

中村やすひろ通信



日頃より真心からのご支援に厚く御礼申し上げます。この度、杉並区は「健康づくり推進条例」を制定しました。条例の制定は、区としての、区民の健康増進を重視し、取り組む意思の表れであり、新たな展開への契機でもあると思います。ならば、それを実現する具体策が重要です。『健康新時代』へ、一層の施策の充実を推進してまいります。

2014年10月 中村 康弘

健康新時代

健やかでいきいきと暮らせる健康長寿の地域社会の実現を!



「杉並区健康づくり推進条例」が制定されました。

杉並区の平均寿命は全国自治体の中で上位。

(東京都ではトップ)〈右表〉

平均寿命の伸びに対し、健康寿命は横ばい。〈グラフ〉

●健康寿命を阻害する三大要因

「内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)」

「運動器症候群(ロコモティブシンドローム)」

「認知症」

【健康づくり推進条例の主な内容】

- 区民の皆さんが生涯にわたって健やかでいきいきと暮らせる健康長寿の地域社会の実現をめざす条例です。
- 区民、事業者、関係団体等と区が連携・協働して健康づくりに取り組むことを基本理念としています。
- ①身体の健康、②心の健康、③歯と口腔の健康、等において健康づくりを進め、それぞれの分野に目標・指標を設定します。
- 専門家を交えた健康づくり推進協議会で、関係する施策について必要な調査や審議を行います。



＜全国1858市区町村・上位10位＞

順位	男性			順位	女性		
	都道府県	市区町村	平均寿命(歳)		都道府県	市区町村	平均寿命(歳)
1	長野県	北安曇郡 上水内郡	82.7	1	千葉県	中津郡	80
2	神奈川県	川崎市 宮前区	82.1	2	東京都	豊島区	80.4
3	神奈川県	横浜市 都筑区	82.1	3	北海道	札幌市 市北区	80.4
4	長野県	信濃市	82	4	東京都	荒川区	80.3
5	千葉県	市川市	81.9	5	東京都	大田区	80.3
6	東京都	杉並区	81.9	6	東京都	目黒区	80.3
7	東京都	中央区	81.9	7	東京都	豊島区	80.3
8	東京都	港区	81.9	8	東京都	中央区	80.3
9	東京都	杉並区	81.9	9	東京都	豊島区	80.2
10	東京都	港区	81.8	10	東京都	杉並区	80.2



【現在の主な区の健康・医療施策】

健康づくりリーダー講座	すぎなみ地域大学で健康に関する最新の知識や技術を学び、修了後は地域で健康づくりの普及啓発活動を行います。(26年度の申し込みは終了しました)
がん検診の推進	すべてのがん検診が、自己負担金500円以下で受けられます。
長寿応援ポイント事業	健康増進・介護予防等元気高齢者の活動を支援します。
認知症サポーター	ケア24等で講座を受け認知症に対する理解を深められます。
在宅医療相談調整窓口	在宅での療養に関する必要な情報提供や各機関との調整・支援を行います。
心の健康相談	保健センターで保健師が随時、また相談日を設け、精神科医が相談に応じます。

私は、これまで「がん対策」や「健康長寿」についての質問等、様々な機会でご健康増進を訴えてまいりましたので、今回の条例の制定に、微力ながら貢献できたと思います。大切なのは今後いかに、条例に「実効性」を持たせられるか。さらに頑張っていきたいと思います。



食と健康を考える。 ～ 三谷小学校での「食育」の取り組みについて ～



杉並区立三谷小学校は今年度、先進的な食育の取り組みを行うモデル校として文部科学省が推進する「スーパー食育スクール(SSS)」指定校に選定されています。先日、3年生の家庭科の授業での、玉子焼きの調理実習を見学しました。

三谷小は「学校・家庭での和食推進の取り組みを通じた社会性の向上と生活リズムの改善」をテーマに、農作物の栽培や、和食中心の弁当を自分で作って持ち寄る「弁当の日」の設置などを行っています。

【三谷小SSSの取り組み概要】

1. 和食教育の充実

家庭科・社会科・体育科など全教育活動で和食教育の推進、和食料理人における保護者講演。

2. 学校給食における国産食材を活用した和食給食回数の向上

学校給食における地産地消の導入と国産食材比率の向上、国産食材を活用した和食給食メニューの紹介等。※ 三谷小の給食の和食率は75%(1学期)

3. 和食食材の栽培

全校あがりの和食食材の栽培、三谷小収穫祭、弁当の日、地域の農家・都立農芸高校との連携等。

4. 食と農・水産に関わる方々との交流

忍野村での田植え、とうもろこし栽培、地域の農家や農芸高校での芋掘り体験、農水産業に関わる人との交流(忍野村米農家、北海道天塩漁港など)等

5. 地域への発信

学級園で栽培されたものを地域に販売、校内でとれる銀杏で銀杏販売(東日本大震災への募金)等。

食育は、食や食文化を通して健康な心と身体をつくる教育であり、知育・徳育・体育の基礎となります。また食は、親から子へ、子から孫へと伝わっていく文化でもあります。大切にしていきたいと思います。



健康講座のお知らせ ～ 歯科と認知症 ～

歯がない人、よく噛めない人、かかりつけ医のない人は、認知症のリスクが高くなると言われています。歯と認知症の関係についての講座が開かれます。

【日時】平成26年11月9日(日) 午後1時～3時30分

【会場】勤労福祉会館(西荻地域区民センター)

第一部 基調講演 山本龍生 神奈川歯科大学准教授

第二部 パネルディスカッション(座長 細見洋泰 杉並区歯科医師会会長他)

【主催】杉並区歯科医師会

【後援】杉並区高齢者在宅支援課・杉並区医師会・杉並区薬剤師会



PROFILE

【プロフィール】

中村 康弘(なかもら やすひろ) 昭和41年12月14日生まれ 47歳

【経歴】

和歌山市出身。創価大学法学部卒・米サンダーバード国際経営大学院国際経営学修士(MBA)。専門商社海外営業(シンガポール駐在含む)、外資系電子部品メーカー製造部長を経て、平成19年4月より杉並区議会議員(現在2期目)

【主な役職】

公明党杉並総支部・庶務部長、杉並区議会公明党・副幹事長、政務調査会副会長

【委員会所属】

都市環境委員会、文化芸術・スポーツに関する特別委員会副委員長、平成26年決算特別委員会委員長(平成26年10月現在)



中村やすひろ

検索

http://www.komei.or.jp/km/y_nakamura/



TEL: (03)3312-2831(区議会控室)

発行: 杉並区議会議員 中村康弘

携帯電話からもアクセスできます