

「Walk 愛らんど 2014」の発刊によせて

他の区に先駆けて東区で健康づくり活動が取り組まれるようになってから、20年あまりが経ち、地域の皆様の中に健康づくり活動が定着しつつあるのではないかと思います。平成17年度にそれまでの「東区地域健康づくり代表者連絡会議」と「東区健康づくり懇話会」が統合され、名称が「東区健康づくり連絡協議会」（略称：健連協）に変わってからまもなく10年、行政、各団体、天使大学、札幌大谷大学、北海道体育大学校等のご協力のもと、地域の活性化、健康づくりにもつながっているように思います。



今年も「健康づくりフェスティバル」の開催にあたり、東区健康づくり情報誌「Walk 愛らんど 2014」を作成し皆様にお届けします。平成25年中に実施した各団体の活動状況が生き生きと紹介されています。

この冊子が皆様の健康づくり活動の参考となり、更に大きく飛躍することを願っております

平成26年2月 東区健康づくり連絡協議会 会長 駒込 昌弘

東区健康づくり連絡協議会の皆様、また東区で健康づくり活動に関わっていらっしゃる皆様、深々とした雪景色の中、今年も「ウォーク愛らんど 2014」の発刊の時期となりました。本冊子の刊行は、区民ウォーキング大会や健康づくりフェスティバルと同様に、皆様のご協力のもと継続してこられた企画であります。改めて感謝の意を表します。

さて、札幌市では、健康づくり基本計画である「健康さっぽろ 21」の第二次案が取りまとめられたところです。中味を見てみますと、「健康寿命の延伸」、「健康格差の縮小」、「健やかに産み育てる」の3点が全体目標として掲げられています。「健康寿命の延伸」については第一次計画に引き続きですが、今回はより具体的になっており、平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加を目指しています。「健康格差の縮小」は今回からの新しい目標であり、あらゆる世代の市民が、疾病や障がいの有無、経済状況に関わらず、「その人らしくすこやかに」生きることを実現を意味します。地域の様々な健康づくり団体、教育機関、保健医療団体、企業等が相互に、ソーシャルキャピタル（社会のつながり）を強化していくことによって、これらの目標を達成していくという考えです。行政はその「下支え」をする役割を担います。

日常生活における歩数（高齢の方たち）も現状値より1000歩ほど多い目標値が掲げられています。無理をせず「その人らしくすこやかに」歩くペースを維持していただければ、と思います。皆様の益々のご健康をお祈りいたしますと共に、次世代や新しいお仲間へのお声掛けなど、地域の健康づくり活動をさらに普及していただければ幸いです。

平成26年2月 東区保健福祉部 医事担当部長 坂井 多恵子