



星野晋さん

健康フェスティバル
宇部では、市健康づくり計画の4本柱のうち、精神面や社会面での健康実現を担う「楽しみ」に焦点を立てる。同ワーキンググループのリーダーとして、計画策定に携わった山口大医学系研究科医療環境学分野講師の星野晋さん(51)は、市民ア

がりが希薄だ」と指摘。それ94.3%、89.4%、89.0%に上り、宇部の深刻な状況が浮き彫りに。年齢では高齢になるほど、性別では男性の方に、一段と持ちの通じる人がいる。すると答えたのは60.8%、「あなたの日頃を評

福、幸福な人は健康」の高齢者「男性」の状況は深刻

する。2010年に実施した市生活習慣アンケート(回答者658人)によると、身近に「気持の通じる人」がいるとした人は80.8%

した人生を送る」と。それが「健康」と発想の転換が必要だ。健康フェスティバルでは「定年前後の団塊世代」に、市民として宇部の元気をリードすることを期待し、情

感度10段階評価

| 評価 | 不幸 | 普通 | 幸福 |
|--------------|------|------|------|
| 1~4=不幸 | 40.7 | 55.4 | 68.1 |
| 5=幸福でも不幸でもない | 30.5 | 38.4 | 57.8 |
| 6~10=幸福 | 22.0 | 29.5 | 55.8 |
| | 20.3 | 43.8 | 66.1 |
| | 11.9 | 39.3 | 63.7 |
| | | 16.1 | 32.6 |

28日

「健康フェス」を前に

つながる



>> 2

市健康づくり計画基礎調査(09年、回答者932人)では、それ

1番の健康課題は、運動や栄養ではなく、人間関係の希薄さ」と星野さんは警鐘を鳴らす。

性病や障害がありつづらかになつた。宇部の性疾患を抱えるのも当

たり前で、高齢者は理

想の状態に戻すより、

持病や障害がありつつも、アクティブで充実

中になる。これが保健・医療・福祉を取り巻く最大の問題だ。

「あなたは評価し、認めてくれる人」と感じ「人とのつながりが良好な人は、健康や幸福を感じる率が高い」との相関関係も明

加齢に伴い複数の慢

性疾患を抱えるのも当然

幸福感と居場所・つながり

気持ちの通じる人

会うと心が落ち着き安心できる人

あなたの日頃を評価し、認めてくれる人

困ったとき、手助けしてくれる人

病気で寝込んでいるときに、身の回りの世話をしてくれる人

経済的に困ったとき、頼りになる人

持病や障害を抱えても充実した人生を

幸福感と居場所・つながり

