

会 議 議 事 録

審議会等の名称	令和4年度 第2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5年3月23日(木) 午後1時30分～3時00分
会議の開催場所	磐田市役所西庁舎 302会議室
出席者(職・氏名)	委員：10名中10名出席 健康福祉部長、事務局：(健康増進課)課長、参事兼室長、G長、保健師、栄養士、主事
議 題	<ol style="list-style-type: none"> 1. 開 会 2. 部長挨拶 3. 委員紹介 4. 会長・副会長の選出について 5. 会長挨拶 6. 議事・協議 <ol style="list-style-type: none"> (1) 第1回書面開催の報告 (2) 令和4年度の実施報告と令和5年度の取り組みについて (3) 意見交換 7. 連絡事項 <ul style="list-style-type: none"> ・磐田市健康増進計画(第3次)・食育推進計画(第4次)について ・令和5年度新型コロナウイルスワクチン接種について 8. 閉 会
配付資料等の件名	<ul style="list-style-type: none"> ・令和4年度 第2回磐田市健康づくり推進協議会次第 ・令和4年度 健康づくり推進協議会委員名簿 ・第1回書面開催の報告(資料1-①、1-②) ・令和4年度の実施報告と令和5年度の取り組みについて(資料2)
1. 開会	健康増進課長
2. 部長挨拶	<p>ここ数年はコロナの影響で会議の開催自体が思うように実施できませんでした。ここにお集まりのみなさまは、それぞれの場面でこの3年間コロナの対応で大変ご苦労をされてきたのではないかと思います。健康増進課でも担当課として感染対策やワクチン接種の対応をしてまいりました。ここにきて少し感染症の対応が変わってきますが、引き続き注意喚起しながら対応をしてまいりたいと思います。</p> <p>市民や地域の方それから事業所の方、行政みんなで取り組むことで前に進んでいけるとと思います。本日もどうぞよろしくお願いいたします。</p>
3. 委員紹介	事務局より委員の紹介
4. 会長・副会長の選出について	<p>任期中の令和3年度末に委員が交代されたため、会長・副会長が不在です。議事の進行や委員の残任期間等を考慮し、それぞれの職から引き継いでいただいた静岡産業大学の和田委員を会長に、自治会連合会の深田委員を副会長にお願いしたいと思いますが、いかがでしょうか。異議なしというお言葉を頂きました。</p>
5. 会長挨拶	ただいま会長に選任選出していただきました、和田雅史と申します。

	<p>私は現在静岡産業大学の教員をしており、新任の委員でございますが磐田市民のみなさま方の健康づくり、健康増進に少しでも貢献できるよう努力していきたいと思っております。</p> <p>どうかみなさま方のご協力、ご支援をよろしくお願い申し上げます。</p>
事務局	<p>ここで出席者数の報告をします。</p> <p>本日の協議会は、委員10名の全員が出席されていますので、議会は成立していることをご報告いたします。ここからは要綱の規定に基づき進行を会長にお願いしたいと思います。</p>
6. 議事・協議 会長	<p>本協議会は市民の健康づくりの推進に必要な事項を協議するためにありますので、みなさま方からの積極的なご発言をどうぞよろしくお願いいたします。</p>
事務局	<p>(1) 第1回書面開催の報告 (2) 令和4年度の実施報告と令和5年度の取り組みについて 事務局より説明 (3) 意見交換</p>
会長	<p>資料2の【重点課題1】健康寿命の延伸、【重点課題2】の生活習慣病の重症化予防、この辺に関わって、ご発言があれば、宜しくお願いします。</p>
委員	<p>重症化予防のプログラムも動き出していると承知をしております。このような事を一つ一つおさえてやって頂いているという事で非常にありがたく思っています。</p>
委員	<p>LDLを180という予防という意味から良いのかと。しかしこれは「健幸いわた21」の13ページに書いてある。あまり厳しくすると半数以上の人該当してきそうで難しい。数値をいくつにするかは非常に難しいところだと思います。</p> <p>BMI22が標準指標。これを若い人や女性に合わせると22ではもう肥満という感覚になってしまう。高齢者のやせという目的でとらえるのならば、妥当かなとは思っています。</p>
委員	<p>歯周病はいろいろな全身の病気に影響することが分かっている、逆に全身の病気がある人たちは歯周病にもなりやすいことが分かっています。虫歯の事も言いますと実は生活習慣と虫歯はすごく関係があって、もう一つ言われていることは、体型。規則正しい生活をしていて体型を維持されている方は歯の状態も良いと言われています。いろいろな方面からアプローチしていただくと、歯にとっても全身にとっても、すごくいいことになるのかなと普段から思っています。</p>
委員	<p>一般的に病気の「病」は治すものですが「症」の方、「高血圧病」とは言いませんね。「高血圧症」といいます。『症』は身体の状態を表し</p>

	<p>ているので、『症』は薬では治らない、生活習慣そのものをなおさない。老人会や公民館の集まりなどでは生活習慣で少しでも健康になる方法というのはいくらでも手軽なものがあります。そのようなものから改善するように言っています。</p>
<p>会長</p>	<p>それでは【重点課題3】の「こころの健康」のところで、特にこの2～3年はコロナ禍におけるこころの健康という問題が大きな問題になってきていますが、介護などの視点を含めてご発言いただけますでしょうか。</p>
<p>委員</p>	<p>高齢者のフレイル予防をする為の体操というのは大切だと考えております。</p> <p>令和2年度に自殺が少し増加したと…これはコロナ（が原因）ではないかという話も入っております。民生委員も今年度7割が変わりましたので、また三年計画でゲートキーパーの研修をしていただければ幸いと感じております。</p> <p>磐田市は農業関係の大学、高等学校が一生懸命やっています。そこと連携した食育を試みたらどうでしょうか。</p> <p>『資料2 令和5年度の計画』の中で「受診しやすい体制づくりを工夫していく」という事ですが、コロナで家庭医を持っていない人が受診を断られ困っていました。健康な子どもや大人にそこが抜け落ちているように感じています。「家庭医を持ちなさい」と言われますが、健康な人にとって家庭医を持つということが縁遠い人が居るのではないかと思います。以上自分の生活の中で今、気づいたこととお話させていただきました。</p>
<p>委員</p>	<p>子ども達のケアという意味では万全を期してできる限りの事はやっています。今の子ども達の様子を見た時に「レジリエンス」といって、折れない心というよりも多少折れてもまたもとに戻ってこられるという力というのが大事かなと思います。かつては、強くたくましい子供たちをというイメージで教育は成り立っていたと思いますが、今の時代はいろいろな変化にしなやかに対応していく、「竹」のようなイメージで子ども達を育てていこう。多少へこんだ時があっても、また戻ってこられるように、『戻ってくるのも時間がかかっていいよ』というスタンスで。そして子ども達の心が、しなやかに強くなっていくと、それが言ってみれば自殺予防とつながるのかなと思います。</p> <p>自殺予防だけに限ってしまうと窓口が狭いところになりますが、一般的な対応としてはそのような事をさせて頂いております。</p>
<p>会長</p>	<p>それでは【重点課題4】について、子供から大人までの生活習慣の改善という課題で何かご発言いただければと思います。</p>
<p>委員</p>	<p>普段の様子を見ると家の中でスマートフォンを使って過ごしているという事を子ども達の言葉から感じます。家庭でも親子で触れ合い</p>

<p>委員</p>	<p>ながら読んでもらえるように絵本の貸し出しをしていますが、なかなか数値が上がっていかないのも課題です。</p> <p>地区の特定健診の時に減塩食品などをサンプルとして受診者に出していました。食に関する興味がある人は寄って試食していくのですが、そうでない方は寄らずに帰ってしまう。資料を掲示すると自分や身近に病気を持っていて興味がある方は、いろいろ聞いてくるけれども、やはり興味がない人は聞かずにすぐ帰ってしまう。減塩のみそ汁の試飲も興味のある人はレシピを持ち帰ってくれるが、『味がうすくて飲めない』とか『こんなの家では…』言われる。</p> <p>自分に何らかの症状が無いと健診結果も興味をもって見ないので皆さんに周知していただくことはとても難しいのではないかと思います。</p>
<p>委員</p>	<p>健康も日々の心構え、備えが、自らの健康を維持していく大前提ではないかと考えます。市民意識を高めていけるような、市民全体で取り組めるような体制、講座・ワークショップでも良いので取り組んで行けたらいいと地域側からそのような考えを持っております。</p> <p>健康づくり推進協議会と地域づくり協議会と連携をとって、健康づくりに関してはその地域の特性も踏まえながら何を求めているのかということ把握して、展開することが必要と感じています。自治会連合会も地域ぐるみで市民の健康については優先的に考えていきたいです。</p>
<p>会長</p>	<p>本日の議事は終了いたしました。この後は事務局にお返しいたします。</p>
<p>7. 連絡事項 事務局</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・磐田市健康増進計画（第3次）・食育推進計画（第4次）について ・令和5年度新型コロナウイルスワクチン接種について
<p>委員</p>	<p>豊田北部小学校で接種していただけるのでしょうか？開業医でなくても良いですか？2類から5類に引き下げられると有料になるのではないかとこのところですが、こちらの目途はまだついていませんか？</p>
<p>事務局</p>	<p>接種センターによる集団接種の回数はかなり少なくなっています。各クリニックの方で個別接種が出来ます。</p> <p>接種の個人負担については来年の3月までは無料接種ができます。ただ、令和6年の4月以降についてはわかりません。</p>
<p>委員</p>	<p>ベジファーストの啓発がありますが、現場では高齢者のフレイルが大変です。高齢者は消化酵素も少ななり、消化機能が落ちてくる。そうになると自然に食べる量が減っていく。</p>

<p>事務局</p>	<p>生活習慣病予防にはとても良いのですが、ベジファーストをすると糖質の吸収を抑えるとか、たんぱく質の摂取が減っている。というデータが出ていてフレイル予防とは逆になってしまいます。まずおかずを食べるといふ細いお年寄りも出てきています。</p> <p>もう一点、減塩指導の際、試飲で「こんな味の薄い物…」 「とても食べられない」という意見が出るというお話でした。以前のデータになりますが、例えば一日0.1gずつ塩を抑えていくような調理をすると、人間は3～4g迄は気が付かないようです。一気に減らさずに、0.1gというように少しずつ控えましょうという指導が入っているかどうか気になりました。その2点です。</p> <p>高齢者の栄養指導については、たんぱく質の摂取をしてもらうように指導しています。市民全体に向けては、ベジファーストを薦めています。減塩の指導については、出汁や酸味、うまみなどを効かせるといった指導はしていますが、0.1gずつでもいいから減らしていくという指導も今後は取り入れていきます。</p>
<p>8. 閉会 事務局</p>	<p>それでは以上を持ちまして、令和4年度 第2回磐田市健康づくり推進協議会を閉会いたします。</p>