

審議会等の会議結果報告

1	会議名	令和5年度第5回津市健康づくり推進懇話会
2	開催日時	令和6年2月15日（木）午後2時から午後3時30分まで
3	開催場所	津市役所本庁舎 8階大会議室A（津市西丸之内23番1号）
4	出席者の氏名	（津市健康づくり推進懇話会委員） 清水真由美、草川雅之、亀井貴彦、松室泰輔、藤田創、柘植美保、小林小代子、朝倉征子、溝田久孝、野口寛子、佐藤典子、川田いくこ、佐藤弘道、森田由貴、中川恵子、奥山典子、奥田忠司、盆野綾子（敬称略） （18名） （アドバイザー） 三重県津保健所 副所長兼保健衛生室長 紀平由起子 （事務局） 津市健康づくり課 健康医療担当参事(兼)健康づくり課長 米倉一美 保健指導担当主幹 岡林洋子 保健指導担当副主幹 井川裕子 主査 石川絵里子 主事 隈元健人
5	内容	1 あいさつ 2 津市第4次健康づくり計画について 3 懇話会活動の振り返り 4 津保健所からの連絡とアドバイス 5 その他連絡事項
6	公開又は非公開	公開
7	傍聴者の数	0人
8	担当	健康福祉部健康づくり課 電話番号 059-229-3310 E-mail 229-3310@city.tsu.lg.jp

1. あいさつ

【事務局】

皆様こんにちは。定刻になりましたので、令和5年度第5回津市健康づくり推進懇話会を始めさせていただきます。本日もお忙しい中、御出席いただきありがとうございます。

早いもので、2月も半ばを過ぎました。今年は元日に、多くの死者・行方不明者・けが人を出した、能登半島地震がおこりました。亡くなられた方の御冥福をお祈りしますとともに、現在も避難生活を余儀なくされておられる方々に御見舞い申し上げます。本市におきましては、県を通じた派遣要請を受けて、1月4日以降各部署から人的・物的支援を継続して行っています。本日御参加いただいた委員の皆様のなかにも、被災地への支援に携わっていただいている方がみえると思います。被災地の1日も早い復旧・復興をお祈りすると共に、今後30年以内におけるとされる南海トラフ地震に備えて、健康づくりの観点からの啓発を行ってまいりたいと思います。

さて、前回の開催から3か月半ほどが経過しました。前回の内容を少し振り返りますと、「第4次健康づくり計画（案）と概要版（案）の修正点」、「津市の自殺対策についての現状と取組」について説明させていただきました。そのうえで、自殺対策の現状を聞いて感じたこと、身近な人の自殺を防ぐために必要と思うことについて、グループワークで意見を出していただきました。御意見を参考に、第4次健康づくり計画と同じ令和6年度からスタートとなる「第2次自殺対策計画」に反映し、進めてまいりたいと思います。

本日は、令和5年度最後の懇話会です。また委員の皆様の任期は5月末までの2年間ですが、任期最後の懇話会となります。コロナの影響による第3次計画の期間延長に伴って、任期の丸々2年間で、第4次計画策定に関わっていただきました。

皆様には、これまで御協力をいただき、本当にありがとうございました。間もなく4次計画が開始となります。健康は、年齢・性別・職業等の違いに関わらず全ての人が活動していく上での基礎となります。これからも、それぞれの御立場から、健康づくりの推進に御協力いただきますようお願いいたします。長くなりましたが私からのあいさつとさせていただきます。本日はよろしく願いいたします。

それでは、ここからは草川会長に進行をお願いします。

2. 津市第4次健康づくり計画について

【草川会長】

それでは、本日の会議を始めます。

懇話会には、健康づくりを進めていくための課題や効果的な取り組みについて協議し、課題の解決のために、他機関と連携を図りながら具体的な取組を進めるという進行管理の役割があります。

日頃から様々な分野で御活躍の委員の皆様には、津市第4次健康づくり計画策定に向け、日頃の活動で感じておられる健康課題について意見をお出しいただきありがとうございました。また、

横断的に健康づくりに関する取組を考える機会になったかと思います。

本日は、津市第4次健康づくり計画について、進捗状況の報告と、計画書・概要版の修正内容について、事務局からの説明の後、振り返りのグループワークを行います。

では、事項書2、津市第4次健康づくり計画について、進捗状況の報告と、計画書・概要版の修正内容について、事務局から説明をお願いします。

【事務局】

計画の進捗状況について、簡単に説明させていただきます。

前回、第4回懇話会で修正点を説明させていただきましたが、こちらを「第4次健康づくり計画（案）」として、市長と、津市議会に説明し、12月6日から1月9日までの期間に、パブリックコメントの募集を行いました。

また、12月に開催の津市議会定例会において、計画についての質問をいただきました。これらを踏まえて、本日皆様のお手元にお渡しした計画（案）を最終（案）とさせていただきますので、よろしくお願いします。

計画書・概要版の前回からの修正内容についてお伝えします。

まず、計画書の表紙をご覧ください。懇話会委員よりいただいた写真を大きく配置しています。

計画書の62ページをご覧ください。先ほどお伝えしたように、議会で質問のあった、慢性閉塞性肺疾患、COPDに関して、ページ下部の健康情報のタイトルに喫煙を加え、「喫煙や受動喫煙による体への影響」としました。また、文章中最後の行の慢性閉塞性肺疾患の後に（COPD）と加えました。

計画書の73ページをご覧ください。こころの健康分野の私ができること・心がけることの高齢期にも「不安や悩み等を相談します」を追加しました。

計画書の74ページをご覧ください。前回の懇話会で、こころの健康分野の、市が取り組むことと学童期思春期の一番目に「こころの相談窓口の周囲を図ります」を追加することをお伝えしましたが、その際の懇話会で高齢期にも入れては、と御意見いただきましたことから、高齢期の一歩目にも同様の文言を追加しました。

裏表紙をご覧ください。大目標のイメージ図を作成しました。お手元に第3次の計画冊子はお持ちでしょうか。裏面に大目標のイメージを掲載していますが、第3次健康づくり計画の際のイメージ図は、大きな木の周りに人がいて、というイラストになっています。今回は、この木を見ている皆様自身が周り的人であり、イラストであえて表さないことで、さまざまな人を表現しました。大地にしっかり根付いた大きな木、そして木に鈴なりの健康の実というイメージです。

計画書については、大文字を小文字にするなどの細かい修正はありますが大きくは以上です。

続いて概要版をご覧ください。

表紙について、以前のサブタイトル「5年後・10年後どうなっていいたいですか」という問いよりも、前向きなタイトルとして、「未来の自分のために健康づくりを」にしました。

2、3ページについて、レイアウトを若干修正しました。2ページの朝ごはんにあるイラストは、朝ごはんをイメージできるおにぎりや食パンを入れていましたが、最も摂食率の低い男性1

8～20歳代が一人でも朝ごはんを食べていることをイメージできるようなものに変更しました。3ページの、大タイトル2つ目、子宮がん検診の内容について、子宮頸がんについて理解が深まるよう、子宮頸がんの病気の説明を枠内に書き、枠外に子宮体がんと違う点を記載しました。また、市民ができることとして、感染予防のためのワクチン接種、早期発見のためのがん検診受診について記載を加えました。

4、5ページについて、見やすくなるよう色調を変更し、以前あった草引きのイラストが社会活動としてイメージしにくいのではと意見があったため、手洗いのイラストに変更しました。

次に6ページについて、内容を見てもらいやすいよう食生活・栄養の文言を減らし、文章を少し削除し、イラストも変更しました。

最後に裏表紙について、上部の自分が続けたい取組を考えてみよう、の枠外に散歩するイラストを追加し、文字の大きさや余白の調整などを行いました。

こちらを3月に印刷し、4月から活用する予定です。作成に関して御意見や御協力を頂戴しありがとうございました。4月以降皆様も一緒に御活用いただき、健康づくりを進めていただきますようよろしくお願いします。以上です。

3. 懇話会活動の振り返り

【草川会長】

続いて、懇話会活動の振り返りについて説明をお願いします。

【事務局】

事項書3、懇話会活動の振り返りとして、この2年間の会議の経過について御確認いただき、その後グループワークにて皆様の健康づくりに向けた想いを共有し、今後の健康づくりをどのように進めていくかの意見をいただきたいと思います。

まず、津市第4次健康づくり計画書の87ページをご覧ください。ここから津市健康づくり推進懇話会について記載しています。

87ページには要綱を載せており、次のページは名簿です。途中で委員交代のあった所属の方につきましては2段で記載しています。

89ページの上段にこの2年間の会議の日程及び内容を記載いたしました。令和4年度から順に振り返ります。

まず令和4年6月2日、市長から委嘱状を交付いたしまして、その後第1回懇話会を開催いたしました。第1回では、津市第3次健康づくり計画についての取組を説明し、津市第4次健康づくり計画策定に向けて、スケジュール等の説明をいたしました。

令和4年度は計画策定に向けてのアンケート調査を市民の方と小中学生に向けて実施しましたので、委員の皆様にはそれぞれのアンケートの内容を御確認いただき、結果について共有し御意見をいただきました。また、第3次健康づくり計画の取組について振り返り、課題について検討いただきました。令和4年度の第2回、3回、4回と回を重ね内容を深めました。

令和5年度には取りまとめた御意見をもって、計画書案を作成し確認いただきました。具体的にどのように取り組むかや、懇話会からのアドバイスについても積極的な御意見をいただき本当にありがとうございました。

令和5年度は計画書の概要版も検討いただきました。概要版は一番市民の皆様の目に触れる資料ですので、内容だけでなく、表現についてもわかりやすいようにとの御意見もいただきました。さらに第4回の懇話会では津市の自殺対策についても御討議いただきました。

そして本日、総まとめとして御意見を一部しか反映できなかったものもありますが、御手元の計画書の内容にて、4月配付に向けて準備をしています。

89ページの経過には簡単にまとまっていますが、毎回、皆様からの率直な御意見や、こんな表現にしたらいのでは等、具体的に教えていただき、何より皆様の所属での日頃からの健康づくりの取組を聞かせていただきました。ぜひ皆様の貴重な御意見をグループワークでいただき、津市民がより健康になれるような具体策等についてお聞かせいただきたいと思います。

グループワークをお願いします。

【草川会長】

懇話会活動の振り返りについて、今後のことを含めて話し合っていたきたいと思います。

(グループワーク)

【草川会長】

各グループ順番に発表していただきたいと思います。4グループからお願いします。

【奥田委員】

4グループです。はじめに、懇話会活動の振り返りについて話し合いました。

認知症について、大きな分野として設定されておりましたが、本人だけではなく、認知症が今後増加すると予測される中で、周囲の人の健康面についての議論をしたかったという意見がでました。

繋がりについて、健康への取組にあたり、仕事や企業内の組織での繋がり以外に、人と人が長く続く繋がりを持つことは大切だという意見がでました。

その他、健康に無関心である人が多いということ、災害への備えを深く考える機会となった、健康について考える機会が増えたという振り返りがありました。

次に、今後の取組については、健康に関する啓発について話し合いました。

健康まつりについては、若者にどのように健康の大切さについて伝えていくかが課題であり、会話やパンフレットを配布するだけでなく、ほかの手法を考えていく必要があるのではないかとの意見がでました。

企業での取組については、広報活動の一環として、市民に健康の大切さについて伝える場を企業が発信できる可能性があるため、企業への働きかけも必要ではないかという意見がでました。

健康づくり計画の推進については、どのように活用するかが肝心であり、計画に関連することに取り組んだらポイントがたまる等のインセンティブを設けたらどうかという意見がでました。例えば、概要版の裏面に記入いただいた人にポイントを付与してはどうかという提案がありました。

その他、時間がない人が多いため、そのような人に対しての健康についての発信方法が課題ではないかという意見がでました。

【佐藤（弘）委員】

3 グループの振り返りとして、2年間の懇話会活動により、健康について考える機会となり、以前と比較して、各委員が健康に対する当事者意識を高めることができたという話を中心でした。

第4次健康づくり計画の策定にあたり、懇話会で話し合いを重ねてきましたが、今後どのように市民に啓発していくかが課題であると思います。大切なことが網羅されておりますが、計画書のまま終わってしまうのは意味がないため、イベント、講演会で活用するなど、活動の幅を広げていく必要があるのではないかという意見がでました。

啓発については、健康に関心がある人は自発的に情報収集すると思いますが、そうでない人に対して健康意識を浸透させていくために、クッキングチャンネルのような話題性があるもの、面白いコンテンツ等を企画するとよいのではないかという意見がでました。例えば、健康づくりタイムのように、行政情報番組で健康づくり推進懇話会の枠を設けて、5分程度、減塩のクッキングチャンネルを企画するとよいのではないかという提案がありました。

【中川委員】

2 グループの振り返りとして、人手不足によるA Iの活用により運動不足が懸念される中で、2年間の懇話会活動により各委員が健康について意識する機会となりました。SNSの発達により様々な意見が飛び交っておりますが、それらを鵜呑みにせず自分にとってどうかを考えていくことが、その人の健康度をあげることに繋がるのではないかという意見がでました。

子育てについては、コロナ渦でスマートフォンを活用しながら子どもと1対1の環境となり、育児中の親御さんにとっては不安やストレスを抱える日々だったという話題がありました。子育て支援センターに来て安心したり、相談しながらママ友を作ったりすることで不安解消を図っている人が多く、対面相談が大切ではないかとのことでした。

これに関連して、現在は多くの人が電話ではなく、LINEでやり取りを済ましており、人とのコミュニケーションが取りにくい社会になっているので、人と話すことを意識する必要があるのではないかという意見もでました。

今後の課題については、健康づくり計画を手にとらない層に対して、懇話会で話し合ったことをどのように伝えていくか、若年層の意見を吸い上げながら健康づくりを進めていくことが大事ではないかとの意見がでました。

その他、近年定年延長の動きがみられるため、健康が一層大切になる等の意見もでました。

【柘植委員】

1 グループです。

第4次健康づくり計画について、「朝ごはんはしっかりと食べましょう」と記載がありますが、家庭の事情が異なるため、「スूप一杯でもいいですよ」と促すのがよいのではないかとの意見がでました。また、「健康＝体を動かすこと」と考えている人もいるため、頭を使うことも健康に繋がるということも啓発すると良いのではないかという意見がでました。頭を使ってもらい仕組みづくりも必要であると思います。

健康に対する意識については、40代、50代に対して若年層の意識が薄いため、心配であるとの意見がでました。60代からの健康を意識される方へのアプローチも必要という意見もでました。

自治体においては、各地域にどのような人が住んでいるか把握していると思いますが、関係部署で情報共有できれば、津市全体の健康づくりに繋がるのではないかと思います。

その他、子宮頸がんのワクチン接種が進んでいないこと、津市の防災について懸念する意見もでました。

【草川会長】

発表ありがとうございました。ゲンエンジャーの話題がでませんでしたでしたが、ゲンエンジャーは広まりつつあるのでしょうか。皆さんが来年度以降のことも考えて話し合っていたいただけたと思います。感謝しています。

4. 津保健所からの連絡とアドバイス

【草川会長】

保健所からの連絡とアドバイスをお願いします。

【保健所】

第4次健康づくり計画の策定にあたり、昨年度から委員の皆さんに熱心な討議をいただき、津市健康づくり課で、その討議を十分に踏まえ、10分野に12年間で取り組むべき内容をしっかり落とし込んでいただきました。策定にあたって、各団体から御出席いただいた委員の皆さんが我が事として、積極的に御発言いただき、十分に御議論いただいたと感じています。

今回の計画で、10分野のひとつになっています「たばこ」に関しては、検討の中で、様々な御意見があったかと思いますが、2020年の健康増進法の改正により、施設の一定の場所を除き喫煙が禁止される等の措置が定められたことから、件数は多くはありませんが保健所にも、店舗や企業等から、分煙や苦情等の相談があります。近鉄電車も今年3月からは、特急列車内全ての喫煙室を廃止することになっており、受動喫煙対策については、徐々に進んできているように思いますし、また今後も一層取り組むべきことと認識しています。

三重県が策定中の第3次三重の健康づくり基本計画については、最終案が1月に三重県公衆衛生審議会に諮られたところです。10年は非常に長く、今、動きは非常に速いので、今決めても3、4年後どうなっているかが分からないところがあります。今いない若い人たちは色々な意見を持っていると思うし、どう健康づくりに取り組んでいただくかが大事ではないかなと思っています。

さて、元日に発生しました能登半島地震は未だ、多くの地域で断水が続いており多くの方が不自由な生活を強いられています。三重県からも医療、保健等様々な分野での職員を派遣し支援を行っています。

今回の計画でも、10分野の最後に「災害への備え」があげられています。いつ災害は起こるかわからないということが、今回の能登半島地震で、一層強くなったと思いますし、また日頃からの備えが大事であると感じられたところです。

保健活動では、「平時に必要なことは全て災害時にも必要」と言われており、平時の活動が災害時にも活かされると認識しています。健康づくりも同じで、平時に取り組んでいることが災害時にも繋がっていきます。

このことも踏まえて、今回の皆さんで作っていただいた大目標「こころ豊かに楽しく元気に暮らそう」の実現に向け、それぞれのお立場で取り組んでいただきますようお願いいたします。

最後に、まだまだ、コロナやインフルエンザによる感染者数は減少している状況でなく落ち着いておりませんし、他県ではノロウイルス等による食中毒も発生しています。引き続き御自身の感染防止対策は気を抜くことなくよろしくお願いします。

5. その他連絡事項

【草川会長】

最後に、連絡事項についてお願いします。

【事務局】

事務局より2点連絡をさせていただきます。

1点目は、令和6年度の広報掲載についてです。広報津にて、津市第4次健康づくり計画を推進していくにあたり、健康づくりだよりに強化分野である「食生活・栄養」「運動」「生活習慣病・がん」の記事の掲載を予定しています。また、広報津5月16日号の市からのお知らせに2ページ分の掲載も予定しています。

原稿案をご覧ください。現時点での案になりますので、広報課を通して内容・レイアウト等は変わる可能性はありますが、皆様のお手元に5月中頃には配付されますのでぜひご覧いただければと思います。

続きまして、津市健康マイレージ事業についてです。3月8日（金）に今年度の抽選に係る申し込みは締め切らせていただきます。皆様お申込みはお済みでしょうか。

マイレージ事業は、市民の皆様が健康づくりの大切さについて考え自らの取組を始めるきっかけ

けづくりとして、三重県と各市町が平成30年から取組を進めている事業で、今年6年目になります。申し込み受付後は抽選し、当選者の方にはサオリーナの個人利用回数券や市の特産物を送っています。

抽選は、草川会長と小林副会長に今年もお願いいたしました。昨年度の様子はホームページにも掲載させていただいています。

【草川会長】

ありがとうございます。時間になりましたのでこれで終わります。気を付けてお帰りください。