p> <p>○市民に「100年を生きる。」宣言をしてもらい、100歳まで生きるには自分は何をすべきかなどを考えることにより、健康づくりに取り組むきっかけづくりにしてもらう。</p>
	<p>人生100年時代写真展の開催</p> <p>○市制100周年を意識しつつ、市民の日常から、人生100年時代を感じさせる1コマを募集する。</p>
	<p>100年前と現在とを比較するデータの活用</p> <p>○健康や食生活等について、100年前と現在とを比べるデータを取り上げて、リーフレットに掲載するなど、他事業での活用を図る。</p>
	<p>人生100年時代動画の制作</p> <p>○「あなたにとっての健康とは」などを問う、市民参加型のメッセージコンテンツを制作し、配信する。</p>
重 点 項 目	<p>【項目①】 受動喫煙防止条例の施行や子どもに関する禁煙施策との連携</p> <p>○受動喫煙防止条例の施行に向けた取組みや、子どもを守るため禁煙施策と連携し、啓発を行う。</p>
	<p>【項目②】 小売店（スーパーマーケット等）との連携及び各区開催の調理実習を通じた啓発</p> <p>○スーパーのイベント会場等で千葉市の減塩に関する取組みを周知するほか、うま味を活用したおいしい減塩献立を各区の調理実習で紹介。</p>
	<p>【項目③】 健康づくり事業との連携（ウォーキングの促進等）</p> <p>○健康づくり事業（ウォーキングの促進等）と連携し、人生100年時代に向けた取組みとして啓発を行う。</p>
	<p>【項目④】 高齢者の社会的なつながりづくり</p> <p>○高齢者向けの事業を集約したリーフレットを作成。それぞれの「居場所」や「出番」の選択肢を紹介し、ロールモデルを提示する。</p>
	<p>【項目⑤】 子育て支援事業との連携（安心して子育てができる環境の周知）</p> <p>○育児不安を抱えた親のいざというときの相談先（母子健康包括支援センター・子育てナビ）や、その他の子育て支援事業（地域子育て支援拠点事業、子育て支援コンシェルジュ等）と連携した周知・啓発を行う。</p>