



足利市の特徴 特に改善が必要な健康課題など

- ◆ **脳血管疾患による死亡率が高い**
全国平均の約2倍・栃木県平均の約1.5倍
足利市ははまだ20年前の栃木県の死亡率
- ◆ **健康課題の改善の遅れ**
健康あしかが21プラン(2期計画)の目標項目の約半数が悪化
少子高齢化等による地域力や組織力の低迷
- ◆ **がん検診受診率が低い**
H29 県内市町受診率 胃 25位/25市町 大腸 25位/25、肺 24位/25
- ◆ **約2割の住民が年に1回も血圧を測っていない** (安足)
- ◆ **主食・主菜・副菜の3つを組み合わせる人が少ない**
組み合わせる人がほとんどない人の割合 県内市町 1位/25
- ◆ **朝食を毎日食べる子どもの割合が減り、肥満傾向の児童が増えている**
- ◆ **働く世代の運動習慣を持つ人の割合が減っている**
- ◆ **生まれる子どもの数は減っているが、子育てに困難さを感じる親の割合は増えている**

〔参考〕◆SWC 首長研究会加盟自治体 (人口10~40万人規模都市中)
平均寿命 男女とも 23位/23自治体
基幹的公共交通路線の徒歩圏人口カバー率 23位/23自治体

- ◆健康管理にスマホアプリやパソコンソフトウェアを活用している割合が低い
栃木県 25位/25自治体
- ◆都道府県別の自家用乗用車1人当たり保有台数
栃木県 全国2位 (群馬県1位)

高血圧ゼロのまちづくり



スマートウェルネスあしかが

未来へ健幸なまちを繋いでいくため、
高血圧ゼロのまちづくり事業で、
健幸づくりを核としたコミュニティ再生を目指します。



健幸づくりを核としたコミュニティ再生

高血圧ゼロ、けん診未受診者ゼロ、
朝食の欠食ゼロ、健康づくり無関心層ゼロ
運動習慣のない人ゼロ、孤立している人ゼロ、ほか

令和2(2020)年度 SWC健幸づくり推進事業等

濃い味禁止 足利 減塩

濃い味禁止♥足利 減塩生活プロジェクト

- ◆市内公立保育所年長児童とその保護者、市内小学6年生とその保護者の、塩分摂取状況の実態調査と減塩教育を実施。
- ◆産学官民で連携した戦略会議を開催し、減塩を定着させる具体的かつ効果的な取組を検討。
- ◆成果の見える化と共有 (短期評価・長期評価)。
- ◆日本高血圧学会、足利大学等の学術団体等との連携。

病気になるたくない!

歩く

健幸マイレージ スマホ版『足すと』

- ◆スマホアプリ『Fun+Walk』(スポーツ庁配信)を活用。
- ◆運動習慣をもつ人の割合が低い、働く世代や子育て世代が、普段の生活の中で時間や場所を選ばず歩くことができる。
- ◆「歩いて地域の子どもの役に立つ」という次世代応援型で、50,000歩歩いて50円を小学校の図書代として寄附できる。
- ◆市内の企業や店舗に、運営の協力や協賛を得て実施。

子どもたちのために歩きたい!

情報を心に届ける 伝道師

健幸アンバサダー養成

- ◆まちの課題解決のためには、無関心層への情報伝達がカギとなる。
- ◆口コミ等で正確な健康情報を伝え、無関心層の行動変容につなげる、「心に届く情報の伝え方」「健康情報の提供法の実技・トレーニング実技」等のカリキュラムの養成講座を実施。
- ◆受講者は、スマートウェルネス推進員、健康づくりを推進する各種機関・団体、職域(企業・事業所)、市民。
- ◆講師は久野筑波大学教授ほか。

大切な人に伝えたい!

- ・足利大学連携協力
- ・足利長寿研究
- ・日本高血圧学会連携
- ・ウォーキングイベント「歩き愛です」「観光ロゲイニング」
- ・ウォーカブルシティ
- ・いくじい☆いくばあ講座
- ・早寝早起き朝ごはん
- ・Smart Wellness City 首長研究会
- ・健幸マイレージ
- ・商業施設の「健幸スタンプラリー」
- ・スニーカーピズ
- ・あしかが路線バスの旅事業
- ・ポールウォーキングの普及