

令和5年度（2023年度）第2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）10月30日（月）

午後2時から4時まで

○開催場所 しあわせ村保健福祉センター 講義室（2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、佐野宏樹、宝達真志、
下村厚子、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、花井浩美、関たづ子、大嶋一彰、植松幹景

事務局：健康推進課主幹 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、

同指導保健師 伊豫田しのぶ、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 川口満子、小島なをみ

○公開・非公開の別 公開

○傍聴者の数 0人

○議題及び審議の概要

1 開会

2 市民憲章

3 議題

(1) 令和5年度（2023年度）主な事業の実施状況について

ア 令和5年度（2023年度）主な事業の概要

3グループに分かれて事務局から資料に基づき、令和4年度の施策評価、今年度の取り組み、上半期の活動結果、課題と今後の取り組みについて説明をし、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

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、

● 未受診者のAIを活用した受診勧奨の効果が出ているように感じる。

- 対象が40歳～74歳で、この中のどのような人が受診しているか把握すると良い。受診年齢は分析できるため、分析結果を来年以降に反映したい。
- 協会健保も40歳～74歳を受診勧奨していて、東海市と同等の数値が出ている。協会健保は被扶養者のため、ほぼ95%が女性を占めている。東海市の男女比を知りたい→調べて後日回答するもの。
 - がん検診と特定健診を同時に勧奨するとよいのではないか。広報での年度当初の周知は市内の医療機関を載せて、がん検診、特定健診が一覧になっており医療機関を選択できるようになっている。受診勧奨時は一覧は載せていない。
 - 医療機関に通院しているが、健診を受けてない方の抽出方法は、レセプトにて確認している。また、主治医が直接患者に声を掛けていただくと、受診勧奨に繋がる。医師からのプッシュが受診勧奨に大きく繋がる。
 - 薬剤師会はポスターの掲示などで協力したい。
 - 特定健診の受診率の推移では、対象者が減少している。また受診率の目標は60%であるため、受診率向上のための工夫が必要である。対象者は国保となるため、自営業者が多い。自営業者が集まるお祭りなどで、アンケートをして、トマトジュースを出すなどの効果的なPR方法をとるとよいのでは。
 - 若い世代の受診率向上のために、SNSを導入している取組みは良いがメールを登録しないといけない。メールを登録するための取組みを強化しないと使用する人が増えない。東海市のラインをもっと多くの方に活用してもらおうと良い。若い世代は受診する方法を知らないことが多い。受診する方法をもっと発信していくと良い。また「無料」と協調して周知すべき。
 - 健診バスがあると自営業の方も健診を受けやすいのでは。当市は健診バスは今のところ実施する予定はないが、市内の医療機関は土日も実施しているところもあり、協力は得られている。
 - 「空腹で来て下さい」も健診を遠ざける要因の一つになっているのでは。
- 施策名「4-1-② 壮年期をがんから守る」について、**
- 子宮頸がん検診は個別の医療機関での実施数が多く、集団検診は、当市は1

日50人位、年間200人～300人の受診している。

- 当市だけでなく、国も若い世代のがん検診の受診率が低いことは問題視している。今年度から、ラインにてがん検診の周知をしている。
- 子育てアプリを令和5年8月から導入している。この子育てアプリを利用して、がん検診の周知をしていきたい。晩婚、高齢出産が増えているため、このアプリを使用する者が40代以降もいて、がん検診対象となることが予測される。色々なツールを利用し市民に周知したい。
- 健保での健診を受けた人に対して、市のがん検診を勧奨し、その逆のことも行い、がん検診と同時にできると市、健保がお互い良い関係になるといいのではないか。社保が増加している背景には、社会保険の基準が拡充しているからである。
- 令和6年度からは、バリウムと胃内視鏡検診が選択できるようになる。令和6年3月頃から、医療機関向けの説明会を実施する予定である。
- 費用は胃内視鏡もバリウムも同じとする。胃内視鏡の方が経費はかかっている。胃内視鏡は鼻・口のどちらか病院で選択できる。
- 今はバリウムを飲むと、その後のお腹の調子が悪くなることもあるため、始めから胃カメラをするケースが多くなっていると聞く。

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、

- 生徒数が多い学校は、曜日分けてフッ化物洗口を実施している。コロナ禍は手洗い場の飛沫の問題などがあり、中止せざるを得なかった。学校の手洗い場の問題は毎回出るが、手洗い場を増設することは難しい。
- コロナ禍で学校が休校になり家にいる時間が増え、不規則な生活により、お菓子をダラダラ食べている児童が多くなった。よって、コロナ明けの学校歯科健診では、歯肉炎の児童が増加した。むし歯は減少しているが、歯肉炎は増えているため、むし歯ではなく、歯肉炎に重点を置いた取組みをしないといけない。
- 全体のむし歯は減少しているが、1人のむし歯の保有数が増えている。これは生活環境が要因していると考えられる。放課後の学童の子に歯みがき指導

をするとよいのではないか。

- 歯をあまり磨かなくてもむし歯にならない人は、菌の数、唾液の性質、歯質など、色々な要因がある。むし歯、歯肉炎を予防するのは、歯みがきの回数ではなく、歯みがきの仕方が大事となる。
- 歯科にかかる子どもは無料なので来院するが、その保護者は歯科を受けないことがある。20歳以降の歯周病検診も、子どもの時から受診してくれている子は歯周病検診を受けてくれるが、若い世代の新規の患者は少ない状況である。

Bグループ

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、

- 今年度、全11回のウォーキングイベントを計画しているが、上半期の活動結果は、4回予定していたうち、1回分雨天で中止となり、残り3回実施した。年度を超えても、通算5回参加するとオリジナルのピンバッジをプレゼントしている。お子さんの参加には、とまていぬグッズをプレゼントしている。下半期も7回予定しており、既に10月に3回完了している。昨年度よりも、子どもを含めた家族連れの参加が増えているということを事務局としては実感している。子どものいる家族層にとっても運動ができるような機会となるように、また運動習慣を身につけるきっかけとなるような周知の方を進めていければと思っている。
- 10月20日のウォーキングは男性が多かったような気がする。イベントや教室は普段女性の参加が多い。
- 実際、令和4年度の施策評価シートの方でも「ウォーキングなどの運動に取り組んでる人」では男性の方が多く、その理由を考えたときに、働く世代に対して企業さんが、ウォーキングなど運動に取り組むような働きかけがあり、退職された後もその習慣が続いているというイメージがあるが、実際どうか。
- 会社では、健康診断後に社員全員に個別面談をして、個々に具体的な個人目標を立てる。それを健康経営宣言カードに記入する。その中に運動の目標

も挙げる。3か月に1回、その後の報告をもらう会社もある。

- 子どもの参加が増えたのは、グッズの人気やキャラクターの知名度が上がったことが理由ではないか。それが魅力と感じていただければ、非常にありがたいと思う。
- 以前、子育て世代の参加が少ないという課題があり、周知の工夫のひとつとして、コパンスポーツクラブさんが春と秋に2回ウォーキングを実施しているが、スイミング等に通っているお子さん家族に目に留まるところに、とまていぬグッズと一緒にウォーキングのPR展示をしてもらった。子どもをきっかけにその親に参加してもらうことをねらい依頼したのが影響しているかもしれない。
- 健康づくりリーダーでは、昨年度、平地公園で体操とウォーキングを実施したら人数も集まり盛り上がった。継続してやっていきたいが、出動できるスタッフが少ないことで困っている。ウォーキングイベントを実施するにあたって、一団体だけで実施するのではなく、他の団体とタイアップして実施できるとよいと考えている。
- しあわせ村トレーニング室の利用者で、年度初めに「東海市みんなでウォーキング」の予定表兼スタンプ台紙を心待ちにしている人がいる。早い時期の周知と年度開始後早くにスタートができるとよい。また、暑い時期の開催は危険である。
- ウォーキングの会議を例年2月に実施していたが、昨年度は1月に実施し、4月開催できるようにした。

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、

- 運動ステーションに認定されていない施設が市内に多くあるため、基準の見直しも含めて、認定に向けた検討を行っていく。また令和6年4月、東海市と知多市の両市民の健康づくり、健康寿命の延伸、福祉の増進を目的とする新しい健康増進施設が「アクアマリンプラザ」という名前に決まり、この施設の周知を行っていく。
- 運動ステーション認定されていない施設が多くあるというのは具体的にどういうことか。

- 運動施設に認定されている施設は市内に6カ所で、しあわせ村トレーニング室、市民体育館のトレーニング室、アスカムトレーニング室、市民プール。大須賀整形外科に付属している運動施設、まつしまクリニックの上にある運動施設。血圧計を設置しているか、など基準がある。
- 認定されるメリットは何か。東海市の健康応援ステーションというパンフレットに無料で掲載される。飲食店なども掲載されている。コロナ期間中に24時間やっていたり、パーソナルジムなど数多くの施設ができ、個人が都合の良い時間に運動できる施設が市内に増えてきているため、運動ステーションの基準も見直し、市民に紹介できる運動施設を増やしていきたいと考えている。
- 体力測定は運動ステーションでやってもらえるのか。おおすが整形で可動域等の測定はやっている。受診が必要。公民館市民館でやっている体操教室の参加者に体力測定をやってもらえると、意欲につながると思う。あいち健康プラザでも、費用はかかるが体力測定ができる。また出張型でも実施できる。
- 今年は児童館に冷房が入ったことで、体操教室を快適に実施できた。小中学校の体育館でも空調設備が整えば運動施設として使用できるとよい。

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、

- とうかい健康チャレンジ事業では、内容としては愛知県が開発した、「あいち健康マイレージ事業」に参加し、運動や食生活をはじめとした健康的な取り組みを行うとポイントが増えるアプリを活用した取り組みを実施している。
- 200ポイントを目指して一生懸命やっている高齢の方だとスマートフォンを使い慣れない人が、操作を覚えるために使っている。質問しながらもこのアプリを使い始めて、ポイントを貯めることが楽しくなったという人もいる。このように高齢者が取り組んでるといふ事例も見受けられ、アプリの導入で一定の効果が見られている感触はある。
- どのくらいの人が登録しているのか。当初、200人とか300人とかだったのが、ここ2～3年でやっと1000人超えてきた。他市と比べ東海市の登録率はよいのか。個人登録以外にもグループ登録があるが、企業などへP

Rしているのか。

- 他の自治体との比較は、出ていない。商工会議所と協力して、「健康づくりをやっていきませんか」というチラシを入れさせてもらっており、その中にこのアプリの利用を記載させてもらっている。
- 市内でも、事業者によっては、既に他のアプリを利用してやっているところもあるためか、グループ登録はそこまで利用者が伸びていない。
- 今のアプリは高齢者向けではないか。健康増進に興味のない若者がついつい開きたくなるアプリ（ポイントで健康グッズなど若者が欲しいものがもらえたり、市内の飲食店で割引されるなど）や市独自のアプリ（例えばゴミ出しアプリなど）と連動させてはどうか。市でいくつもアプリがあると使いづらく浸透しない。
- このアプリは、元々壮年期層を中心とした企業等で働く従業員の健康づくりを支援するために県が導入したものであることから、壮年期層の運動や健康づくりのきっかけとなるよう利用の拡大を図っていく。

Cグループ

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、

- 壮年期への取組が必要との事だが、横須賀コミュニティとして横須賀小学校でのトマト苗の取組を見学。学年は忘れたが、一人ずつ育てて、育ったら食べるという流れの中で、自分の育てたものを食べることを喜んでいた。
- トマトは好き嫌いがあると思うが、自分で育てたものは大事にする。食育と野菜摂取に関して意識づけになるのではないか。
- 野菜を育てることを通して「食育」を行うなら、小学校くらいまででターゲットにするのが良い。
- コミュニティへの苗の配布は数が減っている。以前の様に育てて収穫し、調理するという活動ができていないのでは。コミュニティではなく、小学校への配布量を増やしてはどうか。
- トマト苗は育てるの大変。農務課と連携して、育てる人が上手く収穫できると良い。
- トマト料理がおいしいというPRも必要である。

施策名「4-4-① 交流の場・活動の場を充実する」について、

- 栄養指導のランチ会に2回参加した。運動よりも出席率が良かった。講話で聞いた話をお弁当として体験できるので良かった。
- 体操には行きにくくても、食事をするランチ会なら行きやすいのでは？
- 百歳体操は、連絡の付く人ばかりだと思う。町内会にチラシ等配布の依頼が来るが、加入している人のみ。地域の掲示板を使用するなら、加入していない人へPRできる。
- 市民の方が活動したくても場所が無いことが多い。最近では、事業所が使っていない時に場所を開放してくれることが増えてきた。
- 星城大学の作業療法の学生は、月に1回2か所でサロン活動をしている。現在は、平島と加家サロン。場所も広げていきたい。
- サロンに毎年来られていた方が、来なくなった方もいる。高齢になるにつれ、通いづらくなる。場所も考えていかなければと思う。
- 歩くことが困難という理由で来られない人が増えた。場所が増えると良いがスタッフが必要。歩いていける距離での開催が好ましい。
- 活動全体が世話人の体調次第になっている。世話人が体調を崩したことで、全ての活動がなしになった経験がある。
- 自分から立ち上げるのは大変。しかし、新規の人が世話人として地域活動へ入っていくことも難しい。

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、

- 3歳から就寝時間が遅くなる傾向。規則正しい生活について関心のある親は多い。
- 健診後のフォローについて、発達に特性のある子どもは7~10%で増えてはいるが、経験不足の子どもが増えている。例えば、抱っこ紐で歩く機会が減り、体幹も鍛えられない。また、汚すことができずに手づかみ食べがさせられないなどの事例がある。
- 子どもに怒らない親が増えている。虐待のニュースがありすぎて、過度に叱ったらダメという圧迫感を感じている母親もいる。叱り方も分からない。
- 共働きで時間がない。親が代わってやってしまう。時間がかかっても待つ

てあげることが大事である。

- 高横須賀公民館には、「子どもの教室やっていますか？」との問い合わせが多い。公民館の活動は町内会に入っていないと届かない。若い人は町内会に入っていない人が多い。
- 公園等の近所の住民が「子どもの声がうるさい」という人が増えた。子どもの遊べる場が減った。
- 大学の学生を見ている、相手の気持ちを汲み取れていない学生が増えていると感じることがある。

3 その他

(1) 第3次健康増進計画策定状況について

事務局より説明

(2) 今後の会議の予定

第3回：令和6年2月15日（木）

4 閉会