

石巻市健康増進計画改訂版に対するパブリックコメント意見一覧

番号	項目	意見・提案の内容（要旨）	石巻市の考え方
1	こころの健康	<p>市民から寄せられた取り組みの「家族との会話を楽しみます」について、子ども達が独立し、老夫婦二人だけの生活で、いつも会話の内容は同じである。</p> <p>しかし、昨年から夫婦でパークゴルフを始め、趣味が同じなので話題が増えた。</p>	<p>ご意見のとおり、「こころの健康」の高齢期の世代別行動目標の「家族、地域の方々と交流を持ち、自分なりに楽しみながら生活しよう」とあるように、家族のみならず友達や地域の方々との交流がこころの健康づくりにはとても重要であると考えます。</p> <p>今後も、友人や地域の方々と一緒に体を動かしたり、会話を楽しむなどの取組を意識して続けていきたいと思えます。</p>
2	こころの健康	<p>市民から寄せられた取り組みの「友人と話し気分転換をします」について、ストレスはいろいろな病気を引き起こすので、友人と互いに話を聞き合い、良い関係を保っている。</p>	<p>市民健康調査結果によると、ストレスの有無については、「はい（ストレスがある）」の割合が72.8%となっています。「こころの健康」の学童期・思春期の世代別行動目標に「自分の気持ちを話し、相談できる人を持つ」とあるように、青年期・壮年期、高齢期における市民から寄せられた取組にも「相談できる人を増やします」とあるように市民が互いに傾聴できるための研修会等も取り組んでいきたいと考えています。</p> <p>今後も、気分転換、ストレス解消のために、ご友人との良好な関係を保つようお願いいたします。</p>
3	こころの健康	<p>市民から寄せられた取り組みの「十分に睡眠をとります」について、昨年朝のラジオ体操を始めて体調が良い。皆さんに声がけをして、体操をしたり会話を楽しみ、毎日気分良く、心が満たされると気分良く眠れる。</p>	<p>ご意見のとおり、体操等の体を動かすことは、心の回復力につながり、また、十分な睡眠をとることは、こころの健康には大変重要です。</p> <p>「身体活動・運動」の高齢期の世代別行動目標に「自分の健康状態に合わせて、仲間と楽しく体を動かす機会をつくろう」とあるように、市民にも広く周知していただきたいと考えています。</p> <p>今後も気分良く暮らせるよう、地域の方々や仲間と健康づくりに取り組んでいきたいと思えます。</p>

番号	項目	意見・提案の内容（要旨）	石巻市の考え方
4	身体活動・運動	<p>「気持ちを上げて数値をさげよう！」</p> <p>健康を維持するには、運動がしたくなる環境（公共の大きな公園等）があれば良いと思う。運動することでストレスが減る、体調が改善される等が期待できると思う。子どもについても、同じことが言えると思う。</p>	<p>ご意見のとおり、運動することがストレス解消や体調の改善につながると言われています。</p> <p>しかし、東日本大震災後、環境が変化したことにより、公園や運動施設が少なくなっている現状にあります。</p> <p>今後は、「身体活動・運動」の中目標「意識的に体を動かす人を増やします」をめざし、世代別行動目標を市民にも広く周知するとともに、楽しく体を動かしながら継続できる運動の機会や運動したくなる環境づくりについて、関連部署や各関係団体に検討し取り組んでいきたいと考えています。</p>
5	高齢者の健康	<p>「高齢者が活用しやすい環境づくり」</p> <p>高齢者だけではなく、いろんな世代があいさつや会話を通し、つながりを深めることが大切である。</p>	<p>ご意見のとおり、日頃のあいさつや会話は、人とのつながりやこころの健康を保つうえでも大変重要です。</p> <p>「こころの健康」の世代別行動目標の高齢期は「家族、地域の方々と交流を持ち、自分なりに楽しみながら生活しよう」や学童期・思春期は「お互いにあいさつし、家族や友達、地域の方々と交流しよう」と掲げております。</p> <p>地域でこころの健康づくりを推進するためにも、あいさつや交流を市民に広く周知していきたいと考えています。</p>
6	高齢者の健康	<p>「高齢者が活用しやすい環境づくり」</p> <p>既存の集会所や空き地を活用し、とにかく人が集まる場をつくるのが大切だと思う。</p>	<p>ご意見のとおり、地域や仲間とのコミュニティをつくっていくうえでも、交流の場が必要と思っています。</p> <p>「高齢者の健康」の市のこれからの取組「高齢者の交流の場や機会をつくれます」にあるように、地域包括支援センターや保健推進員等のご協力をいただき、既存の集会所等を活用しながら、高齢者の交流の場をつくっていききたいと考えています。</p>
7	高齢者の健康	<p>「高齢者が活用しやすい環境づくり」</p> <p>永年の経験や知恵を生かし活動できる場をつくることも大切である。</p>	<p>資料編の平成24年度応急仮設住宅入居者健康調査結果の「行事への参加状況」を見ますと、「参加している」の割合が、60～70歳代では約半数を占めていますが、全県よりやや低い傾向にありました。</p> <p>ご意見のとおり「高齢者の健康」の中目標として「高齢者の交流の場や機会を増やします」にあるように、その中で個々の経験や知恵が生かされ、活動できる場を市民の皆さんとともに、つくっていききたいと考えています。</p>

番号	項目	意見・提案の内容（要旨）	石巻市の考え方
8	テーマと スローガン	「飲み物選びは気をつけよう」を「飲みすぎ危険ほどほどに」にされてはどうか？	<p>ご意見のとおり、スローガン「飲み物選びは気をつけよう」のイラストがビールのため、誤解を招いたかと思えます。</p> <p>食生活の現状から、子供も大人も甘い飲み物の飲用状況を見ると、「毎日飲む」の割合が約3割と高く、それに伴い生活習慣病へのリスクも懸念されます。</p> <p>そのため、飲み物全般の中からできるだけ糖分の少ない飲み物を選んで飲んでほしいという思いを込めたスローガンとしましたので、ご理解をお願いいたします。</p> <p>なお、スローガンの誤解を招くイラストは変更いたします。</p>