

練馬区健康づくりサポートプラン（令和7年度～令和10年度）（素案）に

寄せられた意見と区の考え方について

1 意見の受付状況

意見募集期間

令和6年12月11日（水）から令和7年1月15日（水）まで

意見件数

12件（11名）

2 子どもから寄せられた意見（まとめ）と区の考え方

対応区分の種類

意見の趣旨を踏まえ計画に反映するもの

○ 素案に趣旨を掲載しているもの

□ 素案に記載はないが他の施策・事業等で既の実施しているもの

事業実施等の際に検討するもの

趣旨を反映できないもの

- その他、上記以外のもの

No	意見のまとめ	区の考え方	対応 区分
第3章 柱ごとの区の取組			
柱1 はじめよう健康づくり			
1	短い距離で、マラソンを走る。そうすると、お年寄りでも、できるかもしれないから。	少しの時間でも体を動かすことは、健康を保つためにとても大切です。区民のみなさんに、無理なく体を動かすことの大切さを伝えていきます。	○
2	健康を守るために、病気予防などにつながる講座をする。	区では、みなさんが病気にならないようにするための講演会を開いています。これからも講演会を続けていくので、ぜひ参加してみてください。	○
3	病気になる前に健康な食べ物や運動をして長生きする体をみんなで作ろう！！	食事や運動は、健康な身体を作るためにとても大切です。SNSなどで健康的な食事や運動についての新しい情報をみなさんにお伝えします。 また、元気でいるためには、子どもの頃からバランスの良い食事を知り、食べることが大切です。区では、自分で健康的な食事を作って、みんなで一緒に食べる「ちゃんとごはんプロジェクト」を児童館などで行っています。健康的な食事づくりを体験できるので、ぜひ参加してみてください。	○

No	意見のまとめ	区の考え方	対応 区分
柱 5 おいしく健康になろう！			
4	苦手な食べ物を美味しく食べる方法が知りたい。	苦手な食べ物にも挑戦することはとても大切です。好きな調味料を使うなど、ちょっとした工夫でおいしく食べられることがあります。区では、自分でご飯を作って、みんなで一緒に食べる「ちゃんとごはんプロジェクト」を行っています。自分で作ったものをみんなで一緒に食べることで、いつもは苦手な食べ物もおいしく食べられるかもしれません。ぜひ参加してみてください。	
5	食の好き嫌いが激しいので、それを直すべき。好き嫌いがあっても残さない精神や、もったいないという心を幼稚園のころから育てるべきだと思う。	区立の保育園や学校では、自分で食べ物を育てる、食事を作って食べる、練馬区で採れた食材を使った給食を食べるなど「食」について色々なことを学ぶことができます。練馬区の特徴の一つは、身近に農地があることです。食べ物がどのように成長するかを見ることは、食を大切にする心を育てることにつながります。また、児童館などで行っている「ちゃんとごはんプロジェクト」では、捨てる食べ物を減らすための方法もお伝えしています。今後も、様々な方法で「食」を大切にする心を育てていきます。	○

No	意見のまとめ	区の考え方	対応 区分
6	病気になる前に食事に気を付け長生きする体を作ろう。	食事は、健康な身体を作るためにとても大切です。元気であるためには、子どもの頃からバランスの良い食事を知り、食べることが大切です。区では、自分で健康的な食事を作って、みんなで一緒に食べる「ちゃんとごはんプロジェクト」を児童館などで行っています。健康的な食事づくりを体験できるので、ぜひ参加してみてください。	○
柱 6 寄り添い 支える こころの健康づくり			
7	大麻グミをへらしてほしい。	区では、薬物乱用防止に取り組む地域の人たちと一緒に、お菓子のように見える物なども含め、危険な薬物を使わないようお知らせする活動を進めています。みなさんに区の取組がより伝わるように計画に追記します。	
8	大麻グミのような危険なものへの対策をしてほしい。	学校でも、危険な薬物について勉強する機会があります。「知らない人からは物をもらわない」、「友達や知り合いが興味を持っても絶対に試さない」ことが大切です。絶対に関わらないようにしましょう。	

No	意見のまとめ	区 の 考 え 方	対 応 区 分
9	友達が辛いときは、会話のネタを見つけるために相手の好きなものを探る。ほっといてほしい時もある（ガチでつらいとき） 肩をたたいて「だあ～いじょうぶだよ」と言う。めんどくさいのであまり深く聞かない。本人が話してくるなら聞くけど、アドバイスとかはしない。責任が重いから。	つらい気持ちや大きな悩みを抱えている人に声をかけることは勇気のいることです。周りの人たちの声がけで相談につながることもあるため、ぜひ声をかけてみてください。 友達や周りの人に辛そうな人がいて、どうすればよいかわからないときは、学校の先生や大人の方に相談してみてください。	○
10	話を聞いてあげる。		○
11	- 一緒に遊んであげる - ほっとく方が逆にいい - 同情してあげる		○
12	つらいときは逆にほっとく。ちょっかいかけすぎると喧嘩になる。でもかけなさすぎると疎遠になる。ちょうどいいと不登校の子も学校に来てくれる。		○