

## 知る

### 健幸サイト開設

市民モニターと専門家チーム、西条市が協働して市民のための健幸サイトを制作。地域に根ざした健幸のヒントをお届けします。



フォローしてね♪  
@ms.saijo  
Instagramでも  
情報発信中！



#### 市民モニター「SAIJOみゅーず」

市民が本当に知りたいことを形にするため、公募で選ばれた20代～40代の女性市民モニター「SAIJOみゅーず」。サイトのデザインから、「自分たちが本当に読みたい」と思える記事の企画、便利な機能まで、市民目線で話し合いを重ね、情報発信に携わっています。



#### メンバーの声

自分で記事を書いてみたい！  
女性特有の体調の変化をもっと知ってもらいたい！  
コミュニティの紹介がしたい！  
検索機能を充実させたい！

## 参加する

### 健幸づくり推進パートナー大募集！

公民連携で「健幸」なまちづくりを推進していくため、西条市健幸づくり推進パートナー制度を創設。市内外を問わず市民の健幸づくりに取り組む事業所や団体などを募集・登録しています。推進パートナーの取り組みは、市のホームページやSNSなどで広くPRします。推進パートナー同士の連携をサポートするなどのメリットも！ 皆様のご登録をお待ちしています！

#### どんな取り組みをしているの？

- 花王サニタリープロダクツ愛媛 健康経営の推進（生理痛体験研修など）
- ブラッスリーパルクフェルメ 身体に良いおいしいメニュー作り
- いしづち歯科医院 歯・口腔の健康に関する啓発活動など

ほかにも全30社が登録（令和8年2月時点）

市が取り組みをPRします！



## 体感する



### 初開催！ミューズフェスティバル！

3月8日の国際女性デーにあわせて、「女性の健幸」をテーマにしたフェスティバルを開催。イベントを通して「わたしの健幸」について考えるきっかけを見つけに来ませんか。

日時 3月8日(日) 10時～ 場所 いとまち

#### 内容

- 美容リラクゼーション体験
- 専門家によるトークセッション
- 畳づくりワークショップ
- 西条市健幸づくり推進パートナーによるブース出展
- キッチンカー出店
- 健幸ヨガ体験（参加者募集中）
- など、盛りだくさん！

自分の「健幸」を  
楽しみながら考えよう！



女性の健康は、個人の問題ではなく、まち全体の未来につながる大切なテーマです。当市では、健康寿命の差や若い世代の課題など、データから見えてきた現状を踏まえ、女性の健康を支える取組をスタートしました。

## なぜ女性の健康なの？

ウェルビーイングなまちの実現に向けて、西条市のデータから見えてきたのは、特に女性の健康を取り巻く課題です。データによると、日常生活に制限のない「健康寿命」と「平均寿命」の差、いわゆる不健康な期間は、男性が約9・6年であるのに対し女性は約12・8年と、約3・2年の開きがあります。これは多くの女性が、より長い期間、何らかの不調を抱えながら生活している現実を示しています。

女性の社会進出が進む一方で、更年期症状や婦人科特有の悩みによる労働生産性の低下は日本全体で年間約3・4兆円の経済的影響があるともいわれており、女性の健康課題を社会全体で理解し、支えることは、地域や経済の活力向上にも直結します。20代～30代の女性は、男性よりも「健康上の問題で日常生活に影響がある」と感じている割合が高く、また「やせ（低体重）」や「運動不足」といった課題も顕著です。

○男女間の健康寿命と平均寿命の差(愛媛県)は

男性 約9.6年 女性 約12.8年

出典：第3次県民健康づくり計画「えひめ健康づくり計画21」

○女性特有の悩みによる労働生産性の低下は

日本全体で年間約3.4兆円の経済的影響

出典：経済産業省（2024年2月試算）