

コラム ぐりーんバス

公共交通の充実は、地球環境保全の面から二酸化炭素 CO₂ の排出削減に貢献することはもちろん、身近で安全性の高い交通手段であることから、身体機能の低下した高齢者や障害のある方々にも対応した公共交通利用のやさしいシステムやサービスの提供は福祉政策としても重要です。

流山市では、平成17年8月のつくばエクスプレス開業と、新駅を中心とした路線バスの新設・再編により市内の公共交通網は格段に向上しましたが、路線バスが通らない地区でバスの利用が見込める地区を中心に、流山市独自の交通手段として、タウンバス（名称：『流山ぐりーんバス』）の運行を計画しました。

平成17年11月に市内3ルートで運行を開始した『流山ぐりーんバス』は、駅への交通手段を公共交通とすることにより自家用車を減らすなどヒートアイランド抑制の一翼も担っています。

また、平成25年6月には「松ヶ丘・野々下ルート」の運行を開始し、市内5ルートで運行しています。

平成17年の開業以来、1日あたりの平均乗車率も上昇しており、平成25年度は1日平均1,871人・年間約70万人の方々にご利用をさせていただいており、平成25年8月には累計400万人を突破し、市民の身近な足として定着しています。



タウンバス（名称：『流山ぐりーんバス』）

コラム 食育の推進

食生活と運動は心身の健康の基本です。

ライフスタイルの変化や価値観の多様化にともない、外食の回数も増え、食事の内容も変化しています。

栄養バランスや生活習慣の乱れによる肥満や生活習慣病の増加、また、過剰なやせ志向など、「食」の乱れに伴う様々な課題が指摘されるようになりました。

流山市では子どもたちの健全な成長とすべての市民の皆さまの健康づくりのため、それぞれの成長に合わせた「食育」に取り組んでいます。

市内の公立保育所では季節ごとの行事や園児たち自らが食材を選んだオリジナルメニューの考案、お弁当づくりなどを実施しています。園児たちが食に興味・関心を持てるよう、その日に使う給食の野菜を実際に手で触ったり、においを嗅いでみたりしています。また、自分たちで野菜を育て、収穫し、食べる取り組みや、とうもろこしの皮をむいたり、枝豆のさやをとったりと、地元の食材を使っての体験を通じた食への関心づくりに力を入れています。そのほか、栄養バランスのとれた食事の大切さについても、食材を栄養素ごとに3つに分ける3色表を使うなどして興味を持てるよう工夫しています。

また、市内の全小・中学校では、平成22年度から学校給食のお米に流山産のコシヒカリを使用しています。そのうち11校では、地元農家から野菜を購入しており、学校給食に採れたての地元産野菜を使用しています。日ごろから子どもたちが地元の食材を食べることで、食や地域への関心を持つようになり、地産地消にも役立っています。そのほかにも給食調理員の方と交流する給食集会を開いたり、毎日の給食の献立を一言メモを付けて学校ホームページで公開したりしています。

保健センターでは、親子で学べる親子クッキング、健康づくり推進員による栄養講座などを、農政課では太巻き寿司教室や地元産野菜をたっぷり使った野菜料理講習会などを開催しています。



コラム 流山ロードレース大会

昭和43年度から開催した市民対象の流山マラソンを見直し、平成2年度に『流山ロードレース大会』として市内外からの参加者を募集し、競技力の向上と本市のアピールに努めてきました。

それ以降、流山ロードレース大会は、運動やスポーツの技術やレベルの向上と運動やスポーツを通じた活動や交流の場を増やすことを目的として毎年開催されています。

スタートとゴールともに流山おおたかの森駅の近くと交通の便がよく、毎年全国からランナーが参加する人気の大会です。

平成26年10月に開催された第23回流山ロードレース大会では、10キロの部と、距離が2キロと短く楽しみながら走れるファンランの部合わせて、今年は4,039人から申し込みがあり、ランナーの皆さんは市街地と緑の残る地域とが折り混ざったコースを力いっぱい駆け抜けました。

市民一人ひとりの健康づくりのために、流山ロードレース大会をはじめ、各種市民体育大会のほか、「みんなのスポーツ活動推進事業」（生涯学習課）のなかでは、だれでもが気軽に楽しくスポーツ活動に親しめるよう、コミュニティスポーツフェスティバルやスポーツレクリエーション祭、コミュニティスポーツのつどいなどを、体育指導委員やコミュニティスポーツリーダーなどの生涯スポーツ指導者とともに推進しています。

流山市では、健康都市宣言のまちとして、老若男女を問わず、身近な場所で気軽にスポーツ活動に親しめるような機会を提供していきます。



コラム 流山市健康づくり推進員

「健康づくり推進員」は、市の委嘱を受けて市民の健康づくりを手助けするボランティアです。

地域住民に密着した健康的な食生活及び総合的な健康づくりの普及と推進を図ることを目的として昭和51年に「保健推進員」として発足したことがその始まりです。

当時は自治会等地域の推薦により委嘱され、乳児訪問等を行っており、その後、昭和63年には自主的な活動を目指す協議会組織として市からの補助金により活動を開始しました。

また、選任方法についても従来の地域からの推薦から公募方式に改められました。平成26年10月末現在では男性6名、女性18名の方々に3年間の任期で委嘱しています。

市内を北部・中部・南部・東部に分け、推進員を配置し、地域に根ざした健康づくりを推進するための活動を行っています。

健康に関する研修を受講していただき、そこで習得された知識を地域で広めていただくために、「健康まつり」での啓発をはじめ、栄養講座や運動教室を開催するなど、積極的に熱意を込めて行っていただいています。

主な活動内容や特徴のある取り組みとして、地区栄養講座を企画・開催しています。「塩分控えめバランス食」「からだにやさしい食事」をテーマに栄養講座を開催するなど各地区でテーマを決め、献立を考え、レシピを作成しています。

また、運動講座も企画しており、地域でのウォーキング等の運動講座を開催することや、「流山市民健康まつり」へ参加するなど積極的に市民の健康づくりをサポートしていただいています。



コラム 歯と口腔を健康に

歯と口腔の健康は「食べる」ことだけでなく、全身の健康を保持するうえで非常に重要です。市民の健康の保持増進及び健康寿命の延伸に効果的な歯と口腔の健康づくりを進めていくために、平成26年7月1日から「流山市歯と口腔の健康づくり推進条例」が施行されました。

乳幼児期、学童期及び思春期において歯と口腔を健康に保つことは、心身の健全な成長につながります。また、成人の歯周疾患は、生活習慣病をはじめ、さまざまな全身の健康に関係しています。高齢者の方々にとっても、よく噛んで食べることができるかどうかは健康と生活の質にも大きく影響します。

「流山市歯と口腔の健康づくり推進条例」では、市民一人ひとりの歯と口腔の健康づくりの推進について、基本理念に定め、市が歯科医師等、教育等関係者及び市民がそれぞれ有する役割を明らかにし、相互に連携・協力して、市民の歯と口腔の健康づくりに関する施策を総合的かつ計画的に取り組みを推進することがうたわれ、市民一人ひとりが生涯にわたり、生き生きと元気に過ごせることを目的にしています。

流山市では、今後も子どもから高齢者に至るまで、すべてのライフステージにおいて、保健、医療、福祉、教育などさまざまな分野が実施する歯と口腔の健康づくりの事業を推進し市民の歯と口腔の健康づくりをサポートしていきます。

