



国立市が取り組む健康まちづくり戦略

国立市では、広い意味での健康（ウェルビーイング）を支えるまちづくりを目指し、健康まちづくり戦略を進めています。

令和6年10月から、楽しく喜びにあふれるウォーカブルなまちの重点事業として「くにたち健康ポイント」を開始しました。「くにたち健康ポイント」は、専用のスマートフォンアプリまたは活動量計を使って、日々の歩数の計測によって運動を習慣化していただくこと、定期的な体組成の測定によってからだの状態やその変化に気づいていただくこと、今まで参加していなかったイベントや事業に参加していただくことを主な取り組みとして参加者にポイントを貯めていただいています。

貯めたポイントは国立市デジタル地域通貨「くにPay」で還元する仕組みとなっており、市内での買い物や飲食に使っていただくことで市内経済の活性化も目指しています。現在1000名を超える方が事業に参加し、ご自身の健康づくりに主体的に取り組んでいます。

【健康まちづくり戦略における目指すべき3つの方向性】

I. つながり、集えるまち



- 多様な交流機会をつくる
- 活動できる居心地の良い空間づくり
- 対面の支援とデジタル活用の併用

II. 楽しく喜びにあふれるウォーカブル(※)なまち



- お出かけしやすい道と休憩場所の整備
- 地域ごとの魅力発信・外出促進
- まちの回遊性を高めるイベントや事業の実施

III. 多様で豊かな食と文化を志向するまち



- 食を通じたコミュニケーション、食文化の発信など食によるつながりをさらに広げる
- 文教都市としての魅力を継承・発展させる

※ウォーカブルとは、歩くことに限らず、車いす、ベビーカー、シニアカー、自転車などを利用して誰もが自由に気兼ねなく外出できること。



健康ポイントスマートフォンアプリ



くにたち健康ポイントイメージキャラクター

防災かわら版

第24回 暴風雪に備えて

図 総務課危機管理係 ☎62-6602

冬は天候が急変することがありますので、テレビやラジオなどで防災・気象情報を得るとともに、暴風雪が予想されるときは不要不急の外出を控えましょう。

冬に車で外出するときは

- 防寒着、毛布、長靴、手袋、スコップ、けん引ロープなどを車に準備しましょう。
- 車に燃料が十分あることを確認しましょう。
- 運転中危険を感じたら、無理をせず、ガソリンスタンドやコンビニエンスストアなどで天候の回復を待ちましょう。

吹雪で車が動かなくなったら

大雪で車が立ち往生し、避難場所や救助を求められる人家がない場合、消防（119番）や警察（110番）に連絡してください。

また、毎年、排気ガスの一酸化炭素中毒による死者が発生しています。エンジンをかけた状態で待機する場合、マフラー周辺をこまめに除雪してください。マフラーが埋もれている場合、窓を開けた換気を行っても一酸化炭素濃度がほとんど低下しないとの調査結果があります。



市長ダイアリー

◇ 11月16日～12月15日

- 16日(土)▽地域の医療を考える集い(交流センター)
- 18日(月)▽大館能代空港利用者350万人達成セレモニー(空港ターミナルビル)▽秋田県地域医療対策協議会(WEB会議)(応接室)
- 19日(火)▽道路整備促進期成同盟会(大曲鷹巣道路)秋季合同要望会(仙台市)
- 20日(水)▽道路整備促進期成同盟会(大曲鷹巣道路)秋季合同要望会(東京都)▽秋田県北部地域秋期合同要望(日治道等)(東京都)
- 25日(月)▽県・市町村協働政策会議(秋田市)▽知事と市町村長との行政懇談会(秋田市)
- 26日(火)▽DX推進本部会議(本庁舎)
- 27日(水)▽県道「天坂糠沢線」整備促進要望(北秋田・山本地域振興局)▽中村地区三自治会要望書提出(本庁舎)▽第2回北秋田市民病院運営連絡協議会(市民病院)
- 30日(土)▽阿仁自治会および内陸線を応援する会会員研修会(仙北市)▽秋田北鷹高校スキー部後援会総会(コムコム)
- 1日(日)▽伊勢堂岱遺跡ジュニアシンポジウム(コムコム)
- 2日(月)▽秋田フィンランド協会理事会・総会(コムコム)
- 3日(火)▽日本伝統工芸士会表彰受賞報告(佐藤秋男さん)(本庁舎)
- 5日(木)▽市議会12月定例会(初日)(議事堂)
- 6日(金)▽秋の叙勲瑞宝章(消防功労)受賞報告(戸島丈夫さん)(本庁舎)
- 9日(月)▽市議会12月定例会(一般質問1)(議事堂)
- 10日(火)▽市議会12月定例会(一般質問2)(議事堂)
- 11日(水)▽けんしん北秋田地区合同忘年会(コムコム)
- 13日(金)▽国道103号および大館十和田湖線同盟会合同要望活動(北秋田地域振興局)▽地域おこし協力隊退任式(佐藤健太さん・小林竜也さん)(本庁舎)▽北秋田市誘致企業懇談会・交流会(耕ホール)
- 15日(日)▽大覚野峠防災起工式(仙北市)

ショー コリガン



私が見た北秋田

Kitaakita from My Eyes NO.99

北秋田市20周年おめでとう！

市民の皆さま、あけましておめでとうございます。本市は2005年の合併以来、今年で20周年を迎えることとなりますね。このようなめでたい節に、自分の人生のこの20年間の歩みを振り返ってみました。

北秋田市が誕生して間もなく、2005年9月に地元の大学に入学しました(年齢のご計算を控えますように…)。専攻は日本語で、本格的に日本語の勉強を始めた年です。在学中に留学生として2回も渡日できました。その1回目は札幌市で、その間見学しに行った登別伊達時代村で撮ってもらった写真を今回の写真にしてみました。ちなみに2回目は、兵庫県塚本市に1年間暮らしていました。

そして、北秋田市が5周年を迎えた年、2010年に本市にALTとしてやってきました。田舎育ちの私にとって、札幌市や関西地方などの都会から離れ、日本の自然に恵まれているところに暮らし初めると、ここでこそ長く住みたいと思った記憶があります。これからも頑張りたいと思っています。

どうか皆さまにとって今年も素敵な1年になりますように。

