

令和4年度 第1回丸亀市保健医療推進委員会
(丸亀市健康増進計画推進会議)

開催日時 令和4年5月19日(木) 14時00分～15時20分

開催場所 丸亀市市役所2階 203・204会議室

出席者

(保健医療推進委員) 藤井園美子 今井啓司 川上雅史 木戸みどり 田中祥友 宮脇隆
山本久美子 中野実千代 松永真理 青木つね子 佐々木美紀子
(事務局) 奥村部長 合田課長 塩田副課長 安藤担当長 十河担当長 黒川 飛驒 卓
(傍聴者) なし

議 題

1. 開 会
2. 健康福祉部長あいさつ
3. 議事
 - (1) 令和3年度 第2次丸亀市健康増進計画 推進状況の報告
令和4年度 第2次丸亀市健康増進計画 推進計画について
 - (2) 今後5年間の推進について
 - (3) その他
4. 閉 会

開会(14時00分)

—事務局—

ただ今から、令和4年度第1回丸亀市保健医療推進委員会を始めます。会に先立ちまして、健康福祉部長より挨拶申し上げます。

—健康福祉部長—

本日はご多忙の中、丸亀市保健医療推進委員会にご出席いただきまして、誠にありがとうございます。また日頃から本市の保健行政にご支援ご協力をいただいておりますこと厚く御礼申し上げます。さて、皆様方のお力添えによって第2次丸亀市健康増進計画「健やか まるがめ21」後期計画が昨年度末に出来上がっております。この計画は今後5年間の本市の健康づくりの指標となるものであります。「みんないきいき わがまち丸亀」を基本理念に、健康で幸せなまちにすることを目指した後期計画に基づきまして、健康課を主管課として、健康で長生きすること即ち健康寿命をのばすことを目標に、皆様方と一緒にがんばってまいりたいと思います。本日は、昨年度の報告をさせていただいた後、後期計画の初年度となります今年度の推進について、また今後5年間の推進についての説明をさせていただきます。委員の皆様方には、それぞれのお立場から忌憚のないご意見を賜りたいと存じますので、何卒よろしくお願い致します。

—事務局—

本日の会議は委員15名のうち11名と半数以上の委員に出席いただいておりますので、丸亀市附属機関設置条例により、本会議の成立要件を満たしておりますことをご報告いたします。

また、本会議は公開といたしますので、会議録につきましては会議の概要を記録し、会長に確認いただいた後に、市のホームページにて公表いたしますのでご了承ください。

それでは、本日の議事に入る前に資料の確認をお願いしたいと思います。

(資料の確認)

これより議事に移りたいと思います。ここからは、藤井会長に議事進行をお願いしたいと存じます。よろしくお願いたします。

—会長—

本日の傍聴者はいません。

まず、議事(1)の第2次丸亀市健康増進計画「令和3年度の推進状況の報告」と「令和4年度の推進計画」について、事務局より説明をお願いします。

—事務局—

令和3年度 第3次丸亀市健康増進計画推進状況と令和4年度の推進計画についてあわせて説明させていただきます。事前送付しておりますお手元の資料をご覧ください。なお、資料の下部にページ番号を入れておりますので、ページ数を示しながら説明します。

まず始めに、資料の1ページをご覧ください。令和4年度より第2次計画の後期計画推進が始まっていますが、基本理念と施策体系は前期計画と同様です。健康増進計画では、生活習慣の改善や社会環境の整備によって実現される最終的な目標を「健康寿命の延伸」としており、施策体系に基づき推進しています。健康増進計画における推進主体については、「生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底」と「社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上」を主に行政が主体となって取り組み、「健康増進の基本要素に関する生活習慣及び社会環境の改善」は、市民・地域・行政が連携しながら取り組むことと明記されています。

それでは資料2ページをご覧ください。健康増進計画について資料の中から抜粋してご説明します。

施策体系の「生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底」から、第2次計画の重点取り組みとなっている「糖尿病」の分野についてご説明します。糖尿病の発症を予防するための生活習慣や特定健康診査等の健診受診勧奨については、地域のあらゆる機会を捉えて健康教育や相談事業を実施し、地域のコミュニティ誌への掲載などで啓発を行いました。また、コロナワクチン集団接種会場において、感染症に負けない免疫力を高めるための食生活や運動のポイントを掲載したチラシを配布しました。バランスの良い食事や適度な運動は、糖尿病予防にもつながるものであり、日頃の保健事業では接点が持ちにくい働く世代への意識づけにもなっていると感じています。令和4年度も機会を捉えて啓発を行うとともに、愛育班会員や食生活改善推進員(食改)、市民会議メンバーなどからの市民に身近な方々からの声かけを広

めていただけるような働きかけを行いたいと思います。

次に、小児生活習慣病予防の取り組みについては、各地区担当保健師が小学校養護教諭との意見交換を実施し、小学生の健康課題についての把握に努めました。令和4年度は、この情報交換から得られた健康課題について保健事業の中で予防的対策の強化を検討することや、学校教育課との連携をより深めていきたいと考えています。また、事前に送付させていただいたリーフレット「丸亀市の健診から分かるこどもとおとなの健康」は小学4年生に配布し、小児生活習慣病予防健診受診勧奨や家族ぐるみで生活習慣病予防に取り組む意識づけを図っています。

次に、特定健康診査及び特定保健指導実施率の向上の取り組みについては、未受診者へAI分析によるタイプ別の受診勧奨ハガキ通知を実施することや、がん検診との同時実施や集団特定健診により受診者の増加を図りました。35歳の特定健康診査受診者に対しては、食事バランスチェックの実施や運動の動画配信などによる生活習慣改善のきっかけづくりにも取り組みました。40歳代の受診者の3～4割はすでに生活習慣病に罹患しており、40歳代の受診も低いことから、令和4年度は、「35～39歳国保加入者の特定健康診査」を実施し、生活習慣病予防のきっかけづくりと40歳からの健診受診動機付けを図ります。また、特定保健指導が受けやすい体制づくりとして、対象者のライフスタイルに合わせたリモートでの保健指導を実施していく予定です。

次に、関係機関との連携の取り組みについては、働く世代に向けた健診受診勧奨チラシを商工会議所の会員に配布していただきました。また、青木委員さんから声をかけていただき、丸亀地域産業保健センターから事業所訪問をする際に、啓発チラシやウォーキングマップ等の配布をしていただきました。後期計画では、ライフステージに応じたアプローチを強化していくにあたり、とくに20歳代から50歳代の働く世代をターゲットにすることを掲げているため、今後も商工会議所や丸亀地域産業保健センター等との連携を継続していきたいです。また、保健所が地域・職域連携の会議を開催していることや、企業等への出前講座に出向いていることから、保健所との情報共有や連携した取り組みについて検討していきたいと考えています。

続いて、「がん」の分野です。国民健康保険での生活習慣病の外来医療費点数において、がんは糖尿病とともに、香川県の平均を超えて高い状況にあります。がん検診受診率向上の取り組みについては、集団がん検診インターネット予約を開始し、働く世代が予約しやすい体制づくりに努めました。令和4年度は、まずがん予防に関する正しい知識や生活習慣との関連について啓発するとともに、乳房を意識する生活習慣（ブレスト・アウェアネス）について理解を深めるため、乳房自己触診法等の研修会の開催を検討しています。また、40～50歳代の働く世代が検診を受けやすい体制づくりとして、休日検診日を増やし協会けんぽとの検診同時実施も予定しています。

次に資料の3ページをご覧ください。施策体系の「社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上」についてです。まず「次世代の健康」の分野では、子どもの良い生活習慣の確立として、とくに妊娠期からの禁煙対策・歯科保健の推進に取り組みました。令和4年度も禁煙対策・歯科保健の推進、朝食を食べること等について、妊娠届出時から妊婦本人や家族が意識するきっかけとなるよう啓発していきます。

続いて「高齢者の健康」の分野では、とくにコロナフレイル予防の啓発を実施しました。ロコモティブシンドロームや要介護状態に陥ることがないように、関係団体とも連携しながら啓発していきます。

次に資料の4ページをご覧ください。施策体系の「健康増進の基本要素に関する生活習慣及び社会環境の改善」についてです。健康づくりの分野から令和3年度の重点的に推進する健幸10か条になってい

た「食生活」「地域・環境」の分野の取り組みをご説明します。「食生活」分野においては、誰かと一緒に会話をしながら食事を楽しむという「共食」の啓発がポイントとなっていました。新型コロナウイルス感染症リスクを下げながらの食事の仕方を啓発する必要があったため、座る位置や会話の際にはマスクをつけることの大切さ等を周知しました。また、地域の幼稚園・こども園、飯山高校等に出向いての健康教育を実施し、子どもやその保護者世代への働きかけを行いました。食育SATシステムを活用した食事バランスチェックも継続しています。

次に、「地域・環境」分野においてです。「新型コロナウイルス感染症」をはじめとする感染症から身を守るため、あらゆる機会を捉えて「手洗い・マスクの着用」「三密の回避」などの感染症予防の啓発と、感染症予防を徹底した保健事業の実施をしております。また、地域のつながり、人と人との絆が強い地域では、健康度や幸福感を高めてくれるというプラスのメッセージを伝えるようにし、コロナ禍においても、人とのつながりを少しでも保てるよう健康情報の発信などを働きかけました。加えて、庁内関係課との連携を深め、効果的な健康づくりの推進ができるよう「庁内会議」を開催しました。運動分野の取り組みについての情報交換を行ったため、令和4年度に実現できるよう検討していきたいと考えております。

令和4年度の重点的に推進する健幸10か条は、1（い）つもよりのんびりする、4（事）故（感染症）から身を守る、6（無）理なく体を動かす、の3項目です。健康づくりに関心を持つきっかけづくりと糖尿病予防のための良い生活習慣を身につけることとして取り組んでいきます。推進にあたっては、健康増進計画「市民会議」メンバーと市の健康課題を共有し、市民の意見を反映した保健事業の充実を図るために一緒に取り組んでいきたいと考えております。令和4年度からは、市民会議のメンバーを健康づくりの分野ごとのグループ編成とさせていただき、活動していく予定です。

健康増進計画の推進状況等は以上です。

続きまして、食育推進計画の令和3年度の推進状況を報告します。

資料の2ページに食育推進計画の目標があります。自分にあった食生活の実践ができるよう食育SATシステムを活用した食事指導を実施しました。夏休みの学童預かりの小学生・学習支援センター友遊の小中学生・幼稚園児の保護者や、マルタスでの糖尿病等予防啓発キャンペーン・特定健診結果説明会・筋トレ教室の参加者等を対象に実施しており、色々な世代の方が自分にあった食事を知るきっかけになったのではと思っています。食育ネットワークのメンバーがそれぞれの活動をパネルにして6月に市役所ロビーで掲示しました。その後コロナワクチン集団接種センターで今も展示中です。食育ネットワーク会議で計画の見直しのため令和3年度は3回開催し、みなさんのご意見をききながら計画を作成しました。令和4年度は食育SATシステムを活用した食事指導を実施しながら新たに計画に追加されたデジタル化に対応した食育や環境に配慮した食育を実施されている機関団体の活動を啓発し、ネットワークメンバーの連携が増えていくようになればと思います。食育推進計画については以上です。

自殺対策基本計画の進捗状況についてご報告させていただきます。

3月自殺対策強化月間にあわせて市内図書館や美術館と協働し、自殺対策基本計画や市の自殺の状況、相談場所等の展示やこころの健康づくりに関するチラシ等の啓発物を配布し啓発を行いました。

また、相談・支援体制の整備では、健康課が実施しておりますこころの健康相談について、令和3年

度から市内の精神科の病院等にご協力いただき実施しております。相談後も支援が途切れないように相談に対応していただいた先生と地区の保健師で連携し支援を行っております。

令和4年度の取り組みについては、昨年度に引き続き、悩みや困難を抱えたご本人やご家族が安心してSOSを出すことができ、適切な支援につながるように、また、家族や友人ご近所の方等身近な気づきや見守り等の目を増やし、誰もが安心して地域で暮らしていただけるように、新しい自殺対策基本計画のもと庁内関係課や関係機関、地域の方等とより連携を強化しながら啓発や人材育成、相談支援体制の整備等に組みんでいきたいと考えております。以上です。

—会長—

続けて、議事（2）の「今後5年間の推進について」、事務局より説明をお願いします。

—事務局—

第2次後期計画の今後5年間の推進計画についてご説明します。資料の6ページをご覧ください。資料の左側から、健康づくりの分野、市の健康課題、後期計画の主な取り組み、目指す姿、年度ごとの重点取り組みを示しています。まず、前期計画と同様に、毎年度重点的に推進する健幸10か条を決めて取り組みます。お手元の資料では、オレンジで色付けしている項目が年度ごとの重点項目です。ただ、毎年度重点項目が含まれる分野のみに取り組むのではなく、各健康づくり分野でも主な取り組みの中から、重点的に推進する項目を決めて取り組んでいきたいと考えています。例えば、食生活分野をご覧ください。令和4年度は、食生活の主な取り組みの中から、「朝食をきちんと食べる」に重点をおいて啓発等に取り組んでいき、令和5年度には「バランスのよい食事をする」「野菜を食べる」こともプラスして取り組んでいく予定にしています。計画書の中には、主な取り組みの1つひとつに「市民一人ひとりや家族で取り組むこと」「地域で取り組むこと」「市が取り組むこと」の具体的な内容を明記しているため、ポイントを押さえながら進めていきたいと思えます。毎年度の重点的に推進する健幸10か条を切り口として、健康づくりのきっかけづくりと糖尿病の発症・重症化予防に視点をおき、ライフステージに応じたアプローチ、とくに20～50歳代の働く世代をターゲットにアプローチを強化していきます。各保健事業にポイントを落とし込むことや、各地区の特性に応じた健康づくりを住民と一緒に実践していきたいと考えています。

—会長—

ありがとうございました。

これまでの説明について、ご質問・ご意見ありましたら、よろしくお願ひ致します。

—宮脇委員—

ゲートキーパー養成講座について、食生活改善推進員等を対象に行うのは初めてですか。

—事務局—

平成28年からゲートキーパー養成講座を実施しております。より市民の方に存在の近い民生委員や市職員を対象にしておりました。コロナの影響もあり、一昨年度や昨年度は実施できない状況がありまし

たので、令和4年度は市職員や健康課と一緒に活動して下さっています食改さんや母子保健推進員さん等を対象に講座を実施したいと考えています。

—宮脇委員—

私は城西コミュニティの会長をしておりますが、あまり聞いたことがありません。計画の中に入っているのは存じていますが、8割くらいの方はまだまだ知らないという現状です。コロナの影響で実施していなかったということですね。講座を実施する中で、少しでも声かけ等を進めていってほしいと思います。

—会長—

ありがとうございました。他にご質問やご意見等はございませんでしょうか。

委員さんの中で、こんな活動はうまくいったとか、こんな風になると良い等がありましたら、今後の推進に反映していけるとと思いますので、具体的にお話をしていただきたいと思います。

—木戸委員—

いくつか提案をさせていただきたいと思います。

2ページの糖尿病のところリモートで保健指導を実施するとありましたが、夜にするという計画はありますか。働いている方は夜の方が実施しやすいのかなと思います。運動に関して、県の「マイチャレかがわ」を私は実践しています。実践するとポイントが貯まり、ポイントによってお店でお水をいただく等のシステムが非常に良いと思います。自分でチャレンジすることを決めて実践することや体重等を記録することもポイントにつながるというのは、自分の健康管理にもなりますし、県下で順位も出るため手ごたえがあります。「マイチャレかがわ」と丸亀市がコラボして推進していく、市民に紹介していくというのはどうかと思います。丸亀市独自の景品を考えると、より参加する方も増えてくるのではないかと思います。スマートフォンを持っている方が実践すると効果的だと思います。

6ページの推進について、食生活で「バランスの良い食事をする」を重点的に取り組むときに、歯と口腔の健康では「よく噛んで食べる」となっているため、お互いがコラボして進めていくと良いと思いました。

—会長—

ありがとうございました。まず、1点目のリモートでの保健指導について、決まっていることがあれば教えていただけますでしょうか。

—事務局—

リモートでの保健指導については、特定健診後の特定保健指導での実施を考えております。委託事業での実施を予定しています。仕事をされている方のご都合にあわせて、休日や夜間を考えていましたが、委託先の実施が難しく、まずは日中から始めていく予定です。今後、休日や夜間の実施を考えていきます。

—会長—

今年度初めて実施されるのですね。委託先との調整もあると思いますが、働いている人が指導を受けやすい体制づくり等も今後検討していただきたいと思います。

「マイチャレかがわ」と丸亀市のコラボの提案やスマホを活用した啓発等について、検討していることがありましたら事務局からお願いします。

—事務局—

「マイチャレかがわ」につきましては、県と市が内容や啓発について等の情報共有しておりまして、市の方でも周知しているところです。コミュニティとも話し合いながら推進してきました。県の事業の継続性について不確かなところがありましたので、マイチャレを利用したの推進が今ひとつ進んでいなかったところです。丸亀市独自の景品については、予算のこともありますし、決まっていない現状です。マイチャレを利用してではなく、スマホ等 I C T を活用した取り組みについては、検討していきたいと思っています。

—会長—

丸亀市独自の景品については、予算的なこともありますので、今年度のことにはならないということですが、I C T をうまく活用していくと、若い世代の方が何かやってみようというきっかけになると思います。発信方法については今後検討していただきたいと思います。

また、食生活と歯と口腔の健康のコラボによる効果等について、分かりやすく市民に伝えることのできる方法についても考えていくと良いと思いました。

その他、ご質問やご意見等はございませんか。

—宮脇委員—

計画の概要版を5月に全世帯へ配布しましたね。5月のコミュニティ役員会で、概要版が自宅に届いているのを存じているかと問うと、2～3人しか知らなかったです。多くの資料が配布されますので、なかなか目を通すのは難しいですが、役員さんは地域の情報を知ろうとするため、残念なことだと思いました。せっかく審議会や市民会議等で検討して計画を作り上げたのですから、もう少し各地区で積極的に語りかけてもらいたいと思います。複数回話していただけると印象に残ります。アンケート調査等から各地区担当保健師さんも地域の情報を持っていることと思います。地域の方に健康面のことを理解してもらいたいと思いますので、強く要望します。

—会長—

概要版を配られただけでは目を通すことが十分ではないため、少しでも説明していただけると、より自分たちの健康に対して意識づけができるのではないかと思います。色々な機会で説明するという地道な活動の積み重ねで、自分の健康は自分で守るという健康寿命を延伸するための一歩になると思いますので、取り組んでいただきたいと思います。

—山本委員—

宮脇委員さんもお話していただきましたが、概要版を配っただけでは活用できないと思います。出来上がったものをどう生かしていくかが1番大事だと思います。私たちの活動は生活習慣病予防にあたっての健康的な食生活の提案です。各地区で自治会長会があると思いますが、食改から自治会長さんに、料理教室のご希望があればご連絡くださいとお話すると、毎年何件かは連絡が入ります。自治会長会等で「見てくださいね」と念押しするだけでも効果があがってくるのではないかと思いますので、ぜひ機会を活用していただきたいと思います。他課とタッグを組んでの市民への啓発活動も大切だと思います。

—会長—

宮脇委員、山本委員のご発言にもあるように、色々な会議等の機会を利用して説明するということが意識づけにもなりますし、会長さん等から地域住民のみなさんに広がっていくと思いますので、よろしくお願い致します。

—木戸委員—

「健診から分かるこどもとおとなの健康」チラシの内容が充実していると思いました。アンケートや健診はやりっぱなしのことも多いですが、このような形で啓発することは小学4年生や保護者の方に意識してもらえると思います。概要版と同じように多くの市民の方々へ伝えていただきたいため、広報に抜粋して掲載していただきたいと思います。

—会長—

ぜひ広報等を通じて幅広い方々に知ってもらえる機会を設けていただきたいと思います。

事務局からも何かございませんか。

—事務局—

昨年度、商工会議所や地域産業保健センターと連携させていただきありがとうございました。チラシ等の配布で何か反響や効果、ご提案がありましたら積極的に取り組んでまいりたいと思いますので、教えていただきたいと思います。

—会長—

実際、具体的にどのようにしていくのかについては、皆様方から効果的な取り組み等を事務局にお話しただけければ計画推進に反映できるのではないかと思います。

—宮脇委員—

健幸10か条の重点項目はどのように決めているのですか。

—事務局—

健幸10か条の重点項目については、分野の関連性をみながら選んでいるところです。例えば、6体を動かすと休養も必要ということで1を選び、感染症予防も大切ということで4も含めています。令和5

年度は2・9・10で、タバコとお酒の影響について健診を受けてチェックしましょうという形で選んでいます。

—会長—

それでは、議事最後の(3)その他について、何かございますか。
なければ、事務局から何かありましたらお願いします。

—事務局—

今回の会議は、令和5年2月頃を予定しており、今年度の推進状況について報告する予定です。よろしく願いいたします。

—会長—

今回の会議についてもご出席よろしくお願い致します。
それでは、本日の議事については、全て終了いたしました。
みなさまご審議ありがとうございました。

—事務局—

藤井会長、議事の進行ありがとうございました。

また、委員の皆様におかれましては、長時間のご審議、ありがとうございました。有料の市営駐車場に駐車された方につきましては、無料駐車券を用意しておりますので、お申し出ください。

また、市役所1階エントランスホールにて、健康づくりのパネル展示を実施しておりますので、お立ち寄りをよろしくお願い致します。

本日の会議は終了いたします。ありがとうございました。

閉会（15時20分）