

平成 29 年 3 月 21 日

～区民とともに作成したウォーキングマップ～

## 「すみだウォーキングマップ」本日から配布開始！

本日から、区民とともに作成したウォーキングマップ「すみだウォーキングマップ」（A5判8ページ、5,000部発行）の配布を開始した。これは、区民に、“健康で不自由なく暮らせる期間（健康寿命）”を伸ばし、いつまでも元気に過ごしてもらおうと、平成28年度から実施している「区民の健康寿命UP大作戦！」の一環として作成したもの。

マップ作成に当たっては、平成28年8月21日～9月16日に、「あなたが選ぶ“すみだ”を歩く」をコンセプトに、区民の方等からおすすめのウォーキングコースを募集。9月30日には、応募があった41コースをすみだリバーサイドホール（吾妻橋一丁目23番20号・区役所に併設）2階イベントホールで展示。来場者に魅力的だと感じたコースに投票してもらい、得票数が多かった5コースと、区が推薦した2コースを選定した。平成29年1月11日・13日・19日には、コースを提案した区民等の協力のもと、実測調査を行い、道幅や交通量、おすすめスポットなどを確認した。

マップでは、両国の名所・旧跡や地元の人に愛される惣菜屋をめぐる「すみだの魅力が凝縮！江戸の粋に出会えるコース」、隅田川七福神ゆかりの寺社や墨堤、老舗の甘味屋などをめぐる「名物の甘味でひと休みもOK すみだの名刹をめぐるコース」などを掲載。コース提案者のおすすめポイントや墨田区の名所・名店も一緒に紹介しているので、楽しみながらウォーキングができるのが特徴。また、各コースには、所要時間や距離、歩数、消費カロリーも載せているので、自分に合ったコースを選んで歩くことができる。さらに、トイレやAEDの場所、安全かつ効果的に歩くためのコツ等も掲載しているので、初心者でも安心してウォーキングを楽しむことができる。

コースを考えた区民の方は、「これから春先に向かって、このマップを使って歩いてもらいたい。特に高齢者の方には区内を周遊してもらい、いつまでも健康でいてほしい」と話していた。

「すみだウォーキングマップ」は区役所や各出張所などで配布するほか、区公式ホームページでも閲覧可能。

### <墨田区の平均寿命について>

墨田区民の平均寿命は23区の中でも低く、65歳健康寿命は、男性が81.8歳、女性が85.2歳となっており、東京都平均よりもやや低くなっている。特に墨田区のがん死亡率は高く、75歳未満の墨田区民のがんによる平成25年度の死亡率は、23区の中で男性は7位、女性は1位となっている。さらに、循環器疾患の罹患数も多くなる。平成26年度は男性14位、女性5位

### <墨田区の健康づくり推進事業について>

すみだ健康区宣言（昭和59年10月7日）の趣旨にのっとり、全ての区民が意欲的に健康づくりに取り組めるよう、すみだ健康づくり総合計画に基づき、生活習慣病対策やがん対策、たばこ対策、健康的な環境づくり等の各種事業を行っている。