

令和4年度第2回いきいき健康プランにつしん21推進委員会議事録

日時 令和5年3月13日 月曜日 午後2時から午後3時35分まで
会場 日進市保健センター 2階会議室
出席者 伊藤高行、大須賀恵子、石山雅美、大矢健司、今村慎吾、鈴木英雄、久野理加、
中條和代、高藤幸枝、大下倉太郎、鐘ヶ江広子、原口浩美、荻野ミドリ、不破高保
[事務局]
川本賀津三（健康福祉部部長）伊東あゆみ（同部参事）
松浦理早（同部健康課長）、小川まゆみ（同課主幹）
堀尾順一（同課課長補佐）、藤井明子（同課課長補佐）
木村千春（同課保健企画係主査）、八木佳紀（同課保健企画係主事）
出雲絵梨奈（同課保健企画係管理栄養士）
欠席者 荒川正規、近藤晃、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 定刻となりましたので、ただいまから、令和4年度第2回いきいき健康プランにつしん21推進委員会を開催します。委員の皆様には、大変お忙しい中、ご出席賜り厚くお礼申し上げます。私は健康課長の松浦でございます。よろしくお願ひいたします。

本日は、委員3名の方からご欠席の連絡をいただいております、委員17名のうち、出席委員は14名です。「日進市附属機関の設置に関する条例施行規則第4条」により、委員数の半数以上の出席がありますので、本日の会議は成立いたします。

はじめに、伊藤委員長からごあいさつをお願いします。

委員長 あいさつ

事務局 ありがとうございます。
議事に入る前に、配布資料の確認をさせていただきます。
（資料の確認）

事務局 では、これからの進行につきましては、伊藤委員長にお願いします。

委員長 委員長の伊藤です。よろしくお願いします。
では、議事に入ります。本委員会は傍聴が可能な会議となっています。本日傍聴希望者はありますか。

事務局 ございません。

委員長 傍聴の申込みはありませんので、本日の会議の公開はなしとします。

それでは、次第に従って議事を進めます。
議題（１）令和４年度事業実施状況について、事務局説明をお願いします。

事務局 議題（１）令和４年度事業実施状況について説明（資料No. 1～4）

委員長 議題（１）についてご質問、ご意見がありましたらお願いします。
まず資料No. 1、基本方針1についていかがでしょうか。

委員 がん検診と特定健診と合わせて受けている方が多く、検診で引っかかった方に関しては精密検査を受けているかを確認しています。循環器疾患に関しては特定健診と30代さわやか健診、75歳以上の高齢者の健診を行っています。糖尿病に関しては糖尿病重症化予防検討会が6年目になります。血糖コントロール不良者の保健指導を行い、過去のデータを合わせて見ましたが、糖尿病性腎症が悪化した人が一人もないという素晴らしい結果になっています。経年で腎臓機能は少しずつ低下してくるのが普通ですが、維持または良くなっており、しっかり結果を出せています。

委員長 ありがとうございます。長期的にみてこの6年間で防がれていることは大変良いことだと思います。
次の資料No. 1、基本方針2についていかがでしょうか。

委員 オーラルフレイルという言葉が世に出てきて大分経ち、皆様もどこかで聞いたことがあるかと思います。以前もお話していますが、持って生まれた歯に勝るものはありませんので、皆様がしっかりとご自身の歯を守っていくということを意識することがオーラルフレイルでとても大事になります。歯が残っていることにより口の機能をしっかりと使うことができ、出来ている環境

をキープするということが予防になります。歯を失う原因となっているものをご理解いただき、リスクを下げていくことの積み重ねが予防となります。ただ気をつけていても失うことはありますので、それを補うための治療と、リスクを下げるお手伝いをするのが歯科医の仕事になります。市で行っている歯周病検診はきっかけになると思いますので、口の中の健康をキープしていくということに繋げていただければと思います。

委員長 ありがとうございます。歯の健康ということで、どのように予防していくかということが分かりました。もう一つ大事なことが、歯だけでなく飲み込む機能の問題についてです。飲み込むという筋力は早く衰えてくる可能性があります。嚥下障害が起こり、一番悪い状況だと誤嚥性肺炎に繋がっていきます。誤嚥性肺炎が起こった時に口の中が綺麗な状態だと雑菌が中に入りませんが、口の中が不潔な状態で嚥下障害を起こすと肺炎が起こりやすくなります。それぞれをどのような形でリスクアプローチをかけていくか、皆様のご意見を集約できればと思います。他にご意見はありますか。

委員 オーラルフレイルについて前回「大声で歌う」ことが良いということを知りました。私のクリニックに通院している方で、年に1回あるカラオケ大会に向けて、毎年近くの喫茶店でカラオケの練習をされていましたが、コロナの影響で3年間カラオケに行けなくなり、そのメンバーの方々は少しずつ認知機能が落ちてきているような気がします。オーラルフレイルを予防することや、身体フレイルに陥らないようにすることは、認知機能を保持することに繋がると言われていましたが、実感しています。

委員長 ありがとうございます。確かに集まって色々なことをやれるということが認知症予防として大事だと言われていますが、そういった機会がコロナによって失われたことで、実質的に症状が進んでいる方がみえるということ。どのように集まる機会を作るかは非常に重要なことだと思います。次に資料No. 1、基本方針3についていかがでしょうか。

委員 資料No. 3のネットワーク研究員11名について、年齢構成と男女構成を教えてください。

事務局 年齢構成について、学生4名、働き世代の方が5名、一般の方が2名になります。男女構成について、女性が7名、男性が4名になります。

委員 老人の立場から言うと、この中に老人を入れていただきたいです。日進ニュータウンは350所帯で老人会の会員が250名います。歩かれる方も多く、健康意識が高いように感じております。そういった方がここに加わりますと、より良い意見がいただけると思います。

事務局 研究員には70歳以上の高齢者もいらっしゃる、ウォーキングの指導を依頼した先生も70歳くらいの方です。市民意識調査においても高齢者の方が歩かれています。そういった方のご意見をあまり歩かれていない働き世代の方へ伝えていけたらと思います。

委員長 ありがとうございます。現在、健康意識の高い高齢の方は沢山いらっしゃいます。それは非常に大事なことで、増やしていくことも大切なことだと思いますので、そういった方に適した運動の仕方を検討する必要もあります。一方で重要な問題となっているのが、働き世代が一番予備軍になってくるのではないかということだと思います。仕事で時間がとられてしまう中でどのように活動時間を確保していくかということがまた一つのテーマであり、それぞれアプローチの仕方があると思います。老若男女合わせて考え、全体として良い形に持っていくことが出来れば良いと思います。他にご意見はありますか。

委員 基本方針1の中に生命保険の方とタイアップして、がん検診に関するチラシの配付やチャレンジシートの配付をされていることについて、どれくらいの方に配付されているかを参考に教えてください。行政で周知するには広報や郵送等、紙で送って周知していくことになりますが限界があると思います。民間の方の協力をいただき、生命保険の方が家庭訪問されて電話等でお声がけいただける中で案内をされているかと思います。働き世代やがん保険に関心のある、マッチングした世代にお渡し出来ること、また生命保険の方にとっても行政のチラシを配ることが出来るということは印象が良くなると思いますので、どれくらい配られていて、効果があれば教えてください。

事務局 具体的な数についてはまだ最終的な数は聞いておりませんので、次回お伝えできればと思いますが、保険会社様も年に1～2回は必ず訪問するというような決まりがあり、そういった機会に配付していただいているほか、メール等も活用していただき市の事業についてPRしていただいています。

委員長 ありがとうございます。配ったことにより、実際どれくらい検診に結びつ

いているかある程度情報として得て、次にどうしたらいいか考えていただけたらと思います。

次に資料 No. 1、その他必要な取組課題についていかがでしょうか。

熱中症予防というのは比較的日中の問題が取り上げられやすいですが、実際に亡くなられる方は夜間にクーラーをつけずに寝ている高齢者が多いです。そういったリスクの高い高齢者をどうやってピックアップしていくかということがもう一つのテーマになってくるとと思いますが、いかがでしょうか。

委員 私のクリニックに受診する7割方は後期高齢者です。たまに風が当たるのが嫌だからとクーラーをつけていない方がいます。そのためクーラーを微風にかけて、風が身体に当たらない場所で寝てくださいとお伝えしますが、中々実践していただけません。水分についてもしっかりと指導しています。糖尿病や高血圧の方が多いので、塩やブドウ糖が余分となるスポーツドリンクは控えていただき麦茶を、高血圧がなければ梅干しを勧めています。糖尿病のない高血圧の方には果物を勧めています。

委員 歯科医の目線からも、麦茶はむし歯にもならないためとても良いと思います。ただ色がついている飲み物なので着色はします。スポーツドリンクは砂糖がとても入っているので、OS-1が良いと思います。ただ子どもは中々OS-1が飲めないで、スポーツドリンクが主流となってくるとと思いますが、OS-1等の方がむし歯のリスクという意味では良いと思います。スポーツドリンクを飲んだ後は口の中に砂糖が沢山ついていきますので、飲んだ後はお茶を飲むか、口をゆすいでください。砂糖をとりすぎると唾液の分泌量は下がるので乾燥し、オーラルフレイルに繋がります。そのためとってはいけないとは言いませんが、理解した上で嗜好品として飲んでいただくのが良いと思います。

委員長 次に、議題（2）令和5年度事業実施計画について、事務局説明をお願いします。

事務局 議題（2）令和5年度事業実施計画について説明（資料 No. 5）
現計画であります「第2次いきいき健康プランにっしん21」につきまして、最終評価を令和6年度に実施するため、令和5年度に評価準備を進めてまいります。

委員長 ただいま説明のありましたことについて、ご質問、ご意見がありましたらお願いします。

委員 歯科健診について20～25歳に対象を広げていくことは、若いころから意識をつけていくということでも大事なことです。悪い歯周病菌は若年層の時には口の中にあまり定着していません。正確なことは分かっていませんが18～19歳位を境に強い菌は定着しやすくなると言われていますので、節目歯周病健診を20歳から始めることはとても良いことだと思います。ただ20歳位の子達は、歯周病が大きく進行している方は少なく自覚する機会があまりないので、数を増やしていくのは難しいと思います。そこをどのように伝えて足を運ばせるのかということ表現の方法として考えていく必要があると思います。

委員長 ありがとうございます。
他にご意見はありますか。

委員 熱中症予防に関する取り組みについて、市内薬局で展開するということは着眼も良いし、大変素晴らしい活動であると感じました。あらゆる年齢層に対して熱中症予防をされており、例えば学校や企業でも熱中症教育を行っていると思います。ただこのような活動をする時に利用した方の年齢や性別、どのような問題があったのかが分かるような質問項目を考えて作り、それを記録として残してそれぞれの対象に対しての熱中症予防活動に繋げていけたら良いと思います。

委員長 ありがとうございます。熱中症予防に対してどのように予防していくか色々な配慮が必要だと思います。
特に企業内努力は、非常に重視されつつあるように感じていますが、健康に関して何か意見をいただけますと助かります。

委員 企業として色々な取り組みをやっていますが中々うまくいきません。2年前健康診断で高血圧が増えて、運動と塩分に気を付けましょうということで、コロナ禍ではあるものの、運動に参加できるものとして、健康マイレージやウォーキングマップを展開しましたが、参加する社員は増えませんでした。我々働く人間は、30～40代になると日中は仕事して疲れて帰宅するので、運動は出来ないというところがあります。取り組みとして、年配の方が座って話すだけにならないように、現場を回ってパトロールしています。社員食堂で受注しているお弁当も、油物や味が濃い物、甘い物を控えめにしておさじりしたものを増やしてもらおうようお願いしましたが、結果があまりない

ので、また色々な知識をいただければと思います。

委員長 ありがとうございます。
他にご意見ありますでしょうか。

委員 保健所からのお願いになりますが、基本方針2の重点1 栄養・食生活の「食育推進協力店登録の勧奨」について、こちらは保健所が主導的にやらなければならない事業ですが、残念ながら、3年間コロナの関係で行えていません。今年度は1件だけ新しく登録がありました。来年度以降は保健所も仕切り直して、登録のお願いで事業所へ足を運ぶ形になると思います。是非感触の良さそうな所がありましたらお声がけいただけたらと思います。

委員長 ありがとうございます。
他にご意見はありますか。

委員 要望になりますが、それぞれの立場の方から日々健康について考えていることを発現する情報交換の場を設けていただけると、この委員会はより深まるのではないかと思います。

委員長 ありがとうございます。
それではご要望のあったことを含めまして、ご検討いただくということによってよろしく願いいたします。
それでは、議題（3）その他について、事務局から何かありますか。

事務局 特にございませぬ。

委員長 本日予定の議題は以上ですが、ご要望がありましたように、議事に関連する話題等で、健康づくり事業などについて各委員の皆様からご意見等をお聞きいただければと思います。

委員 情報交換

委員長 委員の皆様ありがとうございます。これで全ての議事は終了させていただきます。皆様には貴重なご意見をいただくとともに、会の進行にご協力いただきありがとうございます。
それでは進行を事務局にお渡しいたします。

事務局 委員長ありがとうございました。委員の皆様には、非常に参考になるご意見や活発なご議論をありがとうございました。

これをもちまして、令和4年度第2回いきいき健康プランにつきん21推進委員会を終了いたします。先程事務局より申し上げました通り、来年度に第2次いきいき健康プランにつきん21の評価準備を実施します。昨年度ご承認いただきました通り、計画年度を1年延長しておりますので、令和6年度に次期計画の策定となる予定です。次回の開催は、7月頃を予定しておりますので、予定が決まり次第、ご連絡させていただきます。本日はありがとうございました。

(午後3時35分終了)