

質問者 本多 礼伊 議員（24番）

1 小中学生も参加でき健康になるまちづくり

ただいまの本多<sup>ほんだ</sup>礼伊<sup>れい</sup>議員のご質問にお答え申し上げます。

小中学生も参加でき健康になるまちづくり、についてであります。沼田市では、健康づくりに市全体で取り組むため、健康増進計画「健康ぬまた21」を策定し、「ころがかよいあう、活力あふれた健康なまちづくり」を基本理念として、「栄養・食生活」、「身体活動・運動」などの各分野の目標達成に向けて、各世代に応じた具体的な取組を推進しているところであります。

身体活動・運動の施策では、「自分に適した運動習慣を身につけ、楽しく継続する」ことを全世代の目標として、親子と0歳から19歳の青少年期では、「親と子のコミュニケーションを大切にし、親子で楽しむ運動」や「生涯にわたり運動習慣を身につける」ことを市の取組に掲げ、市民の皆さんには、「ゲームやテレビなどの時間を減らし、

楽しく身体を動かす時間を増やすこと」や「体調に合わせ、自分のペースで運動に取り組むこと」などの取組を推進しています。

また、平成30年度に「スマートウェルネスぬまた推進事業」を導入し、その取組の一つとして、活動量計を使用したウォーキングを推奨するとともに、健康ポイント制を取り入れており、貯まったポイントは、沼田市電子地域通貨「tengoo（てんぐー）」へ移行でき、市内の加盟店で利用いただいています。

市では、「ゲーム感覚で楽しみながら健康づくりを推進することや地域活性化にもつながる」、<sup>ほんだ</sup>本多議員のご意見も参考として、スマートウェルネスぬまた推進事業の参加年齢の見直しや事業内容等の検討も行い、「歩いて健康になるまちづくり」を、今後更に推進していきたいと思っております。

以上申し上げます、<sup>ほんだ れい</sup>本多礼伊議員のご質問に対する答弁とさせていただきます。