

健康文化

## 「健康文化」の具現へ。あいち健康の森

小林 英治

生活大国へ、国の施策の根幹にも変化がみられるようになった。会社人間から家庭人間へ、最近の経済の不振もあって個人の生活の態様も少しずつ変わっていく。

こんな中で、人の健康の概念も生活密着型に変わっていくのではないかと思う。わかりやすく言えば、健康を病気の対極に置くのではなく、風邪もひけば腹も痛い、腰痛、肩凝りもあるという自然体の日常の中で、生活に大きな変化が来ないと言った、どうにかのり切るタイプの健康がごく普通になっていくのではないか。

しゃちこばって健康を説く時代は去って、健康は生活の中で習慣的に自然に身についていくものとする世の中になったのだと思う。特に健康を意識しないで、幸せの実感があれば最高である。

こう考えてくると、改めて、「健康文化」という言葉が昨今の世相にぴったりとすると感じ入っている。

本財団に關係の深い本県の健康福祉のプロジェクトあいち健康の森の建設計画も具体化が進み、健康開発センターや健康科学教育館の骨格はもちろんソフトの詰めの作業に入る段階となっている。

健康の森のメインとなる、県民の心にフィットする健康増進施設とは何か。推進局のスタッフは日夜悩んでいる。

唯一の拠りどころは、やはり、健康文化である。人も自然の一員であれば、健康も自然と一体であり、生活の中で健康という文化を創り上げていく、このコンセプトでいこうと思う。

健康の森の健康開発センターは、延床面積約 12,000m<sup>2</sup>の規模になる。ここでは、個人の健康度を生活の中から探り評価する。

このため、評価には評価される当人にも参加してもらおう。これを基に日常習慣化が可能と思われる健康プログラム、運動・栄養・休養メニューをつくって実践してもらおう。

コンピュータで、どんな健康状態の人にもプログラミングは可能である。評

価値は、その人の一生の間、何度でも繰り返す。

自分自身の健康文化を創造してもらおう施設をねらいたい。

いずれにしても、あいち健康の森整備全体の流れの中で、いま、健康開発センターはじめ4施設の実施設設計が目前に迫っているので、その骨格だけ紹介しておきたい。

### 健康開発センター等4施設の概要

施設名	事業内容等	施設規模 (延床面積)	施設概要
健康開発センター	県民に健康づくりを実際に行う場を提供し、各人の健康度を評価しその評価に基づく健康づくりの実践方法を指導するとともに日常生活への応用を支援する。 健康づくり技法・健康度の評価方法の研究開発、健康づくりの指導者や地域のリーダー等を養成する。	約12,100㎡	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 健康度評価スペース、研究開発スペース</li> <li>○ 健康づくり(体)スペース</li> <li>○ 健康づくり(心)スペース</li> <li>○ ロッカールーム</li> <li>○ 温水プール</li> </ul>
健康科学教育館	展示物あるいは教育プログラムを通して健康を守る人体の仕組み、健康に関わる様々な現象・問題等に関する情報を伝え、楽しみながら体験学習してもらうことにより日常生活における健康づくりの大切さを訴え、より健全な生活習慣の実践へ踏み出すきっかけを与える。	約8,500㎡	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 展示イベントスペース</li> <li>○ 教育普及スペース</li> <li>○ 調査、収集、整理、保存スペース</li> </ul>
滞在型学習施設	「健康の森」の各施設の利用者のために快適な滞在・宿泊の場を提供するとともに健康・長寿に関する学習講座・研修会、国内・国際会議あるいは、地域・職場のグループの会合等に必要な場所を提供する。	約8,800㎡	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ コンベンション施設</li> <li>○ メインホール</li> <li>○ 国際会議場</li> <li>○ 小会議場スペース</li> <li>○ 宿泊・滞在施設</li> <li>○ 客室スペース</li> <li>○ レストランスペース</li> <li>○ リラクゼーションスペース</li> <li>○ フロントサービススペース</li> </ul>
中央管理センター	「健康の森」の各施設間の調整、管理・運営業務や、企画・広報業務を行うほか、保健・医療・福祉に関する情報を集積し、県民、専門家等に提供する。	約6,600㎡	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 事務スペース</li> <li>○ 情報処理スペース</li> </ul>
地下駐車場		2,000㎡	
アトリウム		2,000㎡	
計		約40,000㎡	

(愛知県衛生部 健康の森推進局長)