

平成 28 年度第 2 回健康日本 21 こまき計画推進会議録

日 時	平成 29 年 1 月 31 日（火） 午後 2 時から	
場 所	小牧市保健センター 2 階 大会議室	
出 席 者	会 長 後藤恒規会長 副会長 高木康司副会長 委 員 吉田雄一委員、森雅典委員、林芳樹委員、三輪貴彦委員、 木全勝彦委員、小島英嗣委員、中西正巳委員、佐橋延務委員、 倉知日出美委員、堀尾憲生委員、谷田貝将典委員、 木村隆委員（代理 和久田月子課長）、安藤和憲委員、 平野民子委員 事務局 健康福祉部長 舟橋毅健康福祉部長 健康福祉部次長 山田祥之健康福祉部次長 保健センター所長 伊藤俊幸保健センター所長 保健センター所長補佐 野口弘美保健センター所長補佐 成人保健係 三枝尚子成人保健係長、森里加主査、 落合加奈保健師 母子保健係 水野香主任、長谷川えい子保健師、 松本萌保健師	
欠 席 者	なし	
会議の公開	公開	
傍 聴 者	0 人	
次 第	1 開会 2 あいさつ 3 議題 （1） 第 2 次健康日本 21 こまき計画 健康こまきいきいきプラン 進捗状況について ア 平成 28 年度の各部会の取組みについて イ 重点施策の取組み状況について 4 閉会	

司会

本日は、ご多忙の中、ご出席を賜り誠にありがとうございます。定刻になりましたので、只今より「平成 28 年度第 2 回健康日本 21 こまき計画推進会議」を開催させていただきます。

それでは、会に先立ちまして舟橋健康福祉部長よりごあいさつを申し上げます。

部長

皆さん、改めましてこんにちは。お忙しい中健康日本 21 こまき計画推進会議にご出席をいただきましてありがとうございます。

健康づくり計画は昨年から第 2 次計画として推進が始まったところであり
ます。

第 2 次計画の推進にあたっては、市民一人ひとりの健康づくりの実践に対して、家庭や地域、健康づくりに関わる関係者、関係団体などと連携して、健康づくりに取り組みやすい環境をことがつくることが基本方針のひとつとなっており、またそれが不可欠であると考えております。

市としましても、連携できる団体などと健康づくりへの気持ちを同じくして進んでまいりたいと考えております。

健康づくりは継続的なものでございますので、今年度も 1 次計画と同様 5 つの部会で取組みを推進してまいりました。

本日は、各部会で取組んでおります内容、そして重点施策への取組みについても委員の皆様からは忌憚のないご意見をいただきたいと思います。どうぞよろしくお願いします。

司会

続きまして今回、新たに委員となられた方々をご紹介します。

社会福祉協議会理事 さはし すすむ
佐橋 延務 委員です。

簡単に結構ですので自己紹介をお願いいたします。

佐橋委員

私は民生委員の西部地区の会長ということで、社会福祉協議会の理事も兼ねて出席させていただきます。宜しくお願いします。

ありがとうございました。

司会

続きまして、後藤会長よりごあいさつをいただきます。

会長

会長を努めさせていただきます、小牧市医師会の会長の後藤と申します。宜しくお願いします。今日はご多忙のところ、ありがとうございました。

このように様々な分野の方々がお集まりいただいて、健康づくりについて

色々と議論するのは非常に素晴らしいことだと思っております。

現在の高齢者は 10 年から 20 年前と比較して、加齢に伴う身体的機能変化の出現が 5 から 10 年遅延して、いわゆる「若返り現象」が見られるということだそうです。10 年から 20 年前というのは、ちょうど平成 19 年頃にあたり、この計画が始まったころでしょうか。それがちょうどその若返り現象に通じており、健康づくりの色々な基本施策が企画され、実行されたことによるものではないかと思っております。今後、更に健康づくりを進めたいと思いますし、皆様が集まるせつかくの場ですので忌憚のないご意見を願います。これで挨拶とさせていただきます。

司会

ありがとうございました。

この会議につきましては、公開となっておりますので、事務局で会議録を作成し、市役所本庁舎にあります情報公開コーナー及び市のホームページにおきまして公開させていただきますのでよろしくお願いいたします。また発言委員名も併せて公開させていただきますので、宜しくお願いします。現在のところ傍聴希望者はございません。

続きまして本日の資料を確認させていただきます。

- ・ 会議次第
- ・ 健康日本 21 こまき計画推進会議委員名簿
- ・ 健康日本 21 こまき計画推進会議席次表
- ・ 「健康こまきいきいきプラン」A4 ホチキス留めの資料です。

資料のない方がお見えでしたら事務局の方までお声かけをお願いいたします。

それでは、議事に移ります。

これより、議事の進行を後藤会長にお願いしたいと思います。

後藤会長、よろしくお願いします。

会長

それでは、議事に入ります。

議題（１）第２次健康日本 21 こまき計画 健康こまきいきいきプラン

今年度の取組み、進捗状況、続いて第２次計画の中には重点施策に関する項目も盛り込んでおりますので、その取組みについて事務局より説明をお願いします。

事務局

では平成 28 年度各部会の取組みについて、初めに栄養・食生活部会より、今年度の取組み進捗状況について報告します。

資料 2 ページをご覧ください。

1 つめは、「自分の望ましい体格を知るリーフレット」の配布です。小学校 5 年生に対し、自分の体、健康を意識する機会として健康手帳を家庭へ返却する折等に配布していただくよう各小学校長あて依頼を行いました。2 つの中学校でも栄養教育の機会に学校栄養教諭が活用されました。

また、平成 24 年度の作成から 5 年を経過していること、内容が小・中学校別ですが、1 枚に作成し直し、健康教育やイベント等の機会に 5 年生以外にも活用できるようにいたしました。

中学 2 年生で 27 年度現状値が目標値から遠ざかっているため、中学生への活用の機会も今後継続していきたいと思います。

2 つめは、青年期・壮年期に対する朝食啓発・肥満予防パンフレットの配布です。今年度は学校栄養教諭が小・中学校給食試食会で、保護者向けに朝食摂取の講話をする際に活用されました。

また、保健連絡員がん死亡撲滅モデル地区での健康展で、食生活改善協議会ブースを設置、手ばかり栄養法の P R と併せて配布されました。

その他、保健センター事業の 35 歳から 39 歳までの方に実施しておりますヤング健診の結果説明の際にも活用しました。

3 つめは、ヘルシーメニューの取り組みです。健康の保持・増進に、食事は重要な要因の 1 つですが、市民のライフスタイルはさまざまなため、個人の努力だけでは、適切な食事や食習慣を身につけることに限界があります。

そこで、市内のお店にご協力いただき、健康に配慮された食事、ヘルシーメニューを提供します。

平成 28 年 10 月 15 日～11 月 15 日までの間に第 1 期ヘルシーメニューの募集を行い、1 食当たり、野菜使用量 120 g 以上、エネルギー 700kcal 以下、塩分 3.0 g 未満、10 品目以上、定食形式、その他、提供時の禁煙の認定基準を満たした 3 メニューの認定をしました。このメニューは平成 29 年 2 月 1 日から 3 月 31 日までの間、各認定メニュー提供店で提供されます。

平成 29 年 4 月以降は、現在、追加メニューの募集をしておりますので、現メニューの継続確認をし、追加メニューとあわせて 6 ヶ月単位で P R をしていきます。認定メニューはお手元のカラー刷りの資料となります。

提供店舗におきまして、ヘルシーメニューを賞味された方にアンケートにご協力いただき、来店のきっかけ、量、味、ボリューム等を伺い、今後の参考にします。

本日、委員のみなさまにご教示いただきたいことがございます。

今後、市内の認定店が増え、多くの市民の方が健康に配慮された食事を

体験できる機会が増えること、また市民が積極的に健康づくりに取り組めるよう、市民、店側双方にメリットがもたらされる方法をご教示いただければ幸いです。以上栄養・食生活部会の報告とさせていただきます。

続きまして身体活動・運動部会より、今年度の取組みについて報告させていただきます。

資料 3 ページから 6 ページをご覧ください。

まず、資料 3 ページ 身体活動・運動部会 目標数値に関する進捗状況についてご説明いたします。進捗評価項目として、全部で 11 の項目を指標項目として掲げ、目標達成に向けて具体的な取組みを企画・実施しております。

平成 27 年度の現状値ですが、11 項目のうち、市民の週 1 回以上のスポーツ・運動実施率の増加など 5 項目については、すべての年齢で目標値に近づいております。日常生活において歩行又は同等の身体活動を 1 日 1 時間以上実施している人の割合など残りの 5 項目は目標値から遠ざかっているという結果になりました。その他基本チェックリストにおける二次予防事業対象者で運動器の機能向上事業対象者について、今年度は調査年度ではなかったため、現状値なしとなっております。

続きまして資料の 4 ページをご覧ください。

今年度の主な取組みといたしましては大きく 2 つで、身体活動・運動に関する情報の提供と転倒予防・筋力低下予防に関する知識の普及としております。それぞれの詳細についてご報告いたします。

1 つめの身体活動・運動の効果についての情報提供につきましては、大きく 2 点あります。

1 点目の身体活動・運動の効果についての情報提供では階段の利用を促すポスターを作成し、市役所や市民センターのエレベーター前など目に付きやすい場所に掲示を行いました。ポスターにつきましては 5 ページをご覧ください。

またウォーキングチャレンジを取り入れた「健康いきいきポイント事業」、平成 28 年 10 月からはスマートフォン用ウォーキングアプリ「alko」を配信し、ウォーキングチャレンジを実施しております。

2 点目の安全に歩くためのウォーキング知識の普及では、保健センターや各地区の健康展などでウォーキングマップを配布しました。また、安全に歩くための知識を盛り込んだウォーキングマップの内容について検討しております。

3 つめの転倒予防・筋力低下に関する知識の普及につきましては保健連絡員向け「ロコモティブシンドロームの予防～実践編～」の学習会の開催を行いました。

また 10 月 1 日号広報にてロコモティブシンドロームについて広報で特集を組み掲載、あわせてホームページも内容を拡充させました。そして 9 月から毎月 15 日号広報に健康運動指導士によるロコモ予防の体操を掲載しております。

また、愛知県国保連合会の協力でロコモ予防教室を実施いたしました。保険年金課との協働で、有症状で医療機関に受診されている方へ教室の案内を送付し受講を促しました。

これで身体活動・運動部会からの報告を終わります。

続いて休養・こころ健康の部会からご報告させていただきます。

7 ページの評価項目ですが、9 項目中 6 項目は目標値に近づいております。傾向を見ますと成人、高齢の指標が達成していない傾向にあります。

自己肯定感の醸成のためにうつ、自殺対策としてゲートキーパーを開催しました。

内容は、講座に受講した方が自己肯定感をさらに醸成していただき、周りの悩んでいる方を気かけ声をかけられるようにと考えております。左ページの自己肯定感などの項目は取組みがすぐに数値になるものでもないとは思いますが、ゲートキーパー養成講座などたくさんの方に受講していただき、広げていけるとよいと思っております。

相談の機会づくりとして、小牧市内の相談機関が集まるうつ・自殺対策相談窓口ネットワーク会議を開催し、23 機関が集まりました。相談機関同士の互いに顔の見える関係づくりと、犬山病院の精神科医から「精神疾患の治療の現状と、医療と地域の連携について」という内容で講義いただきました。参加者からの感想で、精神疾患を持った方は地域の中にもみえ、家族や地域住民を巻き込んだ支援をどのように行うとよいか参考になったとの意見が多くありました。

こころの体温計についてです。

休養・こころの健康部会の構成員でもある地域福祉課で実施している事業になります。別紙のチラシをご覧ください。

スマートフォンやパソコンで、簡単な質問項目に答えるだけで、簡単にストレスチェックできるツールです。チェック後には相談先が表示されます。

現在の月別の利用は 4 月で 4,000 件ほどの利用状況がありましたが、その後は 1,000 件前後の利用で、利用者が減っている傾向があります。

続きまして、たばこ・アルコール部会 今年度の取組み進捗状況を報告させていただきます。資料 9 ページから 12 ページをご覧ください。

まず、資料 9 ページ、たばこ・アルコール部会の目標値に関する進捗状況についてご説明いたします。進捗評価項目として、全部で 6 つの項目を指

標項目として掲げ、目標達成に向けた具体的な取組みを企画・実施しております。

平成 27 年度については、6 項目のうち、達成項目はゼロ、目標値に近づいている項目は 2、遠ざかっている項目は 4 という結果になっております。

続いて、10 ページをご覧ください。今年度の取組みについて報告させていただきます。

今年度の取組みとして、大きく 2 点の項目について取組みを行いました。

それぞれの取組み進捗状況についてご説明します。

まず 1 点目、禁煙したい人への情報提供についてですが、禁煙をしたい人への有効な情報資料の作成、検討を行いました。今後、紙面にまとめ配布するとともに、市ホームページにも掲載しより多くの方に知っていただけるよう広く周知していく予定です。作成した資料につきましては、11 ページ、12 ページにもございますので、あわせてご覧ください。

続いて 2 点目 11、12 ページにあります「達成するまで～何度でもチャレンジしよう禁煙！」の資料の見直し及び検討についてですが、現在がん検診開催時や親子健康手帳交付時に配布しております。チラシの内容について、新たな情報の追記する検討を行いました。今後も継続して実施の予定です。

以上でたばこ・アルコール部会の報告を終わります。

続きまして、歯の健康部会より、今年度の取組み状況について報告させていただきます。

資料 13 ページから 16 ページをご覧ください。

まず、資料 13 ページ 歯の健康部会 目標数値に関する状況についてご説明いたします。評価項目として、11 の指標項目を掲げ、目標達成に向け具体的な取組みを企画・実施しております。

平成 27 年度の現状値で、11 項目のうち、4 項目については既に達成しており、残りの 7 項目のうち、目標値に近づいている項目が 3 つあり、逆に遠ざかっている項目は 1 つという結果になりました。その他 3 つの項目について、1 つは新規項目であるため比較不能、残りの 2 つは介護保険課で行う 3 年に 1 度の調査結果を活用したもので、今年度は調査年度ではなかったため、現状値なしとしております。

続いて、目標達成に向けた今年度の具体的な取組みについて報告させていただきます。資料 14 ページをご覧ください。

今年度の取組みとして、乳幼児期に対する取組みとして 4 点、学童期に対する取組みとして 3 点、青年期・壮年期に対する取組みとして 5 点、以上 12 の取組みを行いました。

それぞれの詳細についてご報告いたします。

取組み進捗状況に挙げております項目のうち、「乳幼児期におけるうむし

歯対策の推進」として④の「園児及び通所施設利用高齢者対策普及啓発活動」について、「学童期における歯科疾患対策の推進」として ③の「中学生を対象とした取組み」について、また「青年期、壮年期の歯周疾患対策の推進」として②の「働く世代を対象とした歯周疾患対策の推進」及び⑥の「糖尿病及び歯周病の重症化予防に向けた取組み」について説明させていただきます。

まず、資料 14 ページをご覧ください。乳幼児期の④にあります「園児及び通所施設利用高齢者対策普及啓発活動」こちらは保育園の交流事業の 1 つ、「施設訪問活動」のコマを利用しまして、昨年度、大山保育園とその交流先であります「高齢者 通所介護施設 ケアパートナー小牧」にご協力いただきまして、歯みがきをツールとした交流事業を行いました。

これをきっかけとし、更に拡がりを生み出せないか部会内で検討を行い、保育課及び交流事業実施園の園長、それから交流先の施設長に趣旨説明を行い、協力いただいた 5 保育園、117 名の年長児、通所施設については 5 施設 137 名の利用者の方に参加いただき、園児・高齢者双方に意識の向上を図ることができました。

詳細は、資料 16 ページ及び 20 ページに記載がありますが、先日追加で実施報告をいただきました関係で、資料の訂正をお願い致します。まず資料 16 ページ、中央あたりに 4 平成 28 年度実施数とありますが、施設数 6 施設、利用者 137 名、スタッフ 37 名と訂正をお願いします。同様に 5 園、年長児 117 名に訂正をお願いします。

あわせて 20 ページの A3 の資料ですが、こちらの一番右に記載の歯の健康部会、④園児及び通所施設利用高齢者対象啓発活動のカッコ内、これを市内 5 保育園、117 名の年長児、6 施設 137 名の利用者と訂正をお願いします。

では続いて、学童期の③にあります「中学生を対象とした取組み」について説明させていただきます。こちらは、中学校の子ども達のむし歯や歯周病といった歯科疾患対策として資料を作成し、ただ配布するだけでなく、必ず保護者の目に留まる機会の配布を検討し、学校側の協力も得て夏休み中に行われる懇談会を利用して資料配布による行動変容を促しました。

ここに記載はしていませんが、ある中学校からは、配布する時期を学校内で検討し、懇談会ではなく歯や歯肉の健康をテーマに行った学校保健委員会で資料を併せて配布し、振り返り授業で使用したとの報告もあり、実情に応じて有効に活用いただいております。

続いて、青年期、壮年期②「働く世代を対象とした歯周疾患対策の推進」についてですが、こちらは 30 代・40 代と歯周病急増期にあたる働く世代の現状や課題・具体的な対策について検討し、各事業所に対しアンケート調査

を行いました。41 の事業所、750 人から回答いただき、結果の分析を行いました。この結果をもとに、今年度 3 月になりますが、事業所での健康教育を実施するとともに、ポスター掲示をお願いする予定です。

もう一点、青年期・壮年期⑥「糖尿病及び歯周病の重症化予防に関する取組みについて」ですが、糖尿病と歯周病の深い関係性に着目し、患者の身体状況の共有化を図ることを目的として「糖尿病連携手帳」及び主旨説明を記載した案内を市内の医科・歯科の各医療機関に配布しました。配布後の反応として、ある医院からは「糖尿病患者が沢山いるので追加で 100 部欲しい」といった要望をいただきました。

また、前回の会議で今年度の予定として、資料 15 ページの⑦介護スタッフを対象とした取組みについてご紹介させていただきましたが、こちらについては、関係機関と調整し、平成 28 年 9 月 23 日に口腔ケアに関するスタッフ研修会を 50 名の参加を得て開催させていただきました。

今後も引き続き、目標達成に向け部会内で取組んでいきたいと考えています。

以上で歯の健康部会の説明を終わります。続いて資料 18 ページから 20 ページをご覧ください。こちらは、平成 18 年度から平成 28 年度までの各部会の取組み内容をまとめたものになります。あわせてご覧ください。以上で、各部会からの報告を終わります。

各部会の推進報告と併せまして、第 2 次健康日本 21 こまき計画については重点施策もありまして、その取り組みについてもご報告させていただきます。

ご報告の前に資料の訂正が 3 箇所ございます。訂正をお願いします。

1 つ目は資料 22 ページで、見出しの下 1 行目をご覧ください。「健康づくりに取組み」の次の文章ですが、「初回」となっておりますが正しくは「社会」になります。

2 つ目ですが、23 ページ一番上の段落「(1) 協会けんぽとの協働」ですが、削除をお願いいたします。

3 つ目は 24 ページの表内になりますが、左の欄に「チャレンジ内容及びポイント」となっておりますが、ポイントの説明がついておりませんので「及びポイント」の文言を削除お願いします。

それではご報告をさせていただきます。戻りまして資料 22 ページをご覧ください。

「第 2 次健康日本 21 こまき計画」では市民が積極的に健康づくりに取り組み元気でいきいきとした長寿社会を目指し、3 つの重点施策をあげております。

1 点目は「地域で支える健康づくりの推進」です。

地域と行政のパイプ役である保健連絡員やその OB、また食からの健康づくりをアプローチする食生活推進員さんなどのボランティアの方と協力して、地区での健康展、健康講座などの場や毎年保健連絡員が学習した内容を回覧にてお伝えするなど「健康」に関する知識の普及・啓発を行っています。

2 点目としましては、「働く世代の健診・検診受診率の向上」です。

協会けんぽ等と協力し、働く世代の方が健診を受けやすくなる環境整備に努めました。各がん検診の受診率については、資料のとおりです。

人間ドックに関しては、今年度、受診期間を約 2 ヶ月延長するなどして受けやすい環境づくりに努めました。また今年度からは胃がん検診に内視鏡検査を導入しております。

資料の表の受診率をご覧ください。27 年度の現状値を見ていただきますと胃がん、肺がん、大腸がんについては 31 年度目標値を既に達成している結果となっておりますが、子宮がん、乳がんの女性特有のがんについては 31 年度の目標値に至っていない現状です。そこで現在乳がんについて集団検診のみの実施ですが、個別検診を導入していく予定です。また乳がん、子宮がん検診が同日で受けられるような仕組みも現在検討中であります。

3 点目としましては「糖尿病の重症化予防」についてです。

小牧市は特定健診受診者のうち、高血糖治療薬服薬者率の割合が県平均より高くなっており、若いうちからの糖尿病予防、重症化予防の取り組みが必要かと思われます。

そこで、27 年度、28 年度と関係機関と協働して糖尿病の重症化予防の取り組みを行っています。

1 つ目は特定健診受診者のハイリスク者対象受診勧奨を保険年金課と連携し、特定健診受診者のうち健診結果ハイリスク者に対し医療機関への受診勧奨を行いました。受診勧奨の通知に併せて、糖尿病が引き起こす身体及び歯科の健康に関するチラシを同封し知識の普及と注意喚起を図りました。

2 つ目は相談事業の充実です。

若いうちから健康状態を知り、予防につなげてもらえるよう 35 歳からの健診として「ヤング健診」を行っておりますが、その結果の際に生活習慣病予備軍対策として個別指導や健康相談を実施しました。

また保険年金課と連携し、特定健診受診者で、糖尿病予備軍の方に対し、また医療機関にもご協力いただき「生活習慣病予防相談」を案内し、利用を促しています。

今年度相談の紹介を受けて、予防相談を利用された方は平成 29 年 1 月 10 日現在 12 名の方になります。

3 つ目は商工会議所との連携です。これは 26 年度からの取り組みですが、青年期、壮年期の歯周疾患対策として商工会議所主催の健康診断の機会を活

用し、歯周疾患に関するアンケートを行い、予防に関する個別指導を実施し歯や歯肉の健康に関する意識向上を図っております。

4 つ目としましては、協会けんぽや医療機関との協働で 27 年度からの取組みとなっております。

協会けんぽ加入被扶養者を対象とした特定保健指導を保健センターで実施し、併せて歯科の保健指導も実施しております。

また市内の医療機関や歯科医院などに「糖尿病連携手帳」を設置し、対象者が各医療機関などと連携しやすい環境整備を行っています。

5 つ目はペットの飼い主に対する普及啓発です。

今年度からの取組みですが、糖尿病と歯周病との関係に着目し、獣医師会及び環境対策課と連携し、ペットの飼い主を対象に歯周病予防に関するチラシを動物病院で配布、歯や歯肉の健康に関する意識の向上を図りました。

最後 6 つ目になりますが「健康いきいきポイント事業」です。

平成 27 年度 10 月から愛知県と協働して始めた事業で、健康づくりをポイントに換算し、身近なところで優待が受けられる仕組みづくりを通して、健康づくりに関心のない人や若い世代が、健康づくりに関心を持てるよう働きかけ、自らが健康づくりに取り組む動機付けや習慣化を目的としています。

昨年度と今年度の違いについては、チャレンジ期間の延長やチャレンジ内容、特典についてありまして、表のとおりになっております。

27 年度はチャレンジ期間が半年間であったのに対し、今年度は 6 月から翌年 3 月半ばまでの 10 ヶ月半と期間を延長し、またチャレンジ内容にも手軽に取り組めるウォーキングを取り入れました。特典としましては健康づくり応援カード（まいか）に加え、インセンティブとして「こまきプレミアム商品券」を加えました。

また 25 ページは実施報告となります。昨年度は健康づくり応援カード（まいか）交付者数は 76 名で、今年度は平成 29 年 1 月 10 日現在で 74 名となっており、こまきプレミアム商品券交付者数は 40 名となっております。

また昨年 10 月からは小牧市スマートフォン用ウォーキングアプリ「alko」を配信して、運動習慣に時間の取りづらい働く世代などをメインターゲットとし、1 日の歩数や歩行時間、消費カロリーなどの表示機能があるほか、色々なチャレンジを盛り込んで、健康づくりを意識し取り組みやすい環境の提供をしています。

最後に健康づくり応援カード（まいか）が利用できる市内の協力店の実績ですが、昨年度は 10 店舗でしたが、昨年夏にこまきプレミアム商品券利用店に協力店の依頼をしたところ、今年度は平成 29 年 1 月 10 日現在ですが、21 店舗となりました。今後も協力店の拡大に努めていきたいと考えております。報告は以上です。

会長 ありがとうございます。

各部会の今年度の取組み、続いて重点施策の取組み、以上2点について事務局より報告がありました。只今の報告について、ご質問やご意見などを委員のみなさんからご意見をお伺いしたいと思います。

みなさんからお伺いした後に、「食生活・栄養部会 ご教示いただきたい内容」、「休養・こころの健康部会 ご教示いただきたい内容」について発言をお願いします。

それではまず、ご質問やご感想があればお願いします。

中西委員 最後にありました「まいか」協力店の28年度の協力店の一覧表はいただけないでしょうか。

事務局 愛知県のホームページにも載っておりますが、よろしければご用意させていただきます。

佐橋委員 事務局の方からご説明がありましたが、傍聴席が用意してありますとのことでしたが、今回はどなたもいらっしゃいません。不特定多数の方に周知するPR方法、手段はどのようにされているのですか。

事務局 会議の案内につきましては、市の会議の公開に関する指針に基づいてホームページ等に掲載させていただいております。開催日時、傍聴希望の方はいつまでにどこへお越しく下さいなどを載せて公表しております。

会長 非常に重要な内容が含まれておりますので、皆さんから順番にご意見を聞きたいと思いますが。まず高木委員、取組み内容や重点施策などについてご意見はございますか。

高木委員 食事に関して朝食を食べるか食べないかなどは、家庭の問題にもなるのでなかなか目標に届いていかないし、1時間以上運動する又は同等の身体活動となると実際は行われているかもしれないけれど、なかなか割合として上がって来ず見えにくいところもあると思います。しかしたばこで女性の喫煙がなかなか目標値に届かない。これは何とかできると思います。妊婦さんなら産科にもかかれるでしょうし、そのあたりもう少し何とかできるのではないかと思います。どのようにアプローチしているかお尋ねしたいです。

事務局 一般的な女性へのアプローチは実際できていないのが現状です。妊婦さんに関しては親子健康手帳交付の際にアンケートをご記入いただくのですが、その質問項目に喫煙に関する項目があります。喫煙されている方につい

ては、喫煙が及ぼす母体と胎児への影響について、資料を用いて説明し妊娠を機に禁煙することを提案はさせていただいております。以前から実施しておりますが、実際指標を見るとうまくいっていない、課題であるとも思います。今後どのように周知していくと女性の喫煙率が下がるのか検討していきたいと考えております。

会長 医師会員で産婦人科医の三輪委員、その点からご意見いかがでしょうか。

三輪委員 この妊婦の喫煙についてのデータは親子健康手帳交付の時ですか。
交付時期は妊娠初期の段階なので啓蒙という効果はまだないですね。啓蒙効果を評価するとなると別の時点での聞き取りが必要なのではないかと思います。

事務局 妊娠中期くらいに評価できるといいということでしょうか。

三輪委員 どこかのタイミングで評価できるといいかと思います。それをきっかけに辞めようと思う方も結構みえると思いますね。
結構数字を見ると値が高いなという印象を持つので、その聞き取りの状況がどうかと思います。

会長 去年もお聞きしたと思いますが、小島委員いかがでしょうか。

小島委員 年齢層はどんな方なのでしょうか。妊婦さんの喫煙データはどこからとってらっしゃるのでしょうか。
女性の喫煙率なら若い方の喫煙率がなかなか下がらずに、逆に上がっているのかなと思うのですが。年齢層に焦点を絞ってアプローチができると良いのかなと思います。

事務局 一般の方の喫煙率のデータに関しては、国民健康保険の特定健診に関するデータシステムからデータを得ているので、40歳以上の方となります。

小島委員 わかりました。話が少し離れてしまうかもしれませんが、たばこを吸う前の世代、小学生を対象に禁煙についての授業を行い、子どもたちがお父さん、お母さんに「こんな話聞いてきたよ」と家庭で話すことで、長期的にアプローチできるといいと思います。

吉田委員 小学校では実際に行われていますが、結局親が吸っていますからね。

小島委員 小学校では具体的にどのように禁煙についての授業が行われているのでしょうか。私あまりよく存じ上げてないので、教えていただきたいです。

吉田委員 学校保健委員会などで私も禁煙の講義をしましたが、やはり吸う人は吸いますし。

木全委員 小学校、中学校でも薬物乱用防止教室の中で喫煙、たばこについて授業を行っておりますし、また保健体育の中でも、喫煙、アルコールについて授業を行っています。

小島委員 そうですか。ありがとうございました。

会長 教育長の安藤委員どうですか。

安藤委員 薬剤師の木全委員から言っていたいたとおりで、桜ライオンズの方からお話をいただき、来年度も薬物乱用防止についての教室を実施する中学校を決めました。このように学校と団体が手を組んで実施する取組みを全市的にやっております。ただ喫煙につきましては、生徒自身の生育、仲間との関わり、家庭から離れた場で覚えてしまいます。子どもたちの人間関係の中で、たばこを吸う機会に触れることがないように、各学校では個別で指導にあたっております。

最近では減ってきてはおりますが、問題を抱えている案件かと思えます。

会長 ありがとうございました。

三輪委員 補足の確認ですが、妊婦の喫煙の聞き取り状況ですが、親子健康手帳交付時とそれ以外にはありますか。

事務局 妊娠中はそれ以外の期間で取ってはおりませんが、出産後の 4 か月児健診時のアンケートで聞き取っておりまして、指標のところに参考で載せさせていただいております。4 か月児健診時のアンケートでは、妊娠期より上がっておりまして、なかなか止められないという状況なのかと思われます。

会長 ありがとうございました。たばこに関しては昨年度、一昨年度も話題に上がっておりまして、これを討論し始めたらとてもとても時間が足りませんので、またいい提案やいい啓蒙方法などがありましたら、教えていただきたいと思えます。

たばこはひとまず終わります。

吉田委員 今年の 4 月から吸えるところが減るなど規制が変わると厚生労働省も今頑張っているようです。

会長 私どもが中学の頃はたばこを吸うと停学になりましたが、最近どうなっているかは良く知りませんが、次に移ります。

森委員 うつ病対策でゲートキーパー養成講座がありまして、受講者が増えているのですか。この方たちの実際の活動はどうなっているのか、携われるのかということと、民生委員さんの活動とどのように関わってくるのか現状を教えてくださいたいです。

事務局 ゲートキーパー養成講座は自殺対策が始まった時に、国の方から、内閣府だったと思いますが「門番」という言葉から始まりまして、ピラミッドをイメージしていただくと一番上の狭い部分が精神科医で、一番下の広い部分が一般市民の方というような構図です。例えば悩んだ人がいたら話を聞き、その方のストレスを緩和するような寄り添った対応ができる人を増やすというものです。ゲートキーパー養成講座を受けたことで認定されるという訳ではないですが、ゲートキーパーは講座の名称で、日常生活の中で優しい言葉をかけてくれる人を増やすというのが狙いです。

民生委員の方へも講座のご案内をさせていただいたこともありますが、特に活動がリンクするというようなことはございません。

森委員 そうするとボランティアで「大丈夫ですか」とお声掛けする人ということですか。

事務局 ボランティアの方にも周知をさせてもらっておりますが、家族や友人など身近な方で元気のない方に「大丈夫？」や「頑張っているね」等の言葉掛けをすることで病気になる状態の前段階で予防できることを地域の人へ広めるという意味で開催しています。

森委員 動機は非常にいいのですが、それによって対応が必ずしもいいとは限らないのではないのでしょうか。

事務局 講座の内容としてはうつ・自殺には触れておらず、ネガティブというよりはポジティブというような内容で行っております。

森委員 それでトラブルになったケースはないということですね。

事務局 そうです。ケースに何かをやってください、困っている人や精神疾患の方に何かをやってくださいという訳ではありません。「ありがとう」という言葉を大事にしようという話の聴き方講座で、あまり予想していた内容と違うということは聞いたことがないです。

会長 はいありがとうございました。次に林委員いかがでしょうか。

林委員 続きですが、「こころの体温計」でのアクセス数が 4,000 件だったのが、どうして 1,000 件に下がったのでしょうか。かなり関心があるように思ったのですが、どうでしょうか。件数としては多いのでしょうか。

事務局 件数ですが、平成 28 年度 4 月は 4,000 件程度だったのですが、その後 5 月以降は 1,000 件前後の利用状況です。

林委員 これは皆さん 4 月で環境が変わる季節でもあるということで、アクセス数が多かったのでしょうか。

事務局 どういう理由かは主管課ではないため細かい内容まではわかりませんが、PR 時期と重なっているのかもしれませんが。やはり 4 月ということで多くの方がホームページをご覧になられたのかも知れません。

林委員 あともう一点、全体的にうつと自殺という観点でされているということでしょうか。今の話を聞いているとあまりうつ、自殺対策はしていないという感じがしますが。

事務局 直接的に「うつ・自殺」という言葉を出してしまうと自分には関係ないと思われがちで、またショッキングな内容でもあります。まずは一步手前のこころの健康というところから進めていこうというもので、うつ・自殺対策とは少し離れているかもしれません。

林委員 実際この言葉を出されていないということでしょうか。

事務局 国や県の方から補助金をいただいている関係で、小さい字では書かせてもらっておりますが、題材はご覧のように「話を聴くことの難しさ、話を聴いてもらうことの温かさ」などのようなタイトルで出させてもらっています。

林委員 このあたりは精神科の先生などの対応はされているのですか。リンクと

かはされているのですか。

事務局 精神科の先生は市民向けの講座には関わっていないですが、関係機関が集まるネットワーク会議などでは、精神科の先生にご講義いただいています。

林委員 実際にうつ等で自殺したというニュースを耳にすると大変ショッキングです。最近では一宮市で親子心中、名古屋市でも親が殺人を起こすなどのニュースを聞くと、そこと絡んでくる話かなと思います。「うつ」からくる自殺をメインとして対応していった方が僕はいいのではないかと思います。

事務局 今日は保健所の方もみえますので、そのあたりどう思われますか。

和久田委員 代理できました和久田です。うつ自殺対策は、全国的に 30,000 人以上の自殺者に増えたということから、平成 19 年から全国的に取り組んでいて、最初は一般的な啓発活動から始まりました。誰でも人はショックなことや人生で乗り越えられないような時には、死ぬほど苦しい、寂しい時があって、その時に周りの誰かが気づいてくれて、早く声をかけてくれる、必要であれば専門家に結びつけるというような啓発活動から始まっております。そうやって県がやってきたことを市がもっと啓発していただくことで、より住民の皆さんに響くだろうということで、今は市町村の皆さんに補助金を出しながら、うつ・自殺対策という名前が出ていますけれども、誰かに寄り添ってあげるということが市町村の中では一般的な啓発活動になっています。

もう 1 つ資料 8 ページで作っていただいたように「うつ・自殺対策相談窓口ネットワーク会議」になりますと、それは住民の方たちが身近な人の異変に気づき、「おかしいよ」と相談に来られて投げかけてくださった時に、関係機関が集まって、この地域で何が足りないかということを検討する二段構えになっていて、一般的に市町村により近いということが啓発活動になります。

少し機関的に専門的なところを要する場合には保健所がお手伝いをさせていただいているというような状況です。啓発活動も底辺の啓発と少し上の啓発とに分かれて機能的に市町村とやっています。

会長 どうもありがとうございました。
小牧市や春日井市は実際、自殺者は減っているのですか。

和久田委員 実際的には小牧市も春日井市も管内は減っております。ただ小牧市で問題になるのは、最近の兆候として女性は自殺未遂が多いですが、男性は一家の大黒柱になる 30 代から 60 代の働く年代の自殺者が多い状況です。

会長 わかりました。時間が限られておりますので、深く掘り下げることが難しいのですが、その他ありますでしょうか。

安藤委員 話は変わりますが、僕は今「alko」を使用して頑張っているのですが、事務所別で登録ができますので教育委員会として登録したのですが、誠に私の力不足でまだ 29 人しか入っておりません。学校現場は 800 人もおりますのでこれからどんどん登録して自分の健康づくりと合わせて普及できるといいです。私も毎日画面を見ておりますので是非とも PR をしていってほしいと思います。

会長 あと他によろしいでしょうか。

木全委員 うつ自殺対策ですが、「頑張ってね」、「元気でね」などという言葉は絶対に言ってはいけないと、精神科関係の話で聞いたことがあります。

養成講座などを計画される時には、そのあたりの大事なことはきちっと伝えていただけるようお願いしたいです。また禁煙については受動喫煙のことが全く出てきておりません。市役所も含めて病院や薬局も敷地内禁煙をやり始めていますが、オリンピックをにらんで厚生労働省も受動喫煙についてしっかり言ってくると思います。小牧市でも禁煙がなかなか進んでいないところがあり、家庭内での受動喫煙をきちんと周知してできるだけ禁煙につなげていけるようになるといいなと思います。

ちょっと受動喫煙の部分が抜けているような気がしましたので。

それからこころの体温計ですが、ホームページを使って 4,000 件だと思えますが、こういうものは本来件数が減っていけばいいと思うのですが、こういったものはきちんと周知されることによって、誰でも気楽に活用できるよということが周知できればいいと思います。

会長 ありがとうございました。こころの体温計に関しては、また後ほど。時間が迫ってきていますので議事を進めたいと思います。

ご教示いただきたいことの 1 つにヘルシーメニューの提供店舗の拡大の方策について、皆様のお立場から考えられることがありましたらご意見伺いたいと思いますが、どうでしょうか。

谷田貝委員 今日は遅刻しまして申し訳ありません。市議会議員の谷田貝です。

私も今日この資料を見て一番気になっていたのですが、このチラシを見て大変良いことと思い、どんどん推進していってほしいなと思います。ただ店舗数が少ないと感じます。市役所が宣伝してくれる訳ですから、お店にとっ

てはとても宣伝になる訳ですよ。そこをもっとPRするべきだと思います。もちろん広報やホームページ等を活用するのも大事ですが、各店舗に直接「こういうのを始めましたがどうですか、試してみませんか」と声を掛けるなど待っているばかりでなくこちらから出向くことで、市内の飲食店の活性化にもつながりますし、ヘルシーメニューということで市民の健康にもつながるので、各店舗に直接出向くということとSNSなどを活用していただきたいと思います。昨今、市のフェイスブックにおいてもたくさんメッセージ等が来ており私も拝見しているのですが、昔よりも市のことに興味を持つ若い人が増えていると思います。広報を見るよりも、SNSはトピックスなど非常に役に立っているなと感じます。

またスポーツをしている人もこういった話題に興味を持っている人も多いと思うのでパークアリーナやまなび創造館のジム、病院の先生方にも協力していただいて一枚チラシを貼らせてもらうなど、からだの悪い人にもこういった食事で気をつけようと協力してもらえるといいのかなと感じました。

そこでまず市役所の展望レストランにまずは協力店になっていただくべきかと思います。最後にこのチラシを見るとカロリーを表記するのが普通かなと思いますが、カロリーの表示がないのはなぜですか。そういったところを含めまして改善していったって、もっと広めるかたちで頑張ってもらえるといいのかなと思います。

会長 非常に建設的な意見をどうもありがとうございました。これは例えば何軒に声を掛けて3軒となったのですか。3軒に声を掛けたら運良く3軒とも協力店になったのでしょうか。

事務局 今回の募集につきましては10月15日号の広報、市のホームページ、商工会議所の会報、食品衛生協会が集まれる会合等や、保健センター窓口に設置というようなかたちで周知しました。初めは0件だったためこちらからお声掛けをさせていただき3店舗に既存のメニューから基準に合うようにメニューを作らせていただきました。

会長 非常にいい方策ですからもっと頑張ってやってくださいということですね。

谷田貝委員 そうですね。こちらから積極的にやっていると、受身の姿勢でやっても来ないと思いますし、店舗の方も忙しいのでそのような企画があることも知らない方も意外といて、もったいないと思います。ぜひこちらから呼びかけていただいて、「メニューを作ることで逆にこんな宣伝してもらえるよ」と言えば絶対作ってくださると思います。そのような営業を頑張ってやって

いただけるといいかなと思います。

わたしも宣伝しますし言うてくださればチラシも配りますので、頑張っていただけたらと思います。

会長 保健センターも少ない人数でたくさんの仕事をやっていますので大変だとは思いますが、それ以上に頑張ってくださいということですよね。

吉田委員 カロリーについてですが、これはわかってはいるのですか。
 カロリーについてはお店が言ってきた数字ですか、それとも第 3 者によって測られたものですか。

事務局 1 食あたりの量を測っていただきまして、それを換算して 2 月 1 日号の広報にはカロリーも掲載しております。こちらのチラシについてはポスターと兼ねておりますので、カロリー表示は掲載しておりません。

佐橋委員 ちょっとよろしいでしょうか。「ヘルシーメニューを提供しています」というのぼり旗か何かは掲げてありますか。

事務局 お店にはこちらで作成した献立表を、各テーブルにおいていただいております。のぼり旗はないですが、掲示していただくようにと 3 枚のポスターと、チラシを置いていただくようお願いがしてあります。

佐橋委員 店の前にのぼり旗が並ぶような店がたくさんできると、それに越したことはないですが、パラパラとのぼり旗が並ぶことで競争心理が働いて、自分の店でも是非やってみようという店同士の競争が増えると、協力店がどんどん増えるのではないかと思います。のぼり旗を外に設置する方が内に設置するより効果がありますし、お客さんもきっと増えると思いますね。

会長 いろんな提案をしてくださるということは、それだけ皆さんが期待していることだと思いますので、できるだけ頑張ってください。

 それでヘルシーメニューについてのご教示願いたいことについてはよろしいでしょうか。次にもう一つ先ほどから問題になっております「こころの体温計」に関する周知・啓発方法、周知に関しての施設や場所についてなど何かご意見おありでしょうか。

 私は「こころの体温計」を今回初めて聞いたのですけどいつから開始でしたか。

事務局 小牧市が始めたのは、平成 27 年の 7 月からですけれども、ある企業

がこのようなツールを作り、他の自治体も少し前から開始されている状況です。

会長 それが先ほどの 4,000 件だったのが、1,000 件に減ったということで、それは相手の対応に失望したとかで減ったのではないですね。

事務局 小牧市のホームページのアクセス数が多いと、利用者が多くなるのかもしれませんが。初めはバナーに上がっておりましたので、アクセスが多かったと思います。

会長 あと他に何かありますか。これは非常に大事なことで重要なことだと思いますので。

和久田委員 資料裏を見ていただくとわかりますが、保健所は相談機関というかたちでリンク先となっております。私達こころのグループは 5 人程で相談を受けておりますが、春日井保健所管内はこの「こころの体温計」をやっているのので、相談者にどこでこの相談先を知りましたかと聞きますと「こころの体温計」と言われる方が今でもいらっしゃいます。先程木全委員が言われましたように相談先が用意されていることでつながって来ると感じております。

親御さんの知らないところで、自分の命を大事にせず自殺を図ろうとしていた生徒さんが、友達に止められて自殺に至らなかったということがありました。昨年、愛知県教育委員会健康学習課で中学校、高校生向けと親御さん向けの心の悩みの対応の仕方、友達がそういった悩みを打ちあけた時にどのように対応したらよいかというリーフレットが出来ましたので、もし若い方がこころの体温計を利用した時に、そことリンクができるとまた 1 つ幅が増えるかなと思います。PR とは違いますが大人版と子育てママモードがありまして、思春期のお子さんが親には言えないけど、友達には言えるのか、親に言えるのか、お友達の悩みを聞いてあげられるのかその状況によって気持ちの持ち方等がリンクして見られるといいかと思います。

会長 色々な方法があるということを保健センターの方に教えてあげてください。

吉田委員 携帯で時々大雪警報が発令されましたなどというメールがありますが、あのようなメールで送ることはできないですかね。

会長 優先順位がありますが、もしそのようないい案がありましたら検討してください。

皆さんにご意見を伺えたらと思いますので、保健連絡員の平野委員はいかがですか。

平野委員 個人的にウォーキングチャレンジをやってきましたのですが、孫を追っかけていた時に膝の筋を痛めました。それが治ってから再開すればいいと思っていたのですが、そこから継続できなくなってしまいました。持続することは大切だなと今思っています。

会長 貴重なご意見ありがとうございます。倉知委員はいかがでしょうか。

倉知委員 医療の関係でとても平均寿命が延びています。最近叫ばれているのが健康寿命を延ばして健康に生きようということで、色々な運動をされていますが、やはり 60 歳、70 歳それ以上の人が今頑張って元気に過ごしてみえます。いいことは続けていかないといけないなと感じております。

会長 私も今年 70 歳になりますので。佐橋委員は何かありますでしょうか。

佐橋委員 最近認知症の方も増えてきていると聞いていますけれども、お一人で住んでらっしゃる場合はいいのですが、パートナーや家族がいる場合はどうしてもその方が、色々と精神的苦痛を味わうことも多いと思います。介護されている方々に対しての何か援助がきちっとしていけるような地域社会ができていけるといいかなと思います。

会長 そうですね。介護する方も大変だと思いますね。
中西委員はいかがでしょうか。

中西委員 今も認知症の話が出ましたが、医者の方でもいらっしゃいますが、認知症の種類には 4 つありまして、アルツハイマー、前頭葉など脳血管障害、それからルビー小体型認知症などございます。アルツハイマーは徘徊する、前頭葉型は記憶障害など、老人クラブ連合会でも、まだらに記憶が無くなる方などがみえ、できるだけ会合に出てなんとか楽しく生きていけるようにと言っているのですがなかなか難しいですね。

会長 またそれに関しては別の委員会がありますから、色々ご教示いただければと思います。ありがとうございました。
本日いただきましたご意見を参考にして、「第 2 次健康日本 21 こまき計画」の今後の推進に活かし、より充実した取組みにしていきたいと思います。

以上で議事は終了いたしましたので、事務局へお返しいたします。

司会

ありがとうございました。

事務局から 1 点ご報告をさせていただきます。

委員の皆様には、本日の「健康日本 21 こまき計画推進会議の委員」とあわせて「小牧市民健康づくり推進協議会の委員」をお願いしております。

「小牧市民健康づくり推進協議会」は例年、年 1 回の開催で 7 月頃に「健康日本 21 こまき計画推進会議」と同時開催しております。「小牧市民健康づくり推進協議会」は例年、年 2 回の開催で 7 月頃とこの時期に開催しております。

平成 29 年度からは「小牧市民健康づくり推進協議会」と「健康日本 21 こまき計画推進会議」を統合し、「小牧市民健康づくり推進協議会」として、小牧市全体の健康づくりの推進についてご協議いただく予定でありますので、ご報告させていただきます。

本日は後藤会長をはじめ、委員のみなさま長時間にわたりありがとうございました。

これで平成 28 年度健康日本 21 こまき計画推進会議を終了いたします。

みなさま、お帰りの際は交通事故等に気をつけてお帰りください。

本日はありがとうございました。