

第1回 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5年7月27日(木) 14時00分~15時40分

2. 場 所 松江市役所 3階 第一常任委員会室

3. 出席者

(1) 委員 (11名/12名中)

松本和也委員、吉川浩郎委員、安達伸次委員、勝部廣三委員、高麗優子委員、福島喜美子委員、藤原みえ子委員、若林三成委員、名越究委員、名和田清子委員、古志野純子委員 <欠席：藤井浩太郎委員>

(2) 事務局

松原健康福祉部長、加納健康福祉部次長、竹内保健所長、
健康推進課：岸本課長、堀江保健専門官、山根係長、伊藤係長、飯野管理栄養士長、雨川橋北グループリーダー、荒木橋南グループリーダー

4. 次 第

(1) 開会

(2) 委員紹介

(3) 健康福祉部長あいさつ

(4) 委員長・副委員長選任

(5) 委員長・副委員長あいさつ

(6) 議事

① 計画策スケジュール等について

② 第2次健康まつえ21基本計画の最終評価

③ 今回の計画策定の考え方について

(7) その他

(8) 閉会

5. 会議経過

別紙のとおり

(1) 開会

- ・事務局による開会宣言
- ・資料の確認

(2) 委員紹介

- ・事務局による委員紹介
- ・委員の挨拶

(3) 健康福祉部長あいさつ

- ・委員へのお礼
- ・本委員会の目的・任期等の説明
- ・本日の議事の説明

(4) 委員長・副委員長選任

- ・会長、副会長とも、委員より立候補または推薦の申し出はなかったため、事務局より案を提示し、案のとおり承認した

(5) 委員長・副委員長あいさつ

- ・委員長、副委員長あいさつ
- ・事務局紹介
- ・委員会の成立確認
 - ・出席委員数：11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）

(6) 議事

【議事① 計画策定スケジュール等について】

- ・事務局より、資料3に沿って説明

(委員からの意見・質問等)

- ・意見なし

【議事② 第2次健康まつえ21基本計画の最終評価】

- ・事務局より、資料4に沿って説明

(委員からの意見・質問等)

●最終評価の結果について

○食習慣・こころの健康づくりについて

- ・生活自体が変わってきていることもあり、食習慣がなかなか改善しないと感じた。原因が明らかになると良い。
- ・休養・こころの健康づくりについて、問題を抱えている子どもが多いように感じる。こころが健康でないと、運動する気持ちや食事する気持ちになれないと思う。この部分について市はどのような取組をしているのか。

→<事務局>

- ・学校や保育所、幼稚園と連携をして取組を進めており、学校保健委員会では、市の保健師も一緒に検討するなど色々な形で健康教育に携わっている。他にも家庭、食事、運動など様々な問題について先生方と一緒に考えている。コロナの影響で活動が制限されていたが、少しずつ活動を再開していきたい。

○歯の健康について

- ・歯科の項目については数値が上がっている項目もあるが、問題は壮年期の歯周病対策だと思う。働き盛りの方が病院受診をしやすいようにする必要があると思う。

○高血圧の数値について

- ・資料の8ページの項目のうち、糖尿病、脂質異常症は評価がBで良いと思うが、高血圧の数値だけが悪化しているがその理由は何か。

→<事務局>

- ・健診会場での測定ということが影響しているかもしれない。
- ・お弁当や惣菜などを買う方が増え、これらに含まれる塩分が気になる。お弁当屋さんに働きかけて減塩弁当を作ってもらう取組を聞いたりする。
- ・全国的な傾向では、国民栄養調査の塩分摂取量の結果をみると数値は下がっているがもう一段階あるいは二段階は下げないといけないと思う。
- ・高血圧の数値については、「白衣性高血圧」のようなものもあるかもしれない。この数値を計画の中でどう扱うのかということを考えないといけないと思う
- ・島根県民は全国の中でも塩分の摂取が多いようなので、まだ数値は下げることができると思うが、味が濃い方が好きな人や症状が無い人をどう気付かせ健康にするのが全体を通じて大切なことだと思う。

○肥満児童・やせている児童について

- ・9ページに肥満児の割合が減少して良くなっているという評価がされていますが、一方でやせている児童が増えていないだろうか。

→<事務局>

- ・次回お答えさせていただく。

●健康づくりに向けた取組について

○運動機会について

- ・最近ウォーキング以外の運動をする方が少なくなっているように感じる。公民館でも催しをするが、習慣づけることができると思う。

○塩分摂取量・減塩の取組について

- ・塩分摂取量についての評価（アンケート調査の配点）で14点以上の方は塩分摂取量が多いとしています。この点数の内訳は。

→<事務局>

- ・アンケート調査では、「食事量多め」「麺類の汁をよく飲む」「料理に醤油やソースをかける」「せんべい類をよく食べる」方の塩分摂取量が多い傾向。せんべいをはじめとした塩味菓子は子どもよりも大人の方が食べている。

- ・国の調査でも塩分摂取量はなかなか下がっていない。コロナ禍に中食が増えたことも影響していると思う。
- ・後期高齢者には、低栄養予防のために何でも良いから食べましょうと言っており、塩分摂取量に関する指標の中で他の世代と同様に70代を含めるかどうかは検討が必要かと思う。
- ・食事の際に塩分量を測るキットを配布し試してもらったところ、塩分濃度を測ることが習慣になった人がいる。ただ、キットを毎回使わなくても、自然と味や濃度を舌で覚えてもらうのが一番良いかなと思う。やり方は色々あると思う。

○事業所での取組・考え方について

- ・健全な経営を行う上で重要な資本としてメンタルも含めて社員の健康面は重要だと考えている。社員が元気なことで会社も元気になると思う。
- ・健康でなければ何かをしようということにつながらない。疲弊している社員が活躍するのは難しい。事業所、松江市として健康な人を増やすことは非常に大切なこと。
- ・職種によるが、年に複数回健康診断を受ける人もいる。
- ・健康診断を受けた人は最後までフォローできるような仕組みづくりが必要だと思う。
- ・短時間休暇制度、看護休暇制度などの制度を設け、社員とその家族の健康づくりに取

り組む。

○取組の啓発・PR方法について

- ・事業所での良い取組事例やモデル事例を市民の皆さんにPRできると良い。
- ・「フレイル」という言葉を普及させようという動きがあり、すでに項目の中にフレイル対策になっているものもあり、第3次の計画に入れても良いと思う。
- ・アピールの仕方をどのようにするのか。興味が無い人にどう伝えるのかを考えることで全体の数値の底上げにつながると思う。
- ・独身で働き盛りの時にはなかなか言葉が刺さらないと思う。アピールする内容を変えて、職場単位やライフステージ別にアピールすることが大事だと思う。
- ・「まつえっこ体操」も良いとは思いが知らなかった。

●各団体の活動について

○食生活改善推進委員会の活動について

- ・食生活改善推進員は1日5皿や1日3食バランス御膳など色々と勉強して地域に持って帰って伝える活動を行っている。
- ・予算があれば色々な取組ができると思う。

○健康まつえ21推進隊の活動について

- ・活動自体を地域の皆さんにどう伝えていくかが大切。

○健康まつえ応援団の活動・事業所での取組について

- ・市内では応援団の活動もあると思うが、役割が明確ではないのかなと思う。
- ・市内の事業者10,000のうち応援団の数が68事業所。少ないと思う。

○松江市母子保健推進員協議会の活動について

- ・年齢を重ねてからの健康や歯の問題を聞くことが多いが、小さい乳幼児の頃からお母さん達に意識していただく機会が必要だと思う。各公民館などで乳幼児学級を行っているが、コロナ前は産婦人科の方、助産師さんなどを呼んでお話をしてもらったが、コロナ期間は活動が限定的になり、見守りなどが思うようにいかなかった。
- ・乳幼児健康相談のお手伝いをする時に、食生活改善推進委員会と連携し、食事のレシピ配布や指導など協力してもらっている。
- ・個人情報のこともあり深く関わったりすることが難しい面がある。

●その他

○るるくるについて

- ・「るるくる」の話が今日は無かった。公民館ではパネルを出したり啓発している。
- ・コロナの関係もあって、「るるくる」は定着までは至っていないと思うが、少しずつ広がっているように感じる。

→〈事務局〉

- ・「るるくる」について、今回の資料には入れていないが、「るるくる」は自分の体重や血圧などのセルフチェックのための合言葉としている。

○ライフステージ区分について

- ・資料の中の高齢者という表記は65歳以上の方を指していると思うが、個人的には70歳くらいからが高齢者かなと思っている。65歳の方は働いている方も多くまだ若い。計画をつくる上でのライフステージの区分は一度検討が必要かなと思う。

○普段の生活で意識すべきことについて

- ・体内時計、生活習慣が大切。朝、決まった時間に起きて光を浴びて、朝ご飯を食べることが大切だと思う。毎朝規則正しい生活が大切だと思う。
- ・地域でのボランティアなどを行い、お世話になった方への恩返しができればと思う。

【議事③ 今回の計画策定の考え方について】

- ・事務局より、資料5に沿って説明

(委員からの意見・質問等)

○計画を策定する上でのポイント・キーワード

- ・今回の計画は、食育計画も含んでいますので、環境づくり、学び、食材というところもキーワードになると思う。
- ・生活習慣を変えるのは非常に難しいが、計画期間で何ができるかを考えていく必要がある。

○個人の行動について

- ・近年、歯科の疾病の中で「口腔機能発達不全症」というものがある。小さいお子さん達が上手に食べられない、上手く発声・発音できないなどということが発達・発育・呼吸などに悪影響といった報告がされている。歯科の項目でいうと、発達に適した支援をどう促すかということも入れていただければと思う。
- ・小さい頃からの習慣は非常に大切。良い習慣だけで無く悪習慣も続いてしまう。早食いの人は生活習慣病のリスクが高いといった報告もあり、小さい頃からの習慣が壮年期・高齢期に影響を及ぼすことも考えられる。

○全体像について

- ・全体像のところ、「誰一人取り残さない健康づくり」と言うのであれば、障がいの方なども含めて考える必要がある。そういう方々のことも考えた文言があると関係者も動きやすいと思う。
- ・「誰一人取り残さない」という言葉は厚生労働省の文章などでよく目にする。

○地域ヒアリングについて

- ・地域ヒアリングはどのような単位で行うのか。
→<事務局>
 - ・各公民館単位で行う。地域福祉活動計画の策定会議を行っておりその場所を借りてヒアリングさせて頂く予定。現在、地区社協と調整している。
- ・推進隊も何か協力した方が良いのか。
→<事務局>
 - ・改めて相談させていただきたい。

○健康まつえ応援団について

- ・今日の資料3では健康まつえ応援団について触れられていなかったような気がする。
- ・壮年期の健康を実現するためには事業所との連携が大切。計画には、事業所向けの広報や声かけなどを入れても良いかと思う。計画期間も長いので啓発などから始めるのが良いと思う。
→<事務局>
 - ・資料3ではこの計画と市の関連計画との位置づけ・関係などを示しており、応援団については触れていない。ただ、計画の中では応援団についてはもちろん、事業所との連携についても触れていきたいと思っている。
 - ・壮年期の取組については、松江市が中核市になる前から松江保健所で厚労省の通知に基づいて、地域と事業所の連携に取り組んでいる。市の事業では無いが、保健所ではアクションプランを立てて計画をもっている。

(7) その他

- ・事務局より第2回委員会の日程について連絡
 - ・次回は9月28日の17:00からを予定
 - ・会場は松江市役所第二常任委員会室を予定

(8) 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