

市民の健康づくり

市民一人一人が健康な状態を保ち、快適な生活となることを支援するため「健康増進計画」が策定されています。その計画の基本目標は「健康寿命の延伸」。健康寿命は、団塊の世代全員が後期高齢者となることで、その重要性は益々高まっています。

計画の基本方針には大きく3つ、「生活習慣病の改善・フレイル対策」「生活習慣病の発症予防・重症化予防」「誰もが自然に健康になれるまちづくり」が定められました。

「誰もが自然に健康になれるまちづくり」は、数年前から具体手法を交えて提案していたものです。

健康の関心度

関心あり	少しはあり	ほとんどない	全くない
45.3%	46.1%	7.1%	1.5%

計画に取り組むに当たって、現状の市民がどのような生活環境にあり、どのような健康状態にあるのかを数値化し、計画の最終段階に比較するために市民アンケートが行われました。（表は、アンケート結果の一部です）

「健康への関心」は高く出ていますが、これまでの議論では約7割が健康無関心層としてきた経緯があります。また、関心があったとしても行動に移していない方が多いのが現状のようです。

適塩への意識

いつも意識	できるだけ	余りしてない	全くしてない
11.2%	47.7%	33.1%	7.9%

「適塩」や「減塩」を市民が意識してなくても商品の製造段階で減塩対策をしたのがイギリスでした。日本でも、各食品メーカーが減塩食品を販売するようになり、意識の高低に関係なくなりつつあります。18～39歳は、「全くしてない」が

18.7%と多いことから、若い世代へのアプローチは積極的に取り組むことが必要です。

1日の睡眠

十分とれてる	まあまあ	余りとれてない	全くとれてない
18.0%	50.6%	28.1%	3.3%

メジャーリーガーの大谷選手が睡眠を重要視していることは有名ですし、近年、睡眠の重要性が情報番組等でよく取り上げられています。脳を休める時間であり、肉体の疲労回復のしかんでもありますが、記憶を定着させることや、昼

のちょっとした睡眠は仕事や勉強の生産性を上げることが知られてきました。これまで以上にクローズアップさせるべき分野です。

ストレスの有無

ない	ごくたまに	時々	多い	いつも
19.3%	19.9%	33.6%	17.2%	10.0%

左の表は、全体でのストレスの結果です。18～64歳までの「ストレス」の比率は、およそ10：15：35：25：15と、年代に関係なく同じような傾向が出ています。

心の状態の評価（＝うつの可能性）では、男性の18歳から39歳に悪い数字が出ています。

1日に歩く歩数

	5000歩未満	～6000歩	～7000歩	～8000歩	8000歩以上
全体	47.7%	18.7%	8.4%	9.1%	16.1%
65歳未満	38.3%	18.6%	9.8%	10.1%	23.2%
65歳以上	57.7%	18.9%	6.9%	8.0%	8.5%

表にはありませんが、「スマートフォンの保有率」の結果は92.5%でした。少々バイアスがかかっているかも知れませんが、スマホの保有が社会での標準装備になっていると窺える数字である

ことが、このアンケートの調査結果からは明らかとなりました。今後、行政からの健康に関する情報伝達や、アプリを使った健康管理・生活習慣の改善などをはじめ、あらゆる政策・情報伝達の手段として全世代にスマホでの取り組みの幅が広がったと考えております。

子どもの推移予測 ⇒ 子育て環境の変化

少子化が進む中、効果的な少子化対策は確立されていません。今は、子育て環境を改善する「子育て支援」によって、少子化対策につなげる取り組みとしております。（表は、子どもに関する数字です）

	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
出生数の見込み数	1,102人	1,076人	1,056人	1,040人	1,025人
保育所の入所見込み数	4,523人	4,411人	4,308人	4,191人	4,134人
入所可能数	4,644人	4,719人	4,719人	4,719人	4,719人

	平成12年	平成17年	平成22年	平成27年	令和2年
男性の未婚率	47.1%	48.4%	46.9%	45.6%	44.9%
女性の未婚率	35.4%	33.0%	36.7%	35.9%	37.2%
男性の労働者	78.4%	75.8%	73.0%	67.8%	69.0%
女性の労働者	46.8%	47.2%	47.9%	46.4%	49.0%

就学前の子ども（0～5歳）の数は、令和元年度の10,101人に比べ、令和6年度は8,667人と減少しており、その傾向は続くこととなります。そのようなトレンドにありながら、保育所などの施設入所児童数はこの数年横這い状態でした。それは女性の社会進出が要因でしたが、今後、施設入所数は減少に転じると推計されています。国の各種制度・システムは、人口増加を前提としてつくられているものが多く残っており、人口減少、少子高齢化社会に合せたものに変えなければなりません。その一つである本市の子ども関係施設については、機能転換の検討を担当課にすでに求めています。

ゴミの中身の調査 ⇒ さらなるゴミ減量へ

実際に出されている家庭系ゴミを、そのままの状態に収集し、広げ、ゴミの種類毎（全部で約100項目）に分類し、重量を量って割合を出したものが「ごみ質分析調査」です。その調査目的は、これまで取り組んできた施策が適切だったのかどうかを検証する根拠数字であり、今後、さらに循環型社会を形成するに当たっての資料となります

ゴミの種類毎の重量割合（単位は%） ※厨芥類とは、生ゴミを指します。

厨芥類	紙類	プラ類	繊維	草木	木片	ゴム皮革	ガラス	金属	陶器	その他
43.1	29.4	11.1	4.5	0.6	0.5	0.5	0.2	0.2	0.04	7.2

家庭系ゴミに含まれる資源物の割合

	厨芥類	紙類	プラ類	繊維	草木	金属	ガラス
令和6年度	38.9	11.4	8.2	2.1	0.6	0.5	0.1
平成28年度	38.3	15.1	7.3	0.8	1.4	1.3	0.2

常任委員会で視察に行った鹿児島県大崎町は、厨芥類と草木の割合が合計約6割あり、それら全てを堆肥として資源化しています。結果、大崎町のリサイクル率は80%を超えて推移しています。（本市のリサイクル率は20%強）生ゴミの集団回収は住民にとっても負担があり、2002年導入前には反発も大きかったようですが、450回を超える住民説明会を通し導入に至ったと説明を受けました。本市では、厨芥類を乾燥させてから捨てることとなれば焼却炉のダメージは軽減できます。紙類の分別が徹底できれば売却益が増加し、焼却炉の負荷の軽減になります。全てに住民の理解・協力が不可欠です。