

平成26年度第3回健康日本21こまき計画推進会議 議事録

【日時】 平成27年2月12日(木) 14:00～15:30

【場所】 小牧市保健センター 2階 大会議室

【出席者】 委員11名

後藤恒規、吉田雄一、森雅典、志水哲也、朴美子、高木康司、
小川鎮、塚本勢津夫、吉田千代子、森典嗣、稲垣衿子、木村隆(代理)、
伊奈慶子 (敬称略)

事務局 9名

舟橋健康福祉部長、山田健康福祉部次長、江崎所長、野口所長補佐、
森主査、佐々木、水野、落合

【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(案)について
当日資料

(2) 健康日本21こまき計画「今後の取組みについて」…資料1

4 報告

小牧市健康いきいきポイント制度の考え方 …資料2

5 閉会

【議事】

(事務局) 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、ただいまから平成26年度「第3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。

本日、ご欠席の委員は、小牧市民病院：松浦委員、教育長：安藤委員、薬剤師会：木全委員でございます。春日井保健所長は代理出席で吉兼様にご出席いただいております。

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) お忙しい中、ご出席いただきましてありがとうございます。例年この推進協議会は年2回開催しておりますが、今年は3回開催しております。今年度は健康こまきいきいきプランの策定の年度となり、その報告にもなっておりますので、3回とさせ

ていただいております。この計画にたくさんのご意見をいただきましてありがとうございます。1月にパブリックコメント、市民の方からご意見をいただくことを実施いたしましたが、今回は、ご意見やご質問はなかったということでございます。最終的に現段階の案で、今後の健康づくり計画のプランとなる予定でございます。この計画は市民の新たな健康づくりの計画になる訳で、計画、目標もさだめてありますので、これから皆様方のご協力をいただきながら推進してまいりたいと思います。よろしくお願い申し上げます。

(事務局) 続きまして、会長よりごあいさつをいただきます。

(会長) 今年は3回目の会議を迎えます。1回目、2回目と皆様からいろいろとご意見をいただき討議をしながら冊子を作成してまいりました。本日は(案)とありますが、コンパクトにまとめられた概要版が出来上がっております。ここに至りましたことを、皆様方に感謝しております。計画をきちんと実行して、課題を探して、更に発展させることが必要と思いますので、本日はどうぞ活発な討議をお願いしたいと思います。

(事務局) ありがとうございます。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。現在のところ傍聴希望者はございません。

会議の開催にあたりまして、資料の確認です。事前配布したものの、および本日配布資料はお手元にごございますでしょうか。

2 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(案)について(当日資料)

【事務局】当日資料についての説明

・まず始めに、パブリックコメントの報告をさせていただきます。

平成27年1月5日から2月3日までの30日間パブリックコメントを各市民センター、市役所情報公開コーナー等で実施いたしました。意見等はありませんでした。

- ・次に、当日資料として配布させていただいております、計画の概要版について説明いたします。

概要版は、2種類といたしました。その理由は、自分が何をすればよいか分かるようにしたいと思ったからです。

1つは、関係者版です。この計画に携わる関係機関が知っていただきたいことを概要として掲載いたしました。内容は、関連図で市民の健康づくりを家庭、地域、職場、企業、関係機関で支援し、必要に応じて連携していくことを示し、体系図でどんな健康づくりの支援をだれにするかを記載しました。最後のページには、昨年度実施したアンケート結果をのせ、どこに課題があるかがわかるようにし、導き出された、第2次計画の3つの重点施策を記載しました。

もう1つは、市民の方向けです。内容は、1ページで「健康づくりとは」どんなことかを知ってもらい、自分自身が実践していくことである。という意識を持ってもらいたいと思います。2ページで健康づくりに必要な6つの領域と誰が取り組むか、3、4ページで3つの重点施策とその理由の記載をいれました。5～7ページは、自分が何に取り組んだらよいか分かり易いように、ライフステージ別の領域別で示しました。

説明は以上となりますが、委員の皆様は、関係機関として、また個人として取り組んでいただくこととなりますが、この内容で理解し、実施できるか等ご意見をいただきたいと思います。

(会長) ただいま事務局から説明がありましたが、何かご意見はありますでしょうか。

(吉田委員) たばこのことですけれども、6歳から19歳の子どものあたりは、絶対吸わないという表現で問題ないと思いますが、20歳の時から突然たばこを吸ってもいいですよというように見えるので、表現が何とかならないかなあと思います。(市民向け概要版 青年期の) 20歳からの自他の健康に考慮した禁煙・分煙をする。副流煙を吸わせないように配慮すれば、たばこを吸ってもいいですよ。どうぞというように取れます。これでは不十分のように思います。

(会長) そのようにも読み取れますね。このことで、事務局いかがでしょうか。

(事務局) 子どもの前だけではなく、大人の前でもご自身がたばこを吸われる方に対して、禁煙をしましょうという目標を掲げたいのはやまやまなんですけど、そこまで強くこの計画で言い切れない

のかなあと思っています。副流煙の影響を及ぼさないようにしていく部分では、何とか推進していきたいと思っています。委員がおっしゃられることは重々承知しておりますが、すべての市民の計画でありますので、吸わないようにという文言を載せるということはできなかったということです。

(吉田委員)　すぐやる目標が、「子どもの前ではたばこは吸わないようにしましょう」ではどうかと思います。目標なんですから、目標は禁煙でいいのではないのでしょうか。あくまでも自己の目標でするので、どうなるこうなるというものではない。

(会長)　日本人は、調和を重んじる国民ですので、すべての人がというのは難しい訳ですね。市の条例なんかですべて禁煙だときめることは不可能なわけですね。

(吉田委員)　それもわかっていますが、すぐやる目標ということであれば、ぜひ、禁煙としていただきたい。一部の人は吸っていいですよという目標ではおかしいのではないのでしょうか。

(会長)　みなさんがそのような意見をお持ちであったら、この会の提案として、目標は「やめる」とか「禁煙」とかいうことを持つてくるということですね。いかがでしょうか。何か困ることはありますか。

(事務局)　一つの（案）ですが、「禁煙にとりくみましよう」ではいかがでしょうか。

(吉田委員)　子どもの身になって考えてみると、大人になって吸えるものがなぜ今自分に吸えないんだという疑問があり、大人になって吸える年齢がくると喫煙が始まるんですね。大人になっても吸えないんだということであれば、子どももやっぱりよくないものだから吸えないんだということが分かります。20歳を過ぎたら吸えるものがなぜ私たちは吸えないんだと思うのではないですか。

(会長)　保健所の立場としていかがでしょうか。

(保健所)　県も健康づくり事業を行っておりますけれども、健康づくりに関しましては、たばこの害が一番であると思いますので、推進ということで吉田委員のご意見のように、表現の方法を変えたほうがいいのではないかと思います。

(会長)　今後は、だんだん表現を強くしていき、やめるの方向に持っていけるとよいですね。

(吉田委員)　この表現をみていると、喫煙容認にみえますから

(会長) それでは、表現の変更ということではよろしいでしょうか。それはいけないというご意見がありましたらお願いします。

(森雅典委員) 計画をつくるのであれば、市としての方向性はきちっと示すべきだと思います。経験から見て、禁煙はできない訳ではない。市民の方が健康になるためには、やはり「禁煙をしましょう」というほうがよいと思います。

(事務局) それでは、すぐやる目標のところに「禁煙に取り組みましょう」という文言を入れさせていただきます。

(会長) たばこについてはそれでいいですね。その他何かご意見があればどうぞ。ないようですね。

それでは、たばこ以外にご意見がありましたらお願いします。

(高木委員) 歯の健康の部分になるのですが、12 から 17 歳のところで、「フロスや歯間ブラシを使用しましょう」とありますが、12 から 17 歳では歯間ブラシは使えないと思います。利用できるということは、歯肉が下がっている状態なので。そして、できることなら高齢期のところに歯間ブラシを使ってもらいたいので、入れていただきたいと思います。

(会長) よろしいでしょうか

(事務局) わかりました。フロスはよいでしょうか。

(高木委員) フロスは大丈夫です。ブラシだけ。

(会長) その他よろしいでしょうか。

また、会議が終わるまでに気づかれたらご発言ください。

(会長) 続きまして、議題（２）健康日本21こまき計画「今年度の取り組み」について事務局から説明をお願いします。

(事務局) 今年度は、2次計画（案）策定と共に、現計画を進めてまいりましたので、各部会から今年度の取り組み状況の報告をいたします。

【報告】

栄養食生活部会

- ① 子どもの「望ましい体格を知るためのリーフレット」の配布と評価を実施しました。リーフレットは小学5年生が配布対象となりますが、どの時期に配布をすると有効かということアンケート調査いたしました。身体計測後など、体格に関心が出てくる時期に合わせて配布することがよいとのご意見があり、学校の実情に合わせて配布を行いました。
- ② 20歳～40歳代の男性の朝食欠食をなくすための啓発パンフレットの作成をしました。H25年度に実施した健康に関するアンケート調査より、朝食を毎

日取らない人が男性4人に1人、女性7人に1人という結果でした。そのため、「できる男は朝ごはん、きれいな女は朝ごはん」というフレーズで朝食の必要性を訴えるリーフレットを検討しました。現在印刷に入っており、平成27年度に市内事業所等に広く配布を予定しております。

- ③ 高齢者の低栄養に対する意識向上のための啓発活動として、高齢者の低栄養予防のパンフレットを医師会、歯科医師会、薬剤師会を通じて各医療機関、歯科医院、薬局に設置していただき、必要な方へ啓発ができるようにいたしました。
- ④ 会社の食堂や一般飲食店でのヘルシーメニュー提供については、栄養バランスや減塩などを考慮したヘルシーメニュー提供の第一歩として、市役所のレストラン、食生活改善推進協議会、保健センターの3者で検討をしました。しかし、調理の人員やメニュー数等の課題があり、実現には至りませんでした。この検討を生かし、今後ヘルシーメニューの提供が実現できるよう検討をしていきたいと思っております。

身体活動・運動部会です。

今年度の取組みは、

- ① 筋力低下に伴う危険とその予防知識の普及に対して、ウォーキングマップの普及とウォーキングの啓発を実施しました。
ウォーキングマップについては医療機関や児童館で配布しました。配布だけでは啓発としては効果が弱いため、どうしたらよいかを考えています。例えば、マップが置いてあるそばに、ウォーキングの効用のチラシや、やってみようと思うキャッチコピーを張る等の工夫が必要と意見が出ています。
- ② 青年期・壮年期へのアプローチとして子育て世代の親へのアプローチがあります。親は子どもと付き合ううちに知らず知らず身体がうごいています。このことを利用して、何か取組むことができたらいと話合っています。
また、意識的に身体を動かすことができるよう、啓発のポスターを作ってはどうか。例えば、エレベーターの前に、「階段使って、スッキリスリム」等のキャッチコピーを張るといことです。
- ③ 「地域を中心としたふれあい支えあいによる健康づくり活動の推進 ラジオ体操を覚える機会をつくる」については、ラジオ体操がいろいろなところに効果があることを知ってもらうとして、小牧市体操指導員の方々の取り組みとして講座を開催したり、準備体操として利用しています。今後これが広まるようにしていくことが必要ということを検討し、

来年度につなげます。

ご教示いただきたいことですが、青年期や壮年期は、日々忙しく、疲れがたまったりするため、運動量や身体活動が減少しがちです。この年代が生活習慣病予備群となることが多いので、運動や身体を動かすことを意識づけたり、それを継続できるような働きかけをしたいと思っています。

部会で、検討をするのですが、ライフステージの中で一番むずかしいよねという意見が多いです。働きかける対象やどんなことをしたら良いか等をご教示いただきたく思います。

休養・こころの健康部会です。

今年度の取組みとして、「自己肯定感を持ちお互いを大切にする心を育む」ことと「相談の場づくり」について検討し、実施してきました。

自己肯定感を持ちお互いを大切にする心を育むために、地域自殺対策緊急強化事業の活用を利用し、ゲートキーパー養成講座を実施しました。対象は保健連絡員で、傾聴を中心とした内容で86人の参加がありました。もう一つは、市役所職員で、「苦手な人ともスマートに付き合うコツ講座」を2月25日に実施予定です。

高齢者に対するうつ対策や自己肯定感の醸成については、介護予防の出前講座時に啓発できないかと検討中です。

相談の場づくりは、「うつ・自殺対策相談窓口ネットワーク会議」を開催しました。これは、各相談機関が気軽に相談しあい問題解決に向けて協力しあうこと、相談能力を向上させていくことを目的としています。「うつ・自殺予防に向けた啓発」については、9月の自殺予防週間にあわせてアピタ小牧店でグッズを配布しながら啓発をしました。また、3月の自殺対策強化月間にあわせて啓発をする予定です。「職場のメンタルヘルスセミナー」では、春日井保健所・商工会議所と共催で職場のメンタルヘルスセミナーを開催しました。また、睡眠についての啓発カード（しおり）の作成をしました。しおりに、睡眠についてと相談窓口を載せたものを作成し、薬局などで配布をしていきます。しおりは薬剤師会の先生と相談しながら作成しています。

たばこ・アルコール部会です。

今年度の取組みとして、「喫煙・飲酒が健康に及ぼす害についての知識の普及」と「禁煙・分煙化の啓発」を行ってきました。

市ホームページの利用としては、喫煙、飲酒が健康に及ぼす影響について、ホームページを利用し、情報の提供を行ってきました。

昨年度実施した市民意識調査では、全体の喫煙率が減少し、受動喫煙に対する認知度があがってきている現状があります。しかし、年齢を重ねるほど禁煙に踏み切るのが難しい状況や、若い世代や、女性の喫煙に対する取り組みが今後さらに必要であると思います。

たばこ・アルコールについての認知度が低い項目のチラシの検討としては、認知度が低い項目のチラシを、乳がん健診、子宮がん健診、母子手帳配布時に配布している。市民意識調査の現状もふまえながら、チラシの内容の検討等を行っていく予定です。

禁煙・分煙マップの作成としては、副流煙による健康被害を避けるため、禁煙状況をのせたマップを作成しようと検討している。店の実情を調査したところ、全面禁煙のお店が少なく、一部禁煙席を設けているなど、禁煙の店としてとらえるのは難しい現状もある。そのため、その現状をどのように掲載し、効果的なマップとなるかを検討している。

歯の健康部会

今年度の取組みについてご報告します。資料 5 ページをご覧ください。

今年度の取組みといたしまして、乳幼児期に対する取組みとして 2 点、学童期に対する取組みとして 3 点、青年期に対する取組みとして 5 点、部会において検討いたしました。

各進捗状況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、「■乳幼児期におけるむし歯対策の推進」として、「園児対象歯科疾患対策モデル事業」について、それから「■青年期、壮年期の歯周疾患対策の推進」として「糖尿病連携手帳を活用した普及啓発活動」及び「市民病院と連携した歯周疾患対策事業の実施」について、説明させていただきます。

まず、「園児対象歯科疾患対策モデル事業」ですが、こちらは昨年度から引き続き検討を行い、今年度、名古屋経済大学保育学科及び市役所の保育課と連携し、市内モデル園において大学保育学科の学生による劇を開催しました。この事業を通し、子ども達へのむし歯予防に関する意識の向上をはかると共に、後に保育士になる学生に、園児や学生自身の歯の健康に関する意識の向上を図ることを目的としており、次年度も引き続き実施予定です。

次に、「糖尿病連携手帳を活用した普及啓発活動」ですが、こちらも昨年度からの継続事業となっており、糖尿病及び歯周病の重症化予防の観点より今年度も引き続き市内医療機関に手帳と説明文を配布予定でして、患者及び各医療スタッフへの意識の向上を図りたいと考えております。

最後に「市民病院と連携した歯周疾患対策事業の実施」ですが、こちらは前回

の推進会議で市民病院 副院長よりご教示いただきまして、市民病院で開催される「糖尿病教室」及び健診センターに歯周病に関するチラシを設置させていただき、次年度以降も情報提供の機会とさせていただける予定です。

その他、今年度の各進捗状況は資料に記載のとおりとなります。

以上で歯の健康部会の報告を終わります。

続いて 5 ページの後に添付しております、A3 の資料をご覧ください。

こちらは、これまでの各部会の取組み内容を、年度ごとにまとめたものになります。こちらの内容につきましても目をお通しいただき、ご意見等いただければ、と思います。よろしくお願いいたします。

以上で、各部会からの報告を終わります。

平成 17 年度～平成 26 年度までの健康こまきいきいきプランが今年度で終了となります。その部会の推進状況をまとめたものが資料 1-2 になります。第 2 次計画に引き継いで取組みを実施していきませんが、推進について感じられること等がありましたら、伺いたいと思います。

(会長) それぞれの部会に対してのご質問、ご意見がございましたら
お願いいたします。

(塚本委員) 身体活動・運動部会についてお尋ねします。ラジオ体操の項目ですが、「究極のラジオ体操」とありますが、私もラジオ体操を毎朝やってきたのですが、究極のラジオ体操を知っていればもっと効果があったのではないかと感じておりますが、これはどんなものか興味津々です。どんなものでしょうか。

(事務局) 究極のラジオ体操とは、ラジオ体操は皆さんが知っている体操だと思っておりますが、例えば、手を上げるところは、まっすぐにピシッと上げる。曲げるところはきちんと曲げる。メリハリをつけ、どこか筋肉に効いているかを意識しながら行うということです。しっかり実施することによって、例えば女性の場合ですと加齢による尿漏れを予防することができるそうです。最近の本で大人のラジオ体操というものが出ていて、身体のどこに効くのかを解説してあります。そのようなものを小牧市では小牧市体操連盟の体操指導員の方が市民に指導をしてくださいます。しっかり実施すると 1 回の体操でじんわりと汗が出てくるそうです。

(塚本委員) 余談になりますが、毎朝 6 時半になると小牧山ではラジオ体

操をやっている方があります。もう10年来になる方がいらっ
しゃいます。その方が足を引きずってみえたので、どうされま
したかと尋ねると、ラジオ体操をやっていて、大腿部を痛めま
したと。体操はそうならないためのものだと思うのですが、こ
の方は80歳代の方でして第2体操をしていて飛び跳ねたとき
に痛めたそうです。やはり歳相応の運動をする必要を感じまし
た。究極とききましたので、私ももっと前に聞いていけばよか
ったなと思いました。

(事務局) とてもいいご意見ありがとうございます。ラジオ体操は全
身の筋肉を動かすとてもいいものだという事だと聞きます。
今、ご意見の中で、歳相応の運動とありましたが、私たちが支
援していく時に、しっかりと頭の中に入れておかないといけな
いことではないかと思いつながり聞いておりました。今、お話い
ただいた方も長年やっていらっしやれば自分は健康であるとい
う自負もあると思いますので、その当たりを気にしながら今後
の支援方法を考えていきたいと感じました。

(塚本委員) もう一点よろしいでしょうか。3ページの休養・こころの健
康部会の中に書いてあります、市役所関係職員向け研修「苦手
な人ともスマートに付き合うコツ講座」の苦手な人とはどんな
ものか。定義があるのかと思いついて。私も心がけておかない
と苦手な部類に入ると、市役所に伺えなくなってしまうので、
苦手な人とはどんなことをさすのですか。

(事務局) この研修は、市の職員に向けたもので時間外に自主的に行う
自主研修で、窓口対応をアップさせるということが主な目的です。
そのために、参加したいという気持ちをよぶために、キャッチ
コピーをつけて参加してもらえようにしました。内容としま
しては、まず自分のタイプをしり、市民、窓口にみえた方への
対応の力を伸ばしていくというものです。人はどの人でも、こ
の人とはすぐにお友だちになれるが、この人とは少し緊張する
なということがありますが、これは人のタイプなのでい
ろいろな方がみえます。そういうことで、苦手な人と書かせて
もらいました。

(塚本委員) 窓口で対応時にもめ事があった人は、もちろん苦手な部類に
入るんだと思います。やり取りの中で食い違いや葛藤もあるこ
とだと思います。ということで一般的に苦手な人ということで
理解いたしました。

- (会長) 身体活動・運動部会でご教示いただきたいことということで、記入がされています。青年期・壮年期が健康づくりにおいては、適度な運動や身体活動が必要であり、それを意識づけをしたり、継続してもらうための取組みはいかがでしょうか
- (伊奈委員) 前半にラジオ体操のことが出ていましたが、個々の年齢や体の状況もあると思います。何か苦痛を伴わない運動量にして継続できればと思ったのですが。例えば、1か月の目標があって、毎日今日はこれ、2日目はこれというように、ほんの少しでいいから積み重ねていくものをカレンダー式のようなものがあつたらどうかと思います。負担に思わない程度にできるものだと継続ができると思いますがいかがでしょうか。
- (事務局) ありがとうございます。カレンダー式でというご意見がありました。これは日にちを書いたもので、運動の内容とどこに効くかが書いてあるものを配布するというご意見でよろしいでしょうか。
- (伊奈委員) はい。そうです。
- (事務局) 参考にさせていただきたいと思います。
- (伊奈委員) 苦痛をとまなうことが一番長続きしないと思うものですから、軽いもので、座ってでもできるとか。若い人だけでなく高齢者もできますよね。日常的にできることが知れるといいですね。
- (会長) ご意見ありがとうございます。方法はいろいろあると思いますので、取り入れていってください。
- (事務局) また、部会の中で検討をしていきます。
- (高木委員) 3ページに書かれています、うつ・自殺対策としてゲートキーパー養成講座を実施し、86名の参加があったとありますが、これについては、その後、何かフォロー講座とかがあるのでしょうか。介護の方でも、認知症サポーター養成講座とかを実施しているのですが、その後のフォローアップとかがほとんどされていない。オレンジリングは持っているのだが、どこでその知識を使うのか、また使う機会がないという現状があります。認知症サポーターは社会の中で大勢いらっしゃいますが活用されていない。その点はどうでしょうか。
- (事務局) 養成講座とつけると、養成を受け、何かの資格者のように印象になってしまいますが、ゲートキーパーの養成講座にもいろいろなレベルがあります。これについては、傾聴が主で、お話をうかがって振り返ってもらう。例えば、生活の中や保健連絡

員活動の中などで、声かけをしてもらう時に活用してもらうものです。従って、これを受けたから、これをやってくださいというものではありません。今、ご意見をいただきましたステップアップ講座というものも、今後やっていけるといいねという話は出ていますが、まだ具体的には話は進んでいません。

(会長) ありがとうございます。いろいろなご意見があると思いますが、その他はどうでしょうか。

(吉田委員) 「きれいな女は朝ごはん」のリーフレットですが、下の方に書いてある生活習慣病とはの説明ですが、知らない人を見ると分からないと思います。毎日のよくない生活習慣（食習慣、運動習慣）では不親切。食習慣であれば、欠食や過食、運動習慣であれば、運動不足などと具体的に書かないと分からないですよ。

(事務局) ありがとうございます。修正をいたします。

(会長) あとはよろしいでしょうか。また、何かありましたら後ほどお聞きしますので、次に移ります。

(会長) 「報告 小牧市健康いきいきポイント制度の考え方」について事務局から説明をお願いします。

(事務局) **小牧市健康いきいきポイント制度の考え方についてです。**

まず、用語の使い方の説明をいたします。

健康マイレージ事業は、愛知県と協働して行うものです。取組んで、ポイントをもらい協力店で優待を得るというものです。

小牧市健康いきいきポイント制度は、ポイントをためて、そのポイントの還元方法（例えば、がん検診受診券と交換、小牧市の特産品と交換）を考えたり、市民が取組み、健康いきいきプランを推進する方法を取り入れたりして小牧市独自のものを考えていくことです。

同じようなポイント事業ですが、実施内容が違い、間違え易いので、ご説明いたしました。

平成27年度の予定としまして、「あいち健康マイレージ事業」を愛知県と協働実施いたします。そして、健康づくりへの取組みを促すため、あいち健康マイレージPRを行うとともに小牧市独自の「健康いきいきポイント制度」の検討をしていきます。

健康いきいきポイント制度は、健康づくりにおける1つの手段であり、健康づくりを実施することによりポイントが得られ、そのポイント数に応じて優待をうけることができるものです。この制度を利用して、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」を推進していくことができると考えています。

健康づくりに活用する小牧市独自の「健康いきいきポイント制度」として、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」重点施策(2)の「働く世代の健診受診率の向上」において健康ポイント制度が利用できると考えています。今後、個人の取組みから、企業等団体の取組みも対象とする考え方等広い視点で取組みを検討していきたいと思っています。

個人の取組みは、個人で取組んでもらうこととなりますが、企業との連携というのは、企業自体が音頭をとって社員の健康づくり、例えば禁煙の取組み等に積極的に取組むことに対してポイントを付与するというようなことです。ポイントと交換できるものとしては、例えば「胸部エックス線検診の個人負担をなくする」などが考えられます。来年度にまた考えていきたいと思っています。そこで、健康ポイントの活用を働きかけると効果的な団体があるかとか、個人の取組みとして実施すると効果的なことがあれば伺いたいと思います。

(会長) 健康ポイントの活用を働きかけると効果的な団体はあるかとか、個人の取組みとして実施すると効果的なことはあるかということでしたが、ご意見はいかがでしょうか。

(森委員) 小牧市独自のということですが、この制度は個人と団体両方もポイントがもらえるのですか。

(事務局) 今回はあくまでも例として出させていただきました。若い人たちは、食生活に対しても、運動に対してもなかなか取組みがされていない状況ということが、今回計画策定のアンケートでわかりました。若い人たちは仕事に出てしまいますので、個人にお話をしてもなかなか取組めない状況があると思いました。それだったら企業に働きかけるのも一つかと思い、会社、中小企業を考えていますが、そこにポイントを与え、そこから個人の取組みに働きかけるという仕組みです。前回11月に初めてポイント制度について報告をさせていただきましたが、その時は個人しか頭になかったのですが、広い視点で考えてもよいかと思ってきたところですので、今回少し考え方として出させていただきました。

(森委員) ねらいはよく分かりました。小牧市ですと、大企業から中小企業までいっぱいあって、健診なんかも保険者が実施することになっていますね。大企業はほとんどやっているのに、協会け

んぼは 50 パーセントをきっているという状況の中で、これはどうポイントを与えていくのでしょうか。団体に与えるのですか。それともやった個人に与えるのですか。大企業は福利厚生がしっかりしているけれど、そのようなところにもやるのですか。

(事務局) 頭にあるのは、中小企業の方です。今年度から協会けんぽとも協定を結び人間ドックを実施してきましたが、もう少し話し合う余地があると感じています。

(森委員) そうですよ。対象がむずかしいですね。

(会長) これは 27 年度からこういうことがやりたいということですか。

(事務局) 他市では、すでに今年度からあいち健康マイレージ事業に取り組んでいるところがあります。それを参考にしながら、平成 27 年度はあいち健康マイレージ事業を実施しながら、あわせて小牧市の健康づくりポイント制度を考えて、実際に行うのは平成 28 年度とかということになります。

(会長) 予算とか調査費とかはついているんですか

(事務局) 今年度ついています。平成 26 年度に調査費をいただいてそれを今、まとめている最中です。来年度については、調査費とかは考えていません。今年集めた資料で、本当に有効な手立てはあるかを検討していきます。

(会長) その他はよろしいでしょうか。

(小川委員) 今年度の取組み推進報告の 3 ページ、高齢者に対して、うつや自己肯定感について啓発内容の検討とありますが、これは今現在各地区で高齢者の会があると思いますし、寿学園もあります。野口や小針の老人福祉センターもあると思います。そこに出かけていく出前講座もあります。どの当たりを考えているのかを教えてください。

(事務局) こちらは、うつ病ということで、あまり明るい話題ではないです。今まで、老人クラブや老人福祉センターに出かけて行ってというのは、転倒予防や脳トレーニングなど明るく楽しいイメージをもって講座を開いています。ですので、うつ病対策という話だけでもって行くのではなく、何か他の、例えば運動のことについての出前講座の時に、5 分くらいプラスして、心の健康を入れていきたいと思っています。まだ検討している最中です。

(小川委員) 高齢者の方は 2 つの老人福祉センターに結構行ってらっしゃるので、そんなところを利用されてはどうかと思ひまして発言

させていただきました。

(会長) ありがとうございます。その他ありませんか。全体を通じてで結構です。

(高木委員) 最後の健康いきいきポイント制度についてですが、平成27年度に検討をしていくということですが、11月のときだったですか。ウォーキングをしたらポイントを付けるということについて、その会議の中では自己申告でよいかどうかという意見があったと思います。個人でやっていくとすればどうやっていくかを検討する。何にポイントを与えるかをしっかりと示していただきたいし、ポイントをどう集計するのかを具体的に出して会議をしていただきたい。ポイントを管理するということになるとコストがかかってくると思います。あえて小牧市が費用をつかって管理をすることが適切なのかということも含めて検討いただきたい。いっそのこと、図書館の委託先業者といっしょにやれば、小牧市が独自でポイントを集計しなくてもよいこととなりますので、上手にそのようなところとコラボしていくのも一つのやり方かと個人的に思います。

(会長) 民間の活力を生かすということですね。

(高木委員) 小牧市だけでしようと思うと、ポイントをためた分を交換するものも限られてくると思います。それに若い人はなかなか乗ってこないで、そのようなところとコラボすると続けてやっていけるのではないかと考えて発言しました。

(会長) ありがとうございます。他にいかがですか

(稲垣委員) 身体活動・運動部会の部分で年代別にあるんだとおもいます。2ページのところで、青年期、壮年期がなかなか体を動かす機会が少ないということで、意識づけや継続についてなんですけれど、パークアリーナを活用することはどうでしょう。若干費用はかかりますので、補助券みたいなもの、予算もあると思いますが、こういうのもあるのではないかと思います。一つのきっかけづくりですよね。仕事が忙しいときに運動がその人の生活の中に入ってくるというのは難しい。時間がなかなかないので、ちょっとした休みのときにできるようなクーポン券のようなものを活用したらどうかと思いました。

それから、筋力低下により、高齢者の方もトレーニングが必要と聞きます。全体的に考えるとウォーキングが大事になってくると思いますが、これから筋力低下についてもアピールして

いってくださるといいと思います。

(会長) ありがとうございます。また、個々のことでお気づきのことがあれば保健センターにお伝えください。

先ほどからご意見がありましたように、具体的に分かりやすい内容にしてあるとよいと思いますので、今後よろしく願いいたします。

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。

(事務局) 長時間にわたりありがとうございました。

【その他】 事務局から連絡をさせていただきます。

委員の皆様におかれましては、任期が3月31日までとなっておりますが、会議は継続させていただきますので、またご推薦いただく文書を発送いたします。その時は、ご推薦よろしく願いいたします。

これで平成26年度第3回健康日本21こまき計画推進会議を終了いたします。

次回の推進会議は平成27年7月ごろを予定しております。
ありがとうございました。