

会議名	令和6年度 第2回愛荘町健康づくり協議会 会議録
開催日時	令和6年7月31日(水) 13時15分から14時45分まで
開催場所	愛荘町役場 庁舎別館2階 多目的室
出席者	<p>【委員】9人</p> <p>矢部隆宏 西村ふき子 宇野久七郎 上林如子 小川俊子 平野雅穂 中村恭子 稲岡智加 小財敬子</p>
欠席者	<p>【委員】</p> <p>曾我幸史 村西範彦 三浦寛二</p>
事務局	木村政策監(兼健康推進課長)・堀参事・北村課長補佐 小林課長補佐・畑
傍聴者の数	0人
議題	健康あいしょう21(第5期)計画について
審議内容	<p>○基本理念について</p> <p>○基本目標1・2 課題・取り組みの検討</p>
問い合わせ先	健康推進課 担当 畑 あやの 連絡先 0749-42-4887

令和6年度 第2回 愛荘町健康づくり協議会会議録

日時：令和6年7月31日（水）午後1時15分～

場所：愛荘町役場 庁舎別館2階 多目的室

（開 会）

○あいさつ

1. 協議事項

(1) 第1回健康づくり協議会のまとめからの基本理念の決定について 【資料1】

(2) 基本目標1・2 課題・取り組みの検討について 【資料2】

2. その他

次回会議 令和6年9月 日（予定）

（閉 会）

事務局：ただいまから、令和6年度第2回愛荘町健康づくり協議会を開催する。開会にあたり矢部先生よりご挨拶をお願いします。

矢部会長：暑い中お集まりいただき、感謝する。本日が第2回の会議となる。資料も多いので早速始めたい。

木村政策監：暑い中、協議会にご出席いただき、感謝する。日ごろは保健福祉全般にご協力いただきお礼申し上げます。第4期計画では、QOLの向上を目指し、噛むCOME(かむ)+10(プラステン)の取組などを通じ、愛荘町に住んでいるだけで健康になれるまちを目指してきた。今回の計画についても、アンケートや委員の意見を踏まえ、住民に親しみやすく、取り組みやすいものとしていきたい。本日は、基本理念の決定、基本目標1・2について検討いただく。忌憚のない意見をお願いしたい。

事務局：曾我、村西、三浦委員欠席。資料の確認をした。

事務局：要綱第8条第4項の規定により、これから先は矢部会長に議事の進行をお願いします。

矢部会長：それでは、次第に従って進める。協議事項(1)第1回健康づくり協議会のまとめから基本理念の決定について、事務局から説明をお願いします。

事務局：資料1について説明をした。

矢部会長：事務局から説明があった、基本理念の案1～3について一人ずつ意見をいただきたい。

西村副会長：案1で良い。コロコロ変えるよりも浸透させる方が良い。

宇野委員：3でも良いが、健康、健康と入りすぎる。1が良い。

上林委員：1番が良い。

小川委員：案1で良い。

中村委員：前回欠席していたが、案1と3をミックス。「はじめよう！つづけよう！！楽しもう！！健康づくり ～誰もが輝き つながり合えるまち あいしょう～」が良い。

稲岡委員：案1が良いと思う。

小財委員：案1が良い。

平野委員：案1か先ほど言われた案でもよい。

事務局：「楽しもう」の方が良いと思う。

矢部会長：皆さんよろしいか。響きが良くなると思う。続いて、基本目標について考えていきたい。協議事項（2）の基本目標1について、課題や取組についてご意見をいただきたい。事務局から説明をお願いします。

事務局：資料2、基本目標1について説明した。

矢部会長：基本目標1で1～7まで挙げていただいた。現状と課題と主な取組と指標という形。多くの意見をいただきたいので、どの項目でも構わない。

西村委員：健康推進員をしているが、高齢化して健康推進員が減少傾向となっている。コロナ禍で高齢者が外に出ていなかったことで認知症が進行しているのではないかとということもある。5類に移行して令和5年度から活動を始め、国からの委託事業などいろいろしていこうということで活動している。フレイルのこと、栄養、運動、社会とのかかわりの大切さなどを周知している。栄養のところでは自分の歯で一生食べられることが重要であり、口からしか栄養を取れないので、口腔のことも大切である。1と5、7のことを高齢者対象に進めていこうと思っている。

宇野委員：口腔ケアが必要だと思う。特に歯周病となると糖尿病につながる。それが心臓病、脳梗塞などにつながっていく。かかりつけの歯医者を持つとか、年に1度、半年に1度歯医者に行く。見てもらうだけでもいいから行くべきだと思う。75歳以上の人には健診があるということもPRしながら進めてほしい。心の健康について、自死の人は多いのか。原因が何かも細かく見ていく必要がある。

矢部会長：特定健診のような感じで歯科検診は無理か。早めの方が良い。

事務局：今年度集団実施の特定健診で歯の先生に来ていただき歯科検診を受けていただいた。試行的な実施だが、受診の必要性に気づききっかけになればと思う。定期受診の必要性も歯科衛生士から伝えてもらうなどしている。

矢部会長：自死に関していうと家族も含めてダメージになる。どうしても自殺する人はいる。引き延ばしても最終的にそういう行動をとってしまうこともある。

上林委員：学校としてもできることは何かと思って見てきたが、アルコールやたばこのことは学習に含まれていて、高学年になったら学習する。その延長でがん教育を行っている。その時にアルコールやたばこについて話す。自分のこと、おうちの人のことも考えて、こういうことに気をつけてほしいという感想をもらう。家族で考える良い機会になっている。生活習慣の栄養・食生活について、栄養教諭から食育についてDVDを流してもらう。朝ごはんを食べられなくても子どもたち自身が必要と感じれば、子どもたちが自分でできる範囲でやっという指導ができればと思う。

矢部会長：時代によっても変わってきていて、難しいところもある。私の子どもの頃は果物が好物だったが、今はスイカもカットしか売っていない。それ以上においしいものもたくさんある。

小川委員：地域の皆さんや職員に対して取り組んでいることについて、管内の小学3年生を対象に稲刈りなどの食農体験を行っている。3年生以外でもクッキング教室とか、子どもたちに食の大切さを伝えている。身体活動・運動について、健康寿命100歳プロジェクトを実施している。ミニ運動会、さんさん講座、バランスボール、リンパマッサージなど定期的な運動の機会を設けている。たばこについては、敷地内全面禁煙の取組をしている。生活習慣病について組合員のJAドックを実施している。愛荘町管内では60名くらい受けていただいた。休養・心の健康については職員対象のストレスチェックを実施しており、労働時間についてはリフレッシュ休暇やノー残業デーを実施している。

矢部会長：いろいろ取り組まれている。歯科はないのか。

小川委員：歯科の取組はない。今後取り組めればと思う。

小財委員：給食センターでは、セミナー的なものを年に数回開催する中で、食生活のことや地場産物のことを地域の方に啓発している。学校にも行って、子どもたちに情報を発信し、食生活について知ってもらえるような声かけをしている。1～7についてすべてには取り組めていないが、何かの情報を子どもたち、地域の方に発信して、気持ちの中で持っていていただけるような情報を発信し続けられたらと思う。毎年朝食のアンケートを実施しているがコロナの関係もあり、落ち込んでいる。改善できたらと思っている。

矢部会長：給食の残飯は多いのか。

小財委員：偏食も多い。食べ慣れないものは食が進まない子どもが多い。一口は食べるようにという声かけをしている。

矢部会長：給食を作っている人も大変だと思う。それしか食べるものがなければ食べると思うが。家に帰ったらお菓子とか食べているのでは。

稲岡委員：たばこ対策と歯科をしているが、たばこ対策のところ、歯科医師会の啓発イベントでクイズをした。加熱式たばこのクイズは正答率が低く、紙巻きたばこよりも健康に与える影響が少ないと思っている人が多い。加熱式たばこについての啓発を進めていただけたらと思う。目標指標について、子どもの受動喫煙率の減少になっているが、大人も含めて大切だと思う。歯科保健について、P41の指標のところに仕上げ磨きをしている幼児の割合、1歳6か月健診。県は3歳児の時点で91.3%が子どもに対して仕上げ磨きをしている。フッ化物洗口も6年生までしている。誰もが簡単に、根拠のある虫歯予防を学校の先生に協力いただき継続いただけたらと思う。

中村委員：住民に近い視点で、根本的な話だが、用語解説は入るのか。

事務局：最終的に入れる予定である。

中村委員：全体的に難しい言葉が並んでいる。一般住民も見るので、手に取ってもらえるような中身になればと思う。

事務局：住民に対しては概要版を作成する予定である。

中村委員：基本目標1の良好な生活習慣という言葉に引っかかる。前の計画は主体的にということが強調されており、それによってQOLを向上させるという方向だったが、「良好な生活習慣の定着」というと上からという風を感じた。主体的に住民が自分の健康を

考えて、気づいていく「本人に合った」とか「主体的」とか、「はじめよう、続けよう、楽しもう」という要素が入るとよい。P33の食生活のための環境の整備について、意識の啓発の部分と環境という2方向から取組を書いていると思うが、食を取り巻く環境の整備について、例を入れていただくとイメージしやすい。

平野委員：用語解説、索引を付けた方がよいと思うが、計画の最後に付けると読まれない。ライフコースとか受動喫煙とか副流煙とか、空きスペースの下やそのページの下に説明を付けると良い。副流煙の説明をしてもさっぱりだと思ふ。主流煙と副流煙があり、発がん性物質は副流煙の方が多いという説明があると良い。P31の絵について、上から基本目標1、3、2となっているのが気持ち悪い。国の健康日本21も1、2、3という順番になっているので組み替えた方がよい。フレイルの話は、フレイルという言葉が出てこないで、フレイル予防に取り組んでいるという記述があっても良い。栄養・食生活でも、シニア世代の健康づくりでも良いが。P36のアルコールについて、男性のほとんど毎日飲むが多い。全国平均と比較しても、量が分からないので指摘が難しい。嗜好品のため、ダメとは言えないが、空いているスペースにどれくらいのお酒を飲むと健康を害するということが書いてあると良い。アルコール40gと言われるとピント来ないので、男性ならビール1,000ml、女性なら500mlなど。P38のたばこのところで未成年の喫煙がうかがえるというのを記載するのは良いこと。事実に対して取組を書いているのは良いと思う。

事務局：基本目標2について説明をした。

矢部会長：胎児期・幼少期からの子どもの健康づくりは将来健康な大人になるためにどうするかということ。若者・働き世代は急な病気で突然不幸が出ないようにというのが健康づくりの目標となる。シニア世代については少しでも健康寿命を延ばすのが1つの目標かと思う。改めて、皆様から意見を頂戴する。

西村委員：高齢者を対象に話し合いをしていこうと考えている。1集落で運動の大切さ、食事の大切さを啓発していこうと思っているが、2つ、3つと増えていくように活動を続けていきたい。びんてまり体操について、健康推進員になって日が浅いが、コロナでいったん全くできなくなり、健康推進員自身も勉強して令和5年度はいくつかの字に行かせていただき、今年も来てほしいという依頼をもらった。若者の健康づくりについて、愛知高校に令和4年度から入っており、今年も高校2年生を対象に食生活や栄養のこと、健康に過ごすためにどのような食生活が良いかということをお話したい。今年は睡眠やスマホのことなども取り入れて話をしてほしいと言われているので、今の社会情勢で分からないことは勉強しながら、高校生に伝えていければと思う。

宇野委員：胎児期・幼少期の健康づくりについては、町でされているので、そのまま続けていただければと思う。働き盛りの若者は暴飲・暴食、不規則な生活になり、それについて

の啓発も必要だが、なかなか聞いてくれない。難しいと思うが懲りずにアピールしていくことが必要。シニア世代の健康づくりについては、老人会があるが、役が当たると言って入らない人が増えている。月1回のお楽しみ会もあるが、なれ合いの会になっている。老人会に入る高齢者は年々減っており、その人たちにどう働きかけをしていくかが今後の課題。健康推進員がびんてまり体操をしてくれるが、老人会に入っていない人は知らない。かかりつけ医やかかりつけ歯科医は多くなっていて、以前よりもかかりつけ医が身近な存在になってきたように思う。特定健診もしてもらえようになったので、気軽に行けるようになったのではないかな。

上林委員：①胎児期・幼少期からの子どもの健康づくりで、P47の「プレコンセプションケアの周知・啓発」に「命の大切さや性に関する教育」とある。自分のことを大切にできなければ健康というところまでたどり着かないと思うので、自分自身が大切にされているという感覚を持ってほしい。「命の大切さや性に関する教育」はとても大切だと思うので、大事にされていて良いと思った。スマホについては、いろいろな意味で良いところも害もあるので、健康づくりのところにメディアのことも入れてもいいのかなと思う。今は小学生でもタブレットを授業でも夏休みの宿題でも使い、休み時間でも使っている。②の働き盛り世代のところに書いてある時間の確保は大切だと思う。私自身、養護教諭と言いながら最低限の健診で済ませるなど自分の健康は放置している。働き盛りは時間がないで済ませてしまうところがある。

小川委員：②の働き盛り世代の健康づくりの取組内容に、「働き盛り世代の健康づくりのための時間確保に向け、企業の働き方改革を促進します」とあり、企業でも働き方改革について取り組んでいきたい。50代後半は定時に帰ることを悪と捉え、残業しなければいけないという感じで、意識改革が難しい。仕事に忙殺されるのではなく、ワークライフバランスで、趣味を持ったり、健康を考えたり、世の中の的にもそうなら良い。シニア世代の健康づくりについて、さんさん講座として、シニア世代に向けた脳トレ教室やスマホ教室などを開催している。健康づくりとスマホ教室は違うが、指先を使うということで脳トレアプリを取り入れたりしている。

矢部会長：働くのが趣味の人もある。働きすぎはだめだが、働きたい人は働いたら良い。

中村委員：①胎児期・幼児期からの子どもの健康づくりで、「取組状況」の1点目にある母子手帳交付時のプランとは何か。P48の②若者・働き盛り世代の健康づくりについて、前段の統計のところでは20代、30代のやせの傾向の女性が多いとのことで、妊娠・出産、子育てというところにもつながっていくことも考えられる。これをどう分析してどう取り組んでいくのかも必要。シニア世代のところは、他のところに比べて分量が少ないと感じた。住み慣れた地域でいきいきと暮らすという望みをかなえるということでは、個々の取組も大事だが、仲間づくりが大事で、生活の部分での助け合いも必要になってくる。悠々教室や出前講座をする中で助け合いの機運をつくり、きっかけにし

てもらうような視点を入れていただければ良い。社会参加や役割があると元気にいきいきと暮らしていけるのかと思う。私が知っている地域では中学生、高校生が高齢者の人から郷土料理のレシピを学んでいる。栄養バランスも含めて一緒に作って食べれば高齢者も元気になる。若い人も3世代の触れ合いがなかなかないので、高齢者と接するのを楽しんだり、優しくなったりという副産物も出てくる。

小財委員：未成年の喫煙の結果を表示するのは良いことという意見があったが、今回、若者のところの取組内容にたばこのことが書いてある。ここで子どもたちに健康の害を知ってもらえるような機会になればいい。給食センターの前の運動公園でたくさんのシニア世代の人が健康づくりのために毎日活動してある。どこの地域の人なのか分からないが、愛荘町の方は健康づくりに取り組むシニア世代の人が多いと思う。天気が悪くても取り組まれており、そういう取組がどんどん広がっていけばよい。

稲岡委員：歯科保健の立場から歯や口のことを知ってほしい。ちょっと噛みにくいか飲み込みにくいとか、そういう状態をオーラルフレイルと言うが、それが体のフレイルにつながると言われている。そういうことの周知・啓発で、働き盛り世代から歯科検診や定期健診で口の弱りが体全体のフレイルにつながることを伝えていければいいと感じた。高齢者のところでもかかりつけ歯科医を推奨するというのも書いてあるが、子どもの時からかかりつけ歯科医を持つことも重要。

平野委員：P44に「睡眠で休養をとれている割合」があり、ある程度は寝れば休養を取って回復すると言っているが、どれくらい寝るのが適正なのかは年齢による。小中学生は9時間以上、10時間くらい。大人は6～8時間。高齢者は8時間以上はやめたほうが良いと言われている。スペースがあれば、年代によって適正な睡眠時間が違うことがあるということを書くといい。指標は自殺死亡率でもよいが、睡眠で休養がとれているものの割合の増加にしたらどうか。シニア世代の健康づくりを考えれば、ロコモティブシンドロームに関わってくるので、しっかり動きましようということ。低栄養、炭水化物ばかり食べてしまう偏りのことを記述してもよい。P51の指標は、社会活動参加を指標にするのもいい。愛荘町の高齢者の現状をアンケート等で取れば載せてもいいと思う。P46、47は、特に胎児期・幼児期からの子どもの健康づくりについて妊婦の話が出てくるが、ここは、やせの問題は触れておいたほうがよい。適正体重を維持している子どもとか成人は良いが、やせている女性の割合を減少させるという指標があってもよい。ただ、妊婦の指標は再掲になってしまうので、再掲はしなくていいと思う。プレコンセプションケアという言葉は説明が必要。欄外に書いてあると分かりやすい。

矢部会長：本日は多くの意見をいただいたので、事務局で作っていただきたい。

事務局：本日いただいた意見をとりまとめて素案に反映していく。次回、第3回の会議は10月16日の同じ時間、同じ場所で開催したい。

木村政策監：いのち支え合いプランを配ったが、健康あいしょう21計画の中に入り込まない計画がたくさんある。シニアの内容は薄いが、高齢者福祉計画・介護保険事業計画や地域福祉計画のあたりで、社会参加のことや高齢者を含むまちづくりなどを書いている。本町は妊婦と赤ちゃん子育て応援宣言をしており、妊娠期から健康を保てるようなまちづくりをしたいという思いで乳幼児期のところは書いている。子ども・子育て計画もあるので、全体で差の無いようなライフコース全てを網羅できるような計画にしていきたい。次回までに意見があれば健康推進課までお願いします。

以上