

健康推進には一次予防を

健康づくりの当事者である市民の自主的な取り組みが必要。私も頸椎ヘルニアで痛い思いをしたが、一番効果的なのが、週2・3回の筋トレ・有酸素運動だった。もっと早くから運動を始めていればと今になって思う。とりわけ女性に多い骨粗鬆症も、若い時からの積み重ねが重要。PTA 世代への講座など、区から出向くことが必要ではないか。

区：3歳児検診の際には実施している。要請されれば出前講座を行っている

せのから：PTA 世代への積極的な働きかけの工夫が必要。たとえば、学校やふれあい館での検診や健康講座開を催し、自主グループを育成するなど行ったらどうか。

これまでの健康づくりは、「健康は守るもの」という視点に立ち、病気の早期発見・早期治療に重きがおかれていました。しかし、これからの健康づくりは、従来の考えを転換し、「健康はつくるもの」という視点に立ち、食習慣、運動習慣、飲酒・喫煙・ストレスなどの生活習慣を改善することで病気を予防する「一次予防※1」に取り組むことが重要です。



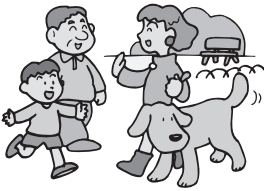
※1 「一次予防」とは、病気にならないように、普段から健康増進に努めること。病気の原因となるものを予防、改善すること。「二次予防」とは、定期健診などで病気を早期発見・早期治療すること。「三次予防」とは、病気にかかった後、治療を受け、心身の機能の回復や維持を図ること。

避難所訓練の推進を

全区で計画的に推進すべきである。その際、次のことを考慮してほしい。

- ・障がい者等災害弱者が町会と一緒に訓練に参加すれば、普段のつきあいにも役立つ
- ・外国人や通訳ボランティアの参加
- ・意思疎通が困難な人のために、コミュニケーションボード（絵でわかりやすく表示）の検討
- ・NPO アレルギー支援ネットワークなど市民団体と連携
- ・中学生が救援する側としての参加

区：計画作りが遅れているが、今後、検討していく



地域との共生をめざすマンションを

マンション建設ラッシュが続く。地域の保育・教育整備が間に合わない、災害時は大丈夫かと区民も困惑している。緑化への協力に加え、保育施設や防災、風害対策など指導要綱に盛り込む必要があるのではないか。災害時に利用できるマンホールトイレと井戸の設置なども考えられる。

区：指導要綱に盛り込むべき内容を吟味したい



子どもは
ほめて育てよう

子どもたちに自信をつける教育を

高校教員から、「『自分はだめだ』と自虐的になってしまっている高校生の教育は困難を伴う」と聞く。小学校のうちから、「やればできる」という経験を積み、自ら課題に挑戦する力をつけさせたい。低学力や家庭環境など課題を抱えている子どもはていねいに個別支援してほしい。

教育長：努力したい

