

平成 26 年度 いきいき健康プランにっしん 21 第 2 回推進委員会議事録

日 時 平成 27 年 3 月 19 日 木曜日 午後 2 時から午後 3 時 2 分

会 場 日進市保健センター 2 階会議室

出席者 <委員>

大澤功(愛知学院大学心身科学部健康科学科 教授)、中井英貴(愛豊歯科医師会
日進支部代表者 歯科医師)、塚本有里(前日進市教育委員)、松田直子(日進市薬
剤師会代表者 薬剤師)、大野忠夫(日進市ボランティア連絡協議会代表者)、松本秀
子(日進市食生活改善推進委員会代表者)、新美志げ子(日進市運動普及推進員代表者)、
深津いさ子(日進市スポーツ推進委員 委員長)、小室勢子(日進中学校 養護教諭)、
田口良子(愛知県瀬戸保健所 健康支援課長)、桑山一男(尾三消防本部日進消防
署 予防課長)、林輝夫(日進ウォーカーズ 代表者)、伊藤日奈子(市民代表)

<事務局>

梅村光俊(市民生活部担当部長)、小塚多佳子(健康課長)、伊東あゆみ(健康課主
幹)、所俊邦(健康課保健企画係長)、近野友美(健康課保健企画係主査)、木村文
香(健康課保健企画係主査)

欠席者 <委員>

早川真人(東名古屋医師会日進支部代表者 医師)、高木伸治(荒川工業株式会社代表
者)、宇野公秀(日進市老人クラブ連合会代表者)、秋田ゆかり(市民代表)

(順不同)

傍聴の可否 可

傍聴者の有無 無

<議 事>

事務局 始めに推進委員会の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、いきいき健康プランにっしん 21 推進に関する規則
により、委員長をお願いいたします。

委員長 議題 1 平成 26 年度いきいき健康プランにっしん 21 推進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 年度いきいき健康プランにっしん 21 推進事業実施状況について説明（資料No.1）

委員長 ご質問・ご意見はございませんか。

（発言なし）

委員長 第 4 回ワーキングのまとめを見ましたが、ここから何か具体的に実現すること等は決まっていますか。

事務局 今回はワールドカフェ方式を使い、ワーキング出席委員からいろいろな意見を出していただきました。これからこの意見を事務局内で検討し、実施していく予定です。

委員長 いろいろ面白い意見があり、これからの推進状況を楽しみにしています。
では引き続き 議題 2 平成 27 年度いきいき健康プランにっしん 21 推進事業実施計画について、事務局から説明をお願いします。

事務局 平成 27 年度いきいき健康プランにっしん 21 推進事業実施計画について説明（資料No.3）

委員長 ご意見、ご感想がありましたらお願いします。

（発言なし）

委員長 議題 3 「健やか にっしん宣言」にかかる作成経過について、事務局から説明をお願いします。

事務局 「健やか にっしん宣言」にかかる作成経過について説明（資料No.4）、及び平成 27 年 2 月のにっしんテレビ 「守り保ち、つくる 健やか にっしん」の視聴

委員長 ご意見、ご感想がありましたらお願いします。

委員 「健康都市宣言」というのは全国的にはどの程度実施されていますか。

事務局 健康都市宣言をしている市町村は他にも多くあります。なかには、世界的に有名な「健康都市連合」に加入している近隣市町もありますが、本市はこれには加入はしておりません。今回、宣言するに至ったのは、市制20周年を機に何かできないかと考えてのことです。

本市は平成22年の国勢調査で平均寿命が愛知県内で男性1位、女性2位で、5年前は男女とも1位でした。しかしながら、本市も高齢化が進み、後期高齢者が増え、医療費が右肩上がりが増えていきます。20年後にはさらに高齢者が増えるため、それを見込んで個人個人が健康に留意できるよう、市民一人ひとりに健康に対して自覚を持っていただこうと考えております。

委員 重点取組課題の「3栄養・食生活」で、野菜の摂取量増加への取組みとして、何か具体的に考えていることはありますか。

事務局 現時点では野菜を簡単に調理・摂取できるよう、乳幼児健診等の際に、ポスターやリーフレットなどの形で情報提供することを考えています。また、保健センターに来所された健（検）診受診者にも同じように情報提供する予定で、意識向上の手立てを考えています。平成24年度の国民健康・栄養調査で、愛知県は男女共に平均野菜摂取量がワースト1位です。おそらく本市も同じ状況にあると思われますので、重点的に取り組んで行きたいと思っております。

委員 住んでいるだけで健康について意識し、実行でき、健康になれるという環境づくりがこれから求められるのではないかと考えています。例えば既存のウォーキングコースに効果的なウォーキングを行うための脈拍数や歩幅の説明等の看板を設置したり、受動喫煙を防止している施設が増加したり、飲食店に入れば必ずカロリー表示がある等、子どもの頃から健康づくりを意識できるまちにするといいですね。「健康づくり市民サポーター」がこれからはキーになると思っておりますが、環境づくりが一生懸命出来ると健康に意識していない人でも、健康を意識することができるようになると思います。

事務局 この「健やかにつしん宣言」を行った後に、具体的に何を実施していくのかが求められますが、市としては各行政区につどいの場を1つずつ増やしていくことを1つの目標としています。地域サロンや趣味の場等と健康づくりの場を一緒にやっっていこうというものがつどいの場となり、社会資源の一つとなります。今後は福祉と健康が一体となった施策を進めていきたいと考えています。また「目に見えること」を大切にしていきたいと考えていますので、検診の啓発ミニのぼりや横断幕など、市民の目に触れ、実行できるようワーキングなどでご意見

をいただきながら、事務局内で検討し実施できたらと考えています。

委員長 教育とも一緒に行っていただきたいと思います。市民からすると「生涯スポーツ」と申しますか、それも大切ですのでぜひお願いします。

事務局 ご意見ありがとうございます。

委員 地域の老人クラブなどでは最近、世話人が減ってきていると聞いています。少しでもお手伝いできるなという考えを市民や高齢者にも持っていただけると良いと思います。何をやるにしても、個人でやることは限られています。その他に、小さな公園などをおしゃべりができるようベンチなどを設置し、憩いの場になれば良いかと思います。

委員長 海外では広場を中心としたまちづくりが行われていると言われていました。その他何かありますか。

委員 地域の老人クラブの会長を行っていますが、にしん体操を夏頃から第2・第4水曜日に行い、10数名が参加しています。現在は集会所内で行っていますが、いずれは屋外で行いたいと考えています。しかし屋外で体操する場合はCDしか使用できず、なかなか体操が覚えられない状況です。現在、スローテンポ版の曲で体操を行っているところですが、スローテンポ版の曲のDVDはありませんか。

事務局 CDは様々なテンポの18曲が入っていますが、スローテンポ版の曲を使用した映像のDVDはありません。今後市民の方々のご要望を取り入れながら検討したいと思います。つどいの場を広げていく中でにしん体操を取り入れていくと取り組みやすいと考えています。

委員長 愛知学院大学では体育館もあり、市民の皆さんに開放する等の話も出てきます。例えば大学でつどいの場をつくることもいいのではないかと思います。健康科学科の学生にアンケートを取りましたが、学生は社会とのつながりを求めていると結果が出ました。ぜひ体操の指導等、学生を有効に活用していただきたいと思います。

事務局 つどいの場を広げていくのにも、NPOや市民団体、大学との連携も考えておりますので、よろしく願いいたします。

また、小・中学校での取り組みもご紹介いただければと思いますが、いかがでしょうか。

委員 学校で実施している「いきいき健康プランにっしん21」については、「10分間保健指導」を実施してきました。第2次計画が出来た際には、この指導案も見直し、新しい保健指導計画を進めております。

まず健康づくりマスコットキャラクター「ヘルピー」がまだ浸透していないのではないかと養護教諭内で声があり、「10分間保健指導」を「ヘルピータイム」と名称を変更しております。内容は、小学1年生から中学3年生まで、発達に合わせた健康に関する知識の普及や保健指導をしています。

また、にっしん体操につきましては、小学校では多くの学校が運動会を利用し実践しています。小学校1年生・中学1年生のヘルピータイム「体力づくり」の中の時間で、本年度からにっしん体操の指導を始めることが出来ました。本校では講師を招き、中学1年生全クラス楽しく体操することができました。

また中学3年生は部活を引退すると体を動かす機会が減りますので、ちょっとした時間にウォーキングマップを使用し、ウォーキングを進めて運動不足の解消にと指導をしました。食生活につきましても新たに問題を見つけ、ヘルピータイムで指導できるといいと考えています。

委員長 教育の現場とも協力がどんどん進んでいくといいですね。

その他はよろしいですか。

皆様のご協力により、すべての議題が終了いたしました。では事務局にお返しします。

事務局 いただいたご意見をこれからの健康づくり施策に活かしていきたいと思います。これもちまして、平成26年度いきいき健康プランにっしん21第2回推進委員会を終了いたします。

(午後3時2分終了)