

資料編

【用 語 解 説】

- ・ アニマルチェンジ
動物の動きをまねながら体を動かす遊び。(例) いぬ歩き、くま歩き、カンガルージャンプ等
- ・ 運動習慣のある市民
週 5 回以上、10 分以上のウォーキング又は何らかの運動を実施している人
- ・ 共食
家族と食事を共にすること。
- ・ エコファーマー
減農薬・減化学肥料を使い、自然環境にやさしい農業を行っている新潟県の認定を受けた農業者
- ・ 階層分析法
主観的な評価を統計理論に基づいて客観的に評価する仕組み
- ・ 行政評価
市の実施する施策及び事務事業が、適切に実施されているかを検証するための取組み。
前年度実施した施策と全事務事業について指標に基づく検証を行い、今後の方針に反映する。
- ・ 健康アルゴリズムに関する研究 2011
健康づくりへの関心の薄い層等に対し、健康づくりへの参加や継続を促進する方策を検討するために実施したアンケート調査
- ・ 健康づくり支援店
健康に配慮した「情報」「メニュー」「サービス」「空間」などが提供できるお店として、新潟県が指定したお店
- ・ 健幸都市インデックス
その都市の施策や都市環境等が健幸なまちづくりに与える効果を筑波大学の知見等に基づき客観的に評価し、都市の「健幸度」をSWCバリューとして☆の数をを用いて6段階で示す指標。
- ・ ゲートキーパー
悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人。
- ・ コミュニティビジネス
地域資源を活かしながら地域課題の解決をビジネスの手法で取組むもの。
- ・ 事業者
市内に事業所を置き、事業を行う企業や各種活動等を行う NPO 法人等

- ・ 市民
市内に在住する方及び、市内に通勤や通学する方
- ・ 社会技術
社会問題を解決するための広い意味での技術
- ・ 総合特区（地域活性化総合特区）
地域発の先駆的なチャレンジを国、自治体、企業が協働して実現していく制度。総合特区に指定されると規制の特例措置や税制・財政・金融上の支援が受けられる。
見附市は全国の7市2団体（見附市、新潟市、三条市、福島県伊達市、岐阜県岐阜市、大阪府高石市、兵庫県豊岡市、筑波大学、㈱つくばウエルネスリサーチ）と共に国が平成23年12月に「健幸長寿社会を創造するスマートウエルネスシティ総合特区」に指定され、「歩く」ことを基本とする健幸なまちづくりをすすめている。
- ・ ソーシャルキャピタル
社会・地域における人々の信頼関係や結びつきを表す概念
- ・ ゾーン30
生活道路における歩行者等の安全な通行を確保することを目的として、時速30kmの速度規制を実施する区域（ゾーン）
- ・ 地域コミュニティ
おおむね小学校区で組織され、当該地域内の町内、地域団体等、住民で構成され、市が認める団体。地域課題の解決や地域内のコミュニティを推進する活動を行う。
- ・ 地消地産
見附市では、「地元で消費する農産物は、地元で生産する」という観点から「地消地産」と表現している。
- ・ ライジングボラード
自動昇降式車止め。公道に設置され、自動車の通行を物理的に制限することにより歩行者が安全・安心に歩ける道路空間を創出。ヨーロッパで広く普及
- ・ リズムジャンプ
ヒップホップのリズムにジャンプ運動を組み合わせることで、運動リズムを高め運動能力の向上を目指したもの。
- ・ ローリング方式
毎年度修正や補完などの見直しを行うことにより、刻々と変化する社会・経済情勢の変化に弾力的に対応し、計画と現実が大きくずれることを防ぐシステム

見附市健幸基本条例

平成24年3月22日

条例第1号

見附市は、まちづくりを住んでいる人の幸せづくりとして行動してきた。特に、健康はその必要条件であるとともに、市民の願いであり、社会の活力の維持向上に欠くことのできないものである。市では、日本一健康なまちを目指して各種施策を実施してきたが、健康に関心のある層だけが参加する、これまでの政策から脱却することが急務となつてきている。

そのため、市民が健康で、かつ、生きがいを持ち、安心安全で豊かな生活を営むことをこれからの政策の中核に据えて、市民の行動変容を促し、住んでいるだけで生活習慣病予防や寝たきり予防を可能とする社会技術の確立が必要である。

市民が健康で幸せにとの願いを込めた「健幸」という新たな理念のもと、市民、地域コミュニティ、事業者及び市が、自助、共助、公助の考え方を基本として、歩くことは元来楽しく、歩くことで出会いや交流が生まれることを認識し、協働でまちづくりを進めることが重要である。

ここに、健幸なまちづくりについての基本理念を明らかにするとともに、市民一人ひとりの健幸の実現を目指すことを決意し、この条例を制定する。

第1章 総則

(目的)

第1条 この条例は、健幸なまちづくりについて、その基本理念を定め、並びに市民、地域コミュニティ、事業者及び市の責務を明らかにするとともに、その推進のための基本的事項等について定めることにより、市民が生涯にわたり健やかで幸せに暮らすことができることを目的とする。

(定義)

第2条 この条例において、次の各号に掲げる用語の意義は、当該各号の定めるところによる。

- (1)「健幸」とは、一人ひとりが健康で、かつ、生きがいを持ち、安心安全で豊かな生活を営むことのできる状態をいう。
- (2)「市民」とは、市内に在住し、又は通勤し、若しくは通学する個人をいう。
- (3)「地域コミュニティ」とは、おおむね一つの小学校区を活動の範囲とし、当該地域内の全ての町内を構成団体に含み、市が認める団体をいう。
- (4)「事業者」とは、市内に事業所を置き事業活動その他の活動を行うものをいう。

(基本理念)

第3条 健幸なまちづくりは、市民、地域コミュニティ、事業者及び市が地域社会を構成する一員として、それぞれの責務に基づいて、協働のまちづくりを育てることを基本に推進されなければならない。

2 健幸なまちづくりは、市民、地域コミュニティ、事業者及び市が心を通わせながら、互いに支え合い、協力及び連携することによつて、推進されなければならない。

3 健幸なまちづくりは、科学的根拠に基づく、持続可能な施策を総合的に実施することによつて、推進されなければならない。

第2章 市民等の責務

(市民の責務)

第4条 市民は、前条に規定する基本理念（以下「基本理念」という。）に基づき、健幸なまちづくりについての理解と関心を深め、人々と心を通わせながら、自ら健やかで充実した生活を営むことができるように努めるとともに、市が実施する健幸なまちづくりに関する施策に参加するよう努めるものとする。

(地域コミュニティの責務)

第5条 地域コミュニティは、基本理念に基づき、健幸なまちづくりについての理解と関心を深め、地域の人々と心を通わせながら地域の絆を築き、健康に関する活動に積極的に取り組むように努めるとともに、

市が実施する健幸なまちづくりに関する施策に協力するよう努めるものとする。

（事業者の責務）

第6条 事業者は、基本理念に基づき、健幸なまちづくりに関する理解と関心を深め、自らが社会の一員であることを認識して、健康に関する活動に積極的に取り組むように努めるとともに、市が実施する健幸なまちづくりに関する施策に協力するよう努めるものとする。

（市の責務）

第7条 市は、基本理念に基づき、健幸なまちづくりを推進するために必要な施策を実施しなければならない。

2 市は、基本理念に基づき、前項の規定による施策に、市民、地域コミュニティ及び事業者の意見を反映させるように努めるとともに、その実施に当たっては、市民、地域コミュニティ及び事業者の理解と協力を得て行わなければならない。

第3章 健幸なまちづくりに関する基本施策

（計画の策定）

第8条 市長は、健幸なまちづくりに関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、市民の健幸づくりの推進に関する計画を定めるものとする。

（自発的な行動の促進）

第9条 市は、健幸なまちづくりを推進するため、地域コミュニティ及び事業者と連携して、市民一人ひとりの健幸に関する意識を高め、市民の自発的な行動を促すための取り組みを行うものとする。

（情報の提供）

第10条 市、地域コミュニティ及び事業者は、市民が健幸について必要とする情報の提供を行うものとする。

（健幸づくりサービスの提供等）

第11条 市は、市民が健幸であるように、必要な健幸づくりに関するサービスを行うとともに、基盤整備を行うものとする。

（普及活動の推進）

第12条 市は、健幸なまちづくりに関する理解を深めるため、その普及活動を行うものとする。

（健康教育の推進及び人材の育成）

第13条 市は、健康を理解し行動できる健やかで思いやりのある心を育むため、健康に関する教育を推進するとともに、必要な人材の育成を図るものとする。

2 市は、市民が健康で心豊かな生活を営むことができるよう、生涯を通じての学習及び文化活動の機会を確保するなど、必要な支援を行うものとする。

（研究団体等との連携）

第14条 市は、健幸なまちづくりを推進するため、市が参加する研究団体と連携するとともに、国及び他の地方公共団体等と連携するものとする。

（表彰）

第15条 市長は、健幸なまちづくりの推進に著しく貢献した者を表彰することができる。

（健幸づくり推進協議会）

第16条 健幸なまちづくりの推進に関する基本的な事項を協議するため、見附市健幸づくり推進協議会を設置する。

第4章 雑則

（委任）

第17条 この条例の施行に関し必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

この条例は、平成24年4月1日から施行する。

見附市歩こう条例

平成24年3月22日

条例第2号

(目的)

第1条 この条例は、市民が健康で、かつ、生きがいを持ち、安心安全で豊かな生活を営むことのできるように歩くことを基本にしたまちづくり（以下「歩くを基本にしたまちづくり」という。）について、その基本理念を定め、並びに市民、地域コミュニティ、事業者及び市の責務を明らかにするとともに、その推進のための基本的事項等について定めることにより、市民が生涯にわたり健やかで幸せに暮らし、地球環境に優しい社会の実現に寄与することを目的とする。

(基本理念)

第2条 歩くを基本にしたまちづくりは、市民が等しくその利益が享受できることを目指して行われなければならない。

2 歩くを基本にしたまちづくりは、歩くことは元来楽しく、心身を健やかにするものであり、また環境に優しいものであるという認識のもとに進められなければならない。

3 歩くを基本にしたまちづくりは、各種施策を総合的に推進することで、市民が徒歩で快適に移動できるための歩行環境の向上が図られることにより行われなければならない。

4 歩くを基本にしたまちづくりは、徒歩はもとより、自転車や公共交通での移動を軸に、自動車など他の移動手段と適切に役割分担されたもとで行われなければならない。

5 歩くを基本にしたまちづくりは、市民、地域コミュニティ、事業者及び市の相互の理解と連携のもとに、協働して行われなければならない。

(市民の責務)

第3条 市民は、前条に規定する基本理念（以下「基本理念」という。）に基づき、歩くを基本にしたまちづくりについての理解と関心を深め、主体的に取り組むように努めるとともに、市が実施する歩くを基本にしたまちづくりに関する施策に参加するよう努めるものとする。

(地域コミュニティの責務)

第4条 地域コミュニティは、基本理念に基づき、歩くを基本にしたまちづくりについての理解と関心を深め、地域の人々と心を通わせながら地域の絆を築き、歩くを基本にしたまちづくりに関する活動に積極的に取り組むように努めるとともに、市が実施する歩くを基本にしたまちづくりに関する施策に協力するよう努めるものとする。

(事業者の責務)

第5条 事業者は、基本理念に基づき、歩くを基本にしたまちづくりについての理解と関心を深め、自らが社会の一員であることを認識して、歩くを基本にしたまちづくりに関する活動に積極的に取り組むように努めるとともに、市が実施する歩くを基本にしたまちづくりに関する施策に協力するよう努めるものとする。

(市の責務)

第6条 市は、基本理念に基づき、歩くを基本にしたまちづくりを推進するために必要な施策を策定し、及び実施しなければならない。

2 市は、基本理念に基づき、前項の規定により策定する施策に市民、地域コミュニティ及び事業者の意見を反映させるように努めるとともに、その施策の実施に当たっては、市民、地域コミュニティ及び事業者の理解と協力を得て行われなければならない。

(歩くを基本にしたまちづくりに関する基本方針の策定)

第7条 市長は、歩くを基本にしたまちづくりに関する施策の総合的な推進を図るため、歩くを基本にしたまちづくりに関する基本的な方針（以下「歩くを基本にしたまちづくり基本方針」という。）を定めなければならない。

2 市長は、歩くを基本にしたまちづくり基本方針を定めるに当たっては、あらかじめ見附市健幸基本条例第16条に規定する見附市健幸づくり推進協議会の意見を聞かなければならない。

(国等への要請)

第8条 市長は、歩くを基本にしたまちづくりの推進に関し必要があると認めるときは、国、県その他関係団体に対し、必要な協力を要請するものとする。

(援助)

第9条 市長は、歩くを基本にしたまちづくりを推進するため必要があると認めるときは、市民、地域コミュニティ及び事業者に対し、技術的な援助をし、又は予算の範囲内において、財政的な援助をすることができる。

(特例措置)

第10条 市長は、歩くを基本にしたまちづくりを推進するため必要があると認めるときは、市民、地域コミュニティ及び事業者が行う行為については、市に対する申請書類を不要とし、又は一部省略することができる。

2 市民、地域コミュニティ及び事業者は、前項に規定する特例措置を受けようとする場合は、市長に申請しなければならない。

3 市長は、前項に基づく申請が行われたときは、その内容が第2条に規定する基本理念及び第7条に規定する歩くを基本にしたまちづくり基本方針に著しく反しない限り、これを許可しなければならない。

(歩くを基本にしたまちづくり月間)

第11条 市は、歩くを基本にしたまちづくりについての理解と関心を深めるため、歩くを基本にしたまちづくり月間を定めることができるものとする。

2 歩くを基本にしたまちづくり月間においては、市、地域コミュニティ及び事業者は、それぞれの立場で、啓発その他の活動を実施するよう努めるものとする。

(委任)

第12条 この条例の施行に関し必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

この条例は、平成24年4月1日から施行する。

見附市の道路整備の考え方

見附市では、「見附市道の技術的基準を定める条例」に基づき、歩行者及び自転車と車が共存する道路整備（歩車共存道路）をすすめます。

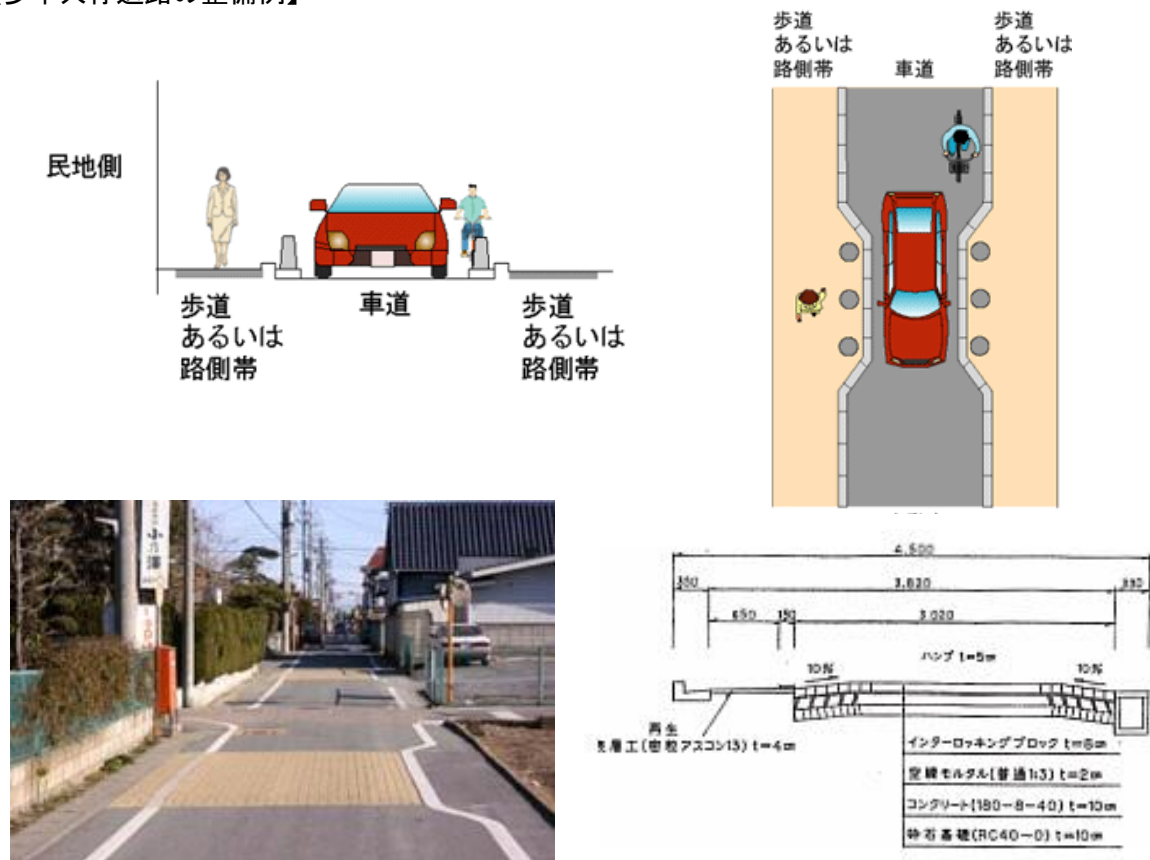
「見附市道の構造の技術的基準を定める条例」の基本理念

第2条 見附市が管理する道路については、見附市歩こう条例（平成24年見附市条例第2号）の基本理念に基づき整備を行うものとする。

- 2 幹線道路については、自動車が安全かつ円滑に走行できるように、歩行者、自転車及び公共交通機関の通行の用に供する空間を可能な限り設ける。
- 3 街区内に存する道路については、歩行者及び自転車の通行を優先する道路空間の整備を行う。
- 4 道路沿道の土地利用の現況及び計画を考慮して、当該道路に求められる機能とそれを実現するために必要な空間を構築する。

（平成25年4月1日施行）

【歩車共存道路の整備例】



（資料）国土交通省ホームページより



(資料) 国土交通省ホームページより

見附市健幸づくり推進協議会 委員名簿

選出区分	氏 名	備 考
学識経験のある者	松 本 昌 二	長岡技術科学大学名誉教授
関係団体	田 崎 哲 也	見附市南蒲原郡医師会会長
	伊 佐 アキ	見附市保健推進協議会会長
	齋藤 源一郎	見附市社会福祉協議会理事
	小 林 弘 昌	見附商工会会長
	清 水 豪 紀	見附青年会議所理事長
	廣 井 信 彦	葛巻地区まちづくり協議会交流部会長
	家 坂 恭 一	健康サポートクラブ代表
	広 瀬 仁	日帰り登山を楽しむ会会長
	矢 嶋 トモ子	ナチュラルガーデンクラブ代表
	中島 賢一郎	特定非営利活動法人見附市スポーツ協会事務局長
	大川戸 一紘	見附市公民館運営審議会委員長
関係行政機関	松 澤 忍	見附警察署生活安全課課長
	藤 原 洋 子	長岡地域振興局健康福祉保健部地域保健課長
	水 野 隆	長岡地域振興局地域整備部計画調整課長
市の住民	星野 美知子	一般公募
	今泉 浩三郎	一般公募

計画策定の経過

	健幸づくり推進協議会	庁内検討委員会	庁内ワーキング	その他
平成 25 年 3 月	第 1 回協議会(3/1) ・SWCの概要			
5 月		第 1 回 (5/27) ・計画策定方針・スケジュール	第 1 回 (5/21) ・計画策定方針・スケジュール	
6 月	第 2 回(6/10) ・計画策定方針・スケジュール ・ワークショップ「まち歩き」		第 2 回 (6/10) ・ワークショップ「まち歩き」	
7 月				市民からアイデア・ 意見の募集 (7/1～7/31)
8 月	第 3 回 (8/27) ・市民からのアイデア・意見 ・計画の章建て・主要施策		第 3 回 (8/19) ・市民からのアイデア・意見 ・計画の章建て・主要施策	
	市民からのアイデア・意見の整理 計画素案の作成			
12 月	第 4 回(12/26) ・計画素案		第 4 回(12/19) ・計画素案	
平成 26 年 1 月		委員長説明(1/31)		
2 月	計画案の提示(2/17)	計画案の提示と確認 (2/17)	計画案の提示と確認 (2/17)	議員協議会報告 (2/21)
3 月	第 5 回 (3/18) ・計画案の確認			パブリックコメント (2/24～3/25)

「健幸みつけ一家」の一日

めざせ健幸ライフスタイル！

【就寝】

明日に向け、早めに就寝しましょう

こども：就寝目標時間を 9 時とし、睡眠時間は 8 時間以上確保するようにしましょう。
おとな：睡眠時間は 7 時間確保しましょう。

【夕食】

テレビを控え、家族の団欒を楽しみましょう

こども：ごはんの準備、後片付けのお手伝いをしましょう。
1 日の出来事を家族に話してきかせましょう。
おとな：就寝 2 時間前には食べおわりましょう。
食べ過ぎ、アルコールの摂りすぎに注意しましょう。

【余暇】

有意義に自分の時間を楽しみましょう。

こども：早目に宿題を済ませ、天気の良い日は外で友達と元気に遊びましょう。
スポーツ少年団や部活動などで仲間と汗を流し、心身を鍛えましょう。
読書を通じて未知の世界に触れ、新たな知識などを深めましょう。
テレビやゲームの時間を決めて規則正しく過ごしましょう。
おとな：ウォーキングや運動教室に参加するなどして適度に体を動かしましょう。休日はスポーツイベントなどにも積極的に参加しましょう。
読書や趣味の時間などをもち、リラックスできる時間を大切にしましょう。
悠々ライフや地域活動、ボランティアなどに参加し、楽しみながら交流を深めましょう。
こどもと一緒に遊びましょう。

【起床】

「おはよう」のあいさつでさわやかな目覚め

余裕をもって朝活動をしっかりに行える起床時間を決めましょう。

【朝活動】

しっかり朝ごはんを食べて健幸な 1 日をスタート

主食の「ごはん」に主菜・副菜がそろった「日本型食生活」がおすすめです。地元産の新鮮な食材を、よく噛んで食べましょう。
食事の後は歯を磨く習慣をつけましょう。
朝食後に排便をする習慣をつけましょう。

【日中活動】

積極的にからだを動かしましょう

こども：時間にゆとりをもって登校。授業に集中し、休み時間は体を動かしましょう。
給食はおいしく残さず食べましょう。
おとな：通勤はなるべく徒歩や自転車、公共交通を使い、職場内の移動は階段を使うよう心がけましょう。
昼食は、質と量のバランスを考えて摂りましょう。外食の場合は、野菜や塩分等の摂取量を考え、かしこくメニューを選びましょう。

～毎年健（検）診を受け、健康づくりに役立てましょう～

よる

あさ

ひる

