

「あなたにとって、今一番大切なのはどんなことですか」についての、自由回答を一部ご紹介します。

回答 (抜粋、要約)

- 20代 男性** ◆将来や今現在のお金のこと ◆自分の健康と安全 ◆人との会話(心の面で)
女性 ◆家族の日々の健康 ◆生活習慣の改善 ◆家族の健康で普段通りの生活
- 30代 男性** ◆家族全員の健康で楽しい生活 ◆将来年金で生活できるか
女性 ◆家族や友人、知人の存在 ◆子どもの将来、教育環境 ◆家族の健康で心豊かな暮らし
- 40代 男性** ◆家族との、楽しく健康的な暮らし ◆ケガや病気をしない体
女性 ◆家族の心身の健康 ◆家計を主とした生活設計のこと(20年後、老後と子どもたちの進学や就学の時期が重なるため) ◆家族と一緒に過ごす時間
- 50代 男性** ◆家族、夫婦の老後のこと ◆年金のこと ◆無事に子どもを結婚させ、65歳くらいまで仕事ができること
女性 ◆家族全員が仲良く過ごしていけること ◆老後、人に迷惑をかけずに生きること ◆退職後もお金に困らないような蓄え ◆趣味を通じた老後の生き方 ◆家族の健康
- 60代 男性** ◆仕事が続けられるために必要な健康管理(特に食生活) ◆老後のこと ◆健康、住む家、そこそこのお金と住みよい町 ◆家族に迷惑をかけないよう健康でいること ◆子どもの将来
女性 ◆配偶者の老後 ◆健康で毎日暮らせること ◆愛情や友情のことなど全部
- 70代 男性** ◆孫のこと ◆家族の健康 ◆人に迷惑をかけないこと ◆楽しみを持って生きること
女性 ◆家族のため毎日食事を作ること ◆健康で家族に迷惑をかけないこと ◆自分の健康管理および家族や近所の方とのコミュニケーション

●この結果から、町民は【家庭・家族】を中心に、【生命・健康】、【生活】、【将来】を大切にした生き方を望んでいることがわかりました。また、このような生き方を支える【お金・財産】、【仕事・信用】を持続的に確保するための行政のあり方が町の課題であることが示されました。

今回の2つの設問の結果から、町民が最も大切として求めている【生命・健康】、【家庭・家族】を豊かなものにするための具体的な生活行動として、【運動】、【栄養・食生活】、【休養・睡眠】、【疾病予

防・健康管理】のあり方を改善することが重要な課題と考えられます。特に、

女性の【栄養・食生活】に関する項目が高い位置付けとなったので、これらについて、具体的な生活状況に応じた運動の仕方、調理の仕方、メニューの提供などを町として検討していただきたい。

今回の 総評

NPO法人東アジア
ヘルスプロモーション
ネットワークセンター



うえだ あつし
上田 厚 理事長

～終わりに～

今回で生活習慣・食生活アンケート調査の結果報告を終了します。

毎回総評いただきました上田先生は、「この自由記述の部分が最も大事なところですよ。町民の生の声です」、「この声をきちんと受け止め、**町でできることは何か、何が必要なのかを町民と一緒に考えることが大事です**」と常々言い続けられていました。

今後、町では「益城町第2期健康づくり推進計画」の基本理念である「町民が生涯にわたって生きがいを持ち、豊かで楽しい生活を送ることができ

るまち」、および「食育推進計画」の基本理念である「みんなで食べて、笑って、『食』で育むところから」に基づいた行政サービスを効果的に実行するために、今回の調査結果を踏まえ、「健康」、「運動」、「栄養・食生活」をキーワードに**町民一人一人のライフスタイルをより良くしていく**ための施策を実施していく予定です。

今年度は、認知度の低かった「CKD」、「ロコモティブシンドローム」について出前講座や健康教室などで周知を行っています。

☎保健福祉センターはぴねす ☎ 234-6123