

令和6年度（2024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6年（2024年）7月25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、高橋智子、高木眞子、朝倉直子、杉山勝俊、宝達真志、下村厚子、
佐藤直子、柿田嘉久、久野文代、岩澤雄介、小林洋介、宇佐見真二、久野彰子、
市川智子、大嶋一彰、橘洋子

事務局：健康推進課長 内山貴裕、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 蟹江孝俊、同指導栄養士 新海美奈子、

同主任保健師 佐治かな絵・越千明、同歯科衛生士 尾崎麻衣子

○欠席者氏名 樫丈一郎、早川俊太郎、加藤剛、富山直輝、花井浩美、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 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5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

●未受診者の受診勧奨をして、受診したかを市は把握しているか。

把握しており、受診率は横ばいの状況だが、後期高齢者の受診率は良い。高齢者に移る前の層をターゲットに絞り、受診率を向上させていきたい。

●青年期の喫煙対策ではなく、学校の先生や職員の喫煙対策も充実させる必要がある。先生などの健康教育を行い、周りの環境を整える。

●未成年の喫煙は減少しているように感じる。しかし、水たばこ、電子たばこの普及で、若者に手が届きやすい環境になっている。水たばこはバーやイベントなどで扱われている場合もあるため、ファッション感覚で手を伸ばしやすくなっている。

●たばこを扱わないコンビニや、路上で喫煙すると罰金制度があるエリアがあり、たばこを吸いにくい環境にはなっている。東海市内は、たばこを吸えないエリアはない。そもそも、発がん性物質を販売していることがおかしな話である。

施策名「4－1－② 壮年期をがんから守る」について、

●乳がん、子宮がん検診の医療機関の従事者が女性だと受診しやすく、受診率の向上につながるのではないかと。デリケートな検診のため、受けやすい環境整備は必要。子宮がん検診受診率が低下しているので、女性スタッフが対応します、と強く周知すると良いのではないかと。

●今年度から開始した胃内視鏡検診の受診者は少ない印象。市の検診としてまだ定着していないのと、気温が高く、検診のための外出が控えられているためではないかと推測する。

●大腸がんを指標にいれるとよいのではないかと。大腸がんは1回検診を受けて完結するのではなく、毎年受けて積み上げていくことが大切な検診。ただ、大腸がんの精密検査は大変なため、受診率は低いのが現状。前立腺がんは血液検査のため、簡単に実施できるのが魅力。

●胃がんは胃部X線直接撮影と内視鏡検査、胃がんリスク検診と実施しているものが多いため、指標に載せるのは難しいのではないかと。整理する必要がある。

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、

- フッ化物洗口を実施してから、むし歯の罹患率は減少し効果は出ている。
- フレッシュ歯周病検診の若い層の受診率が低いため、はがきで勧奨を行うと良いのでは。はがきはお金がかかるので、回覧板を回すのはどうか。市の対策としては、広報で再度検診の勧奨をしている。

歯周病検診利用者は、新規ではなくほとんどリピーターが多い。

- コロナからダラダラ食べるという生活習慣が身についている子は、一度身についた習慣はなかなか取れない。コロナ前の低い歯肉炎罹患率に戻せるように、歯みがき指導に力を入れていかないといけない。
- 高齢者は、口の体操は自分で行うことができるが、口腔機能が低下しているかは分からないため、歯科医師が口腔機能低下症を診断できるようにし、協力していきたい。

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改善傾向にあるが、1回30分以上の運動を週2回以上1年以上実施している人の割合は急激に減少しており、様々分析したが原因は不明となっている。
- 地域でのウォーキングの運営をする際に、スタッフ不足やスタッフの高年齢化により長距離の設定が難しく、雨など天候に左右される場合もあるため、実施に難しさがあつた。
- 運動をする人とならない人の差が極端になっている。事業所等でもウォーキング大会やイベントで運動の機会を提供しているが、個人間での結果に大きな差が出ていた。
- 事業所では定年が延長したことから、健診と同時に体力測定を行うことで、年齢を重ねて体力が落ちていないかを確認できるようにしている。また、本人にとっても自身の体力が数値化されることで、今後の健康管理に役立てやすくなっている。

●事業所では健康経営とそれを意識した活動が活発になっており、従業員の健康づくりを歩数計やアプリなどを活用して、ポイント化したり景品を渡したりすることで支援している。工場勤務の方はスマホや歩数計などの携帯が難しい場合もあり、今後の課題となっている。

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健康づくりに取り組みやすいと感じている人の割合は改善している。

●地球温暖化の影響から、熱中症の事を考えると室外での運動が難しくなっている。それにより屋外での運動を避ける方もいることを考えると、室内での運動環境を整備する必要があるのでは。

●運動ステーションの数は温水プールが閉鎖したことで1つ減っているが、利用者はコロナ禍前の数に戻ってきている。トレーニング室でも同様であり、市内だけでなく市外からの利用者も増えている。一方で、運動応援ステーションの認知度はあまり向上していないため、課題である。

●健康づくりリーダーの開催している活動も様々な場で紹介をし、体力測定なども交えながら、地域で行う活動を充実していけると良い。

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、

●市と連携して健康づくりに取り組む市民団体や企業数としては、みんなでウォーキングでは7団体と協力し、6企業と連携して出前講座を開催した。

●地域や会社などのウォーキングイベントや健康教室に参加した事のある人は、コロナ禍の令和2年と比較すると増加傾向だが、基準値までの回復はされていない。

●地域での体操教室などは、場所によって新規の参加がしにくい場合がある。また、参加者や指導者も高齢化しているため、次の担い手がおらず、継続が難しい。

●事業所でも、コロナ禍以降集団での活動が少なくなっており、特に若い世代は集まって運動をするよりも個別に運動の機会を作ることが多く、機会を作ってもなかなか集まらない。

●運動に関する指標を、価値観の変化に合わせて、集団で行うものだけでなく、

個人で行う運動について加えていく必要があるのではないか。

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、

●食生活の改善に取り組んでいる人は全体の3割。労働者層で改善しており、企業での取り組みの効果が出ていると考えられる。

●食生活ステーションは、いきいき元気メニューというバランスの良いメニューを提供している飲食店の増加を目指したもの。行って食べて実感してもらえるもので、参加者も経営側もメリットのあるもの。しかし、まだまだ認知度が低いのではないかと。新しい委員も知らなかった。認知度を上げる工夫が必要。

●食生活改善推進員の活動で、カゴメ株式会社が認定するオムライススペシャルアンバサダーを取得し、公民館市民館等でオムライス教室を実施している。男性の参加が増えている。高齢の男性が料理をすることで自信が付き、家族に作ることで喜ばれている。

●いきいき元気メニューの開発で、飲食店との連携はわかるが、大学との連携とはどのようなか。

→日本福祉大学、星城大学の食堂で、このようなメニューを出してもらうことで学生（若者）に食事量やバランスなどを意識してもらう。

●百歳体操のグループで、いきいきランチ会の弁当を食べた。食べてみて塩分の少なさを実感できた。

施策名「4-4-① 交流の場・活動の場を充実する」について、

●地域活動等を身近に感じる人は少し増えた。コロナ禍での自粛が明け、活動の再開が影響しているか。しかし、基準値よりは低いままで、人の意識としては回復しきれていないと考えられる。

●困ったときに相談できる人が身近にいる人の割合は横ばい。働く世代は元々少なかったが、高齢期で高かった数値が少し減ってきている。相談につながる交流の場づくりの工夫は必要。

●情報発信では、介護予防啓発研修会において住民主体で行っている百歳体操参加者の体力測定の結果を示したところ、他の地域から反応があり、新しく百歳体操を始めることにつながった。

→百歳体操の世話人をしているが、個々の経年の結果はもらっており変化をみることにはできているが、他の地域と比較したようなデータも教えてもらえると参加者の意欲につながると思う。

→情報発信は焦点をしぼらないと届かないのではないか。誰に発信しているのか対象を明確にするべき。

●地域の交流・活動の場では、担い手や参加者が高齢化等で減ってしまい活動の継続が難しいところもでてきている。担い手の育成も継続しつつ、地縁に頼る世話人がなくても指導者がいる高齢者元気アップ教室を広げていくことを考えている。

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、

●生活リズムについて、指標の1歳6か月児、3歳児ともに21時前の就寝は増えているが、中でも21時少し過ぎの就寝が多い。朝食はほぼ毎日食べている割合が多い。早寝早起が食欲につながる。

●就寝時間だけでなく、子どもの睡眠時間がどれだけとれているか心配である。保護者の就労に関係していると思うが、19時に保育園に迎えにくる家庭は21時に就寝しようと思うと生活時間は2時間しかない。

●起きてすぐには子どもは食べることができない。食べないで登園したり、登園中に車の中で食事をしたりしている。朝食は食べていても、ヨーグルトだけだったり、質については見えてこない。

●共働きの核家族の大変さが見られる。

●コミュニティでは、役員の年齢的が高く、子育て世代の情報は入ってこない。コミュニティの行事で世代ごとの役割を持ち、成功につながっていると感じている。

●情報発信・相談体制では、オンライン相談をコロナ禍から開始しており、来所相談が難しい人へも対応している。

●ベビーサロンでは、専門職からの指導だけでなく横のつながりで情報が取れている。父の育休取得率が上がり、事業への父親参加も増えた。

7 その他

(1) 第3次健康増進計画策定について

事務局より説明

- (2) 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

- (3) 今後の会議の予定

第2回：10月31日（木）

第3回：令和7年2月13日（木）

8 閉会