

# まちづくりを

# 未来へ

City Development for the Future

— みんながつながるまちへ —



## Index

まちづくりを未来へ .....	63
【第1章】健康・福祉・子育て .....	65
【第2章】人づくり・心そだて .....	71
【第3章】環境・市民生活 .....	77
【第4章】産業・勤労 .....	81
【第5章】都市基盤 .....	85
【第6章】地域づくり・行政経営 .....	87
姉妹都市 .....	91
シティマップ .....	93
統計資料 .....	95



健康診断の結果をもとに、一人ひとりにあったウォーキングペースやエネルギー(カロリー)量などの目安が分かる「運動・食生活応援メニュー」を提供しています。

### 「運動・食生活応援メニュー」

#### 運動応援メニュー

「四つ星」で判定し、「ウォーキングのペース」「運動の強さや運動量」が分かるあなたに合った運動メニューです。

#### 食生活応援メニュー

「四つ葉」で判定し、「エネルギー(カロリー)量」「食のバランスの目安」などが分かるあなたに合った食生活メニューです。



応援メニューの一例

# 健康づくり 生きがいづくり

健康づくりの基本である食と運動に着目し、トマトを活用した健康づくりや、一人ひとりに合う運動応援メニュー・食生活応援メニューの提供、医療機関・運動施設・飲食店との連携など、市とまちとが一体となり、市民が健康で豊かな毎日を目指しています。

Diet and exercise are the keys to promote health. With this in mind, the city and the community are uniting to provide healthy and enriching day-to-day lives for citizens, such as using tomatoes in health promotion, providing food lifestyle support and exercise support menus tailored for individuals, cooperating with medical institutions, sports facilities, and restaurants, and more.



### 食生活ステーションの認定基準

<p>気になりますよね！ エネルギー(カロリー)量 800kcal以下</p>	<p>主菜・主菜・副菜 がそろっている</p>
<p>毎日の野菜 不足しがちですね… 140g以上(2皿分) 1日の目標量「350g」(70g×5皿)</p>	<p>塩分 3.3g以下 ついついやり過ぎて しまう塩分は… 食べ方により基準をこえるものは 黄緑色となっております。</p>

医療機関、歯科医院、薬局、運動施設、飲食店などを、健康づくりを支援する「健康応援ステーション」として位置づけ、健康応援情報(一人ひとりの運動応援メニュー・食生活応援メニュー)をもとに、市民の皆さんの健康づくりを支援・応援しています。

### 「健康応援ステーション」



しあわせ村トレーニング室



市民体育館トレーニング室



講座風景

「出前講座」  
保健師や管理栄養士などを派遣し、従業員に食生活応援メニューや運動応援メニューを提供しています。



5回参加すると「へいしゅうくんオリジナルピンバッジ」がもらえます



「ウォーキング」  
みんなでウォーキング  
緑豊かな市内のさまざまな場所で開催されるウォーキングイベントです。



とまていーぬ  
トマトde健康プロジェクト  
事業の啓発キャラクター



「トマトde健康プロジェクト」  
食とおした市民の皆さんの健康づくりとして、トマトの知識やカゴメの歴史を伝えていく「地域への出前講座」「市民レシピコンテスト」「トマトを使った健康メニューの開発・提供」などを行なっています。

「トマトde健康まちづくり」  
東海市がカゴメ(株)発祥の地であるという歴史的背景をきっかけに、平成26年に「東海市トマトde健康づくり条例」が制定されました。毎月10日をトマトの日と定め、トマトジュースによる乾杯を推奨するなど、トマトを使った健康づくりを市民の皆さんと一緒に推進しています。



トマトジュースで乾杯



トマト給食  
市内の保育園、小・中学校でトマトを使った給食を実施



「とまと記念館」  
トマトde健康プロジェクト事業における食の活動拠点として、さまざまな健康メニューを提供しています。



子育て世代包括  
支援センター

「妊娠・産後・子育て支援」

妊産婦・子育て総合  
相談窓口

妊娠中を健康に過ごし、安心して出産、育児ができるよう、助産師や保健師に個別相談ができる窓口です。



子育て相談窓口

子育て相談窓口では、保育士に子どもの生活や関わり方、子育てサービスなどについての相談をすることができます。



産後ケア

出産後、安心して子育てをしていただけるよう、心身のケアや育児のアドバイスを受ける「産後ケア」にかかった費用の一部を補助します。



ベビーサロン

出産後から4か月頃までの乳児初期のお子さんの計測、母乳相談、育児相談を行なっています。



ママ応援事業

1歳未満の赤ちゃんのいる家庭で、応援ママ(有償ボランティア)が育児や家事と一緒に手伝って子育てを応援します。



子育て広場

親子のふれあい遊びを楽しみながら、子育ての情報交換や仲間と交流をする年齢別の広場や多胎児広場を開催しています。



「放課後  
子ども総合プラン」

子ども教室

小学校の特別教室などを利用して子どもたちの安心安全な居場所をつくっています。放課後や土曜日に地域の方々の協力を得て、スポーツや文化活動などを実施しています。



放課後児童クラブ

保護者が労働などにより昼間家庭にいない市内小学校の児童を対象として、学校の授業終了後に、生活の場の提供と遊びなどを指導し、児童の育成を図っています。

子どもの  
未来を育む



次世代を担う子どもたちの健やかな成長と、子育て中の親子が安心して子育てライフを楽しむことができるように、結婚・出産・子育てを支援する体制づくりを推進しています。また、女性がライフステージに合わせて、仕事やさまざまな活動で幅広く社会で活躍できる環境整備に努めています。

We continue to create support systems for marriage, birth, and childrearing, to promote the healthy growth of children—who represent the next generation of citizens—and a worry-free and enjoyable childrearing experience for parents. As well, we are working on environmental improvements that will enable women to engage in a broad range of society, be it through work or other activities, according to their stage in life.

「女性の活躍支援」

女性の活躍支援講座

仕事と子育てを両立する女性や、管理職の女性を対象とした講座などの開催を通じて、女性が個性や能力を発揮し、いきいきと活躍できるよう支援しています。

女性の再就職支援講座

結婚や出産などを機に退職した女性の再就職を支援するため、講義や実技などの講座を開催しています。



育児休業中の  
子育て支援事業

初めて子育てをする育児休業中の親を対象に、育児や職場復帰に対する不安を軽減するための講座を開催しています。





### 「高齢者支援」

#### 地域包括ケアシステム

要介護状態になっても、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援サービスが切れ目なく提供できるネットワークの構築を図っています。

#### 地域支えあい体制づくり

お互いの顔が分かる地域の中で、困った時は助け合ってもらっている人がいれば助け合える。助け合いができる関係づくりをとらして、だれもが安心して暮らせる地域づくりを進めています。

#### 市が進める地域支えあい活動

1. 隣保活動等による地域の見守り
2. ボランティア等による日常生活の援助
3. サロンの実施等による外出の機会及び住民同士の交流の場の創出
4. その他、必要に応じた活動

### 児童発達支援センター

小学校就学前の児童で、心身の発達の遅れや肢体不自由のある児童が通園し、保育や機能訓練を行いながら、自立するための基礎を養っています。

### 「障害者支援」

#### 障害福祉サービス

日常生活に必要な支援である「介護給付」と、自立した生活に必要な知識や技術を身につけるための支援「訓練等給付」があり、それぞれに「訪問系サービス（家庭などで利用可能）」「日中活動系サービス（昼間に利用可能）」「居住系サービス（施設入所後に利用可）」があります。

また、日常生活においてサービスをどう利用するか分からない際は「相談支援サービス」を利用するなど、必要に応じてさまざまなサービスを受けることができます。

### 障害者相談支援

障害者、障害児の保護者または障害者の介護を行う方などのさまざまな相談に応じ、必要な情報の提供や、権利擁護のための必要な援助などを行なっています。



# 充実の医療・福祉



いざという時に細やかに対応できる医療連携システムや、歳を重ねても住み慣れた地域で自分らしく暮らせる環境づくり、また、障害による暮らしの不便をサポートするさまざまな施策をとらして、市民の皆さんの毎日を守ります。

The city provides day-to-day protection for its citizens, with cooperative medical systems for attentive responses when help is needed, an environment where people can live their own way in the places they are used to, no matter what their age, and various measures to help the disabled overcome hurdles in their daily lives.



### 「中核病院と診療所」

24時間体制で急性期医療を提供する中核病院「公立西知多総合病院」と、身近で安心して医療を受けられる「診療所（かかりつけ医）」とが連携し、地域医療の体制を整え市民の健康を守ります。また「公立西知多総合病院」は「地域医療支援病院」の承認を受けており、地域完結型医療の中心的役割を担う病院となります。

