

地域の安心と健康を支える「とっとり市民健康プラン2026」について

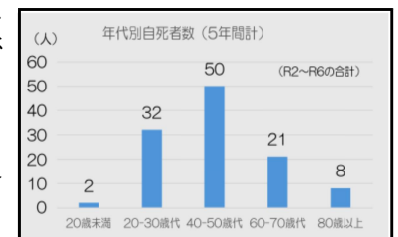
城北地区公民館に「とっとり市民健康プラン2026」の冊子が届きました。
市がこれまで進めてきた健康づくり、食育推進、自死対策の3つの計画を統合し、地域の状況に応じた健康づくりを進めるための指針としてまとめられたものです。

城北地区でも、人と会う機会の減少や相談しづらさなどの声が聞かれるようになっており、計画の内容と重なる部分も多くあります。今回は、その概要を地域の状況とあわせて、主な相談窓口をご紹介します。

令和8年度から始まるこの計画は、市民一人ひとりが生涯を通じて、その人らしく健康で豊かな生活を送れるよう、こころとからだの健康づくりを進める総合的な指針です。計画では、社会環境を整えながら「誰一人取り残さない健康づくり」を進めることが基本理念として示されています。

近年、城北地区でも「人と会う機会が減った」「相談できる相手がいない」「地域のつながりが弱くなってきた」といった声が聞かれるようになりました。コロナ禍で交流の機会が減ったことや、高齢化・単身世帯の増加など、地域の状況の変化が背景にあると考えられます。こうした課題は、計画がめざす相談しやすい体制づくりや孤立防止の取り組みとも重なっています。

右の棒グラフは、鳥取市の過去5年間の年代別自死者数です。また、自死対策では、保健・福祉・地域づくりを一体で進め、見守り活動や孤立防止の取り組みを強化しています。



高齢者の閉じこもり予防についても、社会福祉協議会と連携し、通いの場や介護予防教室、地域サロンの支援を進めています。

さらに、必要な情報が十分に届かないことは、相談先が分からないまま悩みを抱え込んでしまう要因にもなり、支援につながりにくい状況を生むことが指摘されています。こうした課題に対し、計画では紙の回覧板に加えてデジタル手段を活用し、相談窓口や健康・福祉に関する情報を確実に届ける広報の充実を進めています。



城北地区でも、回覧板を補う形で「自治連公式LINE」を活用し、行事や防災情報を共有する取り組みを進めています。市の計画で示されている「必要な情報を確実に届ける社会環境の整備」という方向性は、こうした地区の取り組みとも重なっており、情報が届きやすくなることで、地域への関心や参加のきっかけづくりにもつながっていくと考えています。

【鳥取市の主な相談窓口】

区分	相談窓口名	電話番号
消費生活や生活の困りごと	くらしの安心・相談課（くらし110番相談窓口）	0857-20-4894
こころの相談窓口	県立精神保健福祉センター	0857-21-3031
こころの悩み・自殺予防の相談	鳥取いのちの電話 ＊365日対応相談受付 正午～午後9時	0857-21-4343
高齢者・介護	鳥取北地域包括支援センター （北中学校・中ノ郷中学校区担当）	0857-20-2205
子ども・子育て	こども家庭センター（子育て相談ダイヤル）	0857-36-0505
障がい相談	障がい者相談支援センター そよかぜ	0857-22-9511
担当課が分からないとき	鳥取市コールセンター	0857-22-8111

＊城北地区社会福祉協議会では毎週金曜日に相談日を設けており、いつでも困りごと相談に対応（予約要）します。公民館へご連絡いただければ、相談につないでもらえます。