

平成 30 年度第 2 回いきいき健康プランにつきん 21 推進委員会議事録

日時 平成 30 年 12 月 7 日 金曜日 午後 2 時から 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、大須賀恵子、金山和広、大矢健司、高木伸治、大野忠夫、鬼頭良子、清水洋紀、小塚和良、神野建三、鶉飼みどり、土山典子、中河昌宏、林輝夫、小山美紀

<事務局>

小塚多佳子（健康福祉部参事）、伊東あゆみ（健康福祉部健康課長）、牟田貴子（同課課長補佐）、西尾直樹（同課課長補佐）、小川まゆみ（同課課長補佐）、木村文香（保健企画係管理栄養専門員）、福岡千勢（同係主査）

<その他>

ジャパンインターナショナル総合研究所 根本匠子

欠席者 <委員>

荒川正規、山本信子

(順不同)

傍聴の可否 可

傍聴者の有無 無

議事

事務局 「日進市付属機関の設置に関する条例施行規則」第 4 条第 2 項において、会の成立には半数以上の出席が必要であり、本日の会議は成立いたします。
はじめに大澤委員長よりごあいさつをお願いいたします。

委員長 あいさつ

事務局 議事に入る前に会議資料の確認をお願いします。
(配布資料の確認)
これからの進行については委員長をお願いします。

委員長 本日の会議の公開について、傍聴の申込みはありませんでしたので、なしとなります。
それでは早速、次第に沿って審議を進めます。最初に事務局より議題(1)第 2 次いきいき健康プランにつきん 21 中間評価について説明をお願いします。

事務局 説明 (資料 No. 1~4)

- 委員長 ありがとうございます。ご質問、ご意見、感想でも構いません。
- 委員 資料 No. 3 の 1 ページ目に、平均寿命については日進市のデータも掲載されていますが、健康寿命は掲載されていません。日進市としてのデータは、ずれが大きいと先ほどの説明にもありましたが、詳しく説明願います。
- 事務局 健康寿命は計算式により算出しますが、人口規模が多くなるとずれの少ない数値になりません。過去に健康寿命を試算したところ、ほぼ平均寿命と同じ値となりました。あり得ない数値でしたので県に相談したところ、その数字は使うべきではないという助言がありましたので、掲載はせず、その後も算出しておりません。
- 委員 日進市の人口増が続いているためですか。
- 事務局 何十万人という、ある程度の人口規模でないと算出が困難であり、政令指定都市や県レベルなら算出できるということです。人口 9 万人の本市の健康寿命では誤差の大きな値となるものです。
- 委員長 健康寿命の計算式は様々で、どれが妥当で信ぴょう性があるかという議論自体も難しいところです。資料の集め方やデータの集め方も問題が多々あると思います。国内で使う計算式にはうまく日進市は当てはまらないということでしょう。健康寿命は良い指標ではありますが、あくまで「参考にすべき値」であります。
- 委員 資料 No. 3 の 16 ページの年齢階層別特定健康診査受診率を見ると 40 代、50 代の関心が非常に薄いと感じます。しかし、40 代、50 代は職場で健診を受ける方がほとんどですので、実際の受診率はこの数より多いのではないのでしょうか。また、名古屋に住んでいた頃は、特定健康診査の案内に企業で受けられる人はできるだけそちらで受けてほしいという文言もありました。実際は受診率がもっと高いのではないのでしょうか。
- 事務局 このグラフのデータは、出典に示すとおり日進市国民健康保険加入者だけのものです。全住民の健診対象者数と受診数を出すことはなかなか難しいです。市の国保加入者だけでみると、といったデータですが、市の国保加入者は、恐らく市の国保の実施する健診でしか受診できるチャンスが無いと考えると、このグラフが示すように受診率が低くなります。
- 委員 企業の健診で受ける人が抜けているから変な数字になる、という事ではなく、国民健康保険加入者に関しては 40、50 代の受診率が低いということですね。

- 委員長 全住民を対象とすると、もっと受診率が高いということですね。企業、組織に所属するとその受診率は 100%近くになると思いますので、全住民の受診率は高くなると思います。
- 委員 誤解されるかもしれませんので、国民健康保険加入者のデータであることをもっと強調した方がいいと思います。
- 事務局 このような所で記載するのは市の国民健康保険になります。それをもう少し強調して記載させていただきます。
- 委員 1,000 人くらいのアンケートを企業に勤めている人も含めて行くと、実態が出るのではないですか。
- 委員 企業の健診受診率はほとんど 100%ではありませんか。
- 委員 アンケートで無作為の 1,000 人に行えば企業の人も対象者に入ります。企業で行われる健康診断を受診しています、と回答されれば実態にあった受診率になると思います。
- 委員 国民健康保険では非常に受診率が低いという事が問題です。
- 委員 市民を対象にするなら、企業も含めてアンケートを取れば実態が出てくると思います。
- 委員長 このデータはあくまで国民健康保険の方のみであり、企業で受診されている方もいるというコメントを記載しておいてもよいと思います。がん検診について副委員長からご意見をいただけますか。

副委員長 1点目、がん検診では今年度から胃検診でカメラが入りましたが、検診を行う方は大変です。予約がいっぱいとなり一般の受診者の予約に影響しています。2点目、胃がんが近年減ってきていますが、ピロリ菌の除菌が非常に役立っている結果ではないでしょうか。除菌した後の方やピロリ菌がいない方でもがんが出ますが、明らかに減ってきています。ピロリ菌を調べて除菌をすればかなりリスクは減ると思います。3点目、肝臓がんは、B型肝炎、C型肝炎で非常にいい治療ができ、それらによって引き起こされる肝臓がんも明らかに減少します。しかし、以前はあまり問題視しなかった脂肪肝ですが、脂肪肝から起こる脂肪性肝炎から肝硬変が起り、そしてがんが出てくることが分かっています。がんも比較的高い確率で出るようです。糖尿病との関連も出てきますので、適度な運動とバランスのいい食事等が大事になります。4点目、食事が欧米化していることから大腸がんが増加しています。積極的に便潜血や大腸内視鏡などを行い、小さいうちに摘み取るというかと思います。早く見つければおなかを切らずに済み、内視鏡で全て取ることができるので、積極的に検診されることをお勧めします。5点目、前立腺がんは早期に見つけば放射線やホルモン療法で最低10年は生きることができます。早期に発見するためにも積極的に検診を受けてもらいたいと思います。

委員長 企業の検診でもピロリ菌の抗体検査を実施しているところもあるかと思います。私が所属する大学の学校法人でも行っています。そのようなことも行ったほうが最終的な胃がんの死亡者数が減ると思います。ピロリ菌検査については自治体によっては中学生の検査をして除菌しようという動きがありますが、賛否両論あります。また、大腸がんについては検診も大事ですが、運動、体を動かすと大腸がんの発症が明らかに低いというデータもありますので、それも含めて取り組む必要があるかと思います。その他はよろしいでしょうか。続けて説明願います。

事務局 説明（資料 No. 3）

委員 歯科健診の受診率が上がる事はとても素晴らしく、市の皆様の啓蒙と活動が実を結んでいると思います。歯周病の罹患率が上がっているというお話でしたが、評価の線引きが変わったのが理由ではないでしょうか。歯周病の入り口か、中等度か、といったところですが、歯科医師の立場で言えば、皆さんほぼ入り口にいるというのが実感です。そこをどのように健診の時にお伝えできるかが歯科医師の課題です。年代別1人当たりの平均歯数は高齢者で落ちていますが、歯周病が大きく関わっていることは間違いありません。また、最近だとTCH(Tooth Contacting Habit)と言って、日常的に起きている時でも歯ぎしりのような動きをしている筋肉の作用で歯が当たることで歯に負担をかけ、将来的に歯の状態やあごの関節に大きな影響を与えるという考え方が定着しています。それも含め、皆さんにどうお伝えし、また伝える機会を増やしていくかが大切です。歯を失わないように現状をキープできるような環境づくりは今後も続けていく必要があるでしょう。

事務局 説明（資料 No. 3）

委員長 何か、ご質問、ご意見、感想等ございますか。

委員 歯の健康に関して、以前もこちらでお話しましたが、「8020」は受賞に至るまでの年月が長すぎるのではないかと思います。

委員 歯を失っていく年齢層として30、40代はもちろん歯を失うリスクが低いです。歯周病は歯周病菌が大きく関与し、その菌による感染症であり、慢性疾患と言ってもいいようなものです。その菌が口の中に多くいる、もしくはその菌をコントロールできていないという環境が長く続けば歯周病は進行します。それは経年的であり、歯を失うリスクも上がります。もう少し低い年齢において20本という数で表彰するのはいいかと思いますが、間違いなく受賞者数が膨大になります。もっと違う形で評価する、あるいは80歳で20本という目標が60歳で20数本と増やすのはいいかと思いますが、表彰という形は難しいかと思いますが。ひとつの指標として何歳で何本と新たに設けることは、日進市の中だけの話になると思いますが、よいと思います。ただし表彰という形を取るのは無理があると思います。

委員 本数は分かりやすく非常に機械的な評価ですが、違う評価で30代、40代は行うことはできないでしょうか。

委員 健診事業はルールに基づいて行うものです。数を数えることが一番分かりやすく、誰が行っても同じ評価となるので、そのような形で評価していくことが望ましいと考えます。そこで30代、40代の方の評価になるのですが、歯周病は初期の頃は非常に自覚症状が少なく、その年代の状態をどう評価するのか全医院で統一するのはかなり難しいです。30代、40代の方の歯科健診受診率は高くはありません。評価をしていく前に、まずそういった人たちが皆が健診に行けるような環境づくりをする、というのが下地として最初に考えなければならないと思います。今、少しずつ歯科健診の受診率が上がってきているところですが、長い目で見る問題だと思います。なかなか難しいと思います。

委員 今のご意見は非常にいいと思います。歯は一生のもので、50代、60代で悪くしてしまうと、80歳の時点ではどうしようもありません。50代、60代で表彰しなくても、Aグレードですよ、とか、Bグレードですよ、といった評価をもらうだけでも、だいぶインセンティブがあると思います。

委員 それは非常にいいご意見だと思います。私が診療している時でも、定期検診で今回いいね、とひと言言うだけでも患者さんは喜んでくれます。そういうきっかけがある事で、口の中の健康に対して意識が上がるのも確かだと思います。我々歯医者としても非常にありがたいです。

委員 「8020」はもうずっと言っているので、モバイルチェンジ等をしないと。

委員 「8020」は愛知県発祥と言われていますが、今では全国的に広がっているので、それが変わることはまず無いと思われまます。市町村で年齢層を下げて評価するものがあったとしてもいいかもしれません。60代だと非常に人数が多く、大変かとは思いますがひとつの評価としてはいいと思います。

委員 高齢者が自転車にフラフラ乗っているのを見ると、高齢者の骨折予防のために、なるべく三輪車に切り替えてもらえると整形の医療費が下がるのではないかと思います。私はウォーキングをしており、膝を痛めています。整形ドックを行っていただけるとレントゲンで見える部分があるので、予防的な事ができます。

委員長 そのためにはお金がかかります。検査をすればいいという事ではなく、検査の前段階で何か啓発活動等が効率的かと思われまます。行政としては難しいでしょう。市ではロコモ対策として何か行っていますか。

事務局 老人クラブで高齢者の転倒予防に関する話をし、つどいの場で出前講座、ふれあいいいききサロンでもお話しています。また、コミュニティサロンでも啓発しています。運動、転倒予防の大切さ、ロコモのお話もさせていただいております。

委員長 運動指導も、指導する人の養成、教育をしていただく等もある程度重要ですね。

事務局 それは課題として考えています。介護予防は非常に人気があり、要望に追いつけない状況です。指導者の養成が課題だという話は健康課だけではなく介護予防の担当部署内でも話しています。

委員長 日進市は子どもが多いということですが、一方で高齢者も増えているので、ドックまでいかなくても事前に予防できるといいと思います。

委員 小中学校で養護教諭をしています。小中学校では市の健康キャラクター「ヘルピー」の名前をいただき、「ヘルピータイム」と称した保健指導を小学校1年生から中学校3年生まで行っています。短時間や1時間等、内容によって異なります。ヘルピータイムは、第1次のいきいき健康プランにっしん21ができた時に指標をいただき市内の養護教諭で考え、始まりました。今回の第2次も、第1次の反省をいただき、その項目に沿って9項目の内容を学校で指導しています。資料3の3ページ「基本方針2」の「栄養・食生活」、「身体活動・運動」、「こころの健康づくり」、「たばこ・アルコール」、「歯の健康」と、生活習慣を兼ねての「生活リズム」と、その他にも「感染症」「熱中症」などについて取りあげています。1年生には6歳臼歯があるよ、とか、2年生は前歯を磨こう、3年生は永久歯を磨こう、といったように発達段階を追った指導に取り組んでいます。今回の資料を見て、指導効果が出たと感じたものも多くあり嬉しく思いましたが、一方で目標値まで達成していないものもありました。野菜を食べよう、という事は小中学校の方のピントがずれていたかと反省しています。食生活、栄養について指導しておらず、バランスよく食べよう、糖分や塩分について、好き嫌いはだめ、といった内容になっていました。今回2次の中間評価が出るということですので、この辺りを重点目標として小中学校で行ってほしい等、具体的な情報をいただくと、その内容を取り入れて指導ができると思います。保健センターの取組は乳幼児と高校生以上が対象で、小中学校は違うとも聞いています。学校で取り組むそういった内容も報告書の中に盛り込むとよいと思います。

もう1点、運動が大切であるとこれを見て思い、市も力を入れて行っていると感じます。一方で「こころの健康」とありますが、運動とも関連があると思います。運動ができるということは、心も健康になるということです。そういった関連の指標などを見ていくと、さらに充実するのではないかと思います。そういう視点で見ても面白いかと思います。

事務局 ありがとうございます。学校での取組が資料編でも学校教育課のみで細かく書いていないので、先生のご協力が得られるならば、そこに書き足してもいいかと思えます。小中学校の取組はとても一生懸命行われており、健康プランを基に行ってくださいていることは非常にありがたいです。そういった中で取組の内容を資料編で掲載するのがよいかと思えます。栄養のお話については、養護教諭の先生方と健康課で出来ればありがたいです。

委員長 学校保健を専門のひとつとしている人間として、今のご意見は参考になります。国では厚生労働省と文部科学省と分かれているかもしれませんが、小さなまちなので一緒になって市民全体の健康づくりに励んでいただきたいと思います。私も協力できるかと思えます。

- 委員 皆さん日進市にお住まいだと思いますので、ご自分のお子様やお孫さんが、小中学校で平成 27 年頃から「ヘルピータイム」という名前になって健康や保健の勉強をしていますので、『ヘルピータイム』でどんなことを勉強したの」とぜひ聞いていただけるとありがたいです。
- 委員長 子どもさんやお孫さんからの一言が結構効くと思いますので、そういった活動をぜひ進めてほしいと思います。
- 委員 1 点目、高齢者からすると「ヘルピー」だけではなく、他にもキャラクターを作っ
て欲しいです。高齢者向けのマスコットというところでしょうか。
2 点目、認知症対策を強力にして欲しいと思います。認知症になると人格がないよ
うに感じ、非常に侘しく自分も恐怖を感じます。がんなどの対策は進んでいますが、
認知症にもぜひ力を入れて欲しいです。
- 委員 資料 3 の 27 ページに「独居高齢者や一人暮らしの人の孤食が問題」とあります。
高齢化社会に伴い、夫婦 2 人とも高齢、片方は亡くなり女性だけ、男性だけにな
った等があります。元気な男性ひとり暮らしの方にとって食事は非常に大きな問
題で、毎日どこで食べるか、食事に魅力を全く感じなくなったという人がいます。
老人会連合会は 40 クラブありますが、最近の傾向として、いくつかのクラブでは
男性中心で料理をし、女性にも食べてもらうというプログラムをしている所があ
り、私も自分たちのクラブで 1 月頃に行おうと思っています。軌道に乗るかは分
かりませんが、5 年後の次の評価の時にそういう事が増え、男性が料理を楽しくす
るようになればいいと思います。
- 委員 もう 1 点、全国的に空き家問題があり日進市も同様です。高齢者用のシェアハウ
ス等を行うと孤独から救われるのではないか、また生活費も共通でできるのでい
いかと思います。
- 委員長 ありがとうございます。今日でかなり議論が進みました。この後、市民の方に意
見を聞く時があります。スケジュールの説明をお願いします。
- 事務局 今後のスケジュールは資料 No. 1 をご覧ください。来年 1 月 4 日から 2 月 4 日にか
けてパブリックコメントで市民の皆様に中間評価報告書の素案を公開し、ご意見
をいただく予定です。パブリックコメントでいただいた意見を基に素案を検討さ
せていただき、修正したものを 3 月 8 日の第 3 回推進委員会で諮ります。そこで
承認いただき、中間評価報告書として公開します。

委員長 ありがとうございます。我々委員も意見を言ってもいいということですね。今日、言い足りない事はコメントを寄せていただけるとより良い中間評価ができ、それを受けて最終評価、今後の活動の方向性が決まると思います。スケジュール等についてご質問や確認したい事があればお願いします。

（意見無し）

委員長 その他、事務局からございますか。

事務局 本日はお忙しい中ご出席いただき、また多様なご意見をいただきありがとうございます。認知症に対しては、高齢者の課題として「にっしん高齢者ゆめプラン」を地域福祉課中心で行っており、重要な課題として取り上げて行っています。認知症地域支援推進委員という職員もつけ、認知症カフェなども進めています。ぜひ皆様にも知っていただきご協力いただければと思います。年度末までに素晴らしい計画ができるようご協力よろしくお願いたします。ありがとうございました。

委員長 それでは、これで議事を終了いたします。貴重なご意見をありがとうございました。

事務局 委員長ありがとうございました。これをもちまして、第2回いきいき健康プランにっしん21推進委員会を終了いたします。次回は平成31年3月8日（金）を予定しています。本日はありがとうございました。

（午後3時30分終了）