

リーディングプロジェクト



リーディングプロジェクト1

身体を動かそうプロジェクト



リーディングプロジェクト2

楽しく食べようプロジェクト



リーディングプロジェクト3

地域とつながろうプロジェクト



リーディングプロジェクト4

命を守ろうプロジェクト



リーディングプロジェクト5

ゆとりを感じようプロジェクト

■リーディングプロジェクトの掲載内容について■

5つのリーディングプロジェクトについては、健康都市プログラムの目的に基づき編成し、以下の構成で掲載しています。

【健康都市プログラム掲載事業】

- 「健康都市やまと総合計画 実施計画」に定める主要な事務事業から、特に重要な施策をプロジェクトごとに抽出し一覧にしています。

【プロジェクトに関連する個別計画】

- プロジェクトと関わりの深い個別計画名を掲載しています。

【関連計画における参考となる指標】

- 「健康都市やまと総合計画」や「プロジェクトに関連する個別計画」に定める指標のうち、プロジェクトの実施にあたって参考となる指標を抽出して掲載しています。

【各事業の取り組み内容】

- 「健康都市プログラム掲載事業」の具体的な取り組み内容と今後の事業費の推計を掲載しています。

令和3年度～令和5年度の事業費の推計については、「健康都市やまと総合計画 実施計画（令和3～5年度）」令和4年度改訂版に定める推計（千円単位）を掲載しています。

SDGsについて

SDGsとは、2015年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」における2016年から2030年までの国際目標です。持続可能な世界を実現するための17の目標・169のターゲットから構成され、地球上の誰一人として取り残さない（leave no one behind）ことを誓っています。

健康都市連合に加盟する大和市が進める「健康都市やまと総合計画」の取り組みは、SDGs達成の方向性と軌を一にするものであり、健康都市プログラムでは、5つのリーディングプロジェクトに掲載する事業ごとに17の目標との関連性をアイコンで表示しています。





身体を動かそうプロジェクト

身体を動かすことは、筋力の維持や肥満の解消だけでなく、生活習慣病の予防や血圧・血糖値の改善、ストレスの解消などにもつながります。年齢や性別を問わずに気軽に始められる「歩く健康づくり」をはじめ、日常的に様々な運動やスポーツに接することができるよう、環境の整備に努めていきます。

【健康都市プログラム掲載事業】

身体を動かそうプロジェクト一覧 「健康都市やまと総合計画 実施計画」における 主要な事務事業より抽出	主な取り組み	健康都市やまと総合計画								所管課	ページ
		基本目標									
		1	2	3	4	5	6	7	8		
健康づくり普及啓発事業	ウォーキング、体操教室の開催	○								健康づくり推進課	16
歩く健康づくり事業	やまとウォーキンピックの開催	○								健康づくり推進課	16
一般介護予防事業（介護特会）	コグニバイクの普及啓発	○								健康づくり推進課 人生100年推進課	17
介護予防・生活支援サービス事業（介護特会）	運動機能向上講座の実施		○							人生100年推進課	17
既設公園等大規模改修事業	遊具や設備等の新設、改修						○			みどり公園課	18
ゆとりの森整備事業	公園施設の整備						○			みどり公園課	18
スポーツ大会開催事業	各種スポーツ大会の開催							○		スポーツ課	18
スポーツ教室開催事業	スポーツ教室の開催							○		スポーツ課	19
地域スポーツ推進事業	スポーツ関連のイベントや教室の実施							○		スポーツ課	19
大和スタジアム・つきみ野野球場・宮久保野球場施設管理運営事業	快適なスポーツ施設環境の提供							○		スポーツ課	19
ゆとりの森スポーツ施設管理運営事業	快適なスポーツ施設環境の提供							○		スポーツ課	20
女子サッカー推進事業	女子サッカーに関するイベントの開催							○		スポーツ課	20

【プロジェクトに関連する個別計画】

- ・ 第2期大和市スポーツ推進計画

【関連計画における参考となる指標】



- ・ 健康都市やまと総合計画の成果を計る主な指標


	現状値 (平成28年)	中間目標値 (令和3年)	目標値 (令和5年)	実績値 (令和3年度)
自ら健康づくりに 取り組んでいる市民の割合	62.9%	68.0%	70.0%	62.7%

- ・ 第2期大和市スポーツ推進計画の成果指標

	現状値 (平成29年度)	中間目標値 (令和3年度)	目標値 (令和5年度)	実績値 (令和3年度)
定期的（週1回以上）にスポーツ や運動を行う人の割合	59.7%	63.3%	65.1%	64.5%

【各事業の取り組み内容】

健康づくり普及啓発事業【担当課：健康づくり推進課】			
1-1-1-1 市民の間での健康づくり活動を活発にする			
◇令和4年度の取り組み◇			
【健康づくり普及啓発事業の実施】			
地域の健康づくりのリーダーとして活動する健康普及員を支援し、健康づくりを推進します。			
地区の特徴を活かした健康普及員活動（ウォーキングや体操教室、健康測定会、食生活教室等）や、ウォーキングマップの作成・配架、健康普及員だよりの発行等を行い、市内全域での健康づくり活動を展開します。			
*健康づくり普及啓発事業は、「楽しく食べようプロジェクト」「地域とつながろうプロジェクト」にも掲載されています。			
	令和3年度	令和4年度	令和5年度
実施計画に定める事業費の推計（千円）	1,800	1,800	1,900

歩く健康づくり事業【担当課：健康づくり推進課】			
1-1-1-1 市民の間での健康づくり活動を活発にする			
◇令和4年度の取り組み◇			
【やまとウォーキンピックの開催】			
5月と10月の年2回開催し、「歩くこと」の推進及び定着を図ります。			
【歩行姿勢測定システムの導入】			
「スポーツフェスタ」や「月イチ学園祭」などのイベントで「歩く速度」「揺れ」「左右差」「足の運び」「腕振り」「身体の軸」の分野36項目を5段階で評価し、歩行年齢を表示する測定会を実施します。			
	令和3年度	令和4年度	令和5年度
実施計画に定める事業費の推計（千円）	5,800	5,400	5,400

一般介護予防事業（介護特会）【担当課：健康づくり推進課・人生100年推進課】



1-1-1-2 高齢の方の生き生きとした毎日を応援する

◇令和4年度の取り組み◇

【介護予防普及啓発】

介護予防に関する普及啓発のため、健康遊具体験会や介護予防セミナー（運動セミナー、口腔セミナー、栄養セミナー、認知症予防セミナー）を開催します。

【ふれあいネットワーク事業の実施】

大和市社会福祉協議会への委託により、地区社会福祉協議会の活動（ふれあい訪問、ミニサロン開催、個別支援）を支援します。

【介護予防サポーター養成】

市内9カ所の地域包括支援センターへの委託により、介護予防や認知症に関する情報を地域に普及する活動を行うサポーターを養成するための講座を開催します。

【コグニバイクの普及啓発】

認知機能の向上を目的とした、脳と体の両方を同時に活動させる自転車型運動機器「コグニバイク」2台を、シリウス4階の健康度見える化コーナーに設置しています。週3回支援員がつき、利用方法についての支援を行います。また、継続利用される方を対象とした登録会を年3回開催しています。

（令和4年度は、新型コロナウイルス感染症拡大予防を鑑み、月1回の体験会（事前予約制）を実施。）

*一般介護予防事業は、「地域とつながろうプロジェクト」にも掲載されています。

	令和3年度	令和4年度	令和5年度
実施計画に定める事業費の推計（千円）	44,600	76,700	45,400
（健康づくり関連）	38,500	70,600	39,300
（認知症施策関連）	6,100	6,100	6,100

リーディングプロジェクト

介護予防・生活支援サービス事業（介護特会）【担当課：人生100年推進課】



2-1-1-1 高齢の方にとって安心できる生活環境を整える

◇令和4年度の取り組み◇

【訪問型サービス事業】

65歳以上の基本チェックリストの判定基準に該当し、サービス利用が必要と判断された方を対象に、専門職（理学療法士、歯科衛生士等）が訪問指導する短期集中予防サービスを実施します。



【通所型サービス事業】



65歳以上の要支援1・2の認定を受けている方、基本チェックリストの判定基準に該当しサービス利用が必要と判断された方を対象に、次の短期集中予防サービス（全14回の講座）を実施します。



- ・運動機能向上講座
- ・心身機能向上講座
- ・運動・口腔機能向上講座



*介護予防・生活支援サービス事業は、「楽しく食べようプロジェクト」にも掲載されています。



	令和3年度	令和4年度	令和5年度
実施計画に定める事業費の推計（千円）	51,100	54,700	54,300


既設公園等大規模改修事業【担当課：みどり公園課】  			
6-2-3-2 市民に親しまれる公園づくりを推進する			
◇令和4年度の取り組み◇			
【既設公園の施設改修工事】 破損及び老朽化した遊具の改修や、危険なため既に撤去した遊具の再設置、ボール遊びもできる防球ネットの設置などを実施しています。			
【公園施設長寿命化改修工事】 「大和市公園施設長寿命化計画」に基づき、老朽化した遊具などの改修工事を計画的に実施しています。			
	令和3年度	令和4年度	令和5年度
実施計画に定める事業費の推計（千円）	142,000	156,000	139,000

ゆとりの森整備事業【担当課：みどり公園課】  			
6-2-3-2 市民に親しまれる公園づくりを推進する			
◇令和4年度の取り組み◇			
園地の適正管理のため、市管理地の暫定整備と、遊具エリアの芝生張替及び保護マットの設置を行います。			
*ゆとりの森整備事業は、「ゆとりを感じようプロジェクト」にも掲載されています。			
	令和3年度	令和4年度	令和5年度
実施計画に定める事業費の推計（千円）	5,500	2,800	3,800

スポーツ大会開催事業【担当課：スポーツ課】  			
7-3-1-1 市民がスポーツを楽しむ機会を提供する			
◇令和4年度の取り組み◇			
【市民総合スポーツ選手権大会の開催】 アマチュアスポーツ精神の高揚と健康の増進のため、市民の間に広くスポーツ参加の機会をつくりたい。あらゆる部門にわたり競技会を開催することにより、選手層の強化開発とスポーツの発展を図ります。			
【駅伝競走大会の開催】 新春の体育行事として、大和スポーツセンターを中心とする周回コースで開催します。			
【スポーツフェスタの開催】 体力測定や様々なスポーツの紹介・体験を通じて、スポーツの普及、健康意識の高揚を図ります。			
	令和3年度	令和4年度	令和5年度
実施計画に定める事業費の推計（千円）	4,100	4,100	4,100

スポーツ教室開催事業【担当課：スポーツ課】  			
7-3-1-1 市民がスポーツを楽しむ機会を提供する			
◇令和4年度の取り組み◇			
【スポーツ教室の開催】			
日頃スポーツの機会の少ない人にもスポーツの楽しさを体験してもらうことにより、スポーツを習慣化することを目指し、こどもや障がい者等、すべての人が気軽にスポーツをしたくなるような種目の教室を開催します。			
	令和3年度	令和4年度	令和5年度
実施計画に定める事業費の推計（千円）	5,400	5,500	5,500

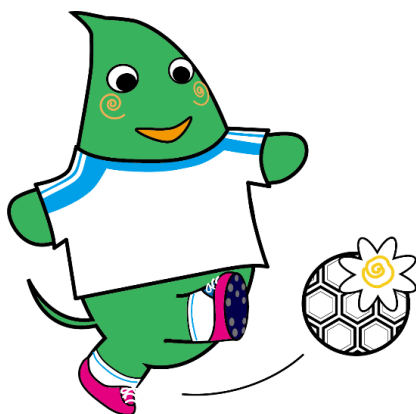
地域スポーツ推進事業【担当課：スポーツ課】  			
7-3-1-1 市民がスポーツを楽しむ機会を提供する			
◇令和4年度の取り組み◇			
【「夢の教室」開催】			
市立小学校5年生全クラスを対象に「夢を持つことの大切さ」「仲間と協力することの大切さ」を伝えていくことを目的とした「夢の教室」を開催します。			
【総合型地域スポーツクラブの創設、活動支援】			
総合型地域スポーツクラブが、自律的で主体的な運営を行えるよう、団体の会員拡大や活動基盤安定に向けた支援を行います。			
【「トップスポーツ観戦デー」の実施】			
トプレベルの大会等を市内の競技施設に誘致して開催し、スポーツに親しむ機会を提供します。（令和4年度はJDリーグ（日本女子ソフトボールリーグ）を開催。）			
【スポーツボランティアの育成】			
スポーツボランティアに関わる情報・機会を提供するとともに、スポーツを支えるボランティア活動への参加拡大及び推進を図ります。			
*地域スポーツ推進事業は、「地域とつながろうプロジェクト」にも掲載されています。			
	令和3年度	令和4年度	令和5年度
実施計画に定める事業費の推計（千円）	1,900	6,300	6,300

大和スタジアム・つきみ野野球場・宮久保野球場施設管理運営事業【担当課：スポーツ課】 			
7-3-1-2 市民がスポーツを楽しむ環境を整える			
◇令和4年度の取り組み◇			
快適なスポーツ施設環境を提供するため、大和スタジアムをはじめとした野球場の維持管理及び運営を、指定管理で行います。			
	令和3年度	令和4年度	令和5年度
実施計画に定める事業費の推計（千円）	63,000	63,000	65,000

リーディングプロジェクト

ゆとりの森スポーツ施設管理運営事業【担当課：スポーツ課】			
7-3-1-2 市民がスポーツを楽しむ環境を整える			
◇令和4年度の取り組み◇			
快適なスポーツ施設環境を提供するため、ゆとりの森スポーツ施設（芝生グラウンド、テニスコート、大規模多目的スポーツ広場、中規模多目的スポーツ広場、スポーツハウス）の維持管理及び運営を、指定管理で行います。			
	令和3年度	令和4年度	令和5年度
実施計画に定める事業費の推計（千円）	31,900	32,500	36,700

女子サッカー推進事業【担当課：スポーツ課】			
7-3-1-3 スポーツ選手や団体等の活動を支援する			
◇令和4年度の取り組み◇			
【女子小中学生を対象としたサッカー大会「大和なでしこカップ」の開催】			
未来の「なでしこジャパン」を目指す女子サッカー選手たちに活躍の場を提供するとともに、女子サッカーの競技力の向上を図ることを目的として大会を開催します。			
【女子小中学生のサッカー体験会や技術指導等の実施】			
初めてサッカーを体験する子を中心に、誰でも楽しめるプログラムを提供する「女子小中学生サッカー体験会」を開催します。			
【女子サッカー関連イベントの開催】			
女子サッカーへの関心を高めていくことを目的に、現役のなでしこジャパンやOGが特別講師となり、サッカー教室やミニゲームを行う「なでしこレジェンドが大和にやってくる」「大和なでしこサッカーフェスティバル」を開催し、気軽にサッカーを楽しめる場を提供します。			
	令和3年度	令和4年度	令和5年度
実施計画に定める事業費の推計（千円）	5,300	5,300	5,300





事例紹介 歩く健康づくり事業

健康都市の実現に向けては、市民一人ひとりが主体的かつ継続的に健康づくりに取り組むことが大切です。

「歩く」ことは、年齢、性別、時間、場所などを問わず、誰もが日常生活の中で気軽に取り組むことができ、それぞれの健康状態に合わせて、無理なく実践することができる運動です。また、継続して取り組むことで、体脂肪の減少による肥満解消や血中の中性脂肪の減少、血圧や血糖値の改善のほか、心肺機能の改善や骨粗しょう症の予防など、様々な効果が期待できます。

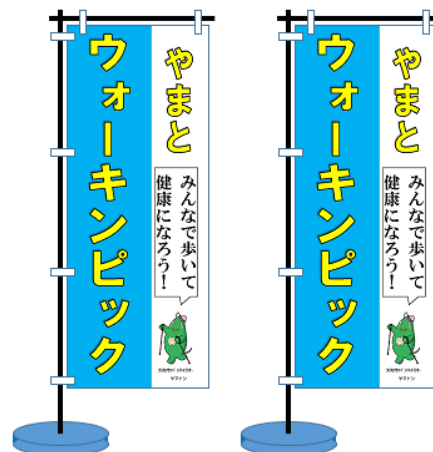
こうしたことから、大和市では、「歩く」ことに着目した健康づくりに関する取り組みを進めています。

■やまとウォーキンピック

「一般の部」「70歳以上の部」「職場の部」の3つの区分を設け、4名から7名のチームで1か月間の平均歩数を競うウォーキングイベントです。

毎年、5月と10月の年2回実施していますが、令和4年10月に開催しました「第12回やまとウォーキンピック」では、これまでで最も多い346チーム、1,832名の参加がありました。

ご友人や職場の同僚と参加できますので、歩く健康づくりに取り組むきっかけとして参加されてはいかがでしょうか。



■ウォーキングサイン

多くの方に健康を意識しながら街を歩いていただくために、駅や公園、公共施設までの距離や時間、歩数や消費カロリーを表示したウォーキングサインを、市内の主要道路沿いの電柱に設置しています。

ぜひ、通勤、通学、散歩の際にご活用ください。

■歩行姿勢測定システム

月イチ学園祭や健康都市やまとフェアといったイベント会場において、「歩行姿勢測定システム」を活用した普及啓発を行っています。

このシステムは、3Dセンサに向かって歩くだけで、歩行速度や歩幅、足の上がり角度などを計測することができます。

自分自身の歩行姿勢などを確認することで、正しい歩き方を身につけ、運動効果の向上につなげていただけます。





市民の取り組み 「大和市地区体育振興会連絡協議会」の活動

地区体育振興会連絡協議会は、各地区体育振興会が互いに連絡協調を図り、スポーツ活動を振興することで、地域住民の体力向上と健全な精神を育むことに寄与することを目指して活動しています。

各地区の体育振興会は、市の事業への協力や地区ごとのスポーツ活動の企画・運営を担っています。特に例年10月に開催している地区体育祭・運動会は、各地区のメインとなるスポーツイベントであり、お年寄りから小さい子どもたちまで、たくさんの方が元気いっぱいに参加し、気持ちよく汗をかいています。

令和4年度については、新型コロナウイルス感染症の影響により活動が制限されていますが、各種ガイドラインや地域の特性等を踏まえ、来年度以降の活動再開に向けた取り組みを進めています。

■主な活動

- 体育祭・運動会など、地区内スポーツ・レクリエーション事業の開催
- 大和市駅伝競走大会やスポーツフェスタなどへの選手派遣・運営協力
- スポーツ推進委員・社会体育振興委員の推薦



大和市駅伝競走大会



親善球技大会（バウンズボール）