

令和4年度 第2回 小牧市民健康づくり推進協議会 議事録

日時	令和4年11月18日(金) 14時～15時20分
場所	小牧市役所東庁舎 5階 大会議室
出席者	<p>【委員】(名簿順)</p> <p>高野 健市 小牧市医師会会長 三輪 雅一 小牧市医師会副会長 飯田 資浩 小牧市歯科医師会会長 小島 英嗣 小牧市民病院副院長 山田 勇 小牧市老人クラブ連合会副会長 青木 翔太 地域包括支援センター 倉橋 伸子 名古屋経済大学人間生活科学部教授 寺本 圭輔 愛知教育大学保健体育講座准教授 荒井 洋子 小牧市地区民生委員児童委員連絡協議会 大野 克弘 小牧市区長会連合副会長 樋谷 瞳 全国健康保険協会愛知支部 増井 恒夫 春日井保健所長 中島 早織 保健連絡員役員</p> <p>【事務局】</p> <p>入江 慎介 健康生きがい支え合い推進部長 江口 幸全 健康生きがい支え合い推進部次長 白木 伸明 保健センター所長補佐 永井 政栄 健康生きがい推進課長 岩下 貴洋 健康生きがい推進課 健康政策係長 小川 真波 健康生きがい推進課 健康政策係主査</p> <p><栄養・食生活部会> 松浦 康子 小牧市食生活改善協議会(栄養・食生活部会会長) 磯貝 侑希 保健センター 成人保健係保健師</p> <p><身体活動・運動部会> 余語 美紀 こまきこども未来館副館長(身体活動・運動部会副部会長) 河野 友里 保健センター 成人保健係保健師</p> <p><休養・こころの健康部会> 松浦 明美 市民(休養・こころの健康部会会長) 長谷川 えい子 保健センター 成人保健係主査</p> <p><たばこ・アルコール部会> 高堀 文男 学校教育課指導主事(たばこ・アルコール部会会長) 宮田 祐子 保健センター 成人保健係主査</p> <p><歯の健康部会> 江口 雅啓 歯科医師会理事(歯の健康部会会長) 森 里加 保健センター 成人保健係長</p>
欠席者	<p>木全 勝彦 小牧市薬剤師会会長 新家 秀昭 小牧市立小中学校長会</p>
傍聴者	0名
配付資料	<p>資料1 小牧市民健康づくり推進協議会各推進部会の取組み 参考資料</p>
<p>1. 開会 (1) あいさつ ・入江部長あいさつ (2) 委員の紹介 ・委員名簿、席次表をもって紹介</p>	

(3) 会長、副会長の選任

- ・高野会長あいさつ
- ・飯田会長あいさつ

2. 議題

(1) 小牧市民健康づくり推進協議会推進部会の取組みについて

- ・事務局より、「資料1：小牧市民健康づくり推進協議会各推進部会の取組み」を用いて、各推進部会より説明。
- ・質疑、主な意見は以下のとおり。

① 栄養・食生活領域

<部会からの説明要旨>

① 望ましい体格を知るリーフレット

- ・今年度は7月に学校へ送付。6月24日に開催された「母子保健推進協議会」では、中学3年生150人中50人程度が、肥満度が20%減少している“成長異常群”にあたと発言あり。小学校高学年女子から増えてくる傾向があり、体重指導が必要。次年度配布分より、友達同士や家族で楽しみながらバランスの良い食事を知り、自身の体格を考えることができるよう内容を大きく刷新。学校栄養士の協力を得て、小学生でもわかる表現にした。

② 小冊子「スタイルアップ大作戦」

- ・痩せの助長にならないよう、現名称から「～健診結果が気になる方へ～簡単お食事ガイド」と変更し、食事バランスガイドを掲載。ヤング健診での健診結果に対するアドバイスなど内容の過不足を検討し、刷新していく。

③ こまきヘルシーメニュー

- ・コロナ禍や景気低迷、物価高騰の影響で取組み店舗の倒産、閉店が続き、現在取組み店舗は0店舗となっている。今後は、広く周知し、応募を待つ形で実施。また、参加店舗へのアンケートや近隣市町にヒアリングをおこない、部会で協議した結果、市民が考える、体にいい食事は一つではなく、市民が自身で「選択」できるよう検討していく。

倉橋委員)

- ・ヘルシーメニュー協力店については課題だなと感じながら聞いていた。本学は犬山市にあり、小牧市でヘルシーメニューに取り組んでいると犬山市保健センターの管理栄養士から聞いていた。残念ながら現在0店舗ということで苦しいところと思うが、先ほどの報告で、市民が選択できるようなことを考えていきたいというアイデアがあったと思う。いま検討されていることがあれば、加えて説明いただきたい。

事務局 栄養・食生活部会)

- ・今部会で出ている案としては、「野菜たっぷりメニュー」「ちょっぴり減塩」「しっかり減塩」「フレイル対策」「たっぷりカルシウム」「たっぷり鉄分」「地元の味」といったものを取り入れることを検討している。

倉橋委員)

- ・野菜の摂取や減塩については、厚生労働省からも取り上げられている課題である。

その中で、野菜については1日350グラム摂取するという指針が出ているが、大半の方は、270～280グラムくらいである。後の70～80グラムをどのようにとればいいのか、ということが課題となっている。

- ・本大学で、学生と1か月30種類のメニューを考えるという取組みを行った。対象は高齢者としたため、安価で手軽で和風とし、高齢者視点のレシピ集を作成した。犬山市と保健センター等と協力して作成し、現在学生がまとめているところである。
- ・「手軽に」「簡単に」「誰でも」ということがキーワードになると考える。先ほど報告されたような「ちょっと減塩」といったように、健康課題を焦点化して実施していくとよいのではと思う。
- ・場合によっては、ヘルシーメニューを展開しているお店で、ちょっと変化を加えたり、今ある既存のメニューの良いところをPRするといったような、お店に負担のかかわらないような取組みを考えてみるのもよいと思う。
- ・この辺りは、モーニングが充実している。モーニングを提供しているお店の中で野菜をたくさん使っているお店を調査したことがある。実際に測ると、50グラムくらいから100グラム近く使われていることが分かった。そういったことをうまく活用されるとよいと思った。

高野会長)

- ・具体的で参考になる話がたくさんあった。何件かあったヘルシーメニュー協力店が0になってしまったとのことだが、もともと飲食店は商売として実施しているので、継続が難しかったのかなと思う。商売活動が成り立ちつつ、取り組んでいくことが必要で、倉橋委員の意見をぜひ参考にしてほしい。

山田委員)

- ・フレイル予防では低栄養予防が重要である。先日、住友理工のフレイルチェック測定会に参加した。自身のフレイルリスクが分かり、非常に参考になったため、高齢者のフレイル予防にこういった測定会を頻繁に行っていただければと思う。

②身体活動・運動領域

<部会からの説明要旨>

①「親子で楽しめる遊び場マップ」の活用

- ・1歳6か月児健診などで配布したり、ケーブルテレビ「小牧市市政だより」で放映し、動画配信するなどし、マップ活用に向けた周知を図った。

②「プラス10 (+10)」に関する普及啓発

- ・子どもから高齢者まで日常生活における身体活動が「地域」や「家事・生活の中」など場面ごとに取り入れることができるよう具体例等をホームページに掲載した。

③ラピオの多世代交流スペースを活用した普及啓発

- ・参考資料の1ページにあるような、ナッジ理論を活用した環境づくりのため、壁に背伸びやスクワットなどの掲示を行い、個人だけでなく家族や友人も一緒に、思わずやってみたくなるような仕掛けを設置。また階段使用促進のための掲示物について、作成・啓発を検討中。

高野会長)

- ・身体活動については、年齢層の幅が広いと感じる。子どもには親子で楽しめるマップを、高齢者にはフレイル予防をなどあるが、それ以外にもプラス10などの普及啓発が必要と思う。

中島委員)

- ・今年、地区の健康展を3年ぶりに開催となり、小牧地区では、10月21日に小牧市民会館にて開催した。骨密度、脳年齢、血管年齢など、病院の健診では測定しないところを測定できてよかったと参加者からの言葉をいただいた。高齢の方が多かったが、それぞれ自分の健康についてかなり意識されていて、次の実施を期待されており、皆さんの意識の高まりを感じた。地区によっては、予約制にしたり、周知方法についても、ホームページやポスター、回覧、個々に口伝えするなど、地区ごとに工夫した。今回の小牧地区で実施した際は、回覧で知ったという方が半数ほどいて、回覧の有効性を知った。

高野会長)

- ・中島委員にお尋ねしたいが、市民感覚として、「親子で楽しめる遊び場マップ」の普及についてはどうか。

中島委員)

- ・いろんな方と話をするが、前よりは楽しめる場所が減ったという話は聞く。コロナの関係もあり、感染するのさせると怖いということで、外出を控えたりしているという話は聞く。

寺本委員)

- ・環境がないと、そこに出ていかないということが多い。小牧市は、立派な体育館があり、運動施設もある。そういった、屋内で安全に楽しめる施設をどのように活用していくのかも含めて検討いただけるとよい。
- ・全国的にも、公園等子どもたちが遊べる場所が減っている。空いているスペースをどのように活用していくか、子どもたちは遊具がなくても広場があれば遊べる。子どもたちが安全に遊べて、日よげができるような場というものを長期的に検討していただくことも一つかと思う。
- ・幼少期からの体を使った遊びの経験が生涯的に影響してくると言われているが、最近、小学校期・中学校期の運動というよりも、幼児期の運動が重要と言われている。生涯的な子どもたちの力というのは、単純に体力があるということだけでなく、将来的に活躍できるような機能や考え方、コミュニケーションづくりにおいても幼少期の身体活動が大きく影響すると言われている。長期的なスパンで施策の中で検討していただければと思う。

山田委員)

- ・壮年期・高齢期への周知啓発としてホームページの充実とあったが、シルバースポーツ協会の「歩け歩け大会」や「シルバースポーツ大会」など、スポーツイベントを核として、日常的にいきいきと体を動かすことへの契機としてはどうか。

事務局 身体活動・運動部会)

- ・いただいたご意見については、今後部会の中で検討していきたい。

③休養・こころの健康領域

<部会からの説明要旨>

①ゲートキーパーの周知啓発

- ・ゲートキーパー養成講座を、保健連絡員を対象とした講座、小牧市職員を対象とした講座をそれぞれ毎年実施。来年3月には市民向けのゲートキーパー養成講座を心理カウンセラーの講師を招いて、開催する予定。

②こころの相談窓口パンフレット

- ・市のホームページやSNS、商工会議所報にて「こころの相談」および相談先の周知を行った。9月の自殺予防週間に合わせて、市役所や図書館、多世代交流プラザなど様々な世代が足を運ぶような場所に「自殺予防週間」のポスターを掲示し、県から支給された啓発グッズを窓口にて配布した。

③ワークライフバランスの実現に向けた検討

- ・市内の300の事業所を対象にアンケートを実施し、実態調査を行いました。参考資料に結果を抜粋したものを掲載。休養・こころの健康部会としては、こころの健康に着目した情報提供ができるかというのではないかと考えている。合わせて、睡眠のとり方について、今回アンケートを送る際にチラシを同封し、周知啓発を行った。
- ・ワークライフバランスの実現に向けた検討をするにあたり、実態調査を行ったものの、企業の規模や形態により状況が様々であり、思ったよりも回答が得られなかった。情報提供をしていきたいと考えているが、具体的にどのような内容が必要と思われるか。

樋谷委員)

- ・健康経営を担当している。ワークライフバランスについては、個人に求めるというよりは、会社に求められるものだと考える。休職者（治療しながら働いている方、出産・育休で休んでいる方、メンタルヘルスで休んでいる方）が発生したとき、または、高年齢の方、時短の方などいろいろな働き方をしている方の労働環境を整えるのがワークライフバランスの基本となる。言い換えれば、退職しなくてよい仕組みづくりであり、労務担当の方に認識していただき、しっかりわかりやすく説明することで、安心して長く働くことができるということを労働者に理解してもらうことが大切であり、それが組織の活性化につながっていくと思う。
- ・アンケートの結果について、市の行政に期待することについて、「情報提供」「健康経営推進のための支援」が上位にあがっているが、具体的に何を求めているのかは、事業所に訪問してサポートしていく中でそれぞれわかっていくことかと思う。健康づくりの情報を企業がどのように活かしているのかわからない、何から聞いているのかわからない、という企業が多いと思う。可能であれば、訪問して、サポートしながら話を聞くことで、会社の担当者の立場で、その会社に合う実施方法を考えるといい。
- ・大府市では、座談会を20～30人くらいで行っている。一番多い悩みは「メンタルヘルス」という結果である。労務担当者自身も素人なので、どう受け止めていいのか、どのタイミングで専門家に任せていいのかかわからないということがわかったので、協会けんぽとしても、地域産業保健センターや県の電話相談につなぐという方法を提案していかないといけないと思っている。

高野会長)

- ・今回、アンケートに回答していただいて、何らか支援を要望している事業所には、足を運んでいただいて話をきくのがよいかと思う。

④たばこ・アルコール領域

<部会からの説明要旨>

①受動喫煙対策及びCOPD周知啓発

- ・世界COPDデー（11月第3水曜）にあわせて、市ホームページにCOPDに関する記事を掲載。また、未成年の喫煙防止について、今年の4月に成人年齢の引き下げがあったが、喫煙・飲酒については従来どおり20歳からということで、高校生へ直接アプローチをするために市内高校や市内遊興施設等にポスターの掲示を依頼した。小牧コロナでは交差点の電光掲示板にも長期休業中に放映をしていただいている。この先の冬休み、春休みなど長期休業でもお願いできる予定。掲示ポスターについては参考資料を参照のこと。なお、COPDのポスターについては企業等向けにHP上でダウンロードできるようにするなど、今後の取組を検討している。

②アルコール関連

- ・節度ある適度な飲酒を心がけるという観点から、「楽しみながらほどほどに飲酒」「アルコールに合わせたヘルシーなおつまみ」といった方向性での周知啓発を検討中。

荒井委員)

- ・成人が18歳になって選挙権が与えられ、車の免許もとれる。こういう境界は難しいと感じる。若い世代に訴えるというのは難しいのではと思う。

小島委員)

- ・改正健康増進法が施行され、もはや受動喫煙を防ぐというのはマナーからルールに変わったところである。子どもたちから受動喫煙を守るということが課題と話されていたが、他市では、小学校の保護者対象に家庭内の喫煙状況を調査し、保護者への啓発及び子どもの受動喫煙防止対策に役立てていくといったことを実施していると目にしたことがあるが、そういった取組みについて検討されていれば教えていただきたい。

事務局 たばこ・アルコール部会)

- ・学校教育という観点からでいくと、家庭の喫煙状況だけを調査するというのは難しいところであり、個別の学校ごとの対応はわかりかねるところではあるが、どちらかという今は、コロナの関係やインターネットの関係など、この領域とは違う部分で、子どもの健康面への啓発を行ってきているところである。ご意見いただいたことは、今後検討していきたい。

山田委員)

- ・成人年齢は引き下げられたが、高校生以外でも飲酒・喫煙の可能性が高いのではと考えている。20歳未満で喫煙・飲酒される人はいないという前提での周知啓発も検討いただきたい。

事務局 たばこ・アルコール部会)

- ・市内の高校に通っていない方もいることを想定し、カラオケ店などの若者が集まりそうなところへの周知啓発を検討していたところ、カラオケ店からもこういったことを啓発できるものはないかとお声がけいただき、結果としてカラオケ店へもポスター掲示をさせていただくこととなった。

⑤歯の健康領域

<部会からの説明要旨>

①市内保育園における歯みがきやフッ化物洗口の再開

- ・県下、他市町村については、再開しているところが多い状況となっているため、小牧市においてもフッ化物洗口が再開できるよう、今後も働きかけを継続していく。

②学童期の子どもたちへのむし歯や歯周病を予防する取組み

- ・給食後の歯みがきの定着に向けた取組みとして、小牧原小学校の小学1年生を対象に歯みがき教室を実施。この教室は、1年生の子ども達に正しい知識を学び、それらを習慣化することを目的として実施したが、その後、学校における給食後の歯みがきを実施するまでには至っていないのが現状であり、課題と考えている。引き続き、給食後の歯みがきの実施、定着に向け、現場と調整を図りつつ、働きかけていきたい。

③働く世代への取組み

- ・商工会議所会報誌「つつじ」への記事掲載による歯・口腔の健康に関する周知啓発を1月に予定。

④乳幼児期及び学童期の子ども達の口腔機能の発達支援に向けた取組み

- ・市内保育園、幼稚園、児童館、子育て世代包括支援センター、小中学校教諭等を対象とした研修会を8月に開催。

⑤壮年期・高齢期の歯科疾患の予防、早期発見早期予防

- ・口腔がん検診を今月2回開催。1回目、2回目合わせて60名予定だったが、260名程の応募があり、関心の高さがうかがえた。

⑥糖尿病重症化予防対策における周知啓発事業

- ・糖尿病と歯周病は関連があるとのことから、小牧市歯科医師会主導でポスターによる啓発を予定しており、今後市内医療機関や関係機関に掲示し、市民に周知を図っていく予定。

山田委員)

- ・市の特定健康診査、人間ドッグ、がん検診の通知が届くが、無料歯科健診の周知がされているので、その中に口腔がん検診を追加していただければと思う。

事務局 歯の健康部会)

- ・今年度より歯科医師会で開始したところであるが、現状では対象人数をに限りがある。歯科医師会としても対象人数を増やしていけるよう検討していきたい。

飯田副会長)

- ・昨年度、歯と口腔の健康づくり推進条例が上程、決議された。胎児から後期高齢者まで、各ライフステージにおいて歯と口腔の健康づくりを進めるために条例として決議していただいたものである。今年度から20から80歳まで5歳刻みで歯周病

個別歯科健診を実施するとともに、口腔がん検診の重要性について講演会を実施し、今年度より口腔がん検診を開始した。順次、人数は増やしていこうと考えているところである。

- ・高齢者については、フレイル対策、オーラルフレイル対策についても考えていきたい。
- ・コロナ禍で給食後の歯磨きがストップしている。小牧市では1校も給食後の歯磨きを行っていない。ほとんどの感染症は口から入ってくるため、むし歯だけでなく、感染症を防ぐために口の中を清潔にしておくことが重要である。歯を磨くという習慣を小学校から身につけることが、将来的な歯周病や糖尿病の予防につながっていくことがわかっているので、関係者協力しながら取組みを進めていくことが必要と考える。

増井委員)

- ・コロナ禍において、フッ化物洗口が中断、それによってむし歯が増えているというデータもある。こういった情報を有効に活用して、フッ化物洗口の有効性を伝えつつ今後の普及につなげていただきたい。
- ・給食後の歯磨きについても賛成で、ちょっとしたことで健康づくりが推進していけるように環境を整えることが大切である。

飯田副会長)

- ・歯磨きはやるかやらないかであり、極めて取り組みやすいと考える。ぜひ児童のためにフッ化物洗口と合わせて進めていただきたい。

(2) その他

- ・議事録を作成後、委員の皆さまに確認していただき、公開させていただく。
- ・「健康日本21こまき計画 健康こまきいきいきプラン後期計画」は、計画期間を令和6年度までとしていたところを、国の健康日本21計画や本市の最上位計画であるまちづくり推進計画及びその他関連計画と合わせるため、令和5年度を計画の最終年度とさせていただいた。
- ・今後の予定としては、今年度中に市民を対象とした健康づくりに関連するアンケートをとり、令和5年度に、アンケートの結果や、これまでの取組み状況、指標の推移等を踏まえ、また、現在の食育推進計画と統合させた新計画を策定していく予定。これに伴い、これまでの会議体を協議会から審議会へと体制を変え、令和6年度から推進していく予定である。
- ・今年度3回目の協議会について、令和5年2月17日(金)午後2時より開催予定。改めてご案内させていただく。

3. 閉会