多摩市健幸まちづくり基本方針（概要版）

～健幸都市・多摩の創造に向けた、まちぐるみの取り組みの基本方針～

世代の多様性があり、市民の誰もが生涯を通じて「健幸」である都市＝「健幸都市」の実現へ

基本方針 ＝ 健幸まちづくりの全体像と行政としての健幸まちづくりに取り組む際の基本姿勢、当面の事業の方向性、成果指標の考え方等を示すもの。
全部署が健幸まちづくり担当部署であるという認識のもと、市民の健幸という共通の目的のため、様々な主体と連携を模索していく。

1 定 義

健康　**維持しうる心身機能※を**、必要に応じて適切な支援（医療・介護・生活支援等）を受けながら、**維持**又は**向上**させている状態

＋

幸せ　**自己肯定感**（長所も短所も含めて、自分の価値や存在を肯定できる感情）を持って、**主体的に行動**している状態

＝

健幸　自分らしく毎日いきいきと暮らしている状態

※加齢、障害、疾病により、心身機能に制限・困難がある場合においても、その状況下における健康がある

健幸都市

世代の多様性があり、市民の誰もが生涯を通じて「健幸」である都市

健幸都市実現への課題は、高齢者数や高齢者人口割合の急増への備え、維持への課題は、若い世代の流入及び定着の促進であるため、多様な世代が交流し合い、いきいき暮らすまちとなる必要がある。

健幸まちづくり

健幸都市・多摩の実現を目指す取り組み。
健康と幸せの獲得に繋がる知見をまちづくりに活かし、市民が健康で幸せな日々を過ごせるまちを、行政、市民、ＮＰＯ、団体、事業者、大学等が主体的に、又は、ともに連携・協働し、つくっていく取り組み。

2 健幸を実現する要素

～ 健康で、幸せで、自分らしく毎日いきいき暮らしている ～

健　○維持しうる心身機能を、必要に応じて適切な支援を受けながら、維持・向上させている

← ①健康的な生活（食事、運動、休息、口腔ケアｅｔｃ）
②適切な支援（医療・介護・生活支援等）

幸　○自己肯定感がある
○主体的に行動している

← ③ 学びの機会
④ 人との交流
気付きのきっかけ

- **健幸は市民一人ひとりが獲得するもの**
  - 健幸まちづくりの成否は、市民自身が健幸の獲得に向けた行動を取るかどうか
  - 行政が市民の興味・関心に働きかけるだけでなく、市民自らが企画・実施することも重要
- **市民の健幸まちづくりへの参画ルート**

STEP 1　自分を大切にし、自分自身を健幸にする
STEP 2　家族や友人など周りの人を健幸にする（健幸情報を伝える、健幸的な行動に誘うなど）
STEP 3　健幸まちづくり事業を企画・実施する
（地域活動に参加する、新たな活動やイベントを企画・運営するなど）

3 健幸まちづくりの体系と展開方針

3つの柱

- **健幸的な生活の獲得支援**
  - 意識啓発
  - 「健幸的な生活」を実践しやすい環境づくり
- **暮らしの安全・安心**
  - 多摩市版地域包括ケアシステム
  - 安全・安心を支える基盤整備
- **世代の多様性を増やす**
  - 子育てしやすい環境の充実
  - 持続発展教育・ESD教育の推進

展開方針

- **多摩市の魅力活用**（緑、歴史、文化、歩行者専用道路、公共施設、坂道・階段など）
- **市民の潜在力を引き出す**

4 健幸まちづくり事業分類（１１分類）

Ⅰ　健幸的な生活の獲得支援

①健康知識・情報を伝える
②人生を輝かせる死生観の獲得
③身体的な活動量を増やす
④健康的な食事を促す・支える
⑤学びの機会をつくる
⑥市民の役割をつくる
⑦市民が集う機会をつくる
⑧人と人のつながりをつくる

①③④は、健康づくりに無関心な層が一定程度存在するという認識のもと、
- 無関心なままでも健幸的な生活に誘導されるような「仕組み」づくり
- 無関心層にも届くような情報発信による無関心層の関心層化
- 関心があるが実際の行動に至っていない層を後押しする「きっかけ」づくり

に取り組む。

Ⅱ　暮らしの安全・安心

⑨医療、介護、生活支援等の社会サービス・ケアの質・量の充実を図る
⑩安全・安心を支える基盤整備（防災・防犯対策、公共施設、道路、公園等の維持・管理）

Ⅲ　世代の多様性を増やす

⑪市民の世代の多様性を増やす
（子育てに良好な環境の維持・充実、ニュータウン再生、若者世代に向けた魅力発信）

5 実施主体と行政の基本姿勢

- 健幸まちづくりは、市民の誰もが健康で幸せに過ごせるまちを目指して、**健康と幸せを獲得しやすい環境を整えていく**取り組み。
- 行政だけでなく、市民、ＮＰＯ、団体、事業者、大学等が**それぞれの立場で**主体的に実施できる。

【　行政の基本姿勢　】

□主体性の発揮
- 行政は取り組み全体を見通し、各主体の動きを待つだけでなく、働きかけや事業を実施

□行政が直接実施する事業
- 都市基盤の整備や介護保険制度の運用など、行政のみが担える事業
- 急速な高齢化への対応として重要な、健康管理の必要性の周知、各主体と協働した地域の見守り、生活支援体制の構築

□他主体による活動の側面支援、連携
- 各主体のネットワークづくりや、活動が自立し継続するよう、団体の法人化や少額ビジネス化を支援するなど

6 行政の実施体制

担当部署－すべての部署が健幸まちづくり担当

あらゆる施策・事業の企画立案及び実施において、事業の主目的として求める効果を低減しない範囲で、健幸都市の実現に寄与することはできないかを検討

○○課　○○課　○○課　○○課　○○課

部署横断的に連携する

市民の生活全般を捉えた働きかけ⇒関連部署の連携・協力が必要不可欠
- 積極的に他部署とアイディア共有
- 所管にとらわれず事業を実施するために最も適切な体制を模索・協力

全庁横断的な推進　（経営会議等）

選択と集中　長期的視野に立って、市民の健幸への寄与度の最大化を目指し、既存事業の見直しも含め、限りある行政資源を効果的に配分