

令和5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5年度第1回津市健康づくり推進懇話会
2	開催日時	令和5年5月11日(木) 午後2時30分から午後4時まで
3	開催場所	津リージョンプラザ リハーサル室(津市西丸之内23番1号)
4	出席者の氏名	<p>(津市健康づくり推進懇話会委員)</p> <p>清水真由美、草川雅之、亀井貴彦、松室泰輔、藤田創、柵博光、岡本麻衣、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)(19名)</p> <p>(アドバイザー)</p> <p>三重県津保健所 副所長兼保健衛生室長 紀平由起子</p> <p>(事務局)</p> <p>津市健康づくり課</p> <p>健康医療担当参事(兼)健康づくり課長 米倉一美</p> <p>保健指導担当主幹 岡林洋子</p> <p>管理担当主幹 上野督</p> <p>保健指導担当副主幹 井川裕子</p> <p>保健指導担当副主幹 鈴木香</p> <p>主査 石川絵里子</p> <p>主査 長谷川明美</p>
5	内容	<p>1 あいさつ</p> <p>2 津市第4次健康づくり計画策定スケジュールについて</p> <p>3 評価を踏まえた津市第4次健康づくり計画の取組方及び分野別目標とありたい姿について</p> <p>4 津市第4次健康づくり計画 地域で取り組む具体策について</p> <p>5 津保健所からの連絡とアドバイス</p> <p>6 その他連絡事項</p>
6	公開又は非公開	公開
7	傍聴者の数	0人
8	担当	<p>健康福祉部健康づくり課</p> <p>電話番号 059-229-3310</p> <p>E-mail 229-3310@city.tsu.lg.jp</p>

## 1. あいさつ

---

### 【事務局】

公私ともに何かとお忙しい中、お集まりいただきありがとうございます。定刻になりましたので、令和5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。

皆様ご存じのことと思いますが、5月8日から新型コロナウイルス感染症が5類感染症となりました。しかし、5類へ移行してもウイルスそのものが大きく変わる訳ではありません。高齢者や基礎疾患を持つ人など重症化リスクの高い人にとっては、引き続き注意を要する感染症であることに変わりはありません。本日も感染に十分気をつけながら会議をしたいと思います。

今回も、津市健康づくり推進懇話会のアドバイザーとして、津保健所副所長の紀平由紀子様にお越しいただいておりますのでよろしくお願いいたします。

### 【紀平副所長】

よろしくお願いいたします。

### 【事務局】

なお、本会議は津市情報公開条例第23条の規定に基づきまして、公開の対象となりますので、議事の内容につきましては録音させていただきます。また内部資料としますので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。

それでは草川会長、議事進行をよろしくお願いいたします。

## 2. 津市第4次健康づくり計画策定スケジュールについて

---

### 【草川会長】

それでは、本日の会議を始めます。健康づくり推進懇話会には、健康づくりを進めていくための課題や効果的な取組について協議して、課題の解決のために他の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。委員の皆さんには、第4次健康づくり計画策定に向けて、日頃から様々な分野で普段の仕事をしている中で感じている課題について、パブリックコメントに先立ち、自分の所属・代表団体を網羅的に、横の連携をもって横断的に意見を述べていただきたいと思います。また、この後の事項書4にあるグループワークでは、忌憚のない御意見をいただきたいと思います。

では、事項書2、津市第4次健康づくり計画策定スケジュールについて、事務局から説明をお願いします。

### 【事務局】

本年度の計画策定までのスケジュールについて、確認させていただきます。昨年度お渡しした「津市第4次健康づくり計画策定スケジュール」と同じものを机の上に置かせていただきましたのでご覧ください。

これまで懇話会の皆様には、アンケート調査結果から第3次計画の評価について協議いただき、健康づくり課内では、計画の指標、目標値、ありたい姿と計画の方向性を協議してきました。また、団体や庁内他部署等への具体的な取組についても、聞き取りを行ってきました。

本日は、具体策を「地域で進めていくこと」について協議をいただきます。いただきました御意見を踏まえて6月に計画素案を作成し、7月にはその素案について再度協議をいただいた後、市長・副市長への説明を行います。8月には計画書素案とダイジェスト版素案の作成、9月に計画書素案とダイジェスト版素案の協議をいただき、11月には市議会に諮る予定です。

その後、計画案について市民の意見を広くお聞きする「パブリックコメント」の募集と、募集後の回答を経て、計画書とダイジェスト版の最終案が令和6年2月に完成の予定です。そして、今年度末の令和6年3月に、計画書とダイジェスト版が完成予定です。前回1月にもこの点はお示ししていますが、皆様には本日を含めた全5回の御協議をお願いします。

また、3月には市長へ懇話会活動報告を行っていただく予定です。どうぞよろしくお願ひします。スケジュールについては以上になります。

### 3. 評価を踏まえた津市第4次健康づくり計画の取組方及び分野別目標とありたい姿について

---

#### 【草川会長】

ありがとうございました。続いて、事項書3、評価を踏まえた津市第4次健康づくり計画の取組方及び分野別目標とありたい姿について、事務局から説明をお願いします。

#### 【事務局】

前回1月19日に行いました第4回健康づくり推進懇話会で、皆様に第3次健康づくり計画の分野ごとの取組の評価や今後の方向性をご検討いただきました。また、前回懇話会で見ていただき回収させていただいた計画策定のためのアンケート調査結果を踏まえ、資料1のとおり第3次計画の評価と見解を作成しました。さらに、課内での協議を経て、資料2の第4次健康づくり計画の各分野の目標、ありたい姿や取組を評価する指標、目標値を設定しました。今から資料1、2をもとに説明いたします。

まず初めに、資料2の訂正がございます。3枚めくっていただいた次のページ、タイトルが(7) 休養・こころのページになります。真ん中に指標、現状値、目標値、測定方法とあるうちの現状値の下が(H27)となっていますが、正しくは(R4)です。同じ箇所の訂正を次のページ(8) 仲間づくり、(9) 感染症・熱中症、(10) 災害への備えでもお願いします。現状値を(H27)もしくは記載なしから(R4)に訂正をお願いいたします。

なお、数値は訂正の必要はありません。また、現状値は、大半が最新の令和4年の数値ですが、一部令和3年のものもあります。今後令和4年の数値がわかり次第、新しい数値に変更する予定です。

では、説明に戻ります。津市第3次健康づくり計画では、10分野の中の4分野を強化分野と

して取り組んできました。第4次計画は、第3次計画を踏襲して進めることから、第3次計画と同様に、強化分野を設定し、昨年度協議後、「食生活・栄養」、「運動」、「生活習慣病・がん」の3分野と決定しました。3つ程度に絞ることで取り組みやすいのではという意見や、これまでの4分野のうち「たばこ」分野に関しては、健康増進法に基づく社会の取組等が進んだことや、第3次計画のたばこに関するアンケート結果と、昨年実施した市政アンケートのたばこに関する結果が改善していることから、「たばこ」の分野は除いては、などのご意見を踏まえて決定しています。この3分野について、重点的に力を入れて地域の皆様と連携した取組を計画的に進めていきたいと思えます。

資料1の34ページ、さらに資料2の1枚目(1)食生活・栄養の分野をご覧ください。資料1にありますように、第3次健康づくり計画では、朝ごはんを食べよう、を目標に取り組みましたが、指標としては悪化したものが多く、資料2のとおり、今後も引き続き強化分野としました。さらに、野菜を食べることも大事ですが、たんぱく質やカルシウムもとりバランスのよい食事も大切ではないか、といった意見を前年度の懇話会でいただきましたので、資料2の上の方にある、ありがたい姿2つ目を、バランスのよい食事を心がけます、に修正し、資料2(1)－1の指標2つ目も、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合に変更しました。

続いて、資料1の37ページ、運動の分野に移ります。こちら、第3次計画では強化分野としていましたが、目標を達成した指標がなく、より一層啓発が必要であることから、資料2の一枚めくっていただいた(2)運動の右隣に記載してありますとおり、引き続き強化分野としました。前回の懇話会では、普段ジョギングやウォーキングなどで体を動かしている人が増えたのではないかという意見もいただきました。第4次健康づくり計画では、目標を、体を動かす楽しさを知ろう、から、楽しさを知るだけではなく、実際に体を動かす人が増えて欲しいということから、日常生活に運動を取り入れよう、に変更しました。

続いて、資料1の39ページ、たばこの分野をご覧ください。こちらは、全ての指標において、改善、または目標値を達成しました。資料2(3)たばこをご覧ください。強化の枠組みは外しましたが、改善のみに留まった指標は残し、妊婦や子どもなどへの受動喫煙防止の取組を継続します。

続いて、資料1の42ページ、アルコールの分野をご覧ください。こちらは、全ての指標において改善がみられました。資料2の(4)アルコールも一緒にご覧ください。指標一つ目の、生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている人の割合ですが、指標の枠の下にその定義となる人の算出方法を記載していますが、算出方法が変わったため、資料1に記載の現状値と資料2(4)アルコールの分野に記載の現状値の数値が異なっています。適正飲酒量を守ることや妊婦や授乳中、20歳未満の人が飲酒しない取組を継続したいと思えます。

続いて、資料1の44ページ、歯とお口の健康の分野をご覧ください。こちらは、全ての指標において改善、または目標値を達成しました。指標二つ目の、60歳代で自分の歯が24本以上ある人の割合は、計画策定アンケートの質問で、親知らずを除く最大本数や治療済みの歯を含めるなど詳細な説明を記載したことで、結果が基準値と大きくかけ離れたため、今回は評価しない

こととしました。なお、今回は同じ質問方法で調査を行い、評価する予定です。資料2（5）歯とお口の健康をご覧ください。目標は、いつまでも自分の歯を大切にしよう、とし、目標値が達成されなかったものは継続し、達成されたものについてはさらに高い目標値へ修正しました。

続いて、資料1の46ページ、生活習慣病・がんの分野をご覧ください。こちらは、第3次健康づくり計画で強化分野としていながら悪化した指標も多く、より一層の啓発が必要であることから第4次計画でも強化分野とします。指標の上から6つ目の、津市がん検診を受診する人の割合ですが、がん検診受診率の国から示される算出方法が変わったため評価していません。資料2の（6）生活習慣病・がんをご覧ください。がん検診の指標には、今回の計画アンケートで取った現状値を入れ、次回アンケートで評価する予定です。資料1の46ページをご覧ください。指標4つ目、BMI 25以上の人の割合は増加しています。47ページの棒グラフのとおり、特に40～60代の男性に肥満が多くなっています。資料2をご覧ください。第4次健康づくり計画では目標を、健康的な生活習慣を身につけよう、に修正し、自分の適正体重を知り生活習慣の改善に取り組める人の増加を目指します。また、前回の懇話会でも、親の就労環境の影響で遅寝遅起きの子や睡眠不足の子が増えたのではないかという意見もあり、就寝時間の遅い子どもの減少を目指すことから、子どもの頃から早寝早起きの習慣をつけます、をありがたい姿の一番上にし、規則正しい生活リズムの大切さを啓発していきます。

続いて、資料1の49ページ、休養・こころの分野をご覧ください。こちらは、目標値を達成した指標と悪化した指標が混在しています。力を入れて取り組むとしていた、困ったときに相談できる人がいない人の割合が悪化していました。資料2（7）休養・こころをご覧ください。指標2つ目、相談できない人の割合を減らす取組を継続します。

続いて、資料1の51ページ、仲間づくりの分野をご覧ください。アンケート調査を行った令和4年度においてはコロナ禍であったことから、地域の集まりが減少したことや行事への直接の参加が難しかったこともあり、指標2つ目のヘルスポランティアが行う地域活動の回数と市民参加人数は評価できませんでした。しかし、前回の懇話会では、安心して子育てすることや健康づくりを実践する人の増加に向けて、人とのつながりや集まる機会を作ることが大事という意見が出されました。資料2（8）仲間づくりをご覧ください。人とのつながりをつくろうという目標を引き継ぎます。

続いて、資料1の53ページ、感染症・熱中症の分野をご覧ください。コロナ禍において、市民の感染症予防に対する意識が高まったことから、帰宅時いつも手を洗う人の割合や、高齢者のインフルエンザ予防接種率は目標値を達成したと考えられます。前回の懇話会では、感染症の流行の有無に関係なく、日頃から感染症を予防する意識を高めることが大切との意見が出されました。資料2（9）感染症・熱中症をご覧ください。ありがたい姿のとおり、目標は第3次健康づくり計画より引き継ぎ、手洗いの習慣を啓発します。

続いて、資料1の55ページ、災害への備えの分野をご覧ください。こちらは、指標は改善しましたが目標は達成していません。資料2（10）災害への備えをご覧ください。目標を継続し、災害時の自分や家族の健康を守るための備えの必要性について啓発します。説明は以上です。

## 4. 津市第4次健康づくり計画 地域で取り組む具体策について

---

### 【草川会長】

ありがとうございます。また資料を読み込んでいただいて、考えながら話を進めていければと思います。次に事項書4、津市第4次健康づくり計画 地域で取り組む具体策について、事務局の説明の後、グループワークで意見を話し合いたいと思います。説明をお願いします。

### 【事務局】

先ほど資料2で分野ごとの目標とありたい姿、評価指標と目標値を確認いただきました。それを踏まえて、今からグループワークで、地域でどのような取組を進めていくかを検討いただきます。

計画書本冊の65ページをご覧ください。第4次計画にて目標が変わった分野もありますが、第3次計画ではどのような具体策であったのか参考になるかと思います。

例えば、65ページの中央にあります「地域で進めていくこと」の枠内の2つ目、小林副会長の所属団体である食生活改善推進協議会や、朝倉様の所属する健康づくり推進連絡協議会からの取組の具体策でした。「朝ごはんを食べることや減塩、野菜を食べることの重要性を地域活動の中で繰り返し伝えます。」といただいています。

毎日の食事については継続が必要であることから、第4次計画でも引き続きこちらを推進していくということであればそのままでもよいですし、新たな取組を提案いただければ第4次に向けて変えていくということになると思います。

事前に検討いただけるよう開催通知と同時に送らせていただきました資料2と、第3次の取組を転記しましたグループワーク用紙を準備しましたので、それを併せて見ていただきながら、たくさんの御意見を聞かせたいと思います。

30分で10の分野を網羅できるとよいのですが、万一終わらなかった場合のことも考えて、グループごとに話し合う分野を決めさせていただきました。事務局が進行させていただきますのでよろしくお願いします。

### 【草川会長】

では、各グループに事務局が入っていただいて、グループワークをお願いします。それぞれのグループに分かれて、15時40分までよろしくお願いします。

(グループワーク)

### 【草川会長】

時間になりましたので、グループでそれぞれ話し合った内容をまとめていただければと思います。1グループから順番に発表をします。

私のグループでは、たばことアルコールについて話し合いました。たばこに関しては、たばこ

を吸う家庭に訪問する際に、やめていただくようにお話しているが、なかなかお子さん、胎児や乳児への影響、あるいは受動喫煙の影響を知ってはいるけれども、十分に分かってもらえない人たちが多いということなので、正しく周知するための資料を各々が持ち合わせるため、公的機関のサイトなどで自分たちでも調べてみようという話になりました。それと、薬による禁煙支援ということが、この2年程その薬が全く動かないことによってできなくなっていますので、それぞれ皆の気持ちと知識で禁煙は進めていくしかない状況になっています。また、たばこの悪影響に関して乳幼児や胎児、お子さん方への影響だけではなく、高齢になった時にたばこを吸っていたことがどういう悪い影響を及ぼすかということをもう少し知っていただくべきで、慢性閉塞性肺疾患で苦しみながら死んでいく人たち、あるいはたばこの認知症への影響をもう少し分かり易く正しい知識として広められるようにしていきたいといった話をしました。

もう1つのアルコールについては、Jカーブというのが言われています。少量、適量までのアルコールは脳血管障害等を減らして健康寿命に良いというデータがあって、それを基に適量の、という書き方がされていますけども、そのJカーブに関しても若干疑義が出ています。あと、アルコールの勉強会を今年くらいにしたらどうかと思います。多分8年くらい前に禁煙の勉強会があって、6年くらい前に塩分の勉強会があって、歯の勉強会や感染症の勉強会もあったと思うが、そろそろお酒の勉強会もして欲しいですね。例えば、こころの医療センターさんなどが開催されているお酒の勉強会に、僕らを含めて一般の方々が参加できるような勉強会があったら周知しますので、アルコールの本当の姿を知る機会があるといいですねと話がありました。また、禁煙補助薬はあるのに禁酒補助薬は無いのかという話がありました。ノックピンという薬があるかと思いますが、禁酒補助薬は飲みながら更にお酒を飲んでしまつて危険な病状に陥ることがあるので、やめそうもない人には使えない、完全にやめるといふ人にしか使えないというものです。

また、妊婦さんへの具体的な影響についても、正しい知識を広めるのにもう少し具体的に私たちも話せる内容があると良いのではといった意見、高齢者の大酒家の方々には厳しい状況が待っていることもあるので、そういったところも極端な例に走るのかもしれないがやはり周知していないと、本当のお酒の姿というのをもう少し冷静に皆で捉えてみましょうというのが話し合いの内容でした。以上です。

### 【亀井委員】

2グループは、歯とお口の健康分野と感染症・熱中症分野を意見交換しました。そこで歯とお口の健康について出た意見は、事業所でも歯の検診を実施している所が以前に比べて増えてきたという話がありました。それから、小学校で歯科検診がありますが、虫歯があった場合に、皆さんもよく覚えてみえると思いますけれども、お知らせの紙で歯科受診をしてもらうよう伝えているが、地域性によってしっかり受診をしてくれる地域となかなか応じてもらえない地域性がある、という話が出ました。具体策としては、今は生徒1人にiPadが配られているので、それで歯の写真を撮って健康教育をしてはどうかという話がありました。

あと、歯科医師会で歯の健康展というのを毎年6月の一週目の日曜日に開催しており、報道関係の方にも毎年取材をしていただいています。その周知をもっとしっかりしたいということで、

今後は事前の告知等を検討していただいているという話がありました。それから、三重県立看護大学の清水先生からは大学生時代というのは、歯科検診が途切れてしまう時期であるということ、もう少し歯の健康教育等に力を入れてやっていこうという話がありました。歯とお口の健康については以上です。

続いて、感染症・熱中症については、この過去3年間で散々、感染症について皆さん困った経験をしましたので、それによってマスクやフェイスシールド、それから手指消毒とかパーティション、検温、なるべく人と会わないようにオンラインでのミーティング等、強制的に広まってしまったというか身についたと思います。5月8日から5類に分類が変わって、マスクの着用はもっと前から個々の判断となっていますが、小学校ではマスクの着用は個々の判断で、まだしている子が殆どだということのようです。報道関係の方では、以前は取材とかは結構断られたことがあったみたいですが、最近は大いぶ状況が改善してきたということでした。看護大学の清水先生の方からは5月8日以降は、これまで3人掛け椅子の真ん中にバツを打って距離を取るようにはしていたのを多少無くしていくこととされているようですが、看護師さんの実習もありますので会食等でクラスターが発生したら困るということで、マスクの着用や食事の際は気を付けるようにと指導をされているということをお伺いしました。以上です。

### 【佐藤（弘）委員】

3グループは、生活習慣病・がん、それから休養・こころ、仲間づくりの3点について話し合いました。まず生活習慣病・がんに関しては、医療機関等は基本的な取組は変わらないので、今後もこのような方向で取組が進んでいくだろうということで、また、健康診断についても書かれています。健康診断の結果を見ると、我々の行動を変えなければという思いになります。任意となってしまうとなかなか受けずに生活習慣病やがんの入口になることもあるので、働いている皆さんに業務として健康診断を勧めていき、その結果で生活を改善していくということを引き続きやっていく必要があるというお話がありました。

それから、子育てに関しては、子どもの頃に生活習慣病に繋がってしまう味覚、どうしても濃い味を好んで摂りがちになってしまう大人の味覚というのは、子どもの頃からの食生活を整えて行くことで改善のきっかけを作れるかもしれないというお話もありました。子どもの頃にチャンスがあっても、ただ啓発を続けるだけではその後どうなるのか、時間の経過とともに各御家庭での取組が薄れていくといったようなこともあるので、引き続き保護者さんに対するサポートであったり、従業員の皆さんに対するサポートであったりを同時に行っていないと、継続されてこそ初めてその生活習慣病・がんの予防に繋がっていくのではないかといった意見が出ました。

次に、休養・こころについてですが、この部分でも多岐に渡り意見がありました。まず子育てについては、やはり子育てをしている保護者さん、特にどちらかと言うとお母さんが子育ての中心になっていることが多いと思います。今までの第3次健康づくり計画の中では、子どもが穏やかな気持ちで過ごせるようにという文言がありますが、これは子どもがということは、やはりそれよりも前に、保護者さんがまず余裕を持って穏やかな気持ちで過ごせるようなサポート

がなければ、子どもが穏やかな気持ちで過ごせるというところには辿り着けないのではないかと  
いうことがあります。各団体が保護者の皆さんと普段からの信頼関係を通して、保護者の皆さん  
自身が抱えている悩みを相談できる場所づくりやサポートが必要ではないかという意見が出まし  
た。これは、我々誰でも認めて欲しいという気持ちがあり、なかなか認めてもらえないとい  
うことが心の充足に繋がっていかないということがあると思うので、少しでもサポートする団体や周  
りが見守っていく地域としては、その方の、例えば子育てでしたら子育ての仕方を否定するの  
ではなく、受け止めて肯定し、認めていくという姿勢が求められるのではないかと話し合いから思  
われます。また、これが事業者、そして従業員の皆さんとのワークライフバランス、こういう関  
係に少し置き換えてみると、例えば、働く方が家庭やプライベートな時間にストレスを持ち込ま  
ないような職場環境を作っていくことがまず求められているのかなと思います。その中で、気軽  
に休めたりとか気軽に帰れたりとか、例えば今日はちょっと体調悪いので止めときますというよ  
うなことが気軽に言えるような職場風土であったり、納得のいく理由がないと休めないとか帰れ  
ないということではなく、従業員としての権利をきちんと正しく主張できるような職場風土の環  
境づくりが必要ではないかと。それをどう作っていくかということに関しては、これは従業員、  
もちろん管理職の皆さんで話し合っ透明性を高めていくということが普段からなされていく必  
要があるであろうと。ただ会社の社風とか考え方、今までの続いてきたルールというものにある  
程度縛られている現状もあり、また世代間での理解の違いもあつたりするので、相手を否定す  
るのではなく、否定というのはやはり孤立を作ってしまうので、肯定をしてお互いに世代間でも気  
軽に意見を言い合えるような職場風土があることによって、こころの充足を高めていく必要があ  
るのではという意見が出ました。

最後に、仲間づくりに関しては、少し時間が足らずに話しきることができなかつたのですが、  
子育て支援の観点からするとお母さんたち、いわゆる今で言うワンオペ保育であつて、自分の子  
育ての現状を認めてもらえないまま孤独な気持ちで子どもと向き合っている中で、やはり仲間を  
求めています。仲間とどうしたいかということが、共感し合つたりとか、いわゆる日頃のあるあ  
るを共感し合つて、しんどいのは自分だけじゃないんだとか、こんなことで悩んでいるのは自  
分だけじゃなかつたんだということを共有することによって、こころが充足されていくとか。  
あとは、お母さん同士を無理やり繋げる、大人同士が繋がるというのは、それはそれで大変なこ  
とですので、子どもを通じてお母さん同士が繋がれるサポートをしていく必要があるよねとい  
う話が出ました。

それでこれは私見ですが、こうやって3つのテーマについて話合つてみると、この辺りは繋が  
っている気がします。休養・こころと仲間づくりというのは、テーマ的に繋がっているとい  
うのは見やすいのですが、実は生活習慣病やがんというのも、安心できない日々でストレスを溜めて  
いるという背景から食生活の乱れがあつたり、気軽に相談できる仲間がなかなか見つからないと  
いう現状があつたり、それらがひょつとしたら生活習慣病に繋がっているという見方もできると  
思います。このテーマを一つ一つ別々に考えていくのではなくて、繋げて全体的に一貫したテー  
マとして見ていくことによって個々の分野の課題というものの方がより明確に見えるのかなとい  
う気がしました。3グループからは以上です。

### 【森田委員】

4グループでは食生活・栄養の分野と運動の分野、災害への備えについて話し合いました。食生活・栄養については、朝ごはんを食べることが本当に大切だということを知らせることが大事で、知らせてからそれを実行できるにはどうしたらよいか、習慣化ができることは何かないかなという話が出ました。例えば、従業員に「今日朝ごはん食べて来た？」と聞くなど、普段はなかなかそういう話にならないということですが、やはりちょっとでも朝ごはんを話題にして意識付けられるといいという話が出ました。こども園では、健康チェックシートを使って、ご飯の大切さとか、家で食べているかどうかとか知ることができます。また以前、園で実施した、子どもたちにおにぎり作りを覚えてもらうという体験がよかったことを伝えたとこ、それぞれの持ち分野と一緒に地域と繋がりながら、何か食生活について取り組めるといいかなという話も出ました。

運動分野については、まず体を動かすイベントに参加することで何かきっかけづくりになると思うので、何かないかなということをごみんなで考えました。まずは、その中でも行きたいけど行けないという方もいるということで、きっかけと場づくりが大事だなという話が出ました。個人的に、ウォーキングイベントをやっていた会社の方から、それを機に歩くことになったという話を聞いたので、そういうポイント制であったりとか、あとは百歳体操など楽しく取り組める仕組みがあればいいかなという話が出ました。

次に、災害の備えについては、地震とか何か災害を考えた避難訓練を定期的に行っているという話が出ました。今回改めて、第3次健康づくり計画になぜ災害が入っているかという、例えば、避難袋の中に何を入れるかを考えた時に、常備薬や健康管理に関するものを入れておくことよということからも元気に暮らすというところに繋がるんだと、このグループの話し合いで、私も気づかせてもらいました。以上です。

## 5. 津保健所からの連絡とアドバイス

---

### 【草川会長】

はい、ありがとうございます。では、続きまして事項書の5、津保健所の紀平副所長からアドバイスをお願いしたいと思います。よろしくお願いいたします。

### 【紀平副所長】

昨年从去年からここに参加させていただいて、津市民27万人の代表として各団体の方々が、本当に熱心に次期計画に向けて検討されているなど受け止めさせていただきました。今回の第3次計画から第4次計画は、コロナを経験して、それを踏まえた上での計画になると思っています。

私からは、国と県の部分について少しお話させていただきます。国の方では、令和6年度から開始される「健康日本21（第三次）」の策定や推進等について検討を行う厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会が、令和5年4月25日に開催され、その中で第二次の最終評価において示された課題等を踏まえ、次期計画のビジョンと基本的な方向性が示されています。

その中で、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というのをビジョンとしておまして、そのためにまず一つ目は、誰一人取り残さない健康づくりの展開と、二つ目は実効性を持つ取組の推進を行うこととしています。また、そのビジョンを実現するために、基本的な方向性として、①健康寿命の延伸と健康格差の縮小、②個人の行動と健康状態の改善、③社会環境の質の向上、④ライフコースアプローチ（胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくり）の4つが挙げられています。それで、国の方では5月下旬から、6月の初旬に公表していく予定で、厚労省の方から5月17日に都道府県や市町村向けに説明会を行うことが通知されていると思います。県の方では、三重の健康づくり基本計画については、8月から9月にかけて骨子案を検討し、10月から11月に中間案、来年1月から2月に最終案を審議するというスケジュールになっております。

また、昨年12月1日から22日まで郵送により、三重県民6,000人に対して、簡易型の自記式で、食事でどんなものを食べたかという質問票による調査を実施したところ、2,508人から回答があり、41.8%という回収率でした。調査の結果として、食塩摂取量は、目標値である8gをどの年代も超えています。女性の30歳代においては8g未満の割合が高く、特に40歳代以降、年齢が高くなるほど摂取量も増加傾向にあります。野菜の摂取量は、40代男性が最も少なく、350gを超えているのが80歳以上の男性、男性の40歳～50歳代、女性は20歳～30歳代の摂取量が少なく、また、果物は、男性の60歳未満、女性の50歳未満で100gに達しておらず、時に40歳代の摂取量が最も少ないという状況となっています。ただし、これまで県民健康・栄養調査を実際対面の形でやっていたのですが、今回の調査は、異なる方法になりますので、この結果については単純に比較することはできないため注意が必要となっています。

最後にコロナの状況ですが、米倉課長の方からもありましたが、5月8日から感染症法上の分類が2類相当から、インフルエンザと同等の5類に変更されております。令和2年1月に県内で初めて患者がされて以降、津保健所の管内では、今までに7万2,000人以上の患者数になっています。3月13日以降、マスクは個人の判断となり、患者さんの自宅療養期間についても、5月8日以降は、発症後5日を経過し、かつ症状が軽快して24時間経過するまでは外出を控えることを推奨するとされ、判断は個人に任せるということになっていますけど、ウイルスが消えた訳ではないので、今後も基本的な感染対策は必要かなと思っております。以上です。

## 6. その他連絡事項

---

### 【事務局】

では最後に、皆様の方にその他のご連絡を3点させていただきます。

まず初めに、津市第4次計画の表紙となる写真提供のお願いになります。

第1次計画は木のイラスト、第2次計画は保健事業で撮影した写真を使用しました。第3次計画は、懇話会委員の皆様が地域で様々な健康づくりの活動をされていますので、写真提供をお願いし組み合わせて素敵な表紙を作ることができました。皆様、お手元の資料3をご覧ください。

提供いただける写真がありましたら、資料の真ん中の注意をお読みいただき、メールで健康づくり課へ送付をお願いします。締め切りは6月12日（月）とさせていただきますのでよろしくお願いたします。

次に、資料4をご覧ください。2つ目のお願いになります。第4次計画に掲載するワンポイントアドバイスを募集させていただきます。懇話会からの一言ということで、また皆様の方から、10分野について載せたらいいのではというご提案を頂けたらと思っております。市民の方の目線に立ったアドバイスというのを入れさせて頂いておりますので、これを是非ということがありましたら、裏面のFAX通信票でFAXを頂くか、メールの方で御提案をいただきますようよろしくお願いいたします。

最後3点目ですが、前回の懇話会で見ていただき、本日机に置かせていただきました計画策定のアンケート調査の結果報告書については、本日机の上に置いてお帰りください。

亀井先生からお話をいただきました歯の健康展ということで、チラシをお配りさせていただきます。6月4日日曜日、こちらのリージョンプラザでイベントをさせていただきますので、是非ご参加いただければと思いますのでよろしくお願いいたします。

次回の第2回懇話会は7月6日木曜日、14時からを予定しています。会場は第7会議室となります。3回以降の予定日時につきましては、別紙日程をご覧ください。詳細は後日文書にて御案内させていただきますのでよろしくお願いいたします。

#### **【草川会長】**

それぞれの皆さんから連絡事項はございませんか。

それでは今日の会議は終了です。ありがとうございました。