

平成 27 年度いきいき健康プランにっしん 21 第 1 回推進委員会議事録

日時 平成 27 年 10 月 13 日 火曜日 午後 2 時から午後 3 時 30 分まで

会場 日進市保健センター 2 階会議室

出席者 <委員>

大澤功、早川真人、大矢健司、塚本有里、松田直子、高木伸治、大野忠夫、松本秀子、新美志げ子、深津いさ子、小室勢子、田口良子、桑山一男、林輝夫

<事務局>

浅井金敏（健康福祉部参事）、小塚多佳子（健康課長）、伊東あゆみ（同課主幹）、西尾直樹（同課保健企画係長）、木村文香（同係主査）、福岡千勢（同係主任）

欠席者 <委員>

宇野公秀、秋田ゆかり、伊藤日奈子

(順不同)

傍聴の可否 可

傍聴者の有無 無

議事

事務局 今回、委員の変更があり、愛豊歯科医師会日進支部代表者として大矢健司委員に務めていただくこととなりましたのでご紹介いたします。
はじめに委員長からあいさつをお願いします。

委員長 あいさつ

事務局 議題の進行につきましては、日進市附属機関の設置に関する条例施行規則により委員長をお願いいたします。

委員長 議題(1)平成 26 年度事業実施状況について事務局から説明をお願いします。

事務局 平成 26 年度事業実施状況について説明（資料 1、2）

委員長 ご質問、ご意見はございませんか。

(発言なし)

委員長 にっしん体操の自主グループは、どのような人たちが中心となっていますか。

事務局 まずは自治会に働きかけをしていますが、その後の運営は地域のボランティアが行っています。

委員長 地域の交流は非常にいい試みなので、ぜひ支援をよろしくお願いします。

委員 ウォーキングマップを愛知学院大学と協働で作成、とありますが、大学生と一緒に作成するのは非常に珍しい試みだと思います。学生にどのような援助、支援をお願いしたのか、またどの学部をお願いしたのかお聞かせください。

事務局 市民協働課主催の大学連携事業の一環として、大学側からの提案により学生と市民と協働でウォーキングマップを作成しました。学部は心身科学部が中心です。

委員長 本事業に携わった委員がいらっしゃいます。ご説明をお願いします。

委員 主体は市民協働課で、愛知学院大学を会場として学生や市民、にっしんウォーカーズで2回会議を行いました。第1回目でどこを回るか検討した後、実際に歩いて情報収集し、第2回目にマップを作成しました。健康課の作るマップとはまた違う切り口で、まちを楽しみながら歩きましょうという趣旨で作ったものです。

委員長 その他意見はありますか

(発言なし)

委員長 議題(2)平成27年度事業実施計画について説明をお願いします。

事務局 ア 推進委員会及びワーキング研究会について説明(資料3)

委員長 ご質問、ご意見はございませんか。

委員長 取組課題が野菜のことばかりとなってしまったとのことですが、何か要因があったのでしょうか。関心が高かったのでしょうか。

事務局 愛知県民の平均野菜摂取量が全国最下位であると説明したことに影響を受けたこと、また実現可能な課題の取組について考えてほしいと提示したことなど様々な要因がありますが、一番の要因は野菜摂取が最も取組みやすい課題だったことではないかと推測します。

委員長 その他意見はありますか。

委員 ワーキンググループのメンバーの人数、年代などについて教えてください。

事務局 メンバーの人数は20名程度です。年代は職員研究会では20代、30代が中心、ネットワーク研究会は職員研究会よりは上の幅広い年代の方がいます。また、愛知学院大学、名古屋学芸大学の学生も参加していただいています。また、ワーキングでは野菜のことが多くなってしまいましたが、他にも様々な意見が出ておりヒントをいただきましたので、施策に活かして参ります。

委員長 引き続き、議題(2)平成27年度事業実施計画について説明をお願いします。

事務局 イ 今年度事業実施計画を中心とした前期計画について説明(資料4)(前段)

委員長 ここまででご質問、ご意見はございませんか。

委員 企業においては今年の12月からストレスチェック実施が法律で定められましたが、それだけ心のケアが大きな問題となっています。来年以降、日進市で一般の方が健康診断をされる際に同時にストレスチェックをするなどの将来的な取り組みについての方向性をお聞かせください。

また、健康診断・がん検診についてはいかに若い世代に健康診断を受けていただくことが基本になってくると思います。身近な問題として女性の乳がん、子宮頸がんがありますが、乳がん検診では20代の方に補助が無く全て実費なので検診を受けないという人がかなり多くみられます。若い世代に受診していただくならこの点も日進独自の取り組みとして考えていく必要があるのではないのでしょうか。お考えをお聞かせください。

事務局 ストレスチェックに関しましては、行政はまず啓発に努めたいと考えております。「こころの耳」という働く方がご自身でチェックできる厚生労働省作成のポータルサイトがあり、市のホームページでも紹介していますのでご活用いただけたらと思います。こころの健康が大切だということを、広く啓発していくことが行政の役割だと思っております。

乳がん検診については、秋になりがん検診の申し込みやお問い合わせを沢山いただいております。ニュースで流れると関心が高まることを感じております。本市では乳がん検診は30歳から39歳までの超音波検診も行っております。また40歳からは医療機関、集団検診で乳がん検診を実施しています。行政としてはエビデンスのある方法での取り組み、これが公費投入の基準であるとの国の考えに従って取り組んでおります。ただ、本市では若い年代でも超音波であれば効果的だろうとの考えで、市独自で超音波検診の取り組みをさせていただいているところです。

委員長 ストレスチェックに関しては、ひとつの相談窓口として行政が何らかの役割を持っていただくと各企業が助かるのではないかと思います。

がん検診については難しい問題があり、基本的には心配な人、ハイリスクな方に受診していただくようにするものだと思います。がん検診等については、医師会も大きな役割を果たしているので、委員からコメントいただきたいと思います。

委員 がん検診に関してはニュースで流れるというのはかなり影響力が大きいと感じています。エビデンスの問題ですが、これも非常に難しい問題で、乳がん検診でも病気を発見するパーセンテージはまだかなり低いものです。ただ単に検診をすれば良い、というものでもないです。

企業においては、産業医の配置もあり、また、精密検査を受けなければ仕事をさせてもらえず、何度も本人に通達があるので精密検査の受診率が高いのですが、国保の健診など行政の実施する健診では精密検査の受診率が高くないのが現状です。健診は受けるだけが目的でなく早期発見することが一番の目的であり、結果が出た後にどうするかが重要です。年々、健診の受診率は上がっているかもしれませんが、受診者の内訳としてはほとんど同じ人であり、未受診者に変化がないのではないのでしょうか。受診率が多少上がったことを評価するのではなく、内訳をみていただき、本当に受けていない層を見つけていくのが一番いいのではないかと思います。

委員長 がん検診の有効性や是非について議論するときりがないところです。他にはいかがでしょうか。

委員 県全体としては特定保健指導の指導率がなかなか伸びないのが大きな問題です。健診結果を郵送で送ってしまうと結果を見た瞬間で終わってしまうので、できたら結果説明に来てもらい、それを第1回特定保健指導の日にするると特定保健指導率が高くなる可能性があるのではないのでしょうか。やはり、特定保健指導者を確実に指導につなげることを今後もお願いできたらと思います。

事務局 ご意見として参考にさせていただきます。まずは、結果を郵送する際、糖尿病、循環器疾患などについてあなたの危険度が高いですよ、というようなリスクを含めた返し方をするなどの工夫を今年度から始めております。今後も何らかの努力をしていきたいと思います。

委員長 引き続き、議題(2)平成27年度事業実施計画について説明をお願いします。

事務局 イ 今年度事業実施計画を中心とした前期計画について説明(資料4)(後段)

委員長 ご意見、ご質問はございませんか。

委員 食生活改善推進員会では、子どもから大人まで様々な講座を実施しています。この頃は子どもの野菜嫌いが多いため、保育園出前講座として、野菜を混ぜた白玉だんごをつくとともに、「野菜おばあちゃん」という寸劇を行っています。1年に2園ずつ市内保育園を巡回し、一通り巡回しました。子どもから大人への波及も期待しており、今後も継続していきたいと思っています。そのほか、バランスよく食べることについても推進しています。

委員 野菜の摂取量について、愛知県が最下位であることはどのように調べたのでしょうか。

事務局 厚生労働省が毎年実施している「国民健康・栄養調査」によるものです。保健所がとりまとめを行っていますが、調査対象地区に当たった抽出世帯を対象に、1日分の食事調査や身体計測等を行っています。長年に渡って行われている調査で、国際的にもめずらしい貴重な調査のひとつです。このデータの元となる平成24年度の結果については、例年より調査世帯数が増えており、都道府県で比較することができます。

委員 大腸がんなどが増えているのも食生活の欧米化が原因であるとも言われています。日本人の穀物摂取量は年々下がっており、また、コンビニが普及することで野菜をますます食べなくなっているのではないのでしょうか。食事は病気につながってくるので、十分気をつけたいと思います。

委員 運動普及推進員は、福社会館でのおたっしやハウスなどで65歳以上の方に各会館で1週間に1回ずつ体操指導をしています。盛況で毎回平均40名が参加しています。先日も92歳の方が参加されましたが、65歳の方と92歳の方が同じ運動をするのは難しいので、今後年齢差への配慮が必要になってくると思っています。日進市はとても元気な方が多いと感じています。今後も体操をするような場は増えると思います。

委員長 元気な方はどこまでも元気ですが、元気のなさそうな方がいかに元気になるか、大学も協力できればと思っています。

委員 スポーツ推進委員として無料開放事業をスポーツセンターで夜に1月に1回行ってありますが参加者に子どもが多いと感じています。また、スポーツ推進委員などにより総合型スポーツクラブが立ち上がっており、ここで運動指導を行っています。昨日もそのクラブで子どもの遊びから始めるスポーツ体験イベントを行い、ザリガニやイソガニ釣りなどを行うとともにターゲットを目標けてボールを投げてもらうゲームなども行いました。普段から日進市は兄弟の多いまちだとも感じっていますが、小さい子どもたちはお兄ちゃんがやっていることを自然と真似しており、それがやがてスポーツにつながり体力の維持に結びついていく、と微笑ましく見ていました。また、体育館の無料開放では幼稚園のロコミで利用者が多いと感じています。実施する種目は、トランポリン、ショートテニス、ファミリーバトミントン、ターゲットゴルフなどがあります。またバルバレーといって中に風船が入ったボールを用いたバレーでは大きなボールなので子どもは喜んでくれます。皆さんがすぐ来てやれるよう、また皆さんに喜んでいただくにはどうすればよいか工夫しています。少しでも日進のこれからの力になる子どもたちのよい発育につながるよう頑張っておりますので、よい知恵があれば教えてほしいです。

委員長 子どもにとって遊びのなかで身体を動かすことはとても大事なことだと思います。他にご意見はありますか。

委員 給食センターも教育委員会の管轄なのですが、もっと肉が入っていてもいいのではないかと思うくらい野菜をたっぷり使い、カロリー計算もしたバランスのよい給食を出しています。日進でも田舎の方では畑でいっぱい野菜も採れるので、結構野菜を摂っていると思います。その証拠に日進市は元気な高齢者が多いと感じるのは、健康だから長生きしていると思いますので、愛知県は野菜の摂取量が低いかもしれませんが、日進の野菜摂取量はそんなに低くないのでは、と感じました。

委員長 印象はとても大切です。機会があれば調べていただけると面白いと思います。

委員 先週中学校でにしん体操を行いました。中学1年生で行ったのですが、ほとんどの生徒がにしん体操を知っていて、小学校はしっかりと普及の一役を担っていると感じました。中学校ではいす版を教えるのですが、いす版については知らない子がほとんどでした。にしん体操は4種類あることも教えていくと、自分の身体にあわせた動きやすい体操を選ぶことができるのではないかと感じました。中学3年生ではウォーキングマップ・健康の道があることを伝えています。多くの現代人は、運動は身体にいいと知っていながらも忙しいなどの理由で運動不足を感じている人が多いということで、運動の大切さを生徒に知らせていくのですが、最後にウォーキングマップ・健康の道について伝えるのですがほとんどの生徒が知りません。啓発のプリントをされているとのことですが、回覧板では親には目に届くのですが小中学生の目には届かないことを学校では実感しました。いい道なので、小中学校でもどんどん啓発できたらと思います。

委員 老人クラブからほっとカフェのお手伝いなどにも携わっておりますが、にしん体操やウォーキングマップについて、老人クラブの団体にも普及させたらどうでしょうか。聯合会の会合に来ていただいております。自分なりに、にしん体操は昨年5月から第2と第4水曜日にずっと実施しています。参加者は10名前後で1年半続けていますが、体操スポットなどの申請はしていません。そういう自発的な団体もあるのではないのでしょうか。私たちがDVDをみながら体操をしています。健康でありたいということは老人も同じことなので、老人クラブに対しても啓発していただければありがたいです。

事務局 老人クラブにつきましては役員会に健康課職員が出向き、認知症やロコモティブシンドロームなど毎年テーマを設けた健康講話の希望をとっています。毎年多くの老人クラブの方にご要望いただいております。巡回してにしん体操と健康講話を実施しています。

委員 聯合会の会合に出向いていただき、教えていただきたいと思いますがいかがですか。

事務局 体操ができた当初に出向かせていただきました。役員も変わっていると思いますので、実施についてはまた検討していきたいと思っております。

委員 成人歯周疾患検診は非常に有意義な検診だと思います。お口の中の状況やリスクをしっかりと話すことで、今後の受診やお口のなかの健康を保つことに役立てていただく機会としています。妊産婦歯科健診や成人歯周疾患検診などが歯科医師会に大きく関わるところかと思いますが、そのなかでどれだけお口のなかの健康を保つことが大事なのかをもう少し上手に伝えていくのが大切だと思います。歯科医師会が日進市と一緒に協力することで、それを広めることができるとも有意義なことだと思います。今後も市民の方のお口のなかの健康に努めさせていただきたいと思っております。

委員 最近、日進市でも全救急車6台とも出動する事案が多くなっており、国からも一部軽症患者に対する有料化も言われるなか貴重な税金を使わせていただいておりますので、病気にならないための健康維持の取り組みも重要だと思います。また、市内に32の自主防災組織があり、毎年9月の防災週間が始まると土日に1会場3時間くらいの訓練をされます。そのなかで救急講習も行いますので、訓練の前にでもにしん体操を教えに来ていただければ健康を考えていただけるきっかけになるのではないかと思います。今後、救急講習会などで様々な広報をさせていただきたいと思っております。

委員長 消防署には、命を守る知識の普及啓発について重要な役割を担っていただいておりますので今後ともよろしく願いいたします。時間が参りましたのでそろそろ議事を終了したいと思います。

事務局 委員の皆様にはそれぞれの立場で貴重なご意見をいただきありがとうございました。本日は健康課の事業を中心に報告させていただきました。少し触れましたが、健康の施策というのは市全体で行っております。学校や保育園など様々な所で様々な取り組みをしておりますので、今後そのような取り組みがご紹介でき、健やかにつしん、いきいき健康プランにつしん 21 の推進につなげていければと思っております。これをもちまして、平成 27 年度いきいき健康プランにつしん 21 第 1 回推進委員会を終了いたします。

本日はありがとうございました。

(午後 3 時 30 分終了)