

令和6年度 第2回 小牧市健康づくり推進審議会 議事録

日 時	令和 6 年 11 月 20 日（水） 14 時 00 分～15 時 10 分		
場 所	小牧市役所東庁舎 大会議室		
出席者	【委員】（名簿順） 高野 健市 小牧市医師会会長 竹内 友康 小牧市歯科医師会会長 堀尾 恭正 小牧市薬剤師会副会長 小島 英嗣 小牧市民病院副院長 寺本 圭輔 愛知教育大学保健体育講座教授 夏目 有紀枝 名古屋経済大学人間生活科学部准教授 佐藤 史洋 小牧市立小中学校長会 増井 恒夫 春日井保健所長 土屋 一義 小牧市地区民生委員児童委員連絡協議会 山田 勇 小牧市老人クラブ連合会副会長 佐藤 清美 保健連絡員役員 加藤 陽子 一般公募市民 中島 早織 一般公募市民 青木 翔太 地域包括支援センター 西尾 央 全国健康保険協会愛知支部 林田 賢 市内企業労務担当 【事務局】 江口 幸全 健康生きがい支え合い推進部長 小川 真治 健康生きがい支え合い推進部次長 野口 弘美 保健センター所長 西村 泰洋 保健センター所長補佐 森 里加 保健センター 成人保健係長 梅村 昌行 支え合い協働推進課 支え合いコミュニティ係長 永井 政栄 健康生きがい推進課長 倉知 佐百合 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 前川 桂佑 健康生きがい推進課 健康政策係主事 田中 千月 健康生きがい推進課 健康政策係保健師		
欠席者	1 名 三輪 雅一 小牧市医師会副会長		
傍聴者	0 名		
配付資料	資料 1 歯と口腔の健康づくり専門部会の設置及び令和 6 年度の取組について 資料 2 糖尿病に関する周知啓発等取組について 資料 3 「小牧市自殺対策計画」について 【当日追加資料】（全国健康保険協会愛知支部より提供） ・協会けんぽ愛知支部令和 6 年度健康づくり講座のご案内 ・「協会けんぽあいち コラボヘルス」Web サイト ・「よい睡眠」できてる？		
1 開会 （1）あいさつ			
2 議題 （1）歯と口腔の健康づくり専門部会の設置について（資料 1 をもとに説明）			
竹内副会長） ・ 3 歳児健診および中学 1 年生（1 2 歳）のう蝕のない者の割合をみると、平成 2 9			

年度の段階では愛知県平均よりも良い結果となっていたが、令和４年度は愛知県と比べて悪い結果となっている。

- ・ 小牧市の状況が急激に悪くなっていると懸念されるため、引き続き、当審議会において議論を進めるとともに、学校での給食後の歯みがきも推進していただきたい。

佐藤委員)

- ・ 現場としては、毎日歯みがきの時間を確保することは難しいのが現状である。毎日歯みがきの時間を設けるとなると、給食の時間を短縮する必要があり、食育の問題につながる可能性がある。
- ・ また、教員の勤務時間の問題もあり、時間的な課題が解決できなければ、給食後の歯みがきの推進は難しいと考えられる。
- ・ 一方で、歯みがき週間という形で、期間限定で家庭での歯みがきを保護者と連携して強化することに関しては推進できている。

高野会長)

- ・ すぐにう蝕がない者の割合を愛知県平均に近づけることは難しいと思うが、引き続き専門部会の委員の方々には、良い水準になるような方向性を検討していただきたい。

(２) 糖尿病に関する周知啓発等取組について（資料２，市広報記事により説明）

夏目委員)

- ・ １１月１１日から１４日まで、小牧市役所において本学（名古屋経済大学）の学生が作成した食後高血糖予防に関するリーフレットを置いていただけたことは、学生にとって非常に励みになっている。
- ・ 今後もこのような機会があったら、歯科医師会や医師会の皆様などと一緒に、できる限り協力していきたいと考えている。
- ・ 小牧市の広報では、ヘルスメイトによるおすすめレシピが紹介されている。小牧市には、スマートフォン用アプリ alko など、健康づくりに貢献する媒体があるため、そういったものと連携し、糖尿病の啓発や予防に役立つ食事の提案ができると有意義であると思う。

竹内委員)

- ・ 広報の記事において、糖尿病の合併症に歯周病が含まれていない。糖尿病のガイドラインでも歯周病は合併症の一つになっているため、加えていただけるとありがたい。

事務局)

- ・ 広報では、合併症について理解してもらいやすくするために、「しめじとえのき」を取り上げている。
- ・ 糖尿病に関しては、内容自体が非常に深い話題であるため、多くの情報を伝えたいとは思うものの紙面の制限もある。ただ歯周病に関しては相乗的に状態を悪くするため、Ｐ６に「歯周病と糖尿病は関係が深い」と記載し受診勧奨をしている。
- ・ 今後も、糖尿病に関して周知・啓発を続け、合併症に関しても理解していただけるよう取り組んでいく。

山田委員)

- ・ 生涯学習のまちづくり出前講座において、糖尿病に関する講座を設けていただきたい。老人クラブにおいて、様々な出前講座を依頼しているため、このような講座があれば非常にありがたい。

事務局)

- ・ 既存の出前講座のメニューには、糖尿病に関連する内容の設定がないため、本日もいただいたご意見を踏まえ、検討させていただきたい。

土屋委員)

- ・ 糖尿病連携手帳はどこでもらえるのか。

高野会長)

- ・ 内科でお渡しいただくことが多いが、薬局でもお渡しできる。
- ・ この手帳は、歯科領域及び眼科領域の先生とも同じ 1 冊の手帳で意見交換や現状把握することができるシステムである。しかし、小牧市内の内科において手帳を活用しているのは 50% ほどの医院であると認識している。

事務局)

- ・ 土屋委員が広報を見て糖尿病連携手帳に気づいていただけたように、市民の方が糖尿病連携手帳について知り、通院した際に自ら医師に手帳についてお声がけいただけると、より活用がうまくいくと考える。
- ・ 引き続き、周知啓発や取組を推進していきたい。

林田委員)

- ・ 糖尿病の患者の中には、糖尿病にかかったことでその怖さを知り、自分で勉強をする中で医師と連携しながら自分自身で血糖コントロールの管理を任され、半世紀たった今も合併症は発生していないという人もいれば、健康診断の血糖値のデータをもとに医師の指示から生活指導を受け注意喚起されていても行動を変えず、結果、合併症の発生により足の切断を余儀なくされた人もいる。
- ・ ここに、患者自身の病識が足りている人とそうではない人の差が大きく出てしまっているように思う。
- ・ どのように対策をしていくかの方向性があれば聞かせて欲しい。

高野会長)

- ・ 糖尿病に限らずどれだけ生活習慣に関する指導を行っても、合併症を発症する人がいる現状があるのは事実である。
- ・ 先ほどの話題で上がったように、糖尿病連携手帳は有効な手段と考えるため、これを普及させ、糖尿病の病識をつけてもらうことが大切であると考えます。
- ・ また、山田委員から発言があったように、糖尿病に関する市民講座を開催して、周知・啓発するのも一つの手段であると考えます。

(3) その他「小牧市自殺対策計画」改定について（資料 3 をもとに説明）

佐藤委員)

- ・ 毎年、2 学期のスタートである 9 月 1 日は自殺が多いということで、ここ数年は、知事から注意喚起の文書が出される。それに基づき、保護者との連絡ツールアプリを通じて、お子様の様子がおかしかったり困ったことがあれば連絡をいただくよう呼びかけを行っている。
- ・ しかし、小中学生に自殺という言葉そのまま伝えることは重みがあり、難しい。
- ・ 現在、小中学校の養護教諭と保健センターに協力いただき、平成 19 年度から、小学校 1 年生から中学校 3 年生を対象に、生と性のカリキュラム (※) を行っている。
- ・ それに加え、道徳の授業や、教科の授業、特別活動、さらに、日々子どもたちと接してる中でも、自己肯定感や自己有用感を高めるような指導を学校において心がけている。

※生と性のカリキュラム

小牧市の子どもたちの命と性をめぐる実態から、「生」と「性」を学ぶことで「心豊かにいきいきと生きる力を持つ子の育成」をめざし、平成 19 年度より市内小中学校で「小牧市生と性のカリキュラム」が実践されている。小学校 1 年生から中学校 3 年生まで、毎年、年代・課題に合わせた授業を実施。

「性」は「心＝人間らしくいきいきと共に生きる」、「生＝健やかなからだと尊いのちを大切にする」を表す。

中島委員)

- ・ 保健連絡員として、ゲートキーパー養成講座を受講した際に、悩みを抱えた方に気付き、声をかけて話を聞いて必要な支援につなげて見守ることが非常に重要だと感じた。
- ・ また、身近な方で、いつもと表情や行動が違う点に気づいて、声をかけるタイミングを見極めたり、言葉を選びながら関わったりすることができたら 1 番良いと感じた。
- ・ 自殺の原因・動機のグラフをみると、健康問題が 4 割を占めている。最近、代表をしているサロンの参加者から、健康に関して相談できる場がないかという質問を受け、保健センターに問い合わせをしたところ、相談の場があることを知った。
- ・ いきなり医療機関へ受診するというのもハードルが高いため、相談の場についてもっと周知をし、自分の健康状態に関して気軽に相談できる場を知ってもらうことで、健康問題が原因となって自殺をする人が減ると良い。

高野会長)

- ・ 保健センターで実施されている医師健康相談について、件数が多いという実情を伺っている。こういった相談を活用していただき 1 人でも健康問題で悩まずに生活できる人が増えれば良いと思うので、今後も周知をお願いします。

加藤委員)

- ・ 過去に受講したゲートキーパー養成講座で学んだように、悩んでいることを気軽に相談できる場所がもっと増え、それが市民に伝わると良いと思う。
- ・ 以前、仕事で子どもの相談を受けていた時に、なぜか大人の方から自殺願望があるという電話がかかってきたことがある。その時は、30～40 分ほど話を聞いたことで、落ち着いた。
- ・ 資格がなくても気持ちを落ち着かせることができたが、保健センターや医師などに気軽に話ができる場があることを、より周知されると良いと感じる。

事務局)

- ・ 健康問題に至る背景は一人ひとり様々である。
- ・ 身体の疾病をはじめ、高ストレスによる不眠、心労など心の健康に関する問題も考えられる。
- ・ このような悩みごとに未然に気づいて、耳を傾けて適切な場所につなぐといった、ゲートキーパー養成講座をはじめとする様々な取組を深めていくとともに、保健センターにおいても各種相談事業を行っているため、引き続き広く周知をしていきたい。

西尾委員) (追加資料をもとに説明)

- ・ 10 月から、協会けんぽが発行しているメールマガジンにおいて睡眠に関する連載

コラムを全6回配信予定。連載が終了したら、1冊のリーフレットにまとめて紙媒体で提供しようと考えている。小牧市健康づくり推進プランにおいても、睡眠に関する取組が記載されているため、啓発の中で活用いただけるかと思う。

- ・ 協会けんぽにおいて、企業向けにメンタルヘルス対策に関するお役立ち動画を配信している。内容は、ストレスチェック、職場への復職支援についての解説などである。企業を訪問した際には周知をお願いしたい。
- ・ 協会けんぽの加入事業所限定で、訪問もしくはオンラインで健康づくり講座を開催している。メンタルヘルスと睡眠に関してのラインナップもある。
- ・ 協会けんぽと小牧市が連携して職域保健に取り組んでいく中で、協会けんぽの情報とかツールをぜひ活用していただき、活動に役立てていただければと思う。

青木委員)

- ・ 年代別自殺者数の状況をみると、3分の1以上が60歳代以上である。
- ・ 地域包括支援センターでは概ね65歳以上の方を対象として活動しており、高齢者から冗談半分で「早く死にたい。」と言われるケースもあるが、ここ2、3年では担当する圏域（中部・西部）で自分たちが関わっている高齢者が、実際に自殺をされたという話は聞いてはいない。
- ・ 何らかの介護保険のサービスや民生委員の方にも協力していただく中で、対象の方の変化に誰かが気づいていけると良いと思う。
- ・ また、難病を患っている方が「楽になりたい。」と口にされるケースがあったが、本人も含めサポートをしている家族や、支援するスタッフの心理的な負担も大きくなると感じる。支援において話を受け止めることで、重いものを抱えたような状態になることがあるため、関わる人へのフォローも必要になってくると感じる。

高野会長)

- ・ 自殺願望がある人を支援することも、それを見守っている家族をサポートすることも非常に重要であると感じる。
- ・ 小牧市自殺対策計画改定のため、本審議会において多くの意見をいただけたことに對して感謝する。

事務局)

- ・ 議事録を作成後、皆様に確認いただいたのち公表したい。
- ・ 11月1日に道路交通法が改正され、自転車の運転中にスマホを手に持ちながら通話や画面を見る行為と自転車の酒気帯び運転が罰則対象になった。自転車も車両であるという意識をお持ちいただき、ヘルメット着用と交通ルールを守って、利用していただくようお願いしたい。
- ・ 次回は、令和7年2月19日（水）午後2時から開催予定。

3 閉会