

地域医療・健康都市 小林市

特集 ① 「地域医療・健康都市 小林市」を宣言

小林市に住む全ての人が、ずっと元気に暮らしていけるように。「地域医療・健康都市 小林市」の宣言にはそんな思いが詰まっています。この宣言を機に、もう一度考えてみませんか？ふるさとの医療のこと。大切な自分や家族の健康のこと。

平成 26 年 3 月 1 日 健康フェスティバルにて宣言



3月1日、こばやし健康フェスティバルが文化会館で開催され、「地域医療・健康都市 小林市」が宣言されました。宣言文を読み上げたのは、市民有志からなる「地域医療を考える会」の会員ら。地域医療を考える会では、これまで地域医療や健康に関する都市宣言をテーマにワークショップを開くなど、市と手を取り合いながら宣言に向けて取り組んできました

のぼりが立っている施設で、ポイントカードを配付中

地域医療・健康都市 小林市

住み慣れた地域で安心して暮らし、健康で豊かな生活を送ることは、すべての市民の願いです。

また、限りある医療を大切に想い、地域医療を守り育てることは、地域にとって大変重要です。

ここに、私たち小林市民は、地域一体となった協働によって、地域医療を守り育て、健康長寿をめざす「地域医療・健康都市 小林市」を宣言します。

- かかりつけ医を持ち、健（検）診を受け、疾病の予防に努めます。
- 時間内の受診を心がけるなど、限りある医療を大切にします。
- 健康意識を高め、運動を始めとする生活習慣の向上を図るなど、できることから健康づくりに努めます。
- 上手に休養をとり、人とのつながりを大切に、いきいきと生活します。
- 食に感謝し、バランスの良い食生活を心がけます。

小林市が目指す「健康都市」は地域医療と健康づくりを重視

「都市宣言」とは、市町村が重視している課題について積極的に取り組むことを広く示すもので、全国各地の市町村が「健康都市」を宣言しています。しかし小林市の宣言は、他の市町村のものとは少し違います。それは文字通り「地域医療」が加わっていること。これは、私たちの健康と地域医療が密接に関係しており、どちらも欠かすことのできない「両輪」だと考えているからです。

「医療は有限」と言われるように、医師や看護師など医療の現場で働く人や、病院などの医療機関の数には限りがあります。また、一日に診療できる人数にも限りがあります。しかし、

高齢化が進むにつれ、その需要は増加していきます。救急医療も同じで、その現場は、激務をこなす限られた医師や看護師など医療スタッフの献身的な努力の上に成りたっています。過酷な労働環境は、医療の現場で働く人の減少にもつながりかねません。

今、わたしたちに必要なことは、現状を知り、限りある医療を皆で分かち合い、必要な人が必要ときに医療を受けられるようにすること。そして、一人一人が「健康」であること。運動をしたり、定期的に健診を受けるなど、健康維持や病気の予防に努めれば、限りある医療と共存していくことができます。市では、地域医療の充実を目指しながら、皆さんの健康づくりや病気の予防などを積極的に応援・支援していきます。

健康ポイント事業が始まります。国保の特定健診も無料に！

皆さんの健康づくりを応援する「健康づくりポイント」事業が4月から始まります。健診の受診、健康に関するイベント（ウォーキング大会、こばやし大運動会など）に参加しポイントを集めて応募すると、抽選で100人に賞品が当たります。18歳以上で市内に在

住、在勤している人であれば、誰でも参加可能。「ウォーキングなどの運動」「適正体重の維持」や「禁煙」など、日常の健康づくりにもポイントが入ります。詳しくは、「平成26年度健康づくりポイント」のチラシを確認ください。

また、市国民健康保健加入者の特定健診が今年度から無料になります。ぜひ受診し、健康づくりや病気の予防に役立ててください。

●インタビュー 地域医療を考える会会長 やました こうじ 山下 浩司 さん

全国でも珍しいこの宣言を日ごろから話題に

考える会では、これまで学習会などを開きながら、「健康都市」宣言についての勉強も重ねてきました。この宣言名に「地域医療」の文字を明確に入れる例は、全国でも非常に珍しいようです。これを日ごろから話題にしてほしいですね。すると、自然に健康や地域医療に対する関心が高まり、医療現場の実態も多くの人が理解するきっかけになると思います。まずは、みんなで考えることから。宣言が、そのきっかけになればいいですね。



この宣言名に「地域医療」の文字を明確に入れる例は、全国でも非常に珍しいようです。これを日ごろから話題にしてほしいですね。すると、自然に健康や地域医療に対する関心が高まり、医療現場の実態も多くの人が理解するきっかけになると思います。まずは、みんなで考えることから。宣言が、そのきっかけになればいいですね。