

東木ひさよ



おれんじ通信 第22号

**「人生 100 年時代、
健康寿命の延伸で活力あるふじさわづくりを！」**

藤沢市は「健康寿命日本一」を掲げています！

健康格差を縮める「運動」「栄養」「社会参加」を浸透させて、いつまでも自分らしく可能性に挑戦し、アクティブに年齢を重ねていけるよう、具体的な提案を行いました。



「健康寿命日本一のふじさわ」へ！

人生 100 年の長寿の時代を、幸せを感じ希望溢れる安心の社会にするためには、平均寿命と健康寿命の格差(約 10 歳前後)を縮めることが大きな課題の一つです。今後は「予防」がキーワード。まずは「特定健康診査の受診率向上」や「生活習慣病予防」、「糖尿病性腎症の重度化予防」などのきめ細かい取り組みの強化を要望。また、東京大学高齢社会研究機構の飯島教授が提唱する、高齢者対象のフレイル(虚弱)、「運動」「栄養」「社会参加」の三本柱を浸透させて、暮らしの中で自然に歩きたくなる工夫などの環境整備、「学び」や「就労」、新たなチャレンジもできる、「生涯現役促進」への幅広い取り組みを訴えました！

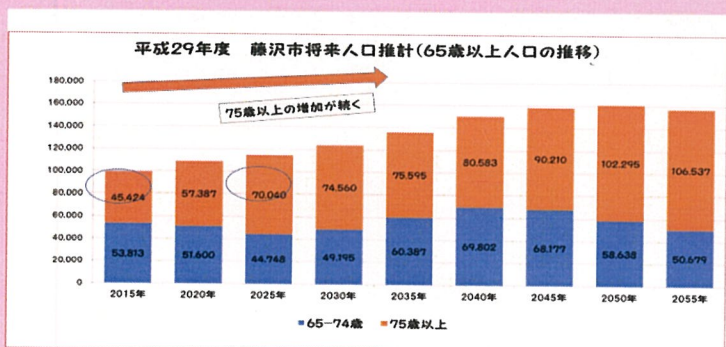


以下の項目を提案しました！

- ① 民間企業へ「健康経営」の取り組みの啓発。
- ② 駅や公共施設での階段等を思わず歩きたくなる楽しい工夫を！
- ③ 公園で気軽にできる、「認知症予防のコグニラダー」を設置！
- ④ 現在開催中の多様な介護予防講座を、市民が参加しやすい周知宣伝の工夫。
- ⑤ 新鮮野菜販売の「ふじさわ元気バザール」で、「ヘルシーメニューレシピ」の配布。
- ⑥ 東京 2020 へ、「夢ポイント付き夢カレンダー」の作成！

※身体活動やボランティアなどポイント手帳をカレンダーの付録として配布する

- ⑦ 「就労」「学び」「仲間づくり」「地域デビュー」、生涯現役促進への取り組みの強化



📊 藤沢市の今後の高齢者人口。
75歳以上が激増します。



遠藤・打戻・宮原など藤沢西北部地域の魅力を世界に発信！



市内西北部地域は、自然豊かな懐かしい風景、新鮮で良質な農産物、潜在的な魅力でいっぱいです。「竹炭まつり」「あじさいまつり」「彼岸花まつり」の遠藤三大まつり、そして目坂の「花桃の里」、宮原耕地の「れんげの里」、「ざる菊」など、住民の皆様の「我がふるさとの美しい自然を残したい！」との発露で、十数年前から自発的に環境整備に取り組み、イベントも開催。最近では市外・県外、そして姉妹都市交流団や外国人市民会議の方も訪れ、とても喜ばれています。最近の外国人旅行客は、地方の豊かな自然や歴史・文化に触れることや、地域住民との交流を好む傾向です。西北部地域の住民手作りによる素朴な「癒しの里」。その魅力をさらに磨き上げ、安らぎを求める海外の方が訪問できるよう、ホームページや SNS を活用効果的な情報発信を要望しました。



東京 2020 へ「選ばれる観光都市・ふじさわ」へ

以下の項目を提案し、早期の実現を訴えました！

- ① 西北部観光モデルルート造成、公式ホームページで魅力的・効果的な宣伝を！
- ② 健康の森の「フットパス」を活用し、慶応義塾大学・湘南慶応病院や民間との共同で、ヘルスツーリズムの開発。
- ③ 良質のふじさわ産農産物の観光客目線での宣伝強化。
- ④ 案内サイン、ルート案内の外国語対応。
- ⑤ 東京 2020 オリンピック目指して、多くの方に来訪される、観光都市・藤沢へ大発展を！

東木ひさよプロフィール

(ひがしき)

藤沢市議会議員2期、北海道旭川市出身、北海道立旭川東高、明治学院大学卒。

H30 年度 建設経済常任委員会副委員長、行政改革特別委員会委員

(H25、26 年度厚生環境常任委員会副委員長、H27、29 年度子ども文教常任委員会委員長

H28 年度総務常任委員会副委員長を歴任)

東木ひさよ Facebook コード



連絡先



&



(0466)88-1125



hisayo2011@yahoo.co.jp