

令和5年度第2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2回津市健康づくり推進懇話会
2	開催日時	令和5年7月6日(木)午後2時から午後3時30分まで
3	開催場所	津リージョンプラザ 第7会議室(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、小山睦、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、奥田忠司、盆野綾子、森田由貴、奥山典子(敬称略)(17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>管理担当主幹 上野督</p> <p>保健指導担当主幹 岡林洋子</p> <p>保健指導担当副主幹 井川裕子</p> <p>主査 石川絵里子</p> <p>主事 隈元健人</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(案)について</p> <p>3 津市第4次健康づくり計画本冊「健康づくり推進懇話会から一言」案について</p> <p>4 津保健所からの連絡とアドバイス</p> <p>5 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】

皆様こんにちは。定刻になりましたので、ただいまから令和5年度第2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。7月に入り、蒸し暑い日が続いています。今年は例年よりも気温が高い日が続くのではないかとということで国からも通知がありました。また、5月末には子ども家庭庁、厚生労働省からも熱中症予防の普及啓発・注意喚起の通知がありました。特に注意が必要なのは、高齢者や障がい者、あるいは子ども・乳幼児への呼びかけについて示されていました。先日、民生児童委員さんの代表者会議に出させていただきます機会があり、今、物価高騰の関係もあり、一人暮らしの高齢者等が一人ではもったいないとエアコンを付けそびれているのではないかと思います、高齢者の所に訪問していただくときなどには是非エアコンを付けるよう周知いただきたいとお願いしてまいりました。また、小さいお子さんがみえるご家庭への訪問等も行ってありますが、小さいお子さんはよく汗をかきます。育児しているお父さん、お母さんも大変だと思います。室温は28度といわれていますが、これはエアコンの設定温度ではなく、室温を指していますので、具体的に説明しています。本日は、熱中症アラートが三重県内に出ています。暑さ指数3.1以上でアラートがでます。津市は29.8ですが、今の気温は34.1度とかなりの暑さですので、皆様方も熱中症予防に気を付けていただき、周りの方にも水分補給や、エアコン・扇風機をつけていただくだけでもだいぶ変わりますので、適切な対応で予防をお願いします。熱中症予防のチラシを全戸配布していますので、皆様方が周囲の方とお話ししていただくときには、御活用いただきたいと思います。水分補給や暑さを避けるためにどうしたらいいか、もしおかしいなと感じたらどのように体を冷やしたらいいか、どんなときに救急車を呼んだらいいかといったことが、分かるようになっていきますのでご活用ください。本日は、委員の交代がありましたので、名簿を御確認ください。中勢地区労働者福祉協議会の柵 博光委員に代わりまして柵植 美保委員です。柵植委員、一言自己紹介をお願いします。

【柵植委員】

中勢地区労働者福祉協議会の柵植と申します。柵さんから変更になり、全く何も分からない状態ですが、皆様と一緒に頑張っていきますので、どうぞよろしくをお願いします。私は、津市の白塚にある旭電機工業株式会社にフルタイムで勤めています。そこの組合で書記長をしており、そちらの提案で来させていただいておりますので、仕事ですぐに回答できないこともあるなど、事務局の方に御迷惑をおかけしますが、どうぞよろしくをお願いします。

【事務局】

ありがとうございます。よろしくをお願いします。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（案）について

【草川会長】

お疲れ様です。マスクはそれぞれの判断で構わないと思います。私は、原則話すときは付ける、聞くときは付けなくていいこうと思っています。それでは今日の会議を始めます。懇話会には津市が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、各職域や所属団体を代表して協議して、課題の解決のために他機関との連携を図りながら具体的な取り組みを進めるという進行管理の役割がございます。様々な分野でご活躍の委員の皆様には、津市第4次健康づくり計画に向けて、日頃の活動で感じておられる健康課題について意見を出していただくとともに、横断的に取り組みを考えることができる場として御利用、御活用いただきたいと思っております。まず今日のレジュメを確認してください。事項書3の健康づくり計画の囲み記事、懇話会からの一言に対するグループワークが中心となると思います。それに先立ち、計画案全体の説明を受けたいと思います。事項書2、津市第4次健康づくり計画案について事務局から御説明をお願いします。

【事務局】

お手元に第4次健康づくり計画案を置かせていただきました。こちらは昨年を実施しました市民アンケート、各統計データ、懇話会委員の皆さんからの意見等により、まとめたものとなっています。1冊にまとめたものをご覧いただくのは本日が初めてですが、今後懇話会をはじめ、庁内の関係部署や市議会等の関係各所から意見をいただき、修正変更等をしていきますのでよろしくをお願いします。本日は大まかな説明と、事項書3を中心に進めますので、時間的に1冊全てをご覧いただくことはできません。お気づきの点等がありましたらグループワークや、来週中を目途に、任意の様式で結構ですので、事務局へメールかファックスで頂戴できればと思います。よろしくをお願いします。

前回の懇話会で表紙に使用する写真の御提供をお願いしたところ、御提供いただいたり、お探しいただいたり本当にありがとうございました。第3次健康づくり計画から表紙に写真を使用しています。健康づくりは、お子さんから高齢者まで、全ての方に向けて推進していますので、それが伝わるように、前回からこのようなかたちとしています。今後、御提供いただいた写真を使用して、第4次計画の表紙を作成していく予定ですのでよろしくお願いします。

では、概要を説明します。目次をご覧ください。全4章と参考資料で構成しています。

1ページから5ページまでの第1章は、計画策定に関連する法律制度の改正、計画の位置付け、期間、策定経過、方向性等をまとめています。今回の第4次計画は12年間の計画としていますので、前回までと比べると少し長いものとなっています。法制度の改正欄に少し余白がありますが、そちらには国の基本的な方針等を記載してはどうかという意見もありましたので、検討しているところです。

7ページから22ページまでの第2章は、市の状況について概況や人口動態、平均寿命や出生、死亡、疾病等の状況をまとめています。グラフの中に最新の数値が「令和2年度」のものがいく

つかあります。国勢調査は令和2年度でそのままですが、間もなく令和3年度の数値が示される指標等については今後差し替えをする予定です。

23ページから48ページまでの第3章は、分野別指標の達成状況と、取り組みの評価と方向性について記載しています。方向性についても、第3次計画から大きな変更はありませんが、1分野の一つから二つ、計画アンケート結果のグラフ等を入れました。後ほどご覧いただきますが、津市の現在の課題は、概況等に示したように、平均寿命と健康寿命は3次計画の当初からはそれぞれ共に伸びているものの、平均寿命の伸びと健康寿命の伸びに差があります。障がい期間は男性で前回の計画期間からは横ばい、女性では長くなっています。また、脳血管疾患による年齢調整死亡率や、標準化死亡比についても県より市のほうが高くなっています。国保医療費は、糖尿病や慢性腎臓病等、いわゆる生活習慣病や、関節疾患等も多い状況です。このような状況を踏まえて、計画策定案としています。

49ページ以降の第4章は、今後の取り組みを中心に、進め方、体系図、取り組みの考え方、分野別取組、地域別取組としています。分野ごとの具体策を、「私ができること・心がけること」「地域で進めていくこと」「市が取り組むこと」の3つに分けてお示ししています。前回の懇話会では、「地域で進めていくこと」について、皆様にグループワークで意見をいただきましたので、反映した内容はこのあと担当から説明をします。そして、第3次計画にもありましたが、「強化分野の重点的取組」のページを、強化分野の「食生活・栄養」「運動」「生活習慣病・がん」のそれぞれにお示ししています。

81ページ以降は、地域別取り組みのページで、第3次計画と同じ形式でまとめています。こちらは、少し伝わりづらいという意見もあります。

今申し上げたところは、今後、変更の可能性がありますのでよろしくお願いします。

【事務局】

続いて、事項書2(2)の分野別取組について説明します。

津市第4次健康づくり計画案の54ページをご覧ください。第4次計画で分野別に取り組んでいただきたいことを載せてありますので、これについて説明します。

前回5月の懇話会で、第4次計画の10分野の目標や、ありたい姿を確認して、それをふまえて、地域で取組を進める具体策について、グループワークで意見をいただきました。また、各委員から所属の団体や組織で進めていくことを御提案いただきました。その後、健康づくり課内で、54ページ以降の分野別取組のようにまとめましたので、グループワークの意見を中心に説明します。

54ページをご覧ください。こちらは(1)食生活・栄養の分野です。「朝ごはんを食べよう」という目標に向けて意見をいただきました。

55ページをご覧ください。このページの上部に「地域で進めていくこと」と記載していますが、前回のグループワークにおいて、職場で「今日朝ごはん食べてきた？」と声を掛けたりすると、意識付けにつながるのではないかという意見がありましたので、「地域で進めていくこと」の最後に「事業者は、朝ごはんを食べるとよいという気付きにつながる啓発をします。」としました。

また、これまでに行った食育の取組では、子どもがおにぎりを作るなどの体験を取り入れることで伝わりやすかったため、それぞれの団体等が連携して食の体験につながる取組がよいのではないかという意見もありました。そのため、上から3つ目の「食生活改善推進員は、簡単に作ることのできる朝ごはんのレシピを配布し、親子料理教室等の実践につながる取組を行います」や、その2つ下の「子育て支援を行うNPOや団体は、家で実践したいと思う取組を啓発します」としました。

57ページをご覧ください。こちらは(2)運動の分野です。「日常生活に運動を取り入れよう」という目標に向けて意見をいただきました。グループワークの中で、運動するきっかけと場づくりが大事だという意見がありましたので、58ページ「地域で進めていくこと」の3つ目に、「スポーツ協会は、積極的に体を動かそうと思えるきっかけづくりの場を提供します」といたしました。また、ウォーキングイベントを経験した事業所の方が、それを機に歩く習慣ができた、という話もあり、事業者が従業員の運動意識を高めていただいていることから、最後に、「事業者は、日常生活の中で取り入れやすい運動を伝える等、従業員の運動に対する意識の向上に努めます。」としました。

60ページをご覧ください。こちらは、(3)たばこの分野です。「受動喫煙を防ごう」という目標に向けて、61ページに「地域で進めていくこと」についてまとめてあります。前回のグループワークで、胎児や乳幼児への喫煙や、受動喫煙の影響を知ってはいるけれど、たばこをやめられない人も、支援者が正しい知識を持つことも必要といった意見がありましたので、上から3つ目に「子育て支援を行うNPOや団体は、喫煙や受動喫煙の影響について知り、対象者に伝えます。」としました。

62ページ、63ページをご覧ください。(4)アルコールの分野です。「飲酒をコントロールしよう」という目標に向けて、63ページに「地域で進めていくこと」についてまとめています。その一つ目に、「医療機関は、アルコールが健康に与える影響を周知するとともに、飲酒に関する相談や指導を充実させます。」としました。

64、65ページをご覧ください。(5)歯とお口の健康の分野です。こちらは、「いつまでも自分の歯を大切にしよう」という目標に向けて意見をいただきました。前回のグループワークで、事業所でも歯科検診を実施しているところが増えてきたのではないかとの意見や、小学校での歯科検診後のフォローアップ状況は地域差があるという意見をいただきましたので、65ページの「地域で進めていくこと」の上から二つ目に、「歯科医院は、日頃の診療や歯に関するイベント等で、ライフステージに応じた歯と口の健康づくりについて啓発します。」としました。また、歯科検診後の学校での取り組みについての意見もありましたので、そちらは、同じ65ページ真ん中の、「市が取り組むこと」の「学童期、思春期」に「学校の保健だより等で、定期歯科健康診査の必要性や間食のとり方、むし歯、歯周病予防について伝えます。」に集約しました。

66、67ページをご覧ください。(6)生活習慣病・がんの分野です。「健康的な生活習慣を身につけよう」という目標に向けて意見をいただきました。グループワークで、幼稚園や保育所では、生活リズムを整えることや食生活を整えることの大切さをただ伝えるだけでなく、引き続きサポートしていくことが必要との意見があり、67ページの「地域で進めていくこと」の

4つ目「子育て支援を行うNPOや団体は、子どもの頃から生活リズムを整えることの大切さを子どもや保護者に分かりやすく伝え、支援します。」としました。また、事業所は従業員の健診受診を勧め、健康診査の結果から生活の改善につなげる必要があるとの意見をいただきましたので、5つ目「協会けんぽは、特定保健指導での生活習慣改善支援、事業所への広報誌等で健康診査の受診の必要性を啓発します。」と最後「事業所は、健康診査後の二次検診を受診するよう、該当者に周知します。」としました。

70、71ページをご覧ください。(7) 休養・こころの分野です。「ストレスと上手につきあおう」という目標に向けて意見をいただきました。グループワークで、子育て世代は保護者がまず余裕をも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ないのではという意見がありました。また、我々みんな誰でも人に認めてほしいという気持ちがあって、職場でも相手を否定するのではなく、世代間でお互い気軽に意見を言い合える環境があることで、こころの充足を高めていけるのではないかという意見もありました。そこで、71ページの「地域で進めていくこと」の2つ目「子育て支援を行うNPOや団体は、保護者と子どもが穏やかな気持ちで過ごせるよう支援します。」と4つ目「事業者は、従業員同士が積極的にコミュニケーションを取ることができる環境づくりに努めます。」としました。

73ページをご覧ください。(8) 仲間づくりの分野です。「人とのつながりをつくろう」という目標に向けて意見をいただきました。グループワークで、子育て世代は、子どもを通して保護者同士が繋がれるサポートが必要という意見があり、「地域で進めていくこと」の最後「子育て支援を行うNPOや団体は、参加した保護者同士が交流できるよう支援します。」としました。

75ページをご覧ください。(9) 感染症、熱中症の分野です。「感染症や熱中症を予防しよう」という目標に向けて意見をいただきました。これまで新型コロナウイルス感染症対策を進めてきましたが、改めて感染症予防には手洗いが有効であることが分かりました。「地域で進めていくこと」にも反映しています。また、これからの季節にも重なりますが、熱中症予防の啓発についても記載しました。

最後に、77、78ページをご覧ください。(10) 災害への備えの分野です。「普段から自分の健康状態を知り、災害に備えよう」という目標に向けて意見をいただきました。グループワークで、地震などの災害を想定した避難訓練を定期的に行っているという話があり、健康づくり計画に災害が入っている意味なども確認いただきました。そこで、「地域で進めていくこと」の1つ目「各団体は、平時から災害時の備えについて話し合い、助け合える関係や組織づくりに取り組みます。」2つ目「各団体は、災害備蓄について話し合い、健康に関する物品(歯ブラシや内服薬の情報等)を準備します。」としました。分野別取組については以上です。

3. 津市第4次健康づくり計画本冊「健康づくり推進懇話会から一言」案について

【草川会長】

続いて、事項書3、津市第4次健康づくり計画本冊「健康づくり推進懇話会から一言」案につ

いて、事務局から説明をお願いします。

【事務局】

前回の懇話会でワンポイントアドバイス等懇話会からの一言について、委員の皆様にお願したところ、数名の方から提案いただきました。ありがとうございました。御提案のあった分野は事務局で編集し、まとめ、御提案のなかった分野はこれまでのグループワークでいただいた意見等を参考にして作成しました。10分野をひとつずつ説明します。グループワークで協議いただきますので、説明を聞きながら思うことがあれば、メモをお願いします。グループワークでは予め分野の割り振りをせずに進行しますので、どの分野も、忌憚のない意見をお願いします。テーブルの上に付箋を置きましたので、よろしければ御活用ください。

55ページ下の枠内をご覧ください。「健康づくり推進懇話会から一言」という枠の(1)食生活・栄養の分野に対する一言です。誰かと一緒に食べるということ、共食についての記載をしたらどうかという意見をいただきました。「ともに たべる」と書いて共食ですが、一般的には使い慣れない言葉で、第4次計画には共食という言葉は使っていませんので、このタイトルは、「誰かと一緒に食事をすることは、健康につながります。」というタイトルにしました。また、早寝早起き朝ごはん、睡眠が大切ということを記載してはどうかとの御提案いただきましたが、これは、(7)休養・こころの分野に反映しましたので、後ほど説明します。

58ページをご覧ください。(2)「運動」の分野です。特に意見をいただいていませんが、以前のグループワークで「とにかく、いろんなスポーツにチャレンジして、まずはやってみよう！という気持ちが大切である」という意見をいただきましたので、その方向で作成しました。そのイラストは「ボッチャ」というスポーツのイラストを使用しました。

61ページをご覧ください。(3)「たばこ」の分野です。「市が取り組むこと」までの文章の加減によって分野ごとのスペースが違うため、こちらは「健康づくり推進懇話会から一言」という枠と、その下に健康情報を複数載せました。この分野も特に意見はありませんでしたが、第3次計画期間に法律の改正があったことが大きく影響したので「健康づくり推進懇話会から一言」はこの記載を事務局から提案したいと思います。そして健康情報の欄は、前回のグループワークで禁煙のお話がありましたが、スペースが小さいので今回は受動喫煙の影響についてのコラムとしてまとめました。グループワークで意見をいただきたいと思います。

63ページをご覧ください。(4)アルコールの分野です。「健康づくり推進懇話会から一言」と健康情報の適正飲酒量について「節度ある適度な飲酒」という項目で記載しています。第3次健康づくり計画は中身がカラーで見やすくなっていますが、第4次は2色印刷を考えていますので、メリハリのついたイラストを選んでいきます。

65ページをご覧ください。(5)歯とお口の健康の分野です。しっかり噛んで食べることが大切という意見をいただきましたので、それを踏まえて「健康づくり推進懇話会から一言」に記載しました。さらに、お口をきれいに保つことについても加えて、この分野の目標である「いつまでも自分の歯を大切にしよう」に繋がる一言として作成しました。意見をお願いします。

68ページをご覧ください。(6)生活習慣病・がんの分野です。第3次計画で懇話会の皆様と作成した減塩啓発の「元気戦隊ゲンエンジャー紙芝居」について記載しました。前に置かせていただいたのが「元気戦隊ゲンエンジャー紙芝居」です。ゲンエンジャーのぬり絵も作成して、現在、保健センターで幼児健診のときに活用しています。減塩については、継続して取り組む健康課題であるため大きく掲載しました。また、下に健康情報として「スマート・ライフ・プロジェクト」について載せています。

72ページをご覧ください。(7)休養・こころの分野です。スペースの都合上、この分野は1ページとっています。(1)食生活・栄養の分野で委員の皆様から睡眠による休養、そして早寝早起き、それから朝ごはんにつながるような提案をいただきましたので、この分野の「健康づくり推進懇話会から一言」については睡眠の大切さと生活習慣ということを重視しました。次に健康づくりのための睡眠指針を記載し、この指針の②で「適度な運動、しっかり朝食」と続いています。この2つを載せることで委員の皆様からの提案を反映しました。下にはストレスについての健康情報も作成しましたので確認をお願いします。この分野の目標を「ストレスと上手につきあおう」としており、ストレスという言葉が入っていますので、改めてストレスについて記載しています。

76ページをご覧ください。(9)感染症・熱中症の分野です。新型コロナウイルスを経験したことで、アンケート結果において手洗いをする人が増えるなど感染症対策の気運が高まりましたが、これからも維持していけるように手洗いについて記載しました。この分野については感染症の流行時の対策などを載せてはどうかという意見をいただき、検討も重ねました。まずは手洗いが大切と考え、それについての内容としています。グループワークで意見いただきたいと思えます。

78ページをご覧ください。(10)災害への備えの分野です。以前に、自分のお薬の情報とマイナンバーとの連携について懇話会でお話しいただいたこともありましたが、第4次計画は12年間継続するものとなるので、今伝えることができる内容を記載したらどうかと考え、このような内容になりました。

「健康づくり推進懇話会から一言」についてはまだ案の段階ですので、今からのグループワークで多くの意見をいただきたいと思えます。よろしくをお願いします。以上です。

【草川会長】

ありがとうございます。「地域で取り組むこと」、「健康づくり推進懇話会から一言」についてご説明いただきました。今日の主な話題はこの内容についてのグループワークと思えます。物足りない部分、これは感覚的に違うのではないかとすることがありましたら付け加えていただければと思えます。沢山あるので全部話そうとすると深みのないものになってしまうと思えます。それぞれのグループで、2つなり3つなり、自分たちがこれ気になるなという所を見つけて、まずはそれをお話いただいて時間があつたら網羅的にということをお願いしたいと思います。時間は15時05分までと30分ないくらいです。進行係は事務局の方が入ります。記録と発表を各グループで決めて下さい。

(グループワーク)

【草川会長】

それでは、各グループ5分以内を目途に発表をお願いします。後ろのグループからお願いします。

【藤田委員】

10分野をすべて話し合いましたが、このままでよいという意見のところは発表せず、変更した方がよいというところを発表します。

「運動」の分野では、イラストがボッチャであることを明記してはという意見ができました。

「歯とお口の健康」の分野では、「健康づくり推進懇話会から一言」にゆっくり食べることも追加し、「①しっかり噛むこと」の本文を「しっかり噛んでゆっくり食べることを意識しましょう。」と修正したほうがよいのではとの意見ができました。

「生活習慣病・がん」の分野では、「健康づくり推進懇話会から一言」でゲンエンジャーを取り上げておりますが、QRコードを欄内にのせたらよいのではという意見ができました。

「休養・こころ」の分野では、一行目に「ストレスがたまり」という言葉を入れてはどうかという意見ができました。日常の注意力や集中力が低下することで、ストレスがたまる要因となるため、睡眠が大切であるということにつながると考えました。

「災害への備え」の分野では、薬の情報をコピーして非常持ち出し袋へ入れておいたほうがよいのではないかと意見ができました。4グループからは以上です。

【森田委員】

まず「食生活・栄養」の分野では、特に家族や仲間と一緒に食事をするのが、こころの健康づくりに効果的であるという観点から複数名で食事をする場面を考えました。家族が一番揃いやすいタイミングは、朝食の時間だろうということで、「少し早起きをして家族揃って朝ごはんと一緒に食べてみませんか。」というフレーズを追加したほうがよいのではという意見ができました。

次に、「運動」の分野では、「ながら運動」に着目しました。「日常生活の中でも体を動かせるチャンスはあるはずです。例えば、階段や歩道橋などを使用することで、何気ない動きが運動習慣につながります。いろいろなことにチャレンジしてみませんか。」という提案をしてはどうかという意見ができました。3グループからは以上です。

【清水委員】

全体をとおして、文字が多い印象でした。学会などでは、3～4行程度と言われるそうです。行間についても、もう少し開けた方が分かりやすいのではないかと思います。各分野で出た意見をお伝えします。

「運動」の分野で触れられている「ながら運動」について、もう少し具体的なことを、プチ情

報的に入れてはどうかとの意見がでました。例えば、1日に何分で何キロカロリーが消費できます、などをいれるとわかりやすいという意見がでました。

「アルコール」の分野では、適正飲酒量が、1日1合程度となっていますが、1日2合以上飲む人へのメッセージも示してはどうか、また、休肝日を設けること等を入れてはどうかという意見がでました。

「歯とお口の健康」の分野では、「②お口をきれいに保つこと」の中に、「定期的に歯科医院を受診して」と記載されていますが、「定期的」の頻度の基準があると分かりやすいのではないかという意見がでました。1年に1回や、2年に1回の受診で定期的と考えている人もいます。

「生活習慣病・がん」の分野では、「スマート・ライフ・プロジェクト」に、「塩分摂取量」についても記載してはどうかという意見がでました。

「休養・こころ」では、「睡眠」について2つ書かれており、睡眠も大切だと思いますが、マインドフルネスや腹式呼吸など、自分でできる対応策などがあれば、記載してはどうかという意見がでました。2グループからは以上です。

【佐藤委員】

「運動」の分野では、津市が作成しているウォーキングマップなどをQRコードで表示してはどうかという意見がでました。

「たばこ」の分野では、「健康づくり推進懇話会から一言」では法律以外に触れられていないため、電子タバコや水タバコの害などについても記載してはどうかという意見がでました。

「アルコール」の分野では、お酒に関しての表現ですが、「健康づくり推進懇話会から一言」中の「お酒は、ストレスや緊張を和らげる効果もありますが」という表現について、「和らげる効果もあるとされていましたが」に変えたほうがよいのではないかという意見がでました。それともう一つですが、アルコール20グラムというのは昔のデータだそうです。1990年代の論文のデータで、その点を意識した方がよいのではないかという意見がでました。また、節度ある適度な飲酒のイメージでビールとかお酒の絵がいろいろ書いてありますが、それぞれを1個ずつ全部飲んでも良いと勘違いする人もいるのではないかという意見がでました。例えばビールを大きく書いて他は小さく書く、もしくはビールの場合これだけ、日本酒の場合これだけというかたちで理解してもらえるように書いてはどうかという案もでました。

「感染症・熱中症」の分野では、手洗いについて記載されていますが、いろいろなデータから手洗いをするだけで完璧に感染症が防げるわけではないため、感染症の特徴を理解して手洗い、うがい、マスクなどといった書き方がよいのではないかということ、それとこれは行政として提案するものなので正しい声を提供する方がよいという意見がでました。

最後に、「災害への備え」の分野では、「健康づくり推進懇話会から一言」に避難する場合のことを記載しており、それも大切なことですが、防ぐという意味で、突っ張り棒など家具の固定の大切さもいれてはどうかという意見がでました。1グループからは以上です。

【亀井委員】

5 グループです。後ろの分野から発表します。

76 ページの「健康づくり推進懇話会から一言」について、新型コロナウイルス感染症が一時のことを思うとだいぶ収まってきて、これからはマスクを外す段階になっていくということなので、マスク無しの咳エチケットのこと、具体的にはくしゃみとか咳をするときに口元をおさえるということ、それをここに書いたらどうかという意見がでました。

65 ページ「歯の健康を守るために大切なポイント」の部分で①に「しっかり噛むこと」という記載がされていますが、噛むことによって唾液の分泌を高めて口の中を清潔に保つことに繋がっていくので、唾液のことに少しふれてはどうかという意見がでました。また、噛むにはしっかり噛めるような歯の環境がないと駄目なので、それについても書いてはどうかという意見がでました。

61 ページ、たばこの分野の「健康づくり推進懇話会から一言」について、令和2年4月1日に健康増進法の改正がされましたというだけの一言になっているので、もう少し具体的に、他のページに記載されている一言と同じように、何か考えた方がよいのではないかという意見がでました。それから、その下の「受動喫煙による体への影響」という項目で、中耳炎やむし歯が子どもへの影響として挙げられていますが、エビデンスがしっかりあるのか、詳しく調べた方がよいのではないかという意見がでました。

55 ページ、食生活・栄養の分野の「健康づくり推進懇話会から一言」、「誰かと一緒に食事をすることは、健康につながります」について、子どもの頃から朝食を食べる習慣があると、大人になってからもずっと朝食を食べる習慣がつくのではないかという意見がでました。5 グループからは以上です。

【草川会長】

短い時間で熱心に話し合いいただきましてありがとうございます。市の方が上手にまとめると思いますので、以降はお任せして、私としては申し上げるべきことはございません。

それでは、保健所の紀平副所長からの意見、アドバイスをいただけたらと思います。よろしくお願いいたします。

4. 津保健所からの連絡とアドバイス

【紀平副所長】

皆さん熱心な御討議ありがとうございました。本当に出来上がってきて、いよいよこれから刷り上がるまでの準備になってくるのかなと思います。本日は、「健康づくり推進懇話会から一言」、一番重要な部分を熱心に御討議いただいたと思います。今年の4月25日に、国の厚生科学審議会の第53回目となる地域保健健康増進栄養部会が開催され、国の健康づくり運動の基本的な部分が示されました。5月31日に今までの9の基本方針を全面改正し、令和6年4月から適用し

ますということです。この計画に関しましては、令和17年度までの計画となっております、前回のときにも少しお伝えしましたが、新しい基本方針については、全ての国民が健やかに心豊かに生活できる、持続可能な社会の実現に向け、誰一人取り残さない健康づくりの展開と、より実効性をもつ取り組みの推進としています。方向性としては、市のほうからも先ほど説明がありましたが、健康寿命の延伸・健康格差の縮小、個人の行動と健康状態の改善、改善をしていくには社会の環境の質の部分を上向していく必要があるということ、それと、ライフコースアプローチ、これは、お腹に入っているときから高齢期までの、人の生涯を経時的に踏まえた健康づくりということで、4つを基本的な方針としています。その部分で計画が立てられますが、三重県の健康づくり基本計画、次期の計画においては8月から9月にかけて、第1回関係機関の部会と審議会を開く予定であり、今年度3回それらの会議を開いて基本方針や、取り組みの分野、計画の期間、現状と課題、数値の目標と施策について検討を行います。

もうひとつ、健康増進法で規定されています、国民の身体の状態と栄養摂取、及び生活習慣の状態を明らかにすることを目的に国民健康栄養調査を毎年実施しています。今年度、津保健所の管内で一か所実施するという内定の連絡を受けています。まだ地域については公表できませんが、津保健所管内ではコロナの影響もあり、令和元年以来の調査になります。また、11月頃を予定していますが、御協力いただくこともあると思いますので、その際はよろしく願います。

最後に新型コロナウイルス感染症の部分ですが、5月8日から感染症法上の位置付けが変わり、どうなるかと思っておりましたが、入院が必要な方についても、診療所の先生や病院の先生方が病棟の連携を密にしており、特に混乱もなく進んでいます。ただ、最近高齢者施設や障がい者施設でクラスターが発生、増加傾向です。沖縄県では、第9波が来ている状況ですので、注視していく必要があります。また、小児においてはヘルパンギーナやRSウイルスによる感染が拡大しており、夏ですが、インフルエンザによる学級閉鎖等の報告もあります。ますます暑くなってきておりますし、米倉課長からもお話しがありましたが、熱中症に気を付けながら、感染予防対策については、各個人で、いつマスクを付けるか、いつ外すか等を考えながら継続していただきたいと思っております。

【草川会長】

ありがとうございました。経済格差の広がりと同様に健康格差も広がっていて、健康難民と呼んでもよいような厳しい状況にある方々がいると思います。それに対する私たちの援助は難しい状況であり、民生委員、地域包括支援センターの方々、子ども関係の新しい課の方々に新しい仕事が増えてきていると思います。私たちに伝わるかたちで、目を向けるべきところを周知していただきたいと思っております。その他、連絡事項をお願いします。

5. その他連絡事項

【事務局】

4点御案内します。一つは、毎年秋に津まつりと同時に開催している健康まつりについてです。

昨年度の健康まつりは、感染症対策として人数制限を行いながら開催しました。懇話会の委員の皆様へも出席いただき、事務局で「元気戦隊ゲンエンジャー紙芝居」の紹介をしました。コロナ前から懇話会委員を継続している方は御存知かと思いますが、これまでの健康まつりでは、懇話会としてのコーナーを持って参加いただける委員の方と体力測定等を実施していました。今年度は10月8日に開催予定ですが、懇話会としての参画について皆様に意見をいただきたいと思っております。事務局としては、今年度は津市第3次健康づくり計画最後の年ですので今まで作成してきた10の分野のチラシを準備して、広く10の分野から啓発してはどうかと考えています。第3回懇話会も9月28日であり、日も近いので、昨年度と同様に事務局で対応したいと思っております。草川会長、いかがでしょうか。

【草川会長】

人が集まることを再度考え直す時期を迎えたと思っております。国全体では、集会の制限をすでに撤廃しています。各地のお祭りも一部で始まっています。一方、健康まつりの来場者は元気な高齢者が比較的多いということ踏まえると、元気アップ教室といった世代を同じくする方々の集まりはまだ7割程度の再開です。県の医師会の体力測定の集まり、津地区医師会の健康教室、高齢者の体力測定、骨粗しょう症の無料測定等の集まりは今年も行われません。そういった抑制的な状況の中で、元気な人達は静かに感染症になっていくことにより集団的な免疫を広げてきたかもしれないかもしれません。様々な考え方があり、難しいと思っております。津市が主催するものとしては、大勢での健康測定等は控えた方がよいのではないかと感じておりますが、意見等ありましたら御発言をお願いいたします。

【事務局】

草川会長がおっしゃられたように、意見がなければ、事務局に委ねていただきたいと思っております。続いて3点連絡します。

1点目は、お手元に置かせていただきました津市健康マイレージ事業についてです。市民が健康づくりの大切さについて考え、自らの取り組み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年に開始した事業で、今年で6年目です。周囲の方におすすめていただき、楽しみながら健康づくりに取り組んでいただきたいと思っております。

2点目は、熱中症予防についてです。冒頭にお話ししましたが、事務局が作成した熱中症予防チラシを委員の皆様へ配布しておりますので御活用いただきたいと思っております。マイレージ事業のチラシと一緒に袋に入れてあります。追加等御希望がありましたらお声かけ下さい。

3点目は、次回第3回懇話会の開催についてです。令和5年9月28日（木）午後2時から午後3時半まで、場所は本庁の8階大会議室での開催となりますので御出席のほどよろしくお願いたします。私からは以上です。

【草川会長】

ありがとうございました。皆様からの連絡事項はありませんでしょうか。暑いですが、お気をつけてお帰りください。お疲れ様でした。