

令和7年度 松江市健康まつえ21基本計画推進委員会 議事要旨

1. 日時

令和7年12月25日(木) 14:00~16:00

2. 場所

松江市保健福祉総合センター 3階 大会議室

3. 出席者

(1) 委員(12名中/12名中)

松本和也委員、吉川浩郎委員、河津康一委員、門脇正人委員、勝部廣三委員、高麗優子委員、小室範明委員、藤原みえ子委員、本多千景委員、名越究委員、名和田清子委員、古志野純子委員、

(2) 事務局

持田健康福祉部次長、
健康推進課：山崎課長、堀江専門官、太田係長、村上係長、川上保健師長、
朝倉橋北グループリーダー、坂根橋南グループリーダー

(3) その他(オブザーバー)

松江市・島根県共同設置松江保健所 健康増進課：汐見主任保健師

4. 次第

(1) 開会

(2) 健康福祉部次長あいさつ

(3) 委員長、副委員長の選出

(4) 委員長、副委員長のあいさつ

(5) 議事

第3次健康まつえ21基本計画 令和7年度取組み状況及び令和8年度取組み方針について

(6) その他

(7) 閉会

5. 会議経過

別紙のとおり

(1) 開会

(2) 健康福祉部次長あいさつ

- ・健康につながる生活や行動について、取組みの輪が広がるような情報発信を実施
- ・本日の議事の説明

(3) 委員長、副委員長の選出

- ・委員長に名越委員、副委員長に松本委員を選出

(4) 委員長、副委員長のあいさつ

○委員長、副委員長のあいさつ

○委員会の成立確認

- ・出席委員数：12名（委員数12名）
- ・半数以上の出席があり、松江市健康まつえ21基本計画推進委員会設置要綱の規定に基づき、委員会が成立していることを報告

○情報公開

- ・松江市情報公開条例及びそれに基づく審議会等の公開に関する要綱の規定によって公開を行うことを報告
(以後、松江市健康まつえ21基本計画推進委員会設置要綱の規定により、名越委員長が議事を進行)

(5) 議事

【議事 第3次健康まつえ21基本計画 令和7年度取組み状況及び令和8年度取組み方針について】

(事務局)

- ・資料3、資料4に沿って説明

(委員からの意見・質問等)

- ・企業は、働いてる本人の健康のみならず、家族への配慮も必要になっている。健康づくりの環境の取組みは大切である。今回「コンディショニング講座」を共同開催した林氏はどのような人か。(資料3 スライド51)

→ (事務局)

- ・地域おこし協力隊の隊員で、アスレチックトレーナーとして令和5年度より加入している。市の職員という位置付けである。

- ・いろいろなグループ、学校や町内会、公民館、高齢者クラブなど、自分の周りの環境そのものが変わっていくことにより、自分自身や周囲の健康につながるという考え方が基本となっている。市民が健康になるような、生活環境づくりを目指す礎、基礎部分としてこの計画がある。

- ・食の取組みによる効果が表れている。しかし、若い女性のやせが減少しないことや高齢女性のやせ、朝食の欠食率が改善していない。学べる弁当プロジェクトの弁当は市販しているか。

→（事務局）

- ・現在、市販していない。今後、県の事業とともにスーパー等で展開したい。

- ・今、物価高で経済格差が大きくなっている。経済状況が厳しい中でも実践できる手法を考えていかないといけない。

- ・適正体重の維持について、今後の取組みを考えているか。

→（事務局）

- ・地道に中学校、高校での出前授業を広げていく。

- ・歯科のデータを見ると、松江市の中学生の歯肉炎が、全国や県より高くなっている。どのように解釈すればよいか。

→・う蝕のリスクは減る方向にあるが、歯茎の炎症、歯肉炎についての関心度はまだ低いところがある。中学生や妊婦はホルモンバランスが変わることで歯肉炎の症状を呈することがある。歯を失う原因の一番は歯周病、歯槽膿漏のため、青壮年期に歯周病について関心を持ってもらえるような啓発が必要。

- ・ウォーキングの歩数により、ポイントやキャッシュバック、物を安く買える等の取組みの結果、健康になれるような仕組みや計画があるか。

→（事務局）

- ・健康づくりを目的としたポイント制度については、以前松江市でも実施していたことがあり、また新たに始めた地区もある。皆様のご意見から、地道に、継続的に、ということがキーワードであること、様々な角度で自然に健康づくりに取り組むことができるような施策を考えることが重要であると認識した。

- ・いろいろなアイデアをみんなで出し合い、健康づくりを自然に取り組んでいけるようなまちをつくっていかうというのは、本当に重要なことである。ポイント制は全国の自治体でやっているが、結局、健康に興味がある人だけが儲かり、一番心に響いて欲しい人はやらないとい

う話を聞いたことがある。

- ・現在、65歳から74歳までが前期高齢者、75歳以降が後期高齢者となっている。以前から思っていたが、75歳から84歳までは「中期（なかき）高齢者」と呼んではどうか。後期高齢者になると、食事、睡眠、運動、趣味の4つが大事だと思う。

- ・健康まつえ21推進隊では、今年、全29地区でフレイル測定会を実施する予定だが、何年か続けてやらないと意味がない。続けてやっていくからこそ健康になる。推進隊はボランティアで、このような活動をすることで自分も健康になり、自分へのポイントだと思っている。また、我々の活動が、最終的には地域社会がよくなることにつながると思っている。公民館や食生活改善推進協議会、高齢者クラブ等と連携して活動すれば、その地域、ひいては市全体が健康になっていく。元気になるまちづくりとして、そこに住んでいれば元気になるということが一番のポイントである。

- ・スライド52の「適切な生活習慣の確立」で、令和8年度に市のPTA連合会の保護者研修等での健康状態見える化チェックのメニュー提案、スライド54「健康的な食環境づくりの推進」でも学べる弁当プロジェクトの活用とあるが、いずれも今後、提案することとなるのか。

→（事務局）

- ・PTA連合会への提案は、昨年度に話が出ており、関わっていききたいところである。来年度、PTAの研修会等で子どもたちの食生活を担う保護者にまずは自身の状況を知ってもらう機会があるとよい。

- ・PTAでも研修があるが、現状の課題であるSNSやゲーム、メディアとの付き合い方というような内容が多い。健康をテーマとした研修はおそらくない分野であり、声をかけてもらいたい。出前授業を受けた子どもが家族にこの話を伝えたいということは、親からすると結構響くため、効果があると思う。

また、マンパワー的なこともあって難しいかもしれないが、健康に関する教育を小学校、中学校時代から学んでいくことによって、検診の受診や医師の指導を受けた時にその意味をきちんと理解し、自分の病気をコントロールすることにも繋がると思う。地道なことかもしれないが、子どもころから健康についての教育を進めていただきたい。

- ・以前、乳児健診のときに、妊婦さんに来ていただくようなことを聞いたことがあるが、今でも呼びかけているか。

→（事務局）

- ・今は働いてる方が多いので、タイミングが難しいということで、積極的にはしていない。

継続的に検討しているという段階である。

- ・ライフステージに応じた健康づくりが、非常に重要。若い時はあまり健康づくりに関心がないと思うので、学校や職場での健康づくりの働きかけというのは非常によいことだと思う。地域資源を生かした取組みでは、身近な人とか、何かしらの繋がりがある人からの声かけが、より響くと思うし、自分で参加して楽しくなければ続けられないと思うので、いろいろな地域の活動の中で、健康づくりやバランス食、運動について盛り込み、皆さんに健康づくりについて考えていただけるような機会が持てたらよい。

また、保健師や専門職と、気軽に連携して授業ができるような、より地域に密着した活動が活発にできたらよい。

- ・職人商店街のマップでのウォーキングは、たまにはできるかもしれないがあまり身近ではない。各地区の特徴を活かした取組みを後押しするようなやり方がよいのではないか。

- ・職人商店街のウォーキングマップはよいことだと思うが、観光客のための案内なのか、市民向けかよくわからない。各地区にウォーキングするのに、良い場所があるのではないか。それぞれの地区の方が、ここを歩いてみてはどうかというような仕組みがあるとよい。職人商店街のウォーキングマップは、モデルケースとしては大事だと思うが、すべての市民には伝わりにくい。

- ・学校に行くことや会社に勤めること、ご近所づき合い、友達と会うこと等が、いちいち健康に繋がっていくというような、環境が整備をされていくのを後押しするのが健康まつえ 21 基本計画であると思っている。

- ・推奨するようなウォーキングコースの設定を、スポーツ振興課が検討しているのではないかとと思うが、市で何かわかってることがあれば。

→ (事務局)

- ・スポーツ振興課からは、すでにマップ化されているような市内のウォーキングコースを集めて形にできないかという相談があった。健康まつえ 21 推進隊が、毎月のようにどこかでウォーキングをしておられ、長く愛用しているマップやコースが各公民館区ごとにあるようなので、職人商店街だけではなく、各地域のマップを集めて、散歩などに活用してもらえるようにしたいという話を今進めているところである。時期等については、他課のことになるため不明。

- ・やせることを改善することに対しての食事について、説明しているかもしれないが、この資料の中では伝わりきっていないので、強く盛り込んでいただくとよい。

- ・健康まつえ 21 推進計画は、健康増進計画と食育推進計画なので、もう少し食育についても出すとよい。

(6) その他

- ・特になし

(7) 閉会

令和 年 月 日

松江市健康まつえ 21 基本計画推進委員会

委員長