

平成 23 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 24 年 2 月 20 日 月曜日 午後 2 時から午後 3 時 10 分

場 所：日進市保健センター 2 階会議室

出席者：山中 克己、市川 みどり、早川 真人、森 茂、森 道成、波多野 了、大野 忠夫
福岡 光枝、齋藤 信子、小室 勢子、米井 ちさと、池田 基、林 輝夫、13 名

事務局：健康課長（以下 7 名）

欠席者：秋田ゆかり 1 名

（順不同）

傍聴の可否：可

傍聴の有無：無

議 事

事務局	開会のあいさつ
事務局	はじめに委員長の挨拶をお願いします。
委員長	あいさつ
事務局	それでは進行を委員長にお願いいたします。
委員長	議題1 - (1)平成23年度事業の推進状況についてと議題1 - (2)ウォーキングマップ事業について、説明をしてください。
事務局	資料No1平成23年度事業の推進状況に沿ってパワーポイントを併用して説明 資料No2ウォーキングマップ事業に沿って説明 ここで、ウォーキングマップのコース作成に携わった市民代表の委員の方に説明をお願いします。
委員	コース作成にあたっての留意事項、ポイントについて説明
事務局	ありがとうございました。また来年もご協力をお願いします。
委員長	ただいまの2つの議案について質問等ありますか。（質問なし） では、次の議題1-(3)にっしん体操事業について説明をしてください。
事務局	資料No3に沿って説明。にっしん体操を紹介したNHKニュース番組映像視聴。
委員長	何かご意見等ありますか。（意見なし） では、次の議題1-(4)健康づくり市民サポーター（仮称）について説明をしてください。
事務局	資料No4に沿って説明。
委員長	ただいまの議案についてご意見等ありますか。（意見なし） では、議題2へ移ります。議題2平成24年度推進計画（案）について説明をください。
委員	資料No5に沿って説明。
委員長	平成24年度推進計画（案）についてご意見等ありますか。
委員	先ほど視聴した番組の中にも今の説明にもあった表現で、にっしん体操を『踊ろう』という表現が気になります。子どもには『踊ろう』でもいいかもしれませんが、大人には『運動しよう』と言ったほうが良いと私は思います。どうですか。
事務局	確かにその通りです。今後対象に合わせて表現を工夫します。

委員	<p>まず、にっしん体操については子どもにはにっしん体操よりヘルピー体操と言った方が親しみやすくいいと思います。</p> <p>たばこ対策については、喫煙者の肺の写真など画像を使うのも効果的だと思います。</p> <p>健康づくりについては、団塊の世代を強く意識して欲しい。団塊の世代の医療費を減らす施策を考えて欲しい。</p> <p>健康づくりサポーターには健康コンテストなどもいいと思います。去年立てた目標に対してこれだけ達成できたなど競争意識もあると人間は頑張れると思います。</p>
委員長	<p>では、みなさんから一言ずつ、ご意見でも提案でもいいので順番にお願いします。</p>
委員	<p>受動喫煙防止対策認定施設申請のことや地域職域連携事業のことなどを一緒にやっています。健康・福祉フェスティバルでは、喫煙による肌への負担を知ってもらおうと肌年齢チェックをやりましたが、喫煙者本人よりも家でお父さんが吸うという方が多かったので、禁煙カレンダーなど、家に持ち帰って喫煙者本人に働きかけてもらえるような流れを作れたらいいと思いました。地域職域連携事業に関しては、メタボ予防、こころの健康、たばこ対策を一緒に取り組み始めたところです。平成20年度から取り組んでいる特定健診や特定保健指導も始めているが、その結果や分析も徐々に伝えていきたいと考えています。</p>
委員	<p>食生活改善推進員として男性や子どもなどを対象とした教室や講座などを行っています。今年度からはにっしん健康づくりサポーターにも参加するようになったので、来年度は食生活だけではなく、運動も取り入れてやっていく活動を考えています。</p>
委員	<p>にっしん体操について一言述べさせていただきます。</p> <p>中学校では、先月校長会を通じてにっしん体操の目的などの説明を受け、学校ではDVDを見ながらどのように取り組んでいくか検討している最中です。個人的にはまだ保育園や幼稚園で普及している段階だと思っていたので、先ほど視聴した番組に小学生がたくさんいて思ったより普及が進んでいて驚きました。中学校でもぜひやってみたいと思います。</p>
委員	<p>にっしん体操については、大変いいものができたと思っています。</p> <p>先ほど、団塊の世代の話も出たが、平成24年度の活動において高齢者の対応や自殺予防の対応等も出ています。モノを創る企業の立場からいくとデータに基づいて活動の方針を決めるというのがひとつの手法ですので、日進市の高齢者の人口あたりどこにかたまりがあって、どういう問題があるのかとか、自殺者のケースがどのくらいあるのかなどというデータが出されると活動の理由付けに説得力があるのではないかと思います。</p>
委員	<p>にっしん体操、ウォーキングマップについては、大変いいものができて嬉しく思います。ただ、先ほどは団塊の世代の話がありましたが、40代、50代の働き盛りで教育費などに非常にお金がかかる…そういう人たちはほとんど病院には来ないというのが現状です。それを考えると、その人たちに魅力的なもう少し何か考えられないでしょうか。</p> <p>たばこ対策に関しては、写真などの画像を見るのは非常にいいと思いました。あと、やめた方がいいという自分でも重々承知なことは周りから言われるのもいやだという状況はあるが、子どもや孫に『口が臭い』など、自分のかけがえのない者からそういったことを言われたら変わることもあるようです。</p>

委員	<p>体操の周知の話ですが、私はNHKの放送を全然知らなかった。せっかくこうしてメディアを使って放送するのであれば、前もって大々的に宣伝してほしかった。そうすれば、うちの待合室でも流せた。しつこいくらいに流さないとなかなか耳に入ってこない。くるりんバス、市役所、保健センターなど行政関連施設ではどこへ行っても四六時中流れているといったようにとにかくしつこいくらいの繰り返しが必要だと思う。それによって園児、小学生など子どもたちにとって影響があるし、そうなれば当然その親たちも影響してくる。</p> <p>昨日認知症の講演会に参加した。笑うこと・笑顔になること、人・社会との関わりが大事とのこと。</p> <p>健康に意識のない人たちをいかに引っ張り出すかが問題。連携というか、家族とかそういう関わりの方からなんとかできないか。</p>
委員	<p>2歳5ヶ月の孫がにっしん体操の曲を流すと、満面の笑みで踊りだす。2歳5ヶ月でこんなに反応するという事は、先ほどの意見にあったように、くるりんバスとかあらゆる所で流したら子どもが喜ぶと思います。子どもが喜べば大人もおじいちゃんおばあちゃんも嬉しいし、みんなが笑うから子どもはもっと笑いますし、とてもいいと日々思っています。今日も踊っていました。</p>
委員	<p>先ほど健康コンテストがいいんじゃないかというご意見が出ましたけれども、うちの子はピアノを習っていますが、発表会があるからがんばるところもあります。このようなモチベーションとか動機付けは非常に大事だと思います。健康コンテストと漠然と言われるとイメージしにくいですが、例えば地区ごとや学校ごとで、例えばにっしん体操を何回再生して体操したとか、ウォーキングマップだったらカードや磁気カードを作ってポイントを貯められるようにして、結果、どこの地区が一番健康づくりを頑張りましたということで、何か金品でもいいクーポン券でもいいが、それで将来的にかかるであろう医療費が抑えられると考えれば、そのくらいの予算は付くのではないかと感じました。</p>
委員	<p>団塊の世代と、医療費の話が出たんですけども、消防の方でも、救急の出動件数で6割以上が高齢者の救急搬送ということになります。これから団塊の世代の方が健康でいていただければ、高齢者の救急搬送も抑えられるし、そして本当に重症の人に救急車を使っていたというふうにも思いますので、高齢者の健康というのがこれからますます重要になってくると思います。</p> <p>それから、にっしん体操については、小学生が夏休みにやっているラジオ体操の場でやってもらうのがいいんじゃないかと思います。</p>
委員	<p>にっしん体操については10月の講習会に参加した。DVDも早速もらって会の方で披露したところ、もうすでに貸して欲しい人がいて貸し出している。順次そういう団体に貸し出しをしていきたいと思っている。</p> <p>個人的にも健康を気にしていて、毎朝愛知池を一周している。ウォーキングマップを作っているが、完成したあと起点が遠い人もいると思う。そういう人が歩きやすいコースを相談できるシステムを作ってもらえるとありがたい。</p>

委員	<p>運動普及推進員として老人クラブへ保健師と一緒にいくなど、にっしん体操の普及の手伝いをしています。</p> <p>市民会館では、にっしん体操のDVDが朝から夜まで流れています。保健センターでもCDを流しているし、市役所では毎朝職員全員が体操しています。が、朝だけでは一般市民の方がほとんど見ていないので、昼休み終了間際とできれば終業直後にもう一度やると思う。保健センターではどのようにしていますか。あと病院でも、開院時に体調の良い患者さんとお医者さんと看護師さんでやってはどうでしょうか。</p>
委員	<p>手続きが難しいかもしれないが、この小さな町に3つも駅があるという利点を生かして、駅を利用した周知ができると良いと思う。</p>
事務局	<p>まず、保健センターでどのようにしているかということですが、保健センターでも8時25分から職員みんなで体操しています。音楽は健診中などにかけています。</p> <p>市役所については、体操の時間について人事課と相談した結果、一番差し障りのない朝一番ということになりました。周知ということも含めてですが、まずは職員ができれば伝えていくこともできないということで、現在は職員の健康づくりという位置づけで行っております。</p> <p>また、職員全員が覚えることによって、地域での行事に健康課の職員が行かなくてもにっしん体操を教えるということができるようにもなっているし、今後は職員以外の一般市民の方でも普及のお手伝いをさせていただけるようにしていきたいと思っています。</p>
委員	<p>職員サポーターみたいのを作ればいい。</p>
事務局	<p>そうですね。</p>
委員	<p>徹底もいいけど、くどいと言われないようにバランスを考えて。</p>
委員	<p>くどいのは仕方がない。</p>
委員	<p>DVD・CDの配布・貸し出しについて説明してください。また、いただいたものをコピーしても大丈夫ですか。</p>
事務局	<p>団体については申請書のみで無償で配布しています。個人については新品のDVD・CDと交換でお渡ししています。コピーについてですが、音楽の著作権は大学の方にあるが、にっしん体操の普及のために使ってくださいと言われてるので、にっしん体操の普及を目的として使う分にはコピーしてかまいません。</p>
委員長	<p>他にないようでしたら、議題3その他をお願いします。</p>
事務局	<p>いろいろ貴重なご意見ありがとうございました。いきいき健康プランは今日が今年度最後の会議となります。この計画は平成14年度から策定委員会で審議していただいて、2年後の平成16年に完成しております。10年間の計画であり、25年度に終了するのですが、更新に向けて来年度からまた策定作業に入っていきます。更新可能な委員の方にはご意向をお伺いしますのでよろしくをお願いします。以上です。</p>
委員長	<p>議題のほうは以上です。これで終わります。</p>

(午後3時10分終了)