

## 会 議 事 録

審議会等の名称	令和元年度 第1回磐田市健康づくり推進協議会
担当部課名	健康福祉部 健康増進課
会議の開催日時	令和元年7月18日(木) 午後1時30分～3時00分
会議の開催場所	磐田市総合健康福祉会館 2階 生活訓練室
出席者(職・氏名)	委員：別紙12名中11名出席 健康福祉部長、事務局：(健康増進課) 課長、補佐、 保健師2名、栄養士、主事
議 題	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 開 会</li> <li>2. 委嘱状交付</li> <li>3. 自己紹介</li> <li>4. 健康福祉部長挨拶</li> <li>5. 会長・副会長選出</li> <li>6. 会長挨拶</li> <li>7. 議事・協議 <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 健幸いわた21 <ol style="list-style-type: none"> <li>①周知について</li> <li>②平成30年度進捗状況について</li> <li>③重点課題解決に向けた令和元年度の取り組みについて</li> </ol> </li> <li>(2) 意見交換</li> </ol> </li> <li>8. 閉 会</li> </ol>
配付資料等の件名	<ul style="list-style-type: none"> <li>・令和元年度 第1回磐田市健康づくり推進協議会次第</li> <li>・令和元年度 健康づくり推進協議会委員名簿</li> <li>・平成30年度 健幸いわた21進捗状況</li> <li>・健幸いわた21の重点課題解決に向けた令和元年度の取り組み</li> <li>・参考資料①から⑤</li> </ul>
1. 開会	健康増進課長
2. 委嘱状交付	委員を代表して大堀委員へ交付
3. 自己紹介	委員・事務局自己紹介
4. 健康福祉部長挨拶	<p>最初から良い雰囲気です協議会ができ、皆様に感謝申し上げます。皆さまもご承知の通り、人口減少、少子化は全国的な問題となっております。磐田市におきましても深刻な財政へ影響を及ぼす心配があります。2025年には団塊の世代の皆さんが後期高齢者になるということで、市民の約3割が65歳以上となる予測がされております。社会保障費の増大への対策が急がなければならない課題の1つとなっております。健康増進におきましては、個人の問題という課題ではなく、医療・介護・福祉・産業や経済を含めた社会全体の問題としてとらえていく必要があると思っております。本市におきましては、死亡原因の主な1つとして生活習慣病がありますが、この対策として、食は大変重要な習慣だと思っております。生涯にわたって食育を推進してい</p>

	<p>く必要があると考えております。さらに、生きがいと自分らしく生きるための重要な条件である心の健康を保つために社会環境的なアプローチも必要だと考えております。</p> <p>本市では、令和5年度までを計画期間とする健康増進計画、食育推進計画、自殺対策計画の3つの計画を1つにまとめ、健幸いわた21として1冊にまとめています。全てを網羅して総合的に効率的に進めてまいりたいと思っております。市民一人一人が自分の健康に関心を持ち、誰もが健康で暮らしやすい環境をみんなで育むことを目指して取り組んでまいりたいと思います。</p> <p>それぞれの分野でご活躍の皆様におかれましては、専門家のご意見、または市民目線で忌憚のないご意見を聞かせていただきたいと思います。どうぞよろしく願いいたします。</p>
5. 会長・副会長 選出	委員の互選により、会長は大堀委員、副会長は村上委員が選出。
6. 会長挨拶	<p>最近の話で2018年死因の発表がありまして、老衰というのが第3位に上がってきたというところが注目すべきところかと思えます。疾病予防ということで対策がとられてきたところですが、例えば悪性新生物は1981年に1位になり、悪性新生物・心疾患・脳血管疾患は3大死因要因として2010年位までは言われていたわけです。2011年から2016年まで死因の3位に肺炎が入ってきました。最近高齢者に対する予防接種ということで肺炎対策が始まってきたという事があると思えます。どういう死因が上位にくるかということで、いろいろな予防対策が考えられています。始めに言いましたように3位が老衰ということで、2006年には7位だったのが上がってきたんですね。老衰対策と言うものも重要になってきたのではないかと考えています。</p> <p>健康づくりということに関してもいろいろ考えるということが大切だと思っております。</p>
7. 議事・協議 事務局	<p>健幸いわた21</p> <p>①周知について</p> <p>②平成30年度進捗状況について</p> <p>③重点課題解決に向けた令和元年度の取り組みについて</p> <p>事務局より説明</p>
委員	<p>重点課題3番のこころの健康について、最近テレビや新聞で、8050問題や高齢者のひきこもりが話題になっていますが、磐田市としてはどれくらいの方がいるのかご存知でしょうか。</p> <p>引きこもりの人数がわかると、こころの健康対策に役立つのではないかと思います。</p>
事務局	現時点では数については把握しておりません。把握に向けて今後検討します。

委員	<p>糖尿病の重症化対策ということで、最近 NHK の教育テレビでもよく、情報は流れていますが、メカニズムや予防、対策についてはどのようなものでしょうか。</p> <p>どうしたら糖尿病なりにくいのか、その予防を知りたいと思います。</p>
委員	<p>健幸いわた 21 の中に食育の項目があったと思いますが、朝昼晩 3 食食べる。野菜から食べる。これらは全部糖尿病の予防につながります。これは根拠がはっきりしているものです。これをやれば大丈夫だと専門家が言っています。</p> <p>朝昼晩 3 食食べる。軽食のみでいいから 3 回とって欲しい。1 食抜くと次の食事の時に血糖が非常に上がりやすくなる。消化管ホルモンがおかしくなり、血糖が上がりやすくなる。だから 3 食食べるのが大切。</p> <p>それから野菜から食べる。なにがいいかという食物繊維が入って糖の吸収がゆっくりになる。食後に血糖は誰でも上がるけれど糖尿病の人は特に上がりやすい。</p> <p>いま申し上げたことを取り組んでもらえると糖尿病の予防につながると思います。</p>
委員	<p>いまの話を磐田市民に周知して予防に繋がったらいいなと思います。名前から行くと糖尿病って甘いものが多いのかなって素人は考えちゃうから。</p>
委員	<p>予防について勉強してもらうのが 1 番いいと思います。塩せんべいでも糖は立派にあります。</p>
委員	<p>病気の発生メカニズムがわかって磐田市民の健康に予防に役立てばいいかなと思います。</p> <p>このことは、がんの予防にもつながると思います。</p> <p>がんは、抗がん剤や放射線、最近では免疫抑制剤だとか年間 4 千万円とか高額な医療がありますけれども、これらをできるだけ抑えたほうが健康保険料や介護保険料の抑制にもなるし、磐田市の健康に役立ってハッピーじゃないかと思います。</p>
委員	<p>最初の質問の中で 8050 の引きこもりの人数ですが、昨年だと思えますが健康福祉部から民生委員に依頼がありまして、調査した結果は 124 名でした。100%ではないと思えますけれども我々が調査し、報告した数です。この調査を若者相談支援センターが対応していくのではないかと聞いています。あるいは、NPO 法人等と連携をしながらそういう方たちの自立支援につなげるというよう考え方を今後市が進めていくのではないかと考えています。</p>
委員	<p>新聞で載っているように引きこもりの方の高齢化は進んでいるのでしょうか。</p>

委員	<p>地域で引きこもりとして支援している対象は 50 歳くらいまでで、それ以上の年齢は対象にしていませんが、場合によってはそれ以上の年齢についても支援を検討しなければいけないと考えています。</p> <p>行政の担当課で今後の対応について検討していると思いますが、この問題はデリケートなところがあるので簡単に踏み込めないというところがあります。その方をどういう風に外に連れ出していか、支援に結び付けていくかが大きな課題になってくると思います。</p> <p>あまり介入しすぎると人権侵害ということになってしまうこともあるため、難しさがあると感じています。</p> <p>相談しやすい体制は、行政の方で整備していると思います。</p>
委員	<p>受け身の対応ということですか。プライバシー問題もありますね。</p>
委員	<p>やむをえない部分もあると思います。そのままにしてもいいかという問題もありますけれど。地域で関わる中で、引きこもりの問題だけでなく、高齢化などいろいろな問題を抱えていると思いますので、支援は難しい部分もあると思います。</p>
委員	<p>がんの予防は大事ではないかと思います。</p> <p>がんの予防についての取り組みについて教えてください。</p>
事務局	<p>がん予防の 1 つとして、最近健康増進法の改正があり、たばこについて注目されているところですが、禁煙もがんの予防につながりますので、禁煙の支援やたばこの害について引き続き啓発していきたいと思っています。</p> <p>また、生活習慣の改善は生活習慣病の予防だけでなく、がん予防にもつながりますので周知啓発を引き続き実施していきます。</p>
委員	<p>進捗目標の「21 時前に寝る子どもの割合」について、中泉地区の民生委員は乳幼児家庭訪問というものを保健師さんと一緒にやっていますが、子どもの健全な育成が健康につながると思っています。また、最近の若い世代はスリム化というかスタイルを気にするため、妊産婦の栄養についても大きな問題だと思います。動物は栄養をしっかりとって子どもを産むけれど、人間はそういうところがないですね。</p> <p>女性の骨粗しょう症予防や子どものうちからの糖尿病予防についても、生活習慣改善と合わせて保護者の人に伝えていく教育を進めていく必要があると思います。1 つ 1 つばらばらではなくて、関連しているのもあるので一緒にやってくと言う考え方で実施していけば、もう少し数値が改善していくのではないかと思います。</p>
事務局	<p>成長期の栄養というのは、妊婦さんになったときに、お腹の中の胎児の育ちが悪い、また生まれた子どもが低体重というように繋がりがあっていると思っています。健幸いわた 21 の中の 29 ページに「ライフステージ別の食育の視点」思春期の前期後期とありますが、自分の体に目を</p>

<p>委員</p>	<p>向ける、そして健康についても食についても考えるという食育の視点で、健康増進課として取り組んでいます。現在は高校生に対して食についての介入をしています。改めて小学生・中学生などの健康管理についても、食育のライフステージ別の視点に沿って介入していきたいと思います。こんな方法がいいのではないかなどご意見をいただければ、参考にさせていただきたいと思います。</p> <p>重点課題4の生活習慣の改善の中で、広報いわたへのレシピ掲載、食育講座などを通してとありますので市としてどういった取り組みがあるかお伺いしたいです。例えば食育講座の「いっぱい食べて大きくなあれ」では絵本を読み聞かせながら作って食べたりするもので月1回いろんな絵本のテーマに沿って、その中で野菜やおにぎり、りんご、かぼちゃなど食材ごとにやるのだと思います。それ以外でも高校生におせち料理等を作る講座をやっていると聞いたことがあります、特定の高校だけに限られていると聞きました。食育講座をどのくらい広げてくださっているのか伺いたいというのが1点目です。</p> <p>2点目は広報いわたの「いわたのごはん」ですが、クックパッドにも紹介されているレシピがあります。食育キッチンの磐田支部で担当が決まっておりますが、書く内容がとても多くて少し負担に感じています。クックパッドを見てみましたが、コツなどいろいろ載っていました。市に提出する資料が何枚もあって今何とかならないのかなあと思っております。</p> <p>3点目は健幸いわた21の6ページに食の環境整えるというところで、食育の推進に関わるボランティアの数の目標が270人のところ、実際154人というのが記載されており、評価が三角（数値悪化）のしるしがついています。食に携わるいろんなボランティアのグループが市内にあり、それぞれが活動しているようですが、実際の状況を知りたいなと思います。どんな人たちがやっているのか、もし手を携えることができるならば、活動がもう少し進みやすくなるのかなあと思っています。どんなグループのどれだけの人数の方が活動しているのかお聞きしたいです。</p>
<p>事務局</p>	<p>食育キッチンの皆様には、市の栄養士だけではやりきれない部分に力を貸して下さっているおかげで、食育活動が拡げられています。現在、実施している食育講座ですが、高校生の食育講座については、市内の県立高校すべてに、栄養のバランスや今後の食生活の基礎を築くための食育講座である趣旨を説明しています。しかし、高校の都合もあるため、すべての高校に介入できていない現状です。今後も、多くの高校生と関わられるように啓発など工夫していきたいと思っております。おせちづくりは、講座を通して盛り付けや、和食の伝承、伝統料理について学ぶことを目的としています。「ふじのくに食の都づくり仕事人」という県から認定されたプロの料理人へお願いしています。詳しい内容は高校と相談しながら実施しています。これ以外に、交流センターでの食育講座、料理教室、放課後児童クラブ、幼稚園でのおはしの持</p>

	<p>ち方教室など食育キッチンの皆さんにはたくさんの講座を実施いただいています。</p> <p>また、「いっぱいたべておおきなあれ」ですが、「ひと・ほんの庭にこっと」で毎月1回実施している食育講座です。食に関する絵本を取り上げて、本に出てくる食材を使って調理や試食を行い、食べるのが楽しいと思えるきっかけづくりの場として、講座を実施しています。さらに、若い世代の人はスマホでレシピを検索する方が多い為、広報いわたと連動してクックパットにもレシピ掲載をしています。そのため原稿を食育キッチンさんをお願いしているところですが、負担になっている部分があるとのことなので、今後相談させて頂きながら検討していきたいと思えます。</p> <p>ボランティア団体の把握については、食育キッチンさんがボランティア団体のメインとなっています。NPOこどもの森など他1~2団体と合わせての人数となります。しかし、市で把握できていない団体があるかもしれません。情報がありましたら教えていただければと思います。ボランティアさんたちも、負担が多い中で活動してくださっているため、今後は若い方を巻き込みながらいろいろな世代の方と活動していければと思っております。若い方をどのように活動に巻き込めるかについて、是非みなさまからアイデアをいただきたいと思えます。</p>
委員	<p>健幸アンバサダーについて、せっかく講座を受けたので、この方たちの活躍の場を推進していけるといいと思えます。「まちの保健室」の場にアンバサダーの方を活用していくといいと思えます。担当の保健師さんが頑張っているけれども大変だなと思う。うちの地区は民生委員が協力していますが、せっかく意識をもって講座を受けてくれた方なのでもったいないと思えます。アンバサダーの活躍の場について、どのように考えているのか教えてください。</p>
事務局	<p>健康アンバサダーのフォローアップ講座ですが、参加者の方の28名の半数がまちの保健室について興味があり、今後なんらかの形で一緒に取り組みを行っていきたくないと回答をいただいております。フォローアップ講座の中の交流会では、各地区の担当保健師が、各地区のアンバサダーの中に一緒に入り、グループワークをしました。お互いの顔が繋がったところもあります。現在は民生委員さん、福祉委員さんなどにご協力いただきながらまちの保健室を行っていますが、今後は、計測や機器の測定などの場でアンバサダーの方にも取り組んでいただきながら、健康チャレンジを広めていただくなどの活動にも加わっていただければと考えております。今年度より、アンバサダーの方へ声をかけていきたいと思えます。</p>
委員	<p>健康のための生活習慣、食習慣の啓発や健診は健康づくりのベースだと思っております。学校の教育、家庭の教育でできるといいと思えます。</p>

委員	<p>3点お聞きしたいことがあります。1点目はいわた子育てアプリ、先ほど確か1,419件の利用者がいたということですが、実際にこの子育てアプリの利用率というのは？母子手帳を交付した人のどれくらいが利用しているのかという割合を教えてくださいということ。</p> <p>2点目は、食育に関することです。磐田市の状況を見てみますと、最近市民の立場で自治会に関わっていますと、下火になっているというか、熱が冷めているような感じがするんですよね。これは市が音頭を取って促進をすることによって効果が出てくると思います。そういう意味で、まずは食育を推進するための育成、ボランティアを使うというお話がありましたけれども、その育成の対策があれば示していただきたい。</p> <p>3点目はまちの保健室。これは僕らから見てもかなりの利用者が増えてきて、使い方も非常によくなっていると思いますので、これを充実させるように、健康増進に関心のある方を引っ張ってきて活用する、これは非常にいいことだと思います。そういう意味でまちの保健室の利用状況、先ほどアンバサダーと提携して説明するというのを企画していらっしゃるようですが、そういう内容を含めて説明をしていただけるとますます充実していくのではないかと。以上3点です。</p>
事務局	<p>1点目について、子育てアプリのちらしを母子手帳交付の時に一緒にお渡ししています。今、年間の出生数が1200人～1300人位ですが、先ほどお伝えした1419人は平成30年度末時点での登録者の人数です。平成29年の9月からアプリの運営を開始しまして、平成29年度末の登録者数が641人でした。その方達も含めた上で平成30年度末に1419人の方が登録している状況です。アプリ特有だと思いますが、一度登録をされても、自分に必要のない情報ということでこれを解約される方もいらっしゃるようで、入った方が全員そのまま引き続きではなくて、中には入ったり出たりという方もいると思います。母子手帳交付した方の約半数位が今登録をしてくださっているかなという風に考えています。アプリに登録された方が引き続きそのまま活用していただけるように、子育てに役に立つ情報を定期的に発信しています。熱中症、インフルエンザ、風疹、皮膚トラブル、生活リズムや嘔吐効果、外遊び、保育園のレシピ、産後うつといった内容を定期配信することで利用者の方が続けて利用していただけるように工夫をしております。</p> <p>2点目について、食育のボランティアの育成の件について貴重なご意見をありがとうございます。ボランティアの人数も減ってきており、市としても課題としている部分です。現在ボランティアとして活動してくださっている、いわた食育キッチンの皆さんも高齢化の問題、活動への負担などの意見をいただいております、体制づくりなど皆さんが活動しやすいよう一緒に考えさせていただいているところです。新規にボランティアを育成する必要性も感じていますが、共働きの世帯の増加、定年退職後も引き続き仕事をされている方が多いなど、様々な社</p>

	<p>会環境の影響を受け、ボランティアを集めることがとても難しい現状があります。皆さんからご意見をいただきながら、引き続き課題として受け止め、具体的な取り組みにつながるよう考えていきたいと思いをします。</p> <p>3点目のまちの保健室についてですが、まちの保健室は今年で5年目を迎えています。4年目の昨年度は5000人を超える方に利用いただきました。これは地区担当保健師が、地域づくり協議会の福祉部会の皆様、民生児童委員の皆様、地区社協の皆様、さまざまな地域の方と連携をしながら地域の中に入り込んでやってきた成果だと思っています。さらに今年は、6月と9月に市内の店舗等で「出張まちの保健室」を展開しようと予定しています。これは保健師の認知度をさらに高め、まちの保健室が相談できる場所だということをさらに広めていけたらと取り組んでいるところです。まちの保健室は、地区担当保健師以外にも歯科衛生士や栄養士、心理士といった専門職のミニ講座を開催しています。地域の中で困っていること、市が伝えていきたいことを広めていくような活動をしています。皆さんが気軽に立ち寄っていただける相談の場所として進めていきたいと思っていますので、引き続きご協力をよろしくお願いいたします。</p>
<p>委員</p>	<p>学校の代表として、小中学校の実態をお話しておきたいと思いをします。食育については毎月19日は食育の日ということで学校でも給食の献立の中に書いてありますし、毎月のミニやごちやんだよりを給食室で作っていただいております、そこに健康情報が載っています。毎回、給食のたびに、この給食にはこんな意味がありますと放送委員の子たちが説明していますので、子どもたちはそれを聞きながら健康や食育というものを毎月実感しながら食べているのが現状です。また、学校では法律で決められている年間2回の学校保健委員会がありまして、そこで健康や食育に関する専門家を呼んで、講演を行っているのが現状です。その講演を聞いた保護者が、学級懇談や学年懇談でその知識を広めていくことも行っております。こういうことも学校では行っているということでご報告します。</p>
<p>会長</p>	<p>それでは本日の議事・協議はこれで終了とさせていただきます。どうもありがとうございました。</p>
<p>8. 閉会 事務局</p>	<p>健幸いわた21は、健康づくり計画、自殺対策計画、食育計画、国保データヘルス計画が総合された計画となっています。この計画を作っただけでは終わらず、市民の皆様が健康に向かって進んでいけるよう、委員の皆様、市民の皆様から頂くご意見や、地域別の健康特性をとらえながら市民の皆様と一緒に健康づくりに取り組んでいきたいと思いをします。今後もどうぞよろしくお願いいたします。</p> <p>以上をもちまして、令和元年度第1回磐田市健康づくり推進協議会を閉会いたします。</p> <p style="text-align: right;">以上</p>