

基本目標3 「男女が生涯にわたって健康で安心して暮らせるまち」

近年の医学・医療技術の進歩により、日本人の平均寿命は男性が78.5歳、女性が85.5歳と年々伸びており、市民の健康に対する意識も高まっていますが、高齢化の進行とともに、「寝たきり」や「認知症」などによって介護を必要とする高齢者が増加しています。

また、生活習慣病の増加や家庭における食生活に関する教育力の低下、ストレスから起こる心身の病気など、健康に対する新たな不安も高まっています。

健康であること、生きがいを持つことは、人間が幸せに生きるための基礎的条件であるとともに、男女共同参画社会の形成に当たっての前提と言えます。高齢者や障害者を社会的に支援する体制を確立するとともに、市民一人ひとりの、「自分の健康は自分で守る」という意識を高めるよう働きかけていくことが重要です。

特に女性の場合、妊娠や出産という身体的機能を持つことから、男性とは異なる健康上の問題について、生涯を通じた配慮がなされる必要があります。

誰もが生涯にわたって心身ともに健康に過ごすため、市民の健康管理に対する意識づくりを推進するとともに、各種健康診断や健康相談、身体に悪影響を及ぼす生活習慣の改善、スポーツ活動の充実を通じて健康の保持・増進を図ります。

また、母性保護の観点から、母子保健施策の充実を図るとともに、乳幼児期から高齢期まで安心して暮らすことができるよう、ライフサイクルに応じた社会的支援体制の確立に努めます。

1 生涯にわたる心と身体の健康づくりの推進

【現状と課題】

2006年（平成18年）に花巻市が行った「まちづくり市民アンケート」によると、「心身ともに健康だと思う。」と回答した人の割合は、63.7%となっています。また、多くの市民が、日常生活の中で、様々な形で健康管理に取り組んでいることがわかります。

誰もが、生涯を通じて自立し、健康な生活を送るためには、自分の健康を自分で管理できることが重要なことから、疾病の早期発見・早期治療をはじめ、「自分の健康は自分で守る」という意識づくりや食生活の改善、スポーツの推進等による健康づくりを総合的に進める必要があります。

また、急速に変化する社会状況の中、様々なストレスや悩みを抱え、心の病を患う人も増加しており、*メンタルヘルス対策の充実に向けた社会的な取り組みが求められています。

図8 あなたは、心身ともに健康だと思いますか（回答者 1,506名）

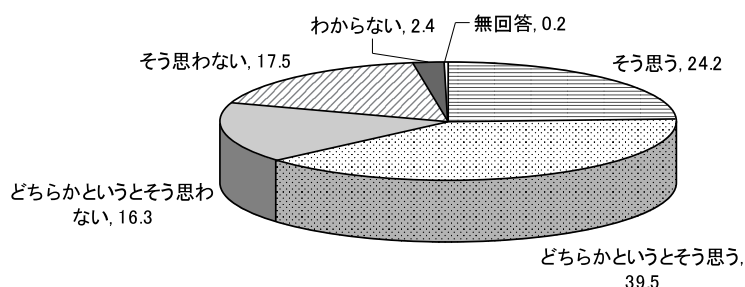
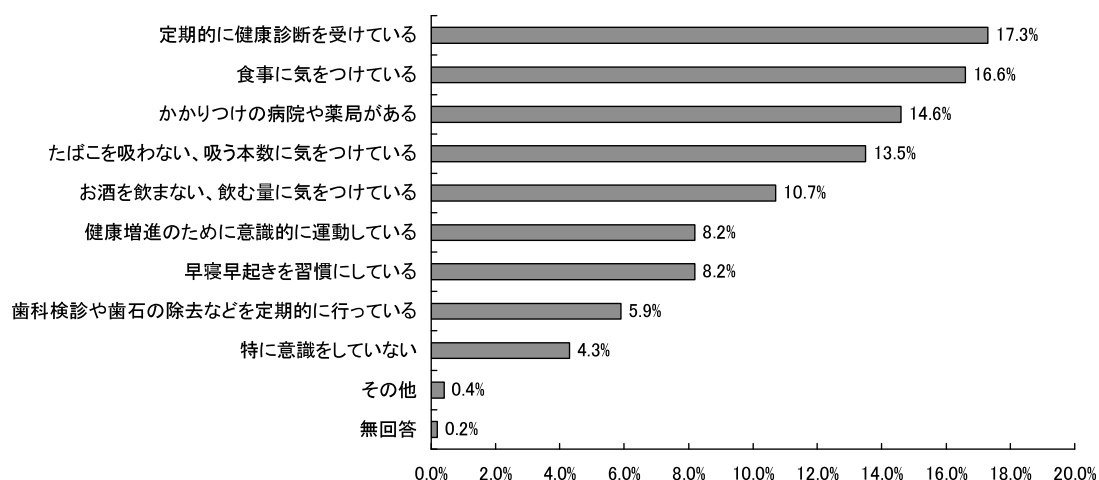


図9 あなたは、健康管理について、日常生活の中で取り組んでいることがありますか？

（回答者数 1,506名・複数回答）



花巻市「まちづくり市民アンケート」（2006年）より

※ 「メンタルヘルス」

「心の健康」と訳されています。健康であるということは、身体はもとより心の問題を含めて健全であるということです。メンタルヘルスの目的は、心身ともに充実した健康状態を目指すことです。

【施策の展開】

(1) 地域における健康づくりの推進

保健推進委員の活動等を通じて地域における健康に対する意識の高揚を図ります。

- ① 保健推進委員活動の充実
- ② 健康相談事業の実施

(2) 健康で安全・安心な食生活を送るための啓発活動の充実

健康の基本となる食生活の重要性について市民の認識を深めるとともに、食を通して子どもの心身の健全な発育が図られるよう食育を推進します。

- ① 食生活改善推進員活動への支援
- ② 食育の推進

(3) 生涯にわたりスポーツ活動ができる環境の整備

日常的に取り組めるスポーツ・レクリエーション活動への参加を促進し、生涯にわたり健康を保持することを支援します。

- ① 生涯スポーツ・レクリエーションの普及
- ② 体育施設の充実

(4) 心の健康づくりの推進

心の健康に関する正しい理解と健康保持の方法について普及・啓発に努めるとともに、相談窓口の充実を図ります。

- ① 心の健康に関する情報の提供
- ② 心の健康相談の充実

2 生涯を通じた女性の健康支援

【現状と課題】

女性には、身体的に妊娠や出産のための機能が備わっており、生涯を通じて男性と異なる身体的、精神的、社会的な健康上の問題に直面します。

これに関しては、女性が生涯にわたって健康で主体的に生きることができるよう「性と生殖に関する健康と権利（*リプロダクティブ・ヘルス/ライツ）」という考え方が1994年（平成6年）の国際人口・開発会議で提唱され、女性の人権の一分野として認識されるようになりました。

この考え方をもとに、女性の健康に関して、男女ともに十分な理解がなされ、尊重されるような社会環境づくりが必要です。

また、安心して妊娠・出産ができるための医療体制の充実や母子保健水準の維持向上、思春期・更年期等、女性の年齢に応じた心と身体の健康づくり支援が求められています。

※「リプロダクティブ・ヘルス/ライツ」

個人、特に女性の健康の自己決定権を保障する考え方で、健康とは単に疾病や病弱でないことではなく、身体的、精神的、社会的に良好な状態であることを意味し、全ての人々の基本的人権として位置づける理念です。

いつ何人子どもを産むか産まないかを選ぶ自由をもつこと、安全で満足のいく性生活が送れること、安全な妊娠・出産ができること、子どもが健康に生まれ育つことを基本とし、性と生殖に関する健康、生命の安全を女性のライフサイクルを通して、権利として捉えようというものです。

【施策の展開】

(1) 「性と生」の重要性についての認識の浸透

性に関する正しい理解と知識を高めるとともに、産む性としての母性の尊重と命の大切さについて認識することができるように、家庭や学校、社会のそれぞれの場を通じて、教育・啓発の推進に努めます。

①発達段階に応じた「性と生」に関する教育の充実

(2) 妊娠・出産等に関する健康支援

妊娠・出産が安全に行われるよう保健医療体制の充実に努めるとともに、妊娠・出産に対する男性の理解と関わりを促すための啓発を進めます。

また、子宮がん、乳がん、骨粗しょう症などの検診を通じて、女性特有の病気の予防対策を図ります。

- ① 妊産婦・新生児・乳幼児等に対する健診事業の推進
- ② 母親学級・両親学級の開催
- ③ 婦人科検診事業の推進
- ④ 医療体制の充実

3 高齢者等が安心して暮らせる環境づくり

【現状と課題】

全国的に高齢化が進む中で、2005年（平成17年）の花巻市の高齢化率（全人口に占める65歳以上の割合）は25.8%に達し、4人に1人は高齢者という状況になっています。

高齢社会を豊かで活力ある社会にするには、高齢者の男女が社会とのかかわりを持ち続け、他の世代とともに社会を支える重要な一員としての役割を担うことが求められています。

一方で、高齢化とともに少子化や核家族化などの進行により、高齢者の一人暮らし世帯や高齢者夫婦のみの世帯が増えていることもあり、高齢者の介護に関わる問題は、高齢化社会の大きな課題であるとともに、老後の不安要因となっています。

このような状況の中で、高齢者が健康で生きがいをもち、充実した生活を送り、必要に応じて、質の高い介護サービスを受けられるなど、地域で安心して暮らすことができる社会的な支援体制が必要です。

【施策の展開】

(1) 介護を社会的に支える体制の整備

高齢者の健康支援と介護を地域で支える体制の整備を図ります。

- ① 健康づくりと介護予防の推進
- ② 介護サービスの充実
- ③ 地域ネットワークの整備

(2) 高齢者の社会参加と生きがいづくりの推進

高齢者が生き生きと社会に参加し、生きがいをもって暮らせるよう支援します。

- ① 高齢者への就業機会提供の促進
- ② 高齢者への学習機会の提供
- ③ 高齢者の各種活動への支援

(3) 人にやさしいまちづくりの推進

高齢者や障害者が安心して暮らせるまちづくりに努めます。

- ① 介護がしやすい住宅整備の促進
- ② 公共施設・道路等のバリアフリー化の推進