

		作成日	令和 8 年 8 月 2 6 日
リーディングプロジェクト	健幸（けんこう）長寿のまちづくり	ゼネラルマネージャー	健康推進部長
未来(あす)を紡ぐミーティング(ATM)メンバー	健康推進部長、市民部長、福祉部長、環境クリーン部長、産業経済部長、街づくり計画部長、建設部長、教育総務部長		
幹事会メンバー	保健センター長、健康推進部次長、市民部次長、教育総務部次長、地域づくり推進課長、地域づくり推進課主幹、高齢者支援課長、国民健康保険課長、健康づくり支援課長、健康づくり支援課主幹、みどり自然課長、商業観光課長、農業振興課長、都市計画課長、道路維持課長、河川課長、スポーツ振興課長		

【リーディングプロジェクトの方向性】

健康で幸せを感じながらいつまでもいきいきと地域で暮らすためには、充実した医療体制はもとより、市民一人ひとりが自分の心と体を大切にする健康意識の向上が重要です。このため、多くの方が楽しめる“歩くこと”等を中心とした、生涯にわたって主体的に取り組むことができる健康づくり、体力づくりを進めていく必要があります。 また、人や自然との触れ合いは、心の豊かさや活力を育むことにもつながります。誰もが外に出て人や自然に触れ、活動したくなるように、所沢の豊かな自然を感じられる環境や、人々が憩い、楽しみを感じられるにぎわいの創出など、「歩いて」「楽しんで」健幸長寿を実感できるまちづくりを進めます。
--

【令和 7 年度に実施した事業】

≪「主な取り組み」にあたる事業≫

3-1-1 主体的な健康づくりの推進									
トコトコ健幸マイレージ事業								健康推進部健康づくり支援課 国民健康保険課	
貢献度	A：貢献している	必要性	A：高まっている	効率性	B：余地はある	進捗状況	C：計画通りでない	方向性	I：事業規模拡大
3-5-1 スポーツ活動を通した健康・体力づくりの推進									
スポーツ教室開催事業								教育総務部スポーツ振興課	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	II：継続
所沢シティマラソン大会開催事業								教育総務部スポーツ振興課	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	A：計画以上	方向性	II：継続

≪「関連する取り組み」にあたる事業≫

1-1-1 地域コミュニティの充実									
地域づくり支援事業（松井）								市民部松井まちづくりセンター	
貢献度	B：やや貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	II：継続
地域づくり支援事業（富岡）								市民部富岡まちづくりセンター	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	II：継続
地域づくり支援事業（小手指）								市民部小手指まちづくりセンター	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	II：継続

地域づくり支援事業（山口）										市民部山口まちづくりセンター	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続		
地域づくり支援事業（吾妻）										市民部吾妻まちづくりセンター	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続		
地域づくり支援事業（柳瀬）										市民部柳瀬まちづくりセンター	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続		
地域づくり支援事業（三ヶ島）										市民部三ヶ島まちづくりセンター	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続		
地域づくり支援事業（新所沢）										市民部新所沢まちづくりセンター	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続		
地域づくり支援事業（新所沢東）										市民部新所沢東まちづくりセンター	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続		
地域づくり支援事業（所沢）										市民部所沢まちづくりセンター	
貢献度	B：やや貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	C：計画通りでない	方向性	Ⅱ：継続		
地域づくり支援事業（並木）										市民部並木まちづくりセンター	
貢献度	B：やや貢献している	必要性	A：高まっている	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続		
1-4-1 自立した生活を継続するための取組の推進											
老人福祉センター等運営事業										福祉部高齢者支援課	
貢献度	A：貢献している	必要性	A：高まっている	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続		
介護予防普及啓発事業										福祉部高齢者支援課	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	A：余地はない	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続		
地域介護予防活動支援事業										福祉部高齢者支援課	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	A：余地はない	進捗状況	C：計画通りでない	方向性	Ⅱ：継続		
4-2-1 生物多様性への理解と参加の推進											
生きものとみどり啓発事業										環境クリーン部みどり自然課	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	C：計画通りでない	方向性	Ⅱ：継続		
4-2-3 みどりと水の保全											
緑地管理整備推進事業										環境クリーン部みどり自然課	
貢献度	A：貢献している	必要性	A：高まっている	効率性	A：余地はない	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続		
里山保全地域等指定整備事業										環境クリーン部みどり自然課	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	A：余地はない	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続		
砂川堀水辺保全・散策路整備事業										建設部河川課	
貢献度	A：貢献している	必要性	A：高まっている	効率性	A：余地はない	進捗状況	C：計画通りでない	方向性	Ⅱ：継続		
5-3-1 にぎわい拠点の創出・活性化											
「所沢市観光情報・物産館」活用事業（COOLJAPANFOREST構想事業）										産業経済部商業観光課	
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	A：計画以上	方向性	Ⅱ：継続		
観光拠点の整備・充実事業										産業経済部商業観光課	
貢献度	B：やや貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	A：余地はない	進捗状況	C：計画通りでない	方向性	Ⅱ：継続		
5-3-2 にぎわい拠点のネットワーク形成											
観光客回遊性創出事業										産業経済部商業観光課	
貢献度	A：貢献している	必要性	A：高まっている	効率性	B：余地はある	進捗状況	A：計画以上	方向性	Ⅱ：継続		
5-3-3 観光を軸としたブランド化の推進											
ヘルスツーリズム産業創出支援事業										産業経済部商業観光課	
貢献度	B：やや貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	A：余地はない	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続		

6-1-3 所沢らしい景観まちづくりの推進										
景観まちづくり推進事業								街づくり計画部都市計画課		
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	A：余地はない	進捗状況	C：計画通りでない	方向性	Ⅱ：継続	
6-3-3 歩行者・自転車環境の整備推進										
自転車レーン整備事業								建設部道路維持課		
貢献度	A：貢献している	必要性	A：高まっている	効率性	B：余地はある	進捗状況	C：計画通りでない	方向性	Ⅱ：継続	

《寄与する事業》

3-1-3 食育の推進										
食育推進事業								健康推進部健康づくり支援課		
貢献度	A：貢献している	必要性	A：高まっている	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続	
3-1-4 歯科口腔（こうくう）の健康保持・増進										
成人歯科保健指導事業								健康推進部健康づくり支援課		
貢献度	A：貢献している	必要性	A：高まっている	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続	
3-2-2 生活習慣病予防の普及啓発										
成人健康教育・相談事業								健康推進部健康づくり支援課		
貢献度	A：貢献している	必要性	A：高まっている	効率性	B：余地はある	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続	
3-5-3 スポーツ活動の支援と環境整備										
体育施設管理運営事業								教育総務部スポーツ振興課		
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	A：余地はない	進捗状況	A：計画以上	方向性	Ⅱ：継続	
体育施設整備事業								教育総務部スポーツ振興課		
貢献度	A：貢献している	必要性	A：高まっている	効率性	A：余地はない	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅰ：事業規模拡大	
5-3-4 農のあるまちづくりの推進										
地産地消推進事業								産業経済部農業振興課		
貢献度	A：貢献している	必要性	A：高まっている	効率性	B：余地はある	進捗状況	A：計画以上	方向性	Ⅰ：事業規模拡大	
体験農場推進事業								産業経済部農業振興課		
貢献度	A：貢献している	必要性	B：変わらない	効率性	B：余地はある	進捗状況	C：計画通りでない	方向性	Ⅱ：継続	
6-1-1 計画的かつ合理的な土地利用の推進										
魅力ある街なか空間創出推進事業								街づくり計画部都市計画課		
貢献度	A：貢献している	必要性	A：高まっている	効率性	A：余地はない	進捗状況	B：計画通り	方向性	Ⅱ：継続	

【評価及び今後の方針】

●主体的な健康づくりの推進

・「トコトコ健幸マイレージ事業」では引き続きスマートフォンアプリを活用し「歩くことを中心とした健康づくり」のコンセプトに基づき、本市の健康増進事業の中心的な取り組みとして実施した。

参加者を増やすための取り組みとして、広報ところざわやSNS等を活用した情報発信を行うとともに、保健師等の地区活動や健康増進に関するイベント、庁内各課が発出するチラシや通知等を通じて多様な手法による周知を行った。

歩くことを促すため、令和7年10月から12月にウォーキング促進強化月間を設け、各月一日あたりの平均歩数が7,100歩以上の参加者を対象に、抽選で景品を贈呈する取り組みを実施した。

その結果、令和7年度末の登録者数は令和6年度末（9,325人）から1,133人増加の10,458人となり県内1位を維持、アクティブ率（※1）も令和8年3月末時点では62.77%と人口15万人以上の県内市町村の中では1位に位置し、歩くことによる健康づくりを着実に推進している。

その一方で、令和7年度の平均歩数は6,185歩となり令和6年度実績（6,374歩）から189歩減少した。国の「21世紀における第三次国民健康づくり運動（健康日本21（第三次））」や中之条研究（※2）において、平均歩数は生活習慣病の予防等の観点で指標となっていることから、本市も平均歩数の増加を目指し、引き続きウォーキング促進強化月間等の取り組みを実施していく。

（※1）アクティブ率…事業で活用するスマートフォンアプリを月に一度でも開いた人の割合

（※2）中之条研究…青柳幸利博士（東京都健康長寿医療センター研究所）による、歩きと疾病予防の関係について、群馬県中之条町で行われた疫学研究

・「食育推進事業」、「成人歯科保健指導事業」及び「成人健康教育・相談事業」において、歩くこと以外についても健康増進全般に係る各種教室等を開催したほか、健康情報を家族や友人に広める役割を担う「みんなで健康マイスター」の養成講習を開催した。今後も健康寿命の延伸と健康増進につなげる各種事業を実施していく。

●スポーツ活動を通した健康・体力づくりの推進

・「所沢シティマラソン大会開催事業」では、参加者の健康づくりと生涯スポーツの振興を目的に、市制施行75周年事業として第36回大会を開催した。定員を上回りコロナ禍以降最多となる5,545人のエントリーと、所沢警察署を含め約1,100人のボランティア役員の協力によって、盛大に開催することができた。今後も、参加者の健康づくりに加え、運営に関わったボランティア役員や沿道に応援に来た人など、広く生涯スポーツの振興を図ることができるよう取り組んでいく。

・「スポーツ教室開催事業」では、運動を通して健康維持を図るとともに、スポーツニーズに応え、生涯を通してスポーツに親しむきっかけをつくることを目的に計11回の教室を実施した。年齢や体力に関わらず誰でも楽しめるニュースポーツを体験できる場として「こどもスポーツフェア」（参加者70人）を開催したほか、まちづくりセンター等において「健康体操教室」（参加者延べ9,551人）を開催。多くの市民参加がある一方で、市民意識調査において週1日以上スポーツを行っている人の割合が令和7年度は49.2%となり、令和6年度の52.5%から3.3%減少している。今後は、スポーツに親しむきっかけづくりとして、引き続き教室の充実を図り、週1日以上スポーツを実施する人の割合が年々増加するよう、周知・啓発を行っていく。

・「体育施設管理運営事業」では、市民の余暇活動や健康増進に寄与することを目的に体育施設をスポーツ、レクリエーションの場として利用に供している。令和7年度の利用者数は814,579人となり、令和6年度の809,717人と比較して4,862人増加した（数値は延べ）。

・「体育施設整備事業」では、市民が安全で快適に利用できるよう、施設の整備・維持管理を行っている。良好な環境で、体育施設を提供することは、利用者の健康増進及び生涯スポーツの振興につながることから、今後も引き続き、所沢市公共施設等管理計画の内容に沿った整備の検討と、所沢市公共建築物修繕計画に基づく改修工事を行うほか、緊急性に応じ、随時、修繕を実施するなど、利用者が安心して利用できる施設の管理・運営をしていく。

●地域コミュニティの充実

・「地域づくり支援事業」では、富岡、三ヶ島、松井、山口の4地区で健康の増進と地域住民の交流を目的としたウォーキング大会が開催され、富岡地区では4地区で最多の175人の参加があった。このほかにも、地区の団体との共催でウォーキング大会を開催した。また、ポッチャやモルック大会、パークゴルフ大会、グラウンドゴルフ大会などが開催されるなど、スポーツを通じての健康増進に向けた取り組みが定着している。今後は、健康推進事業として定着しているスポーツ以外にも、健康増進に向けた事業についてニーズや課題の把握に努め、企画実施していく。

●自立した生活を継続するための取組の推進

・「老人福祉センター等運営事業」では、老人福祉センター等において、スマホ教室等の自主事業の充実や、エアロバイク等の購入により、施設の利用者数の向上に取り組んだ。年間利用者延べ人数は、老人憩の家は減少となったが、老人福祉センターが増加したことで、全体としては増加となり、一定の利用促進を図ることができた。今後も老人福祉センター等の利用を通して、高齢者の生きがいづくりを推進するため、通いたくなるような自主事業の充実など、利用者数の増加に資する取り組みを行う。

・「介護予防普及啓発事業」では、高齢者の自発的な介護予防を啓発するため、認知症アンケート（健幸のための「元気アップ大調査」）を実施し、介護予防教室や、認知症に関する正しい知識等の普及啓発を行うとともに、社会参加のきっかけづくりを行った。令和6年度よりも回答率が上昇したものの、約55%に留まっており、回答後送付されるアンケートの分析結果を基にしたアドバイス票を活用することで、自身の介護予防に役立てることができるというメリットについて周知が不足していることが要因と考えられる。引き続き回答率が上昇するよう工夫し、介護予防の自発的な取り組みを推進する。

・「地域介護予防活動支援事業」では、通いの場として、地域のボランティア団体であるお達者倶楽部に助成金を交付し、また、団体同士の情報交換の機会となる活動発表会を開催するなど、活動支援に取り組んだ。新規の会員が増えないこと、会員の高齢化等による運営の困難さから団体の解散が続いていたが、団体の活動支援や立ち上げ支援により、令和7年度の団体数が増加に転じた。お達者倶楽部等の高齢者の団体数は減少傾向にあるが、介護予防の一つとして通いの場への社会参加が有効であることから、引き続き活動の支援を行っていく。

●生物多様性への理解と参加の推進

・「生きものとみどり啓発事業」では、令和7年11月に、狭山丘陵の樹林地内を巡る「みどりのふれあいウォーク」を実施した。1,369人が参加したことから、みどりに対する興味関心を深めながら、健康づくりを推進することができたと評価する。今後も引き続きみどりのふれあいウォークを実施し、みどりへの理解と意識の向上を図るとともに、歩くことによる健康づくりの場を提供する。

●みどりと水の保全

・「緑地管理整備推進事業」では、市民が安全にみどりに触れ合う場を提供するため、除草やナラ枯れ被害木をはじめとする危険木の伐採等を行った。また、施設整備として、市民に公開している緑地の園内外の柵の設置や修繕等を行い、人と自然が触れ合う場が安全な状態に保たれるよう整備した。今後も、危険木の伐採、施設整備等を行い、市民が安心してみどりに触れ合える場を提供していく。

・「里山保全地域等指定整備事業」では、都市近郊に残された数少ない里山の原風景を保全するため、樹林地の土地利用を制限する地域制緑地の指定範囲を0.33ha拡大し、市内に残された貴重なみどりを保全することができた。今後も所沢のかけがえのないみどりを継承するため、各種法令等に基づき、地域制緑地の指定及び拡大を行っていく。

・「砂川堀水辺保全・散策路整備事業」において、砂川堀や散策路の維持管理を行い、「東川桜舞う遊歩道事業」については、桜並木及び遊歩道の維持管理を行った。散策路や遊歩道を整備することにより、所沢の自然を知り親しめる機会の創出と歩きたくなる空間づくりに寄与することができた。所沢の自然を知り親しむことを通して、歩くことなどの運動を始めるきっかけをつくり、その運動を楽しみながら継続してもらうため、今後も散策路や遊歩道の整備や維持管理を行っていく。

●にぎわい拠点の創出・活性化

・「「所沢市観光情報・物産館」活用事業（COOL JAPAN FOREST 構想事業）」の「所沢市観光情報・物産館YOT-TOKO（よっとこ）」においては、本市の観光情報の提供や特産品のPR・販売等を行うことで、魅力発信拠点としての役割を引き続き果たすとともに、よっとこ夜市のほか、様々なイベントを開催することで、にぎわい拠点の創出・活性化を図った。よっとこ夜市等の新たなイベントを展開することで、令和7年度の来館者数は令和6年度の約227,000人から1万人ほど多い、約237,000人となり、地域のにぎわい創出・活性化に寄与した（数値は延べ）。今後も、YOT-TOKOでのイベント開催に加え、令和8年4月1日に供用を開始した「東川さくらデッキ」を活用し、様々な事業を展開していくことで、所沢市の魅力発信やにぎわい創出に寄与していく。

・「観光拠点の整備・充実事業」では、「まち」×「みどり」のおさんぽコース10選のうち「荒幡富士おさんぽコース」の道標を整備した。道標には二次元コードを掲示し、「歩くことによる健康づくり」についての情報発信を行った。対象が豊かな自然に囲まれた散策コースであることから、「人や自然とのふれあいを通じた心の豊かさや活力の醸成」に寄与していると評価できる。「まち」×「みどり」のおさんぽコースの整備を引き続き進め、市民のさらなる健康意識の向上と歩行習慣の定着を目指す。

・「魅力ある街なか空間創出推進事業」では、街なかの公共空間などを活用し、回遊性や滞在性の創出に向け、官民連携のまちづくり組織「ところざわエリアプラットフォーム」を設立した。旧町地区でまちづくり活動を実施している団体や多様なプレイヤーで構成する組織を設立できたことで、当該地区の持続可能な魅力づくりを推進していくための基盤が整った。同組織において、公共空間などの利活用による回遊性や滞在性を向上させていくための街の将来像となるビジョンの策定や具体的な取り組みの支援を実施していく。

●にぎわい拠点のネットワーク形成

・「観光客回遊性創出事業」では、シェアサイクルについて、令和7年度の利用者数は令和6年度実績（45,831人）から10,646人増加の56,477人、利用回数は令和6年度実績（116,817回）から31,761回増加の148,578回となった（数値は延べ）。依頼のあった場所へ新たにポートを設置するなど、令和7年度はポート数を31か所増設して計139か所とし、シェアサイクルをより身近に利用できる環境整備に取り組んだ。さらなる利便性の向上を図るため、今後もポート数の拡大に継続して取り組む。

●観光を軸としたブランド化の推進

・「ヘルスツーリズム産業創出支援事業」では、自然の中を安全に無理なく歩く「クアオルト健康ウォーキング」について、個人ツアーを8回、法人ツアーを1回実施した。従来の荒幡富士特別緑地保全地区コースでは27人、上山口堀口天満天神社周辺里山保全地域コースでは15人が参加したほか、所沢航空記念公園で無料体験コースを実施した。誰もが気軽に参加できる内容とし、22人が参加した。個人ツアーの参加者定着を図るため今後も年8回での開催を継続し、観光と健康を融合した事業を展開していく。

・「地産地消推進事業」では、市内飲食店とともに里芋と茶を使った新メニューを提供したほか、西武学園医療技術専門学校とともに地産地消レシピを開発した。また、地産地消レシピのうち特に優秀なレシピを表彰し、その考案者を講師とした親子参加型の料理教室を開催した。市内飲食店とのコラボメニューは期間限定ではあるものの、来店者には好評であり、購入のための出歩きにつながった。親子参加型の料理教室では、親子の思い出深い体験を提供できたことに加え、所沢農産物に興味を持ってもらうことができた。所沢産の狭山茶や里芋と一目でわかるパッケージの作成やイベントを活用しながら、所沢産農作物の消費拡大に向け関心を高めていき、引き続き健康意識の向上につなげていく。

・「体験農場推進事業」では、農業者以外の方に貸出す農地について、一部区画を細分化したことにより多くの市民の利用が可能となった。今後も多くの方に利用していただき、農業への理解を深めてもらうとともに、農場で自ら野菜を育て収穫し味わう体験を通して健康意識を高める機会を提供していく。

●所沢らしい景観まちづくりの推進

・「景観まちづくり推進事業」では、令和6年度に引き続き、一般公開している個人宅の草花や庭木などのガーデニング及び市民から推薦された景観資源のうち景観賞として表彰された資源を「とことこガーデンマップ」に記載した。また、景観資源をホームページ等で紹介するとともに、景観市民活動クラブと実施した景観資源を巡る「みて歩きマップ」を作成、景観展示会で紹介することにより、外出して街歩きをし、健康づくりへつながるきっかけづくりに寄与した。今後も「とことこガーデンマップ」の更新や景観資源の登録・周知を継続して行い、より一層所沢らしい良好な景観づくりを進めるとともに健康づくりを高める機会を提供していく。

●歩行者・自転車環境の整備推進

・「自転車レーン整備事業」については、令和7年度は通学路の安全対策に重点を置き、自転車レーンの整備は見送ることとなった。市内の県道と国道を管理している埼玉県川越県土整備事務所及び道路交通を担当する埼玉県警察とも連携を図り、自転車レーンの整備延伸に努め、歩行者や自転車など誰にとっても通行しやすい空間を創出していく。

【総評】

“健幸（けんこう）長寿のまちづくり”では、市民一人ひとりが健康意識を持つこと、本市が外に出て活動したくなるような魅力的なまちとなることの両方が重要である。

そのため、特に、運動を始めるきっかけをつくり、運動を楽しみながら継続してもらうことが必要となるほか、運動以外の視点から健康意識の向上を図ることも重要である。特に、前述の中之条研究において、健康寿命の延伸を図る上で一日の歩数が重要な要素であることが実証されていることから、歩くことへの動機づけ、行いやすさへの工夫については留意して取り組みたい。

運動を始めるきっかけづくりとしては、ウォーキングイベントをはじめ、マラソン大会やスポーツ教室、体操教室といった幅広い世代が取り組むことができる事業を実施した。

運動を楽しみながら継続できるまちづくりとしては、所沢の自然の保全や散策路の整備、「所沢市観光情報・物産館YOT-TOKO」でのイベント開催などによるにぎわい拠点の創出、「みて歩きマップ」の作成、地域の特性を活かした地域づくり支援事業などを実施し、歩きやすく歩きたくなるまちづくりに努めた。加えて、市内の公園に設置している健康遊具の活用方法に関するオリジナルストレッチ動画の作成・公開を行い、日々の健康づくりを後押しした。

また、「トコトコ健幸マイレージ事業」については、参加により歩くきっかけづくりになるとともに、運動量が見える化され、楽しみながら運動を継続できる効果が期待されることから、引き続き本市の健康増進事業の中心的な取り組みとして実施していく。

そのほか、運動以外の視点として、各種健康教室や介護予防教室の開催、体験農場で食の生産に携わることによる健康意識の向上など多角的に健幸長寿に資する取り組みを実施した。

以上のような取り組みを各部署が着実に進めてきたことで、本市の健康寿命（※）は、平成27年度から令和6年度までの10年間で延伸傾向にあり、これまでの取り組みがその一助になったと考える。そのため、市民の主体的で継続的な運動を促す環境づくりや健康意識の向上を図るための事業を各部署連携しながら引き続き“健幸（けんこう）長寿のまちづくり”を推進していく。

（※）健康寿命：埼玉県が定める、65歳以上に達した県民が健康で自立した生活を送ることができる期間（介護保険制度における「要介護2以上」になるまでの期間）に65歳を加えて算出したもの。埼玉県衛生研究所の令和7年度公表の最新データによる。

《所沢市健康寿命》

平成27年度 → 令和6年度

男性：82.79歳 → 83.33歳（0.54年延伸）

女性：85.35歳 → 86.14歳（0.79年延伸）

令和6年度について、人口15万人以上の県内自治体の中では男女ともに1位である。

【SDG s への貢献】

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1 貧困をなくそう | 10 人や国の不平等をなくそう |
| 2 飢餓をゼロに | 11 住み続けられるまちづくりを |
| 3 すべての人に健康と福祉を | 12 つくる責任 つかう責任 |
| 4 質の高い教育をみんなに | 13 気候変動に具体的な対策を |
| 5 ジェンダー平等を実現しよう | 14 海の豊かさを守ろう |
| 6 安全な水とトイレを世界中に | 15 陸の豊かさを守ろう |
| 7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに | 16 平和と公正をすべての人に |
| 8 働きがいも経済成長も | 17 パートナリシップで目標を達成しよう |
| 9 産業と技術革新の基盤を作ろう | |