

# 「食の健康ステーション」設置にあたって

2014年11月12日

山口商工会議所 山口市未来都市構想委員会

明るく、楽しく、健康的に過ごせる 世界一のアクティブエイジングシティを目指して

# 山口アクティブエイジングシティ構想

Yamaguchi Active Aging City



山口商工会議所が、「日本一住みよいまち・山口市」の実現をテーマに策定した「山口アクティブエイジングシティ構想」が、2011年3月に日本経団連の「未来都市モデル・プロジェクト」に選定されました。その後、重点分野の絞り込みを行い、明るく、楽しく、健康的に過ごせる健康都市を目指して、「山口アクティブエイジングシティ」構想をとりまとめました。

この構想に基づき、山口商工会議所では、世界的に高齢化社会が進展する中、山口市を世界一のアクティブエイジングシティにすることを目指し、全会員の英知を結集して、実現に向け邁進しています。

# Active

明るく、楽しく、健康的に

# Aging

年をとる

# City

## 【アクティブエイジングの意味】

アクティブエイジングとは、1998年からWHO（世界保健機構）により提唱された取り組みで、健康寿命（※1）を伸ばし、すべての人々が、年を重ねても生活の質が低下しないように、健康で安全に社会参加ができるよう促すことです。

そのためには、

**高齢者の能力を十分に活用し、高齢者を含むすべての人びとが安心して暮らせる社会を実現することが必要です。**

日本は、世界第一位の長寿国です。（※2）

日本がアクティブエイジングを積極的に推進することによって、新しい産業や新たな雇用を生み出し、社会制度を見直し、今後世界的規模で進む高齢化社会へのモデルにならなければなりません。

## 【山口アクティブエイジングシティ構想の目的】

山口アクティブエイジングシティ構想は、WHO（世界保健機構）とも密接に連携し、**山口市を明るく、楽しく、健康的に過ごせる**  
**世界一のアクティブエイジングシティにすることを目的とする**ものです。

山口アクティブエイジングシティ構想は、日本経団連の「未来都市モデルプロジェクト」に選定されました。日本経団連の会員企業とも共同で推進し、内閣府の「総合特区」、「環境未来都市」につなげていくことを目指すものです。

※1 平均寿命のうち、健康で活動的に暮らせる期間のこと

※2 WHOによると、日本は2025年には人口1000万人以上の国の中で60歳以上の割合が最も多い国になります。現在、日本の健康寿命は女性が78歳、男性が72歳で世界トップです。

# Active

明るく、楽しく、健康的に

# Aging

年をとる

# City

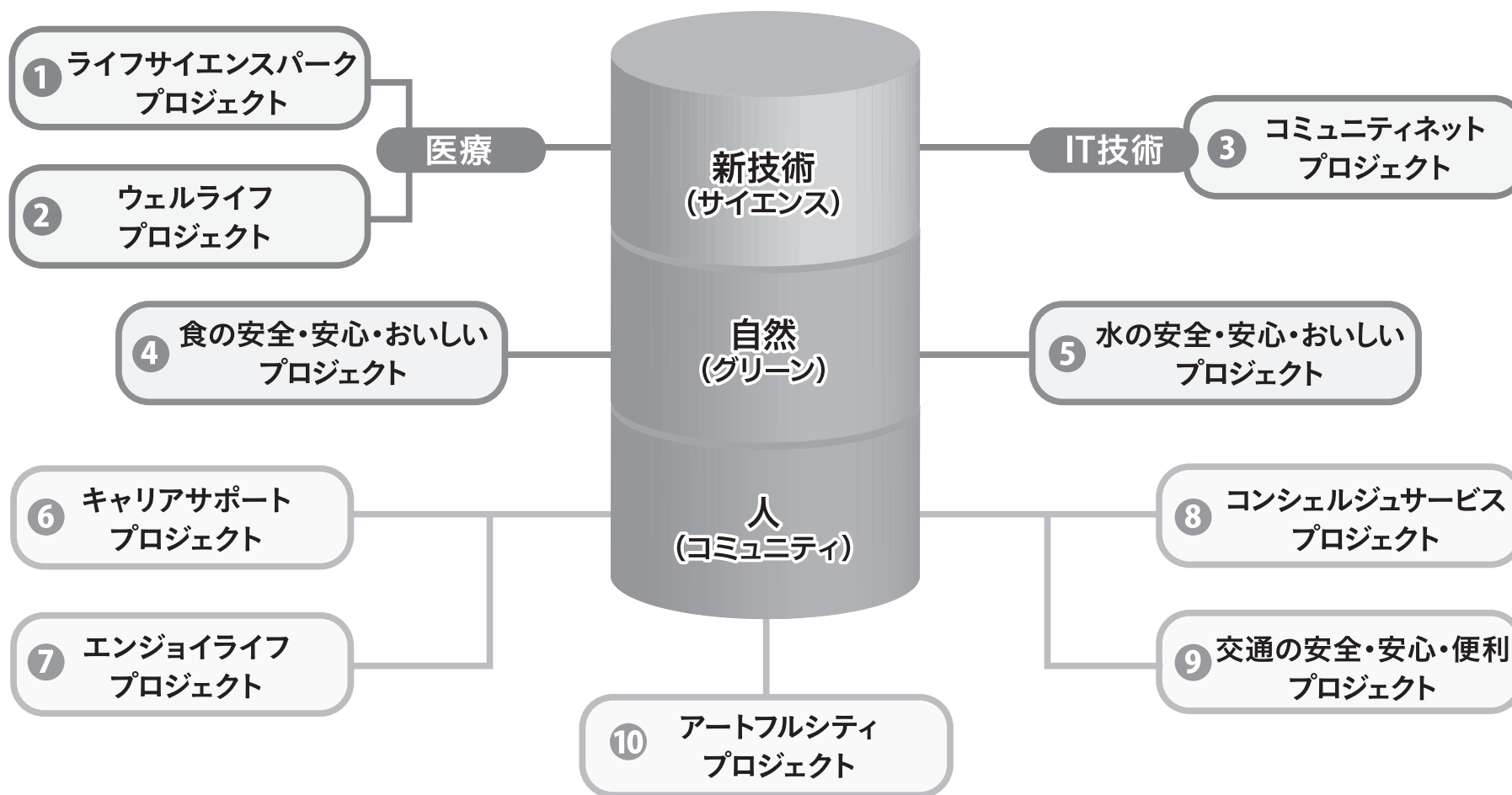
## 【推進体制】

- ▶ 山口アクティブエイジングシティ構想は、山口市と山口商工会議所が一体となり、周辺市の協力と、山口県の指導を仰ぎながら推進します。
- ▶ 山口アクティブエイジングシティ構想は、山口市及び周辺市の大学、企業、NPO法人、ボランティアグループ等と日本経団連会員企業が共同で推進します。
- ▶ 山口アクティブエイジングシティ構想は、山口市及び周辺市の市民の理解と協力を得て市民参画で推進します。

## 【位置づけ】

- ▶ 山口アクティブエイジングシティ構想は、2050年までの長期計画です。社会状況の変化に柔軟に対応し、常に構想を見直しながら、より良い計画とします。
- ▶ 山口アクティブエイジングシティ構想は、高齢者になってもいきいきと生活することができるような社会をつくることに焦点をあてたものです。他の年代層については、日本一住み良いまち・山口市を目指した「山口市未来都市構想」で補完します。

【山口アクティブエイジングシティ構想の10のプロジェクト】



【山口アクティブエイジングシティ構想】

第1の矢



**食の健康ステーション**

2014年11月12日発足

- 一般の高齢者は、食生活と運動を通しての体力向上が必須
- 後期高齢者は、バランスのとれた栄養価の高い食生活の実現が急務



アクティブエイジングの基本は「運動」と「食」の生活

- ▶ 外食提供者が結束し、市民の健康づくりに協力かつビジネスチャンスを探る活動
- ▶ 3つの認定基準をクリアする店舗を、「食」の健康ステーションとして設定

認定基準

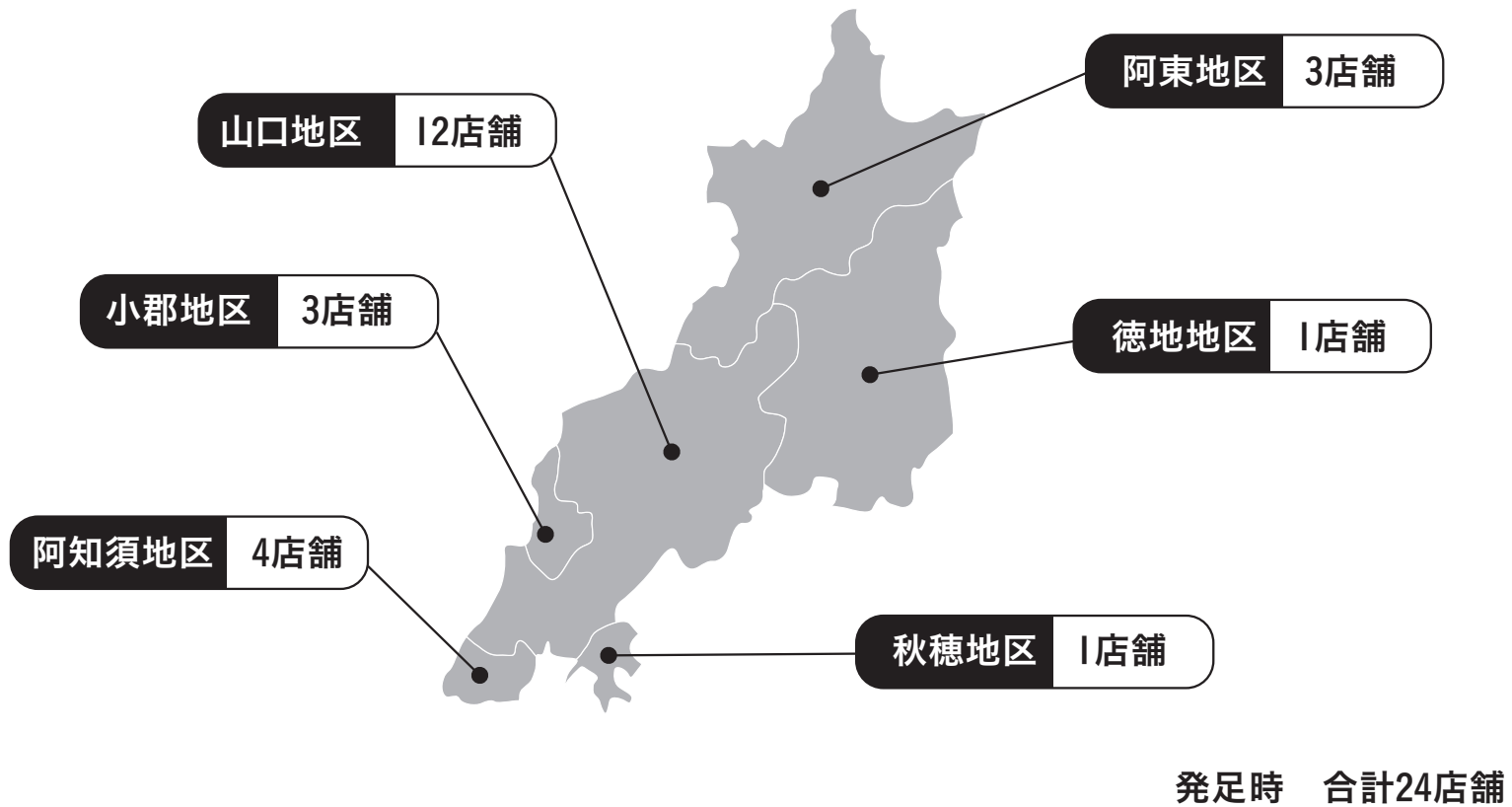
- ①総エネルギーが、750kcal以下
- ②野菜量が150g以上
- ③主食・主菜・副菜のバランスがとれていること

【山口アクティブエイジングシティ構想】

## 食の健康ステーション

### オール山口市体制でのスタート

▶ 山口商工会議所の主管のもと、県央商工会、徳地商工会の協力で実現



【山口アクティブエイジングシティ構想】

第2の矢



アクティブシニアの生活支援

防災対応・買物・法律相談・資産管理

「運動ステーション」の職域による取り組み

第3の矢



アクティブエイジングシティを目指して

ハッピーシニア予備軍の啓発の場づくり

リタイヤ後の地域デビュー支援活動

アクティブシニアの生きがいと就労の場づくり

様々な労働形態による生きがいづくり

シニア人材バンクの設立

「運動ステーション」と  
「食の健康ステーション」のコラボ活動

行政・他団体との連携

「地域の健康づくり」と「商工会議所の健康づくり」との連携

「ホスピタル&ホスピタリティーあふれるまち、山口」

医療機関との連携

医療先進、生活安心のホスピタル城下町へ