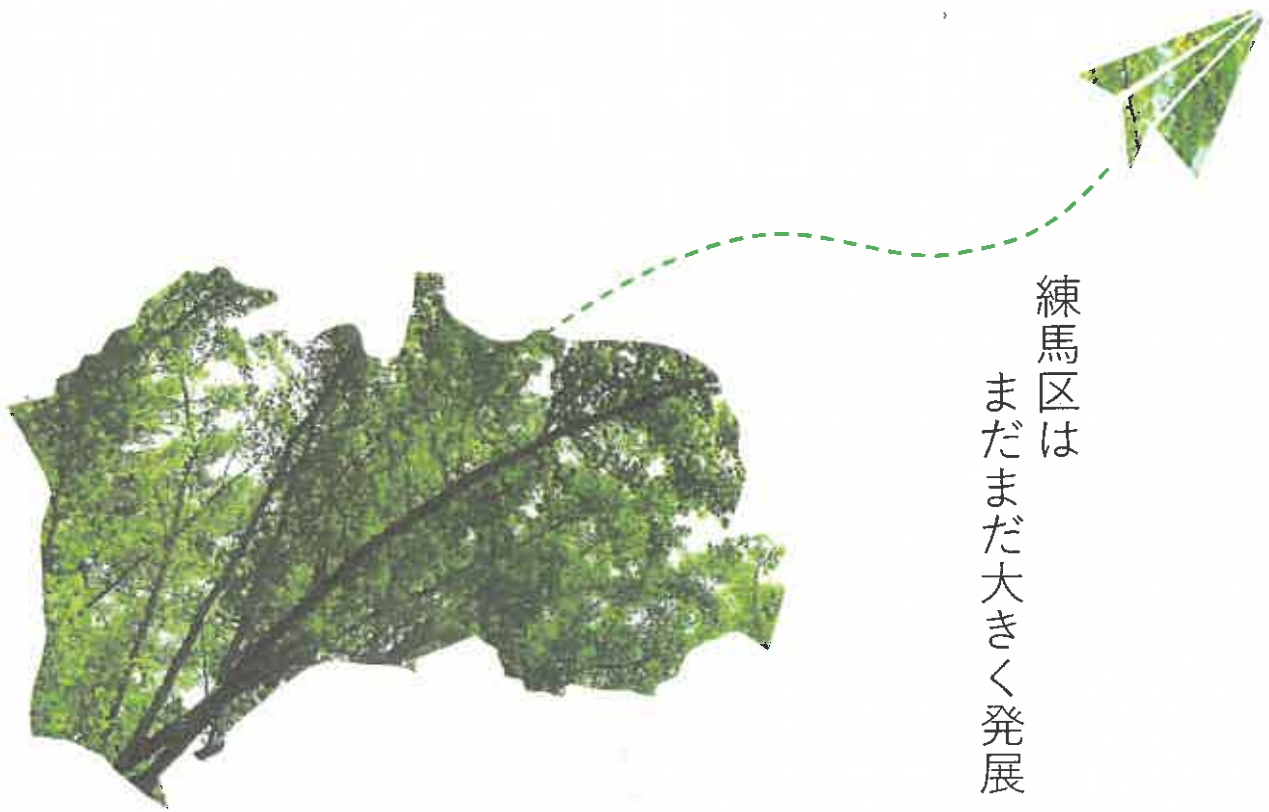


# 第3次みどりの風吹くまちビジョン

基本計画・アクションプラン〔戦略計画〕（案）



練馬区は  
まだまだ大きく発展

## 第3次みどりの風吹くまちビジョンにおける 施策の柱と戦略計画

### 施策の柱1 子どもたちの笑顔輝くまち

- 戦略計画 1 子育てのかたちを選択できる社会の実現
- 戦略計画 2 子どもたちの成長に合わせた切れ目のないサガートの充実
- 戦略計画 3 学齢期の子どものや若者の居場所の充実
- 戦略計画 4 夢や目標を持ち困難を乗り越える力を備えた子どもたちの育成

### 施策の柱2 高齢者が住みなれた地域で暮らせるまち

- 戦略計画 5 高齢者地域包括ケアシステムの深化・推進
- 戦略計画 6 元気高齢者の活躍と健康づくり・フレイル予防の推進

### 施策の柱3 安心を支える福祉と医療のまち

- 戦略計画 7 障害者が地域で暮らし続けられる基盤の整備
- 戦略計画 8 ひとり親家庭や生活困窮世帯等の自立を応援
- 戦略計画 9 民間ならではの多様な活動と連携した地域福祉の推進
- 戦略計画 10 安心して医療が受けられる体制の整備
- 戦略計画 11 身体とこころの健康づくりを応援

### 施策の柱4 安全・快適、みどりあふれるまち

- 戦略計画 12 地域の災害リスクに応じた「攻めの防災」
- 戦略計画 13 みどり豊かで快適な空間を創出する交通インフラの整備
- 戦略計画 14 人々の移動を支える交通体系の構築
- 戦略計画 15 快適な住宅都市を実現するまちづくりの推進
- 戦略計画 16 緑あふれるまちづくりを未来へつなぐ
- 戦略計画 17 脱炭素社会の実現に向けた環境施策の展開

### 施策の柱5 いきいきと心豊かに暮らせるまち

- 戦略計画 18 意欲ある事業者の支援と商店街の魅力づくり
- 戦略計画 19 生きた農と共存するまち緑馬
- 戦略計画 20 みどりの中で優れた文化芸術を楽しめるまち
- 戦略計画 21 みどりの中で誰もがスポーツを楽しめるまち

### 施策の柱6 区民とともに区政を進める

- 戦略計画 22 地域コミュニティの活性化と区民協働の推進
- 戦略計画 23 DXで区民と区政を直につなぐ\*

※「市民データ活用推進基本法第9条第3項において規定が定められている、「市民データ活用推進計画」の性格を併せ持つものです。

## 戦略計画 11

### 身体とこころの健康づくりを応援

#### 令和10年度末の目標

区民一人ひとりが健康的に仕事や子育て、趣味などに取り組んでいけるよう身体とこころの健康づくりを応援する取組を充実

#### 現状と課題

運動不足、栄養の偏りや不規則な食事による肥満などが原因と考えられる生活習慣病が増加しています。

これまで、健康管理アプリ「ねりまちてくてくサブリ」の開発・提供や小・中学校への健康教育に関する出張講座など、区民の健康づくりに向けた取組を進めてきました。引き続き健康に関心が高い方など幅広い層に対し、生活習慣を改めることができるよう、本人が無理なく健康な行動を取れるような環境づくりが必要です。

健康であり続けるためには、病気の予防や早期発見・早期治療が重要ですが、健康診査、がん検診の受診率は、目標の50%を下回っている状況です。これまでに、様々なツールを用いた健診（検診）受診勧奨や、対象の健診（検診）が一目でわかる受診券のチケット化などの取組を進めてきました。引き続き、受診率を向上するための取組を強化していくことが必要です。

日本人の2人に1人は生涯でがんに罹患しています。がん患者の多くの方が治療と仕事や子育てなどを両立して日常生活を過ごしています。がん患者とその家族の生活の質を向上するための支援に取り組めます。

区の自殺者は年々減少傾向にありましたが、コロナ禍において一時的に増加しました。自殺防止に向けて、こころの健康問題を抱える方等の支援体制を強化する必要があります。

#### 5年間の取組

- 1 区の特徴を生かした健康づくり【充実】  
区内の自然や区の魅力を感じながらウォーキングができるよう、健康管理アプリ「ねりまちてくてくサブリ」のコースを拡充します。  
また、ねりまちならではの新鮮な農産物を活用して、食について学び、体験する機会を設けるとともに、食育店舗や大学などとの協働による食育を推進します。
- 2 健診等の受診促進【充実】  
行動変容を促すデザイン（ナッジ理論）を用いた封筒等により案内を行います。高血圧など重大な疾病につながる危険性の高い方で、医療機関未受診の方に対して、健診のデータを活用し、医療機関を速やかに受診するよう個別勧奨を実施します。
- 3 がん対策の推進【新規・充実】  
練馬区医師会や医療機関の協力のもとで、健康診査と複数のがん検診を同時に受診できる医療機関を拡充します。  
がん患者等二一三調査やがん患者やがん患者等支援連絡会の意見を踏まえ、がんに関する相談窓口や支援制度等の周知・啓発を図るとともに、要望の多いウィッグ等購入費用の助成を開始します。
- 4 こころの健康問題を抱える方等への支援【新規・充実】  
NPO 法人と連携した相談支援や、LINE やアプリ等により広く情報を発信し、適切な相談窓口につなぎます。また、区内の経営者等向けのメンタルヘルスケア講座や、高校生を対象とした若年ゲートキーパー（自殺防止対策の要となる人材）の養成講座を実施します。  
区内の三次救急医療機関である順天堂練馬病院と連携し、保健師・地域精神保健相談員が自殺未遂者やその家族の相談に応じ、支援します。

令和6年度～令和8年度の取組

1 区の特徴を生かした健康づくり

区内の自然や区の魅力を感じながらウォーキングができるよう、健康管理アプリ「ねりまちてくてくサブ  
リ」のコンテンツを充実します。加えて、健康に関心を持ち継続して身体を動かすきっかけづくりのた  
め、健康インセンティブ事業を実施します。

また、児童館等で食育体験を行い食育を推進する「ちゃんごはん」プロジェクトを高松みらいのはた  
けで実施するなど対象施設を拡大するとともに、ねりまの食育応援店等との連携により、栄養バラン  
スがとれた食事を体験し学べる機会を設けます。

No. 11 - 1		年度別の取組計画			
令和8年度目標	令和5年度末の 現況	令和6年度	令和7年度	令和8年度	計
練馬健康管理アプリ「ねりまちてくてくサブ リ」					
コンテンツの充実	充実	充実	充実	充実	充実
健康インセンティブ 事業の実施	実施	実施	実施	実施	実施
「ちゃんごはん」プロジェクトの拡充					
★ 対象施設の拡大	実施	拡大	実施	実施	拡大
★ 食育応援店等との 連携	—	開始	充実	充実	充実

事業実施課：健康部 健康推進課、保健相談所