

令和8年度 第1回津市健康づくり推進懇話会会議録

1	会議名	令和8年度 第1回津市健康づくり推進懇話会
2	開催日時	令和8年6月4日(木) 午後2時45分から午後4時まで
3	開催場所	津市役所本庁舎 4階庁議室 (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) 深井英喜、草川雅之、松室泰輔、村林雅斗、柘植美保、岡本麻衣、竹野絵理子、小林小代子、堤春美、溝田久孝、谷口美子、青木幸枝、服部城太朗、佐藤弘道、伊藤晴美、遠藤由美、奥山典子、眞柄洋子、後藤賢一(敬称略)(19名) (アドバイザー) 中井芳 (事務局) 健康福祉部保健担当参事(兼)健康づくり課長 岡林洋子 保健指導担当主幹 木村有美 保健指導担当副主幹 米倉一美 主査 黒川珠羅 主査 前田はつ美 主査(兼)白山保健センター 橋本優 保健師 加田莉沙子 主事補 長江愛可
5	内容	1 あいさつ 2 会長・副会長の選出 3 津市第4次健康づくり計画について 4 これまでの健康づくり推進懇話会の活動について 5 健康づくり推進懇話会の取組について 6 健康まつりの啓発について 7 保健所からの情報提供 8 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】

本日はお忙しい中御出席いただきありがとうございます。只今から令和8年度第1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。開催に先立ちまして健康福祉部保健担当参事兼健康づくり課長の岡林より御挨拶申し上げます。

【事務局】

第1回健康づくり推進懇話会の開催にあたりまして一言御挨拶を申し上げます。この度、健康づくり推進懇話会をお引き受けいただきましてありがとうございます。この懇話会は2年間の任期となりまして、今回初めて御就任いただきました5名の方、再任の方16名、合わせて21名の委員の皆様にお越しいただいております。御欠席の方お2人(奥田委員、高山委員)おみえになりますが、21名の方に御協力をいただき、健康づくりの推進に取り組んでまいりたいと存じます。

初めに「津市健康づくり推進懇話会」につきまして、簡単に御説明させていただきます。津市健康づくり推進懇話会設置要綱を御覧ください。第1条にありますように、本市の住民の生涯にわたる健康づくりに係る施策に関し広く意見を求め、その効果的な推進に資するために設置した会でございます。懇話会委員の皆様におかれましては、赤ちゃんから高齢者までの市民の健康づくりに係る施策に関しまして広く御意見を頂戴したいと存じます。

本市では委員の皆様と課題を共有いたしまして話し合いを重ね、令和6年の3月に第4次津市健康づくり計画を策定しました。ライフステージごとに10分野、それからその中の3分野、「食生活・栄養」「運動」「生活習慣病・がん」となりますが、こちらの強化分野としまして住民の皆様の健康に資する取組を進めております。直近の2年間のうち、令和6年度は、委員の皆様強化分野のうちの「食生活・栄養」と、「生活習慣病・がん」の2つを中心に地域や所属の取組について御協議いただきました。その御意見をまとめまして、啓発媒体を作成させていただいております。また、昨年度令和7年度でございますが、こちらは運動を中心に各分野から話題提供をいただき、地域や所属での取組について御協議をいただきました。

これからの2年間、令和8年度から9年度にかけてはこれまでの協議の経過を踏まえまして、ライフステージごとに健康づくりの取組について新しい視点で幅広く御意見を頂戴できればと考えております。どうぞ2年間、よろしくお願いいたします。

【事務局】

続きまして、本懇話会のアドバイザーとして、津保健所副所長の中井様に御参加をいただきます。中井副所長様、よろしくお願いいたします。

【津保健所 中井副所長】

皆様、こんにちは。よろしくお願いいたします。

【事務局】

ここで、本日担当させていただきます職員の御紹介をさせていただきます。健康づくり課保健指導担当 木村、白山保健センター 橋本、保健指導担当 黒川、米倉、前田、加田、健康づくり課管理担当 長江、以上でございます。この職員で、これから2年間進めてまいりたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

本日、21名の委員様のうち19名の委員さんに御出席を頂いておりますので、津市健康づくり推進懇話会設置要綱第6条第2項の規定により、会議が成立していることを御報告いたします。本日は、久居一志地区医師会の奥田委員様、津歯科医師会の高山委員様が御欠席と伺っております。なお、本会議は津市情報公開条例第23条の規定に基づき公開の対象となるため、議事の内容につきましては録音をさせていただきます。また、内部資料とするため、会議の様子を撮影させていただきますので、御了承ください。

2. 会長・副会長の選出

【事務局】

次に、懇話会の会長・副会長の選出をお願いしたいと思います。懇話会設置要綱第5条により、会長・副会長の選任は委員の互選となっておりますが、いかがいたしましょうか。

【溝田委員】

事務局何かお考えありますか。

【事務局】

ございます。

【溝田委員】

もしよろしければ。御紹介いただけますでしょうか。

【事務局】

お声を頂きましたので、草川委員に会長を、小林委員に副会長を推薦させていただきたいと思いますが、いかがでしょうか。

<一同拍手>

それでは、会長を草川委員に、副会長を小林委員をお願いしたいと思います。申し訳ございませんが、中央のお席のほうに御移動をお願いいたします。

では、草川会長から一言お願いいたします。

【草川会長】

今年は既に課題に関しては、前年度、一昨年度で済ましています。それぞれがグループワークをして課題を拾い上げた、あるいはどのように広めていけばいいかという話をしました。令和6年度から17年度まで計画はありますから、13年度までは、具体的な次の健康づくり計画に関する話はする必要がないため、あと数年は私たちが現状をいかに把握してそれを次の施策に結びつけるために何がポイントかというところを、自分たちの今の暮らしの中から見つけて、それをちゃんと行政に伝えていかなければならないのです。毎日そういう目を持って暮らしていけたらと思います。

例えば運動のことを知っていらっしゃる方は、大きな格差があると実感しておられると思います。一生懸命運動して健康な御高齢の方もあれば、ほとんど健康に関心がなく、あまり健康への意識をしない暮らしをしたままで、ある一定年齢で明らかな標準的なものを超えた衰えが次々と出てきているような方もいらっしゃいます。お城ホールへの階段を一気に上がると結構辛いです。市長さんは走って上がれるそうなのですが。そういうことを日々感じていて、格差の部分はいかに埋めていくか。中抜けの部分を縮めていく。あまり意識を持っていないせいで、健康の被害、障がいみたいなものが徐々に増えつつある人たちを、いかにそういったことから離れていってもらおうかということと一緒に考えていかなければいけないかというふうに感じて、今この席に就いています。皆さんもそういうことを含めて、所属したいことを明確に持って、この会に関わっていただけたらと思います。

【事務局】

ありがとうございます。続きまして小林副会長、一言お願いいたします。

【小林副会長】

小林と申します。一生懸命やらさせていただきますので、よろしくお願いします。

私は食の部門、スポーツの部門、両方をいろいろ地域の皆さんに広めるために活動を行っております。やはり自分で動いて自分で楽しくする、そして皆さんに広めていくということができればと思っております。いつも笑顔で明るく、食とスポーツで取り組んでいきたいと思っておりますので、皆さんと一緒に頑張らせていただきますので、よろしくお願いいたします。ありがとうございます。

【事務局】

ありがとうございました。ここからの議事進行につきましては、草川会長にお願いしたいと思います。よろしくお願いいたします。

3. 津市第4次健康づくり計画について

【草川会長】

それでは会議を始めます。事項書3のとおり第4次健康づくり計画について、事務局から説明をお願いいたします。

【事務局】

津市第4次健康づくり計画について説明いたします。資料1をご覧ください。「津市第4次健康づくり計画」について概要の説明をさせていただきます。計画の概要については、2年前にご説明しておりますが新規委員の方もおみえになりますので、本日は簡単に説明させていただきます。資料の左上には、関連する計画書や概要版のページ数を記載しました。1ページ上の資料、この第4次計画は令和17年度までの12年間としましたが、計画の内容については、毎年、実施状況や目標達成状況などの進捗評価、取組の改善や見直しを行い、令和11年度に中間評価、最終年度には目標達成状況など総合的な評価を行う予定としています。第4次計画の大目標は「こころ豊かに楽しく元気に暮らそう」を掲げています。

1ページ下 国の健康日本21（第3次）の概念図をご覧ください。国は健康増進法の第7条第1項の規定に基づき、国民の健康増進を図るために、基本的な方針を定め、令和6年度から17年度までの「21世紀における第3次国民健康づくり運動（健康日本21（第3次）」を推進することとしました。健康日本21（第3次）においては「全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」をビジョンとして掲げ、「誰一人取り残さない健康づくりの展開」を推進するとともに、「より実効性をもつ取組」の推進に重点をおくこととしています。

2ページ上の図は、津市第4次健康づくり計画の位置付けを示すものです。本計画は、国の「健康日本21（第三次）」や三重県の「ヘルシーピープルみえ・21」を勘案するとともに、国の「健やか親子21（第2次）」、三重県の「健やか親子いきいきプランみえ（第2次）」、津市総合計画及び各種計画との整合性を図っています。

下の図をご覧ください。こちらは、第4次計画の基本理念を表したものです。ヘルスプロモーションの考え方とソーシャル・キャピタルを健康づくりに活用した考え方を活かし、市民の健康づくりを総合的かつ効果的に推進します。市民が自ら健康づくりに努めるとともに、市民の努力を社会全体で支援する。また一人ひとりが生活の質を高め豊かな人生を送ることを目指します。坂道で「健康」と書いた丸い球を押して転がしている左の人が「健康づくりを行う本人」になります。球を転がす「本人」の背中を「家族」「地域住民」「行政関係者」の3人が押しています。「本人」1人で球を転がすより後ろの3人の力を合わせていく方がより早くより先に安心して進むことができます。また、「本人」を支え、一緒に球を転がすことで、健康に関する必要な知識や技術を身につけ、病気を予防し、「より豊かな、その人らしい人生」を送ることを目指します。また、図は坂道となっているので重い球はなかなか前には進みません。より前に球を進めるためには、自助、共助、公助を協働して健康

づくりの環境や制度を整えることで坂の傾斜が下がり、健康づくりが進めやすくなります。

続いて、3ページ 第4次計画の4つの基本方針です。こちらは、計画書の6ページを合わせてご覧ください。4つの基本方針について、大切な部分となるため読ませていただきます。①一次予防に重点をおいた健康づくりを推進します。健康増進と病気の発症そのものを予防すること（一次予防）を推進します。病気を発症する高いリスクを持つ個人に絞り込んだ取組だけでなく、予防的働きかけにより集団全体に対する一次予防を重視します。また、個人の健康を支える環境を整え、市民の健康寿命の延伸を目指した取組を進めていきます。②協働しながら健康づくりを推進します。健康づくりはつながりの中で生まれ、広がっていくことから、健康づくりの仲間をつくることが大切です。また、健康づくりを進めるためには、健康づくり活動を行う個人を社会全体で支えることが大切であり、保健・医療・福祉のみでなく、教育等関係する行政分野や企業をはじめ様々な機関や団体と連携・協働して取り組みます。③目標を設定し評価しながら健康づくりを推進します。健康は多くの要素によってつくられていますが、健康づくりの成果は、数年では現れにくいものです。そのため、数値目標を設定し、目標に向かう取組過程を重視し、達成状況を質的にも評価しながら、健康づくりの推進に反映させます。④計画的に健康づくりを推進します。10分野ごとの健康づくりに取り組んでいきます。また、重点的に取り組んできた強化分野のうち、課題の残った食生活・栄養、運動、生活習慣病・がんの3分野を、引き続き強化分野として、年度ごとに計画的に進めていきます。

下に、第4次計画の体系図を示しました。大目標の実現を目指すために、津市第3次健康づくり計画を踏襲し、「食生活・栄養」「運動」「たばこ」「アルコール」「歯とお口の健康」「生活習慣病・がん」「こころの健康」「仲間づくり」「感染症・熱中症」「災害への備え」の10分野ごとに健康づくりの取組を行います。さらに、第3次計画の取組や内容を評価し、繰り返しとなりますが、課題が残った「食生活・栄養」「運動」「生活習慣病・がん」の3分野を重点的に取り組む分野とします。この強化3分野に対して、達成指標と、特に力を入れて取り組む重点世代を設定し、地域の社会資源との連携を計画的に進めていきます。10分野のうち第3次の計画までは「休養・こころ」としていた部分を第4次計画では「こころの健康」と分類名を変えています。

続いて、4ページ上のグラフをご覧ください。津市の全死亡における死因別割合のグラフです。1位、がん23.6%、2位、心疾患14.7%、4位、脳血管疾患9.2%と、合わせて約半数が生活習慣病によるものという結果でした。下に、昭和60年と令和2年の5歳年齢階級別の人口ピラミッドを計画で示しました。人口ピラミッドからも昭和60年から令和2年の35年間の中で大きく構造が変化しているのが解ります。人口の多い世代が高齢層に移行し、少子高齢化は進行しています。高齢化により介護が必要となる人や医療が必要な人が増え、その負担も増加していくことが予想されるとともに、介護や医療を支えることとなる若い世代の人数が少ないこと等多くの課題を考えていく必要があります。一人一人の健康寿命の延伸が急務であると考えられます。

5 ページの上、朝ごはんを毎日食べている人の割合のグラフです。枠で囲んだ部分をご覧ください。18～20歳代の男性40.4%、18～20歳代の女性57.1%と低い結果でした。また、小学生・中学生でも毎日食べていない人があるという結果です。子どもの頃から生活リズムを整え、毎日朝ごはんを食べる習慣をつけるように働きかけていきたいと考えています。下のグラフをご覧ください。このグラフは、意識して体を動かしている人の割合です。意識して体を動かしている18～40歳代の女性の割合が半数以下となっています。日常生活の中で今よりもプラス10分間、体を動かす時間を増やし、意識してこまめに体を動かすことができるよう働きかけていきたいと考えています。

6 ページの上、このグラフは、過去2年間に子宮がん検診を受診した女性の割合です。子宮がん検診を受診した20歳代の女性は21.6%という結果でした。子宮がんの罹患者数は20歳代から増え、40歳代がピークとなります。感染予防のためのHPVワクチンの接種と早期発見のための子宮がん検診の受診の大切さを伝えていきたいと考えています。

下に、第4次計画の大目標である「こころ豊かに楽しく元気に暮らそう」を実現するために、市民一人一人が実践する健康づくりのための行動である「私ができること・心がけること」を各分野、ライフステージごとに示したものになります。小さい表では見えにくいいため、こちらの概要版の見開きページで御確認ください。一番上の食生活・栄養の分野 朝ごはんを食べよう になりますが、ライフステージごとに具体策「私ができること・心がけること」が記載され、心がけている項目にチェックができるようになっています。この「私ができること・心がけること」に対して、関係する行政分野や地域の幅広い社会資源と連携をして進めていきます。

続いて、7 ページ上、津市健康づくり実践企業について説明をします。当懇話会にも、実践企業に登録いただいている所属の委員様もみえます。健康づくり課では、青壮年期に向けた健康づくりの取組として健康づくりを共に推進する企業を募集しています。津市健康づくり実践企業とは、従業員の健康づくりに積極的に取り組んでいる企業やこれから新たに取り組む企業で、登録の基準を満たしている場合に「津市健康づくり実践企業」として登録できます。左下のロゴは津市健康づくり実践企業のシンボルマークです。津市健康づくり実践企業へ、健康に関する情報提供や企業での健康相談・健康教育の開催に協力するなど、ともに健康づくりを推進しています。

下の図は健康づくり推進体制のイメージ図です。当懇話会も記載されています。この第4次計画を着実に推進するために、市民の方の健康づくりを、地域の様々な団体や組織などの社会資源と連携して協力し合い、共に取り組みを進めていくことを目指していきます。また、様々な団体・組織の代表者が委員となつていただいている この「津市健康づくり推進懇話会」より、日頃の活動から健康づくりに対する意見をいただき、協議し効果的な健康づくりの推進を目指しています。懇話会の委員の皆様とともに、市民の視点から考え、市民の健康づくりを進めていきたいと考えています。

最後のページです。計画書の裏表紙です。こちらは、第4次計画の大目標「こころ豊かに

楽しく元気に暮らそう」のイメージを「木」で表現したものです。「安全で安心して暮らせるまち」という大地から木が育ち、「つながり」「からだ」「こころ」という太い枝を大きく伸ばし、たくさんの健康という実を結び、こころ豊かに楽しく元気に暮らしていくという思いが込められています。大目標「こころ豊かに楽しく元気に暮らそう」の実現に向けて、懇話会の委員様とともに健康づくりを推進していきたいと思います。よろしくお願いします。

【草川会長】

ありがとうございます。事務局の説明に関して質問や御意見はありますか。生活習慣病という用語が中心的な用語で出てきましたが、服部委員は生活習慣病を自分の言葉で定義するならば、どういうふうなものだと理解しておられますか教えてください。

【服部委員】

がんや肥満など、普段の食生活やタバコ、運動習慣が原因で起こる身近な病気だと認識しています。

【草川会長】

青木委員さん、いかがですか。

【青木委員】

私も日常生活、その人の生活パターンに起因するような、そこに原因があるような病気なのかなと思います。

【草川会長】

生活習慣病といった時に、生活習慣が全ての原因だという捉え方に陥ってしまうと、何故自分で起こしたものをみんなの保険診療の対象にしなきゃいけないのかという極端な考えに至り得るので、実際のところ生活習慣が全てではなく、様々な疾患のリスクをそれぞれの遺伝的な素因として私たちは健康であることも、病気であることも、次の病気になり得ることも、なりやすいことも、なりにくいことも、素因として持っており、例えば高血圧の素因を持った人が減塩等の生活習慣で、できればコントロールすべきことを残念ながらできずに来た結果発症してしまった疾患という理解で、もちろんリスクがあっても起こらない人も起こる人もいます。リスクがとても低くても起こらない、起こる人も起こらない人もいます。塩の取れない地域で育った人が塩の取れる所へ出てきた途端に、急激に生活習慣病を発症するということは普通にあることであるため、生活習慣病の方が生きにくい世の中にしてはいけないと。そういった理解は追加しておいたほうがいいという気がしました。

4. これまでの健康づくり推進懇話会の活動について

【草川会長】

ほかに御意見や御質問はございますか。健康づくり推進懇話会の取組について、事務局より御説明をお願いします。

【事務局】

事項書4のこれまでの健康づくり推進懇話会の活動について簡単に説明させていただきます。まず、令和6年度の懇話会では、津市第4次健康づくり計画の初年度の年ということもありましたので、まずこの計画について委員の皆様にご理解をいただくとともに、委員の皆様からは、計画の中で特に取り組むことについて御意見を頂戴し、さらに、勉強会に関しての希望をお聞きしました。委員の皆様にご話題提供をお願いしたところ、久居一志地区医師会、奥田委員には、「糖尿病を含む、生活習慣病について」で津地区医師会、草川会長には、「健康寿命を阻害する疾患」についてお話をいただきました。また、事務局より「子どもの頃からの早寝早起きの習慣」「がん検診についての正しい知識について」話題提供させていただき、グループワークなどで委員の皆さんから御意見を頂いた内容をまとめて、「スッキリ目覚める」「がんから身を守る」「からだを動かす」をキーワードとした媒体の素案を事務局でまとめさせていただきました。

令和7年度の懇話会では、全国健康保険協会三重支部岡本委員に「全国健康保険協会三重支部加入者の健康課題について」、津市私立幼稚園協会佐藤委員から「子どもの育み～幼稚園での取り組みを通して～」で、三重大学と深井委員からは「人口、世帯構造及び就業構造の変化から見る地域の互助機能についての検討」という話題提供をしていただきました。資料2は、令和7年度の第1回から4回目までの懇話会のグループワークでいただいた御意見をそれぞれの回ごとにまとめたものになります。こちら第1回から第3回までは、主に強化分野の「運動」をキーワードにそれぞれの年代における現状や課題、取組について話し合っていました。全3回のグループワークのまとめから、どの年代におきましても、体を動かす機会が持てる環境づくりやきっかけの提供が大切であることが共通で整理されました。今後は、個人の工夫だけでなく、働きかけや環境づくりの面でも、体を動かす機会が自然に増えるような取組を進めていく必要があると思われました。4回では、「地域」「組織」という視点から、現状を振り返ることで、健康づくりに取り組めるような働きかけや機会の提供が必要であることを話し合われました。また、令和7年度健康まつり前に、令和6年度に頂いた意見を基にした媒体を作成しています。

【草川会長】

ご質問ございませんでしょうか。子どもの運動に関しては具体的な施策が既に津市として始まっておりますでしょうか。

【事務局】

こどもまんなか社会の実現に向けて、公園の整備であったりプールのもとあった敷地の改装であったり等子どもの対策、施策は進んでいると思います。

5. 健康づくり推進懇話会の取組について

【草川会長】

ほかに質問はございませんでしょうか。事項書5の懇話会の取組です。お願いします。

【事務局】

資料の3を御覧ください。健康づくり推進協議会の取組について、御説明させていただきます。令和8年度は本日を含めまして、合計3回の開催を予定しております。事務局は、今後はライフステージごとの健康づくりについて御意見を伺いまして、任期期間2年間をかけて市民の皆様周知できるような媒体等を作成することを目標に、皆様と協議を重ねていきたいと考えております。事務局はライフステージの中で、青壮年期における健康づくりについて協議してはどうかと考えております。健康づくり課としては今事業の中で、青壮年期は対象として関わるのが少ない年代となりますが、この年代は皆様方懇話会委員の年代でもあります。身近な課題として協議しやすいのではないかと思います。若年層の健康づくりについて前回のときに少しお話しさせていただきましたが、プレコンセプションケアという、言葉がございしますが、このケアについても話題として協議し、また働き盛りの世代に対する健康づくりについて御協議いただきたいと思いますと考えております。市民の皆様御提供できます成果物をつくるためには、目的や対象、それから何を目標とするかなども懇話会の皆さんで情報共有していただきまして、話合いの場を持ちたいと考えております。限られた時間の中での協議でありますので、まずは健康づくり計画に盛り込まれている在りたい姿や、指標を共有しまして、具体策として、私ができること、地域で進めていくこと、市が取り組むことについて、現状を見ながら話し合い、皆さんの御意見を基にした媒体が作成できるように、また、配布や掲示、配信など、実際の周知方法に関する提案なども踏まえまして、協議をしていきたいと考えております。

第2回は10月1日に予定しておりまして、第3回を令和9年2月18日に開催したいと思っておりますのでぜひ御予定をお願いいたします。また、第2回での協議がスムーズに実施できますように9月の初め頃に開催通知を送付させていただきますときに、10月1日に御協議いただきます内容に関する皆様の御意見を事前に伺うためのアンケートをL o G oフォームか紙面により実施したいと考えておりますので、御承知おきいただければと思います。以上です。

【草川会長】

御質問等はありませんか。

ＬｏＧｏフォームとは、行政が使うアンケートの媒体ですね。ウェブ上でアンケートを求める媒体。紙もしくはそれということは、それぞれ得意な分野で知らせていいですね。

【事務局】

まずは案内文書の所に紙面でアンケートもさせていただきますが、そこにＱＲコード、二次元コードを添付させていただきますので、ＱＲコードからオンラインでできるようにもさせていただきますし、あるいは、紙でそのまま書いていただきまして、御返送いただくこともできますので、どちらがお得意な方でしていただければと思います。

【草川会長】

課題の残る重点３分野に関して、青壮年期というライフステージで、この２年間取り組んでいくという部分は、今度の１０月までにそれは違うと。青壮年期ではなく別のライフステージがより肝心じゃないのかという御意見があれば教えてください。よろしいでしょうか。

お子さん方しか普段のお仕事で関わっていない方も、お子さんの親は青壮年期ですし。青壮年期は、１８歳は成年期に入りますか。

【事務局】

そうですね。

６．健康まつりの啓発について

【草川会長】

健康まつりについて、お願いします。

【事務局】

健康まつりについてお話しさせていただきます。今年度の健康まつりは、１０月の１１日曜日を予定しております。昨年度は健康づくり推進懇話会の皆さんの御意見を基にした、強化分野を中心とした媒体チラシ３枚を用いて、健康づくりについて懇話会からの提案として啓発させていただき、健康まつりの参加者のうち約２３０人の方に周知することができました。事務局としては、御参加いただいた皆様の反応もよく、再度この媒体を大きく拡大したものを掲示するとともに、御参加いただいた皆様にお配りさせていただきながら、大切な健康づくりのポイントについて周知させていただきたいと思っています。

また、昨年度お配りして大変好評でした缶バッジですが、ストックしていた缶バッジを全とお配りしましたので、今年度は、第４次健康づくり計画の啓発を示した新たなものを作成し、同時にお配りしたいと考えております。

今回の懇話会は、１０月１日に開催予定ですので、その際には、健康まつりの啓発について、お願いすることになると思いますが、何とぞよろしくお願いいたします。

【草川会長】

今年度も事務局が中心になって啓発活動をしていくということで、準備を進めておられるようですが、「昔のようにぜひとも私たちは体力測定をしたい」や、「カニカニ体操をもう1回したい」等のご意見はございますか。徐々に、コロナ明けでいろいろな人が集まってすることというのが昔に戻りつつあります。おそらく今戻さないと、戻らないだろうと思います。戻らなくていいんだという考えで今進みつつあるように感じています。皆さんそれぞれの立場で、次回の10月1日の日に意見を出しても間に合わないと思いますので、今ぜひともという方は発言をお願いします。10月1日にその缶バッジと健康まつりに関するチラシが配られますので、よろしくお願いします。

7. 保健所からの情報提供

【草川会長】

保健所からの御助言をお願いします。

【津保健所 中井副所長】

本日は貴重なお時間をいただきありがとうございます。津保健所の中井と申します。また、日頃は保健行政の推進にご協力をいただきありがとうございます。この場をおかりしてお礼申し上げます。私からは三重県の取組を紹介させていただきます。

三重県では「第3次三重の健康づくり基本計画（ヘルシーピープルみえ・21）」、第3次みえ歯と口腔の健康づくり基本計画、第4次自殺対策行動計画書を策定し、自然に健康な行動をとることができる「誰一人取り残さない健康づくりの推進」を掲げ取組を進めています。健康寿命は男女ともに長期的には延伸傾向にありますが、近年は男女ともに横ばい状態です。R6年は男性78.5歳、女性81.1歳と、長期的には延伸傾向となっています。三重県の健康づくり施策は、知事を会長とした県民健康会議をベースとして、①個人への取組みとしてマイレージ、②企業での取り組みとしてホワイトみえ、③自然に健康になれる環境づくりの3本柱で実施しています。市町等関係団体の協力のおかげでマイレージカードの発行や経営カンパニーを取り入れる企業も増えてきています。産学官等が連携・協働して、誰もが自然に健康な行動を取ることができる環境を整備する取組を推進することで、県民の健康寿命の延伸を目指しています。R7年度に新たに立ち上げた、「三重とこわか食環境イニシアチブ」は産学官が連携して誰もが自然に健康になれる食環境づくりを展開するための会議体です。今年度はモデル事例（マッチング促進）を創出する予定です。今後、三重県の人口は減少を続け、令和22（2040）年には、令和2年（2020）年の人口の約85%である150万人程度まで減少すると予測されています。今後、人口減少が進む中、様々な人材が不足する日本においては、地域共生社会をつくる必要があります、その基盤となるのが「つながりづくり」であると言われています。社会とのつながり（近所づきあいや社会参加）と死亡率は相関があると言われており、作っておくことが健康には重要であると言わ

れています。私たちが健康に関するアンテナを高く持ち、それぞれの置かれている立場や協働することでできることを考える、自ら行動する姿を示すことで、子どものうちから健康への関心を深め、そのことが津市民の健康度を上げていく草の根活動になると感じます。

先程事務局から話のあった「プレコンセプションケア」について紹介させてください。

「プレコンセプション」とは年齢や性別にかかわらず「日頃から性や健康についての正しい知識を持ち、自分の身体を大切にすることが、生涯の健康につながる」という考え方で、今と未来の自分の健康だけでなく、未来を担うこどもたちの健康にもつながる大切な考え方です。国は法律、推進5か年計画を定め、着実に推進する方針を示しています。県では啓発用冊子の作成・配付、学校等での講義、プレコンセプションケア推進専門員を配置し希望する小学校での出前講座、産婦人科医会に依頼し中高校、大学等を対象に講話等を実施していただいています。令和8年度は現在準備中ですが、事業所や学校を対象にセミナーと検査を実施する予定です。次回も引き続き参加をさせていただきたく、今後ともよろしくお願いします。

【草川会長】

昨日、一昨日のニュースによると三重県は出生率が少し上がったんですね。人口としては減っているかもしれませんが。

8. その他連絡事項

【草川会長】

事務局、事項書8番、その他の連絡事項、お願いします。

【事務局】

本市では誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指し、健康づくり計画と同時期の令和6年3月に「津市第2次自殺対策計画」を策定いたしました。計画書の19ページには、前年度に懇話会にて津市の自殺対策について御協議いただきました内容を登載しておりますので、またお時間のある際に開いて御確認いただければと思います。また、津市の自殺者数は、男性で50代、女性で60代に多い傾向が見られます。どの世代をとってもゼロの世代はないので、市民の皆様が誰も自殺に追い込まれることのない津市を目指し、この現状から少しでも数を減らすことのできるよう取り組んでいきたいと思っておりますので、併せてよろしくお願いいたします。

津市健康マイレージ事業についてです。この事業は、市民の皆さん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、今年で9年目になります。令和7年度は、967名の方に御参加いただきました。今年度からは、事業の内容をリニューアルして津市内に在住、在勤、在学の方であれば年齢を問わず、どなたでも参加していただけるようになりました。また、津市公式ラインのショッピングカード機能を活用し、ポイントを貯められるようになりました。申請

された方全員には、三重県内の特典協力店で様々なサービスを受けられる「三重とこわか健康応援カード」をお渡しします。また特典2として、18歳未満のかたには津市健康マイレージ限定ステッカーをプレゼントいたします。さらに、津市の特産品などが当たる抽選に参加することもできます。抽選の受付期間として、今年度令和8年の7月1日から令和9年1月31日までとなっております。皆様、御自身の健康づくりの取組にもぜひ御活用いただければと思います。

熱中症予防についてです。熱中症対策のチラシも手元に配らせていただいております。今年も暑くなってきて、熱中症対策が重要な時期に差しかかっております。今年度版のチラシにて今できる熱中症対策のポイントの紹介があり、裏面には熱中症の症状や対応方法などを掲載しております。津市の広報や公式ラインでも情報発信をしておりますので、ぜひ御確認いただき、御自身の対策や各所属における注意喚起に活用していただければと思います。令和8年度版の津市健康マイレージ事業および熱中症対策のチラシについても、必要分をお持ち帰りいただけるように、会場後方へそれぞれのチラシと持ち帰り用の封筒を準備していますので、活用いただける方はぜひ活用、啓発のほうをお願いいたします。

保健所と連携した強化分野の啓発についてです。

強化分野における今年度の新たな試みとして、津保健所が実施する三重大学への啓発活動に津市として、参加させていただくことになりました。明日6月5日金曜日お昼の時間帯に食生活や運動、健康マイレージ事業のチラシを、三重大学生に向けて食堂で配布するという啓発活動に参加させていただきます。なかなか行政が接点を持ちにくいのが青壮年期かと思うので、この青壮年期への啓発の貴重な機会として活動したいと思います。

委員連絡先についてです。委員の皆様の連絡先記入用紙を配らせていただいております。今年度、新規委員になられた皆様には、御連絡先及び開催通知の、通知の周知方法について伺いたいと思います。また、継続して御就任いただきました委員様におかれましては、連絡先の変更がありましたら御記入いただければと思います。こちらの連絡先記入用紙は後方にある籠の中に御提出いただいてから、お帰りいただきますようお願いをします。忘れずに御提出いただきたいと思いますので、よろしく願います。連絡事項は以上です。

【草川会長】

各団体からも連絡なしでよろしいでしょうか。今日は長い時間、ありがとうございました。

次の会議が、10月1日午後2時から4時までの予定です。中央保健センター待合ホールですのでよろしくお願いいたします。

それでは気をつけてお帰りください。ありがとうございました。