

令和5年度（2023年度）第1回東海市健康づくり推進会議 会議録

○開催日時 令和5年（2023年）7月27日（木）

午後2時から4時まで

○開催場所 しあわせ村健康ふれあい交流館 多目的ホール（1階）

○出席者氏名

委員：塚本純子（会長）

原田留美、下村日実子、高木眞子、朝倉直子、杉山勝俊、宝達真志、下村厚子、
佐藤直子、杉江幹雄、久野文代、加古雅士、加藤剛、堀宏泰、吉田智之、
宇佐見真二、富山直輝、川口満子、関たづ子、大嶋一彰、植松幹景

事務局：健康いきがい対策監兼健康推進課長 橘洋子、同統括主幹 柘植由美、

同主幹 長坂友子、同主任指導保健師 大串文子、同統括主任 濱島匡志、

同統括主任 北川徳康、同指導栄養士 新海美奈子、

同主任保健師 佐治かな絵、同歯科衛生士 尾崎麻衣子

○欠席者氏名 佐野宏樹、花井浩美、小島なをみ

○公開・非公開の別 公開

○傍聴者の数 1人

○議題及び審議の概要

- 1 開会
- 2 市民憲章
- 3 委員自己紹介
- 4 事務局職員紹介
- 5 会長の選出
- 6 議題

(1) 第2次東海市健康増進計画の評価について

ア 令和4年度評価シート

3グループに分かれて事務局から資料に基づき指標の評価、主な事業と課題・
方向性について説明をし、話し合いを行った後、その内容について発表、意見交
換を行った。

Aグループ 【資料4-1-①～③】

施策名「4-1-① 自分の体をメンテナンスできる人を増やす」について

●「年に1回健康診断を受けている人の割合」伸び率は増加傾向だが、前年と比較すると同じ割合なため、そのまま横ばいというのが現状。

健康診断の受診者の男女別で見ると、前年度に比べ男性2.5ポイント増加、女性1.6ポイント減少した。職業別で見ると自営業、学生、主婦が低い割合であり変わりはない。全体の評価としては上昇傾向と評価している。

●「生活習慣改善に取り組んでいる人の割合」は前年度から0.5ポイント減少しているが、近いうちに改善したい及びするつもりと答えている人は40.1%いるため、改善の必要性を感じている人は多い。

●令和4年度から、特定健診の未受診者に向けて、AIを取り入れた受診勧奨を市で行っている。過去5年間の健診傾向を人工知能で分析し、5パターンのはがきで通知している。受診勧奨に繋がることを期待し、さらにフレッシュ健診の周知啓発に努め、若い時期からの健診の習慣づけをしていきたい。

●受診率が上がらない要因の1つとして職場環境の問題も考えられる。健診を受けるために仕事が休みにくい環境もあるのではないかな。

医療機関は土曜日や、遅い時間の受け入れがあり協力は得られている。

●「医療機関との連携」については、糖尿病の方でかかりつけ医があっても、市が医療機関と連携を取りながら効果的な保健指導をしていけるように、糖尿病悪化予防事業を実施している。しかしこの事業は参加者が年々減少しているので、周知の工夫が必要と考える。

●医療機関での指導に加えて、栄養、運動面について市の専門職の指導を受けられるのは良い取り組みである。医療機関からも糖尿病悪化予防事業に繋げてもらうと、患者さんの予防・改善の期待が高まるのではないかな。また、運動は個人で行うより、団体で行う方が継続し効果が期待できるため、団体の運動も勧奨していけると良い。

●「受動喫煙防止の推進」については、広報、メディアスFM放送で市民へ喫煙や受動喫煙の健康被害について啓発している。今年はお口と体の健康イベントでもがん予防について啓発した。

●「青年期の喫煙対策の充実」については、以前は中学生に健康教育を行っていたが、近年は実施の機会がない。薬剤師の講話や学校の授業では行っている様子。最近の中学生の喫煙情報は聞かなくなっていて、荒れている学校も少ない。荒れているより、引きこもりの問題が出ている。タバコ1箱の値段も上がっているため、経済的に難しい要素もある。電子タバコなら煙が少なくで大丈夫と思っている人もいる。

施策名「4-1-② 壮年期をがんから守る」について

●「がん検診受診率」は昨年度と比較して胃がんが0.7ポイント、乳がん、子宮がんともに1.2ポイント増となり、新型コロナウイルス感染症発生前の受診率まで戻りつつある。「がん精密検査受診率」は胃がん精密検査受診率以外は増加している。乳がん、子宮がんの精密検査の受診率は大きく増加している。なお、胃がんリスク検診受診率の1.9%を含めた胃がん検診全体の受診率は9.1%で、昨年より0.9ポイント増加している。

●「がん精密検査受診率」は、胃がんの精密検査の受診率以外は増加している状況となっている。平成29年度、2017年以降に電話での精密検査受診勧奨を実施している。昨年度は胃がん検診を除いて、乳がん・子宮がん検診の精密検査の受診率は前年度に比べて大きく増加している。

●「がんについての情報提供」では、方向性として若い人や働く世代のがん予防への関心を高めるため、母子保健等の事業や企業、各種団体と連携して、がんに対する正しい知識や研修の必要性などの情報を提供している。昨年主な事業として、しあわせ村施設内で乳がん予防の啓発の展示、協会けんぽさんと連携して特定健診未受診者への通知にがん検診受診案内を同封した。また、第一生命さんと連携して市のがん検診の周知およびアンケートの調査を実施した。

●今年度の方向性として、働く世代の受診率の更なる向上に向けて、市内各所のがん検診受診勧奨ポスターの掲示、新たに若年層の受診率向上を目的に、市の公式LINEでがん検診受診勧奨を実施している。また、お口と体の健康イベントで、大腸がんメインのクイズラリーを行い、がん検診を啓発した。

●がん検診はがんの種類によって受診年齢が違い、子宮がんは20歳から、乳

がんは30歳から、胃がんは40歳から受けられる。5歳刻みの年齢の方に無料クーポンを送付し受診勧奨をしている。しかし、若い世代の受診率が上がらないので、LINEなどを活用して受診率向上に努めている。

●「受診しやすいがん検診の整備」では、個別医療機関での検診受診啓発を継続して行っており、集団検診では、胃がんと子宮がん検診の同時受診を可能としている。併せてインターネット申込みを導入した。

●市の胃がん検診ではバリウム検診を実施してきたが、内視鏡検診の実施に向けて調整準備を行っている。内視鏡検診が入ってくると、指標が分かりにくいので、バリウム検診、リスク検診、内視鏡検診の3つに指標を分けると分かりやすいのではないか。

●がん検診の受診率のパーセンテージの見方が難しい。社保では他で受けていると思う。市の検診だけでなく、他で検診を受けている人も対象になるような施策を考えていきたい。定年になった人を対象にすると分かりやすいか。

●「がん検診フォローアップの充実」では、精密検査の受診再勧奨通知を2回に分けて送っている。精密検査結果報告のない方には電話でも勧奨している。

●4-1-①の指標3の特定だけが受診率が増えている理由としては、市民のアンケートの抽出なので社保も含まれているためである。

施策名「4-1-③ おいしく食べ、おもいきり笑えるお口をつくる」について

●「中学生の歯肉炎の罹患率」は、コロナが落ち着いたことにより、中学生の歯肉炎の罹患率も下がったことから、生活習慣の乱れが口の中にも現れるとして、規則正しい生活を送ることの大切さを健康教育の内容に積極的に取り組んでいきたい。

●「8020達成者割合」は本市では増加傾向だが、国の達成度の50%にはまだ到底及ばないため、歯科健診を実施してもらうための周知方法に工夫していく必要がある。

●「むし歯予防対策」は、フッ化物洗口は未実施の幼稚園が3園、小学校は1校とフッ化物洗口を再開している施設が多くある。引き続き未実施校の課題共有や、実施に向けての支援を継続して行う。

●「歯周病対策」は、歯周病検診は若い世代の受診率が低く、周知も難しい状況。前年度は初めて県が作成した若い世代向けの歯科健診受診啓発ちらしを成人式で配布した。大人になって急に歯周病と言われて取り組んでも遅い場合があることから小学生、中学生から歯周病についての健康教育を行う必要がある。

●「健口体操の普及・啓発」は、介護予防教室、訪問型介護予防事業、お口のパトロールで口の体操を実施。

訪問型介護予防教室では16人、延べ84回訪問し、歯科の依頼が増えていることから口の困りごとがある方が多いことが伺える。継続して口の体操を行っている方は、口の困りごとが改善されている。お口のパトロールは今年は加木屋地区を訪問している。

●「歯科保健に係る多職種連携」は、在宅要介護者の歯科健診は6件あり、口腔チェック10点リストは1件の訪問だった。在宅歯科訪問を実施している歯科医院が多くはないので、受け皿の問題がある。訪問は診療の休み時間に行くため、なかなか訪問を積極的にやる歯科医師も少ないと思う。口が良くなれば体も良くなると言われているため、歯科医師も力を入れていきたい。

Bグループ 【資料4-2-①～4-2-③】

施策名「4-2-① 体を動かすことの楽しさを知る機会を増やす」について

●「健康づくりでウォーキングなどの運動に取り組んでいる人の割合」は、年齢別では20代の数値が改善しているとのことだが、公園を歩いたり、公園に付帯しているテニスコートなどの利用は年配の方が多く、若い子が利用しているイメージはない。

●企業では若者がトレーニングジムで張り切って運動している話はよく聞く。また、5人1組のチームを作って、1週間トータルの歩数を競うイベントなども行っている。

●YouTubeなどの影響で、筋トレとサウナというのがブームになっている。流行に敏感な年齢層には健康づくりへのアプローチとなっているのではないか。

●市の健康づくりへ賛同するという意味で、団体などが市の運動施設を減免利

用できれば効果的だと思う。高齢者とうかい健康チャレンジの対象となる教室などを増やしてはどうか。

施策名「4-2-② 運動に取り組みやすい場を充実する」について

- 「市内の施設や環境が運動作りに取り組みやすいと感じている人の割合」は、平成24年の基準値から比べ男性女性ともに基準値を上回っている。
- 「運動ステーションの数と利用者数」は、新型コロナウイルスの感染症の影響で利用者が減少し、その回復途上にあり令和2年、3年に比べると大幅に回復している。
- 主な取り組みが高齢者に特化した取り組みばかりである。子どもや若者にアプローチするために、自転車で乗り入れができる公園や、スケボーなどができる場所を1か所でも作ってもらいたい。ボルダリングなど流行のものを取り入れることも効果的だと思う。また広報誌だけではなく SNS を積極的に利用した情報発信もすべきではないか。取り組みや周知のターゲットは誰なのかを再度確認し、世代を絞って PR することも必要ではないか。

施策名「4-2-③ グループ（企業・団体）活動を推進する」について、

- みんなでウォーキングは7団体と連携して実施した。7企業と連携して従業員の健康づくりに取り組めた。引き続き、働き盛り世代に対する健康づくりのきっかけづくりや継続した取り組みを支援する。
- 地域や会社のウォーキングイベント等への参加者割合が令和2年度に減少し、まだ回復していない。高齢者の地域活動では担い手の高齢化問題もあるため、地縁に頼らなくても活動できる事業も実施する。

Cグループ 【資料4-3-①～4-5-①】

施策名「4-3-① 適量やバランスを意識する機会を増やす」について

- 「健康づくりで食事の量やバランスなど食生活の改善に取り組んでいる人の割合」は、若い世代で改善傾向がみられた。一方、65歳以上で少し悪化したこともあり、コロナ禍で活動や外出自粛の影響もあったかと思われる。また、食品の物価高騰も少なからずあったのではないか。同じものを買っても内容量が減っていたり、野菜を買うにも高く、食品にかかる費用を削った人も少なく

ないのではないか。コロナ禍では、買い物のしやすさなど地域差もあったと考えられる。

●「食生活ステーションの数および提供メニュー数」は、令和2年から少し減少がみられたが、いきいき元気メニューの開発普及を進め、飲食店と連携し、認知度を高めていきたい。

●「食の正しい知識と情報の啓発」として、令和5年1月からとまと記念館やトマト給食、調理実習のメニューなどをクックパッドで情報発信した。掲載を開始して22万アクセスを超えた。多くの人に閲覧されることで、食の発信ができた。

●夫婦一緒に人間ドックでひっかかってしまったというエピソードがあり、二人同時だと意識を持ちやすい。二人で意識できると家庭の食事も変化し減量につながった。夫婦、家族が同時に取り組むことや参加できることはよい。一緒に参加を促すようなPRが必要である。

●「トマトを使った健康づくりの推進」では、トマトの苗を配布して収穫祭として料理教室を開催している。コロナで自粛していた料理教室も、回数を増やしていく。トマト de 健康フェスティバルでは、昨年度マックスバリューで、食生活改善推進員の協力を得てトマト弁当のメニュー開発をした。今年度は愛知県下のマックスバリュー47店舗で販売協力もいただき事業の拡大ができている。トマト給食コンテストの入賞作品をとまと記念館で提供した。ちゃんぽん麺の中にトマトが入ったメニューで大好評だった。今年もまた冬の時期の提供を考えている。小学校の出前講座と給食レシピコンテストも継続して実施していく。

●「食生活改善推進員の人材育成・活動支援」では、とまと記念館を中心に活動しているが、コロナ前の活動にシフトしていきながら、支援していく。

施策名「4-4-① 交流の場・活動の場を充実する」について

●「地域活動や市民活動を身近に感じている人の割合」は、全体的には減少しているが、年齢別で見ると子育て世代で増加している傾向がみられた。令和2年から減少がみられるので、コロナ禍で活動の自粛やイベントの中止などの影響も考えられる。

- 「困った時に悩みを相談できる人が身近にいる人の割合」は、男性の方が高く推移しているが、基準値から横ばい。令和3、4年と男女とも2年連続で低下している。コロナ禍では、人と交流する怖さを各個人が感じ、繋がりがたくても繋がりを持てない状況が続き、精神的な影響は今になっても出ているのではないか。
- 「情報の一元化と情報発信」の情報発信としては、昨年度、介護予防啓発研修会を3年ぶりに行うことができ、芸術劇場で74名の方の参加があった。講演では、フレイル予防のためには、運動も大切だが社会交流が大事だというお話があった。
- 「担い手の育成・交流促進」では、社会福祉協議会と健康推進課の共催で、ボランティア養成講座「人生これから大学」を実施した。その中でおもりを使った百歳体操サポーターが養成されたが、仕事をしている人も多く、実際地域で活動できる人材が少ない状況。
- 以前は定年が60歳でその後に地域に入っていくことができたが、現在は65歳以上でも仕事をしている人が多い。地域のデビューが70歳超えてになる。そのため、町内会等の役員の担い手がなかったり、高齢化している。コロナ禍で数年行事を中止したりすると、役員も変わりどのようにやればよいかわからず困っている状況。町内会の加入自体も減少している。
- 百歳体操サポーターを担っているが、町内会などの繋がりがあると、場所の確保や人集めがしやすい。そのような環境やタイミングがそろわないと、養成講座を受けてもサポーターとしての活動は難しいだろう。
- 高齢者のゴムバンド体操や、おもりの百歳体操は、継続が難しいグループもある。立ち上げ時期から経過しており、参加者の高齢化で人数の減少があったり、世話人の高齢化問題もある。活動の継続的サポートは必要。今年度の新規事業では、通いの場の活性化と低栄養予防として健康支援配食サービス事業「いきいきランチ会」を実施している。また、世話役さんを地域の繋がりがある人に頼ってきたが、地縁に頼らなくても身近に参加しやすい運動の場の提供で、運動教室を実施していく。

施策名「4-5-① 規則正しい生活習慣を身につける」について、

●「午後9時前に就寝する幼児の割合」は、1歳6か月の子どもの割合は増えている。3歳は少し悪化し全体としては横ばい。年齢が上がると就寝時間は、遅くなっていくが、生活リズムの大切さを健診等の機会に啓発していく。

●「朝食を食べている幼児の割合」は95%前後。朝食を毎日食べない幼児は就寝時間が遅い傾向があるため、生活全体の改善を進めていきたい。子育ての中で生活リズムを整えるといっても具体的にどうしたらいいかわからないという相談が多い。

●「情報提供と相談体制の充実」は、相談窓口を開設しているが、相談場面では個々の家庭のライフスタイルも違い、父親が夜勤で生活が母子とずれてしまったり、母親も働いていて子育てや家事が手一杯な状況など、各家庭の抱えている問題が違うので、個別に合わせ、状況を聞いてそれに応えるという形で相談を実施している。

●「実践学習の場の整備」では、感染防止のためオンラインで実施していた教室も参加者同士がふれあい、学び合える場に戻していきたい。現在、母親、父親同士が触れ合う機会が少ない状況。他の家がどのように子育てをしているのか知りたいとき、インターネットやSNSでの情報を頼りにしている。でもSNS等の情報は、良いも悪いも全部混在して入ってくるのでそこで悩みが増えている。ベビーサロンでは、顔を合わせ他愛もない話をしながら、心配事は専門家に聞ける。ふれあいと情報収集できる場づくりに今後も取り組んでいく。

●インターネット等で多くの情報が入ってくる中、取捨選択は若い人ほど難しい。若い親は、子どものために必死になるので、すぐに飛びつく傾向にある。専門家等がコントロールすることも必要ではないか。

●「データの共有と連携体制の整備」では、アプリを用いて子どもの頃のデータを大人になってから本人が知れるというのは望ましい。幼少期の感染症や予防接種などの情報を大人になってから必要な時がある。

7 その他

(1) トマト de 健康フェスティバル事業について

事務局より説明

(2) 第3次健康増進計画策定スケジュールについて

事務局より説明

(3) 今後の会議の予定

第2回：10月30日（月）

第3回：令和6年2月15日（木）

8 閉会