

令和5年度 出雲市健康のまちづくり推進会議・食育のまちづくり推進会議 会議録（要旨）

開 会

1 金築健康福祉部長あいさつ

《省略》

2 吾郷会長あいさつ

《省略》

3 交代委員の紹介

《省略》

4 議事

(1) 出雲市健康のまちづくり基本計画分野別の中間評価と令和5年度の取組について

1) 出雲市健康のまちづくり基本計画の重点取組分野と重点目標について

2) 第3次出雲市食育推進計画

3) 第2次出雲市健康増進計画

① 栄養・食生活について

② 運動・身体活動について

③ 心・休養について

④ 歯の健康について

⑤ タバコ・アルコールについて

⑥ 健康管理について

⑦ 感染症対策について

⑧ 地域力を活かした健康づくりの推進

議長

会議次第4番目の議事(1)出雲市健康のまちづくり基本計画分野別の中間評価と令和5年度の取組についての「出雲市健康のまちづくり基本計画の重点取組分野と重点目標について」を事務局から説明願います。

事務局

《出雲市健康のまちづくり基本計画の重点取組分野と重点目標の説明：省略》

議長

事務局から「出雲市健康のまちづくり基本計画の重点取組分野と重点目標について」説明いただきました。何かご意見ご質問等ございませんでしょうか。

(質問なし)

次に「第3次出雲市食育推進計画について」及び「第2次出雲市健康増進計画」の『①栄養・食生活』から『④歯の健康について』一括して説明いただき、その後質疑応答とさせていただきます。①から④を事務局から説明願います。

事務局

《第3次出雲市食育推進計画の説明：省略》

《第2次出雲市健康増進計画 ① 栄養・食生活についての説明：省略》

《第2次出雲市健康増進計画 ② 運動・身体活動についての説明：省略》

《第2次出雲市健康増進計画 ③ 心・休養についての説明：省略》

《第2次出雲市健康増進計画 ④ 歯の健康についての説明：省略》

議長

事務局から「第3次出雲市食育推進計画について」及び「第2次出雲市健康増進計画」の『①栄養・食生活について』から『④歯の健康について』までをご説明いただきました。委員の皆さまからご意見、質問等ございませんでしょうか。

A委員

資料の5ページに“子育てサークルや子育てひろばで生活習慣に関する学習の機会を提供します”とあり、すごく良いことだと思いますが、具体的にどんなお話をしてもらえるのか。

議長

事務局から補足願います。

事務局

地区の要望に沿えるような内容をとっています。生活リズム、親子のふれあい、それに繋がるメディアについて啓発が出来たらと思っていますし、虫歯対策やおやつの摂り方なども考えています。

A委員

歯の健康のことやおやつのことはうちのサークルでもやっていたので、また新たなことを考えてやっていきたいと思います。

議長

ほかにいかがでしょうか。

B委員

心の健康の対応ですが、こころの健康パンフレットの設置は、郵便局以外への設置ということは検討されているのかどうか聞かせてください。

事務局

郵便局以外にもいくつかの生命保険会社と包括協定を結んでおり、保険の外交のときに、心の健康についてお話しいただくようチラシをお渡ししています。あとはコミセンや市役所の窓口、そのほか職域との連携で保健所とも一緒になって情報を置かせてもらえるようなところに置くようにさせてもらっています。

B委員

ありがとうございます。

議長

ここにも置いたほうがいいというご提案でもあれば、いかがでしょうか。

B委員

ずっと置いておくと景色になって誰も手に取らないので、先ほど言われた保険のお仕事をされている方が手で渡してくださるというような手渡しで出来るといいのかなと思いました。

議長

ほかにいかがでしょうか。

C委員

運動・身体活動の市の主な取組のところで、“保育園・幼稚園・小学校・中学校と連携して運動を進めていく”ということですが、発達年齢に応じて保育活動や学習時間の中で体を動かすということもありますが、学齢期において授業をもつての取組みというようにおっしゃったように思いましたが、具体的にどんなイメージなのか、もう少し詳しく教えていただけないでしょうか。

事務局

この学習の時間の中でというのは、直接市が何かをするというのではなく、各学校の体育の授業の時間や昼休憩などで、少し体を動かすような啓発をお願いするようなものです。

C委員

分かりました。

議長

学校において市が直接出来ることは少なく、連携して進めることになると思いますが、学校のほうで出来そうなものが何かありますでしょうか。

C委員

学校はコロナ禍を経て、体力の低下、運動不足を非常に感じています。既に休み時間の外

遊び、1 学期の後半は熱中症の心配もあり外に出られないこともありましたが、体育の時間やいろんなところで体力づくりは行っています。

議長

少し進めさせていただきます。

続いて、後半の『⑤タバコ・アルコールについて』から『⑧地域力を活かした健康づくりの推進』まで一括して事務局から説明願います。

事務局

《第2次出雲市健康増進計画 ⑤ タバコ・アルコールについての説明：省略》

《第2次出雲市健康増進計画 ⑥ 健康管理についての説明：省略》

《第2次出雲市健康増進計画 ⑦ 感染症対策についての説明：省略》

《第2次出雲市健康増進計画 ⑧ 地域力を活かした健康づくりの推進の説明：省略》

議長

事務局から第2次出雲市健康増進計画の『⑤タバコ・アルコールについて』から『⑧地域力を活かした健康づくりの推進』について説明いただきました。

⑤から⑧に関して委員の皆さまからご意見、ご質問等ございませんでしょうか。

D委員

資料1 1 ページ、健康管理のところで“糖尿病性腎症重症化予防対策を実施します”と記載がありますが、具体的にどういうことでしょうか。

事務局

特定健診の結果から血糖の数値に関して、また健診結果でリスクの高い方に関して、個別での情報提供や電話での健康相談を行います。今から気をつけていただきたいという方に対しては、生活習慣病重症化予防教室として、運動分野や栄養、歯の分野の専門の先生に話をさせていただきます。そのほか、医師の方からの講演会を考え、教室をやっていくということになります。あとはポピュレーションで広く地域には情報提供ということで啓発の取組みをしていきたいと思っています。

D委員

うちでは、重症化となり透析をされている方々に運動指導を医療機関に入ってさせていただいています。糖尿病が悪化して人工透析となり、更に糖尿病が悪化して病院に通うことが出来ず入院してしまう事案がたくさんあります。糖尿病の合併症はいろいろあり、それまでに運動が出来ていれば、食事の管理が出来ていれば、重症化しなかったと病院の先生は言われます。患者さんとの付き合いも非常に難しく大変だと思いますが、是非取り組んでいただけたらと思っています。

議長

他にいかがでしょうか。

E代理

6番の健康管理の予防接種についてです。就学前になると、どれだけ予防接種しているのだろうかということの関心が高まります。令和5年度の市の主な取組の中に、“未受診者フォローを医療機関と連携して行います”とあるのですが、具体的に教えてもらえますか。健診日に発熱して行けなかった、接種日に行けなかったというケースはかなり多いので、そういった場合はどうなのか聞かせていただければと思います。

事務局

予防接種のことですか。それとも乳幼児健診のことですか。

E代理

両方聞きたいです。

事務局

健診未受診の方については、地区担当が把握をします。医療機関にかかっている子どもさんもいらっしゃるの、そちらと情報を共有して、いまどういった状況なのかを確認しています。

E代理

最近はいドクターを持っておられる方も多いため、情報を共有していただいているということで大変助かります。

事務局

予防接種については、13ページに記載しているとおり、乳幼児健診の際に母子健康手帳を確認しながらフォローアップを実施し接種を勧めています。また、予防接種手帳の配布時に説明を行うほか、新生児、乳児訪問時においても説明を行っています。

E代理

不安を抱えている方には、医療機関で確認をして接種を勧めたほうがよろしいということでしょうか。

事務局

お願いします。

議長

市役所にまず相談でよろしいでしょうか。

事務局

医療機関でも大丈夫ですし、当然、市役所でも対応をさせていただきます。

E代理

何課に相談したらよいですか。

事務局

健康増進課の健康企画係にお問い合わせください。

議長

気になることがあれば、まずは市役所に繋ぐということが大前提だと思いますので、健康増進課のほうにお願いいたします。

ほかにいかがでしょうか。

事務局

先ほどの予防接種のご連絡いただくという件ですが、予防接種の担当は健康企画係のほうですが、もし先生方が地区担当の保健師をご存じならば、地区担当の保健師にご連絡いただくと、保健師がそばに付いてサポートをする方もいるので、地区担当の保健師に連絡いただいたほうが話はスムーズかもしれないということで補足をさせていただきます。

E代理

その流れになると思います。

議長

地区担当の保健師が変わられたら、その情報は伝わっていますか。

事務局

大丈夫だと思います。

議長

地区担当者が変われば、顔を出して繋げるような仕組みをお願いします。

ほかにいかがでしょうか。

A委員

あちゃん声かけ訪問が始まって15年が経ちます。今年新しく訪問員になった人が訪問した家庭で、お母さんがどうしてもアルコールが欲しくて、授乳後に時間を空けて飲めば大丈夫ではないかなど自分でいろいろ考え、訪問員に相談されたそうです。私も授乳している間はいけないと思うと言ったのですが、後押しがほしいと思い、市役所の保健師に相談して

保健師さんから言ってもらうため訪問員が市役所に電話をされました。保健師の方のお答えは、乳幼児相談に行って相談してくださいというものだったそうです。乳幼児相談は、出生届を出されたときに配布したもののの中に書いてありますという返事だったそうです。訪問員は、そのような答えは出来ないと思い、近くの助産師に相談したり他の訪問員に聞いて、あかちゃんのために我慢しないといけないことを言ってあげたそうです。訪問員としては保健師の後押しが欲しいところだったのですが…、そういうことがありました。

議長

誤解もあるかもしれません。事務局から補足説明いただけますか。

事務局

ご意見ありがとうございます。

どのような言い方をしたのか分かりませんが、聞かれた訪問員の方はそういった受け止めにされ、思うような対応がしてもらえなかったということで、非常に申し訳なく思っています。いただいたお話を課内で共有させていただきます。

A委員

私たちとしては、他に相談に行ってくださいではなくて、保健師の方からお母さんに連絡を取ってもらえるだろうと思って相談させてもらったのです。多分、保健師の方もそんなこと言われても聞いたことがないという感じだったのではないのでしょうか。普段はそんなこと言われるような保健師の方ではないので。

議長

何かあれば情報を共有したほうが良いと思います。また、一人でダメなら再度かけるのも良いと思います。お互いのタイミングもありますので、一回電話してうまく答えが出なければもう一回かけてもらうなど、誤解のないようにお願いいたします。

ほかに何かご意見ありましたらお願いいたします。

F委員

タバコとアルコールのところです。課題に“男性は毎日3合以上のお酒”となっていますが、タバコは一日どれくらいなのかうたわれていない。タバコは体に良くないと思います。お金を使って体に害を与えるようなことは納得できない。市としてタバコに関してどうしてお考えなのか。医学的なことから入ったほうがいいのか分かりませんが、疑問に思っています。

議長

お酒はまったくダメと書いていません。3合を上限にそれ以上は良くないとの書きぶりになっていて、タバコは1本も吸わないということが前提ですから喫煙率をゼロにするということが書かれていると思いますが、事務局のほうから補足がありますか。

事務局

タバコについては、ご本人の嗜好になりますが、依存症という本人の意思だけでは解決できないところもありますので、禁煙外来や支援薬局等の力を借りていただけたらと紹介をさせていただいていますし、吸いたくない方たちへの受動喫煙の防止ということでしっかりと対策をとっていかねばならないということで、このように書かせていただいています。

F 委員

受動喫煙も本人の意思も言われることは分かりますが、病院で相談するくらいなら悩みませんし、本人がまったく悩んでないということなのです。タバコは1箱何本入っているのかわかりませんが、1日何本かは吸います。それに対してお酒は、3合以上はダメと書いてあるのに、タバコに関しては全くうたわれていないということが不思議です。

議長

タバコは1本も吸わないということが前提なので上限がなく、お酒は、適度は良いとなっているので上限の3合があると解釈しています。課題のところなので問題があるところが書かれているのだと思います。

G 代理

数値目標でここまでは大丈夫というのではなく、タバコはゼロです。お酒が3合と書いてあることについて、タバコも同様な書きぶりにすると0本と書くことになります。インパクトがあるので、そのほうが良いといったご意見でしょうか。

F 委員

吸わないにこしたことはないですが、売らなければいいと思います。依存症の人は、いくら値上げをしても買うのだから。これからの課題だと思います。

議長

ここでの認識は、タバコはゼロということで、課題としては、1本以上吸う人が減り、いなくなるようにということで書かれていると理解して進めていければと思います。

ほかに何かご意見ありますでしょうか。

H 委員

資料を見て感じたのは、食生活と歯の健康のことが絡めて何か所か書いてあり、非常に良いと思いました。お聞きしたいのは、市の取組のところの学童期のところで、“歯みがきの仕方の動画を作成し、小学校等で視聴しながら歯みがきをし、自然に丁寧に磨ける環境づくりを構築し”というところで、どんな動画をどのように作られるのか、それを学校で見ながらみがくということですか。やる前とやった後で変化が見える形にしてみらえると非常に興味深いなと思っています。もう1点は、高齢期のほうの中ほどに書いてある“歯科口腔機能向上サロンを実施します”ですが、これは今まででもやっていたことですか。初めて聞いたよう

な気がしますが、この辺の説明をお願いします。

事務局

歯のみがき方の動画については、今年度作成を検討しているところです。現在、フッ化物洗口をされている学校に対して市のほうから歯科衛生士の方を派遣して、歯科学習講座を実施しているところです。なかなかフッ化物洗口をされる学校も広がりやすく、歯科衛生士の人材不足もありますが、歯科衛生士の方は丁寧に小学生に指導されているという報告を受けています。市内で格差が出ないように小学校のほうに歯みがきの時間の様子を伺ったところ、最近ではコロナ対策もあり、自席に座って歯をみがいているところもあるということで、実際にモニターやタブレットを見ながら歯科衛生士の方が指導されている様子を撮ったものを見ながら一緒にみがいてもらうといいのではないかとということで、現在、歯科衛生士の方にもご協力を仰いでいるところです。クオリティは低いかもしれませんが、完成したら各小学校のほうにデータなどで提供させてもらい実際に使っていただけるといいかなと考えています。

事務局

歯科口腔機能向上サロン事業については、以前から実施している継続事業になります。要望のあった地域での講演会という形で実施しています。健康増進課と医療介護連携課の共同事業となっています。それ以外にも地域のほうで要望があれば健康教育の予算から派遣も検討出来るので、いろんな地域の方の声を聞いて地区での歯科の啓発などの取り組みをしていきたいと思っています。

H委員

分かりました。動画のほうは是非クオリティの高いものをお願いします。

議長

保護者にも情報が伝わって、家でも見られるような形で進めてもらうと良いと思います。

ほかにありますか。全体を通してでも結構ですのでご意見等お聞かせいただければと思います。

G代理

15 ページの一番下に、“出雲保健所とともに健康寿命延伸プロジェクトのモデル地区の波及の取組を実施します”と書いてありますが、保健所のほうでは健康長寿しまねの中で、県の活動でプラスワン活動というものを県民運動として普及しています。何をプラスワンするかということ各自が考え、各団体が考えるということですが、今よりもひとつ多く健康づくりに取り組むということをしましようという活動です。是非ここにプラスワン活動という言葉も入れていただくと、一緒に取り組むという意味でもご検討いただければと思います。

事務局

一緒に進めさせていただきます。

議長

ほかにいかがでしょうか。

I 委員

先ほどもありましたチラシ等の活用です。コミセンの自主企画で健康教室をやっています。今年度は口腔の関係、口の中の健康ということで先生をお招きしてやりました。研修会が一番ですが、チラシ関係も手渡しで皆さんにお配りしたほうが、効果があるなど、つくづく感じたところです。

議長

ほかにいかがでしょうか。

E代理

4ページの(2)運動・身体活動の中の目標の実現に向けて取り組む市民・家庭のところで、2番目の“メディア利用の際はルールを作りましょう”とありますが、保育所の子どもたちは既にお姉ちゃん、お兄ちゃんですべてスタートしてしまっていて、今から作りましょうと言っても無理です。出来ればメディア利用の際はルールを決めて始めましょうとか、そのような方法がいいのかなと思っています。

事務局

目標の実現に向けて取り組むところで、最初はノーメディアに取り組ましようということからスタートしましたが、学校の中でタブレット学習などある中でノーメディアということ自体が難しいのではないかという議論をこの会でしていただきました。この時代に合った表現の方法が何なのかということで、いろんな年齢やご家庭の事情でいろいろなルールになるのだろうと。ただ、ルールなしで始めるのではなく、ルールを決めて取り組んでいただきたい、メディアに接していただきたいということで、このような目標の表現にさせていただいています。ただ、啓発をするときには、決めて始めましょうというような啓発の仕方をするというのは是非実施をしていけたらと思っていますし、そのような啓発をお願いしたいと思います。

E代理

利用される際にはそのような話し方で進めていただくと良いかと思っています。

議長

運動では、e-sportというものも出てきており、メディアと離れられないような状況もあります。教育における動画視聴や診療におけるリモート診断もある意味メディアになってくるので、本当に難しい中、うまく折り合いをつけて進めていければいいかなと改めて思っています。

J委員

コロナが5類になってから、ようやく学校のほうも以前のような行事が再開され始めています。学校給食試食会や、11月には4年ぶりにスクールランチクッキングというものを給食センターで開催することとなりました。食べるということは毎日のことなので、どうしていいのかわからないという親御さんの声を試食会などで意見として聞いて、お答えをするような会にもなっています。そういった機会が戻ってきたということはとても良いことだと思っていますし、子どもを持って悩んでおられる皆さんの不安を少しでも解決できるような場面に会えることをとても嬉しく思っています。

議長

是非進めていただきますよう、よろしくお願いします。

K委員

最近よく人生100年時代における食事とか健康づくり、そういうフレーズをよく目に耳にします。思春期なのか妊娠期なのか、どこがスタートかわかりませんが若い女性の痩せの問題が出てきていますし、昔の常識が最近は変わっていきたりします。出雲市においてもいろいろな実態調査をしていただいておりますので、それを反映させた食のほうの活動をしていかなければならないと実感しております。

議長

たくさんご意見をいただきましたが、他に言い忘れたとかあればお願いいたします。

質問というよりもディスカッションしながら事務局と進めさせていただきました。具体的な質問もあったと思いますが、それは下部組織の中で実践していただいて、是非、中間評価した中身が実現可能となるようにうまく進めていただきますようよろしくお願いいたします。

では、事務局のほうにお返しします。

事務局

ありがとうございました。

続いて、会議次第5番目のその他でございます。

はじめに、健康のまちづくり基本計画の推進体制として、本会議のもとに「地域健康づくりネットワーク会議」など4つのネットワーク会議を設置しております。8月25日に健康づくり推進員代表者会議、9月21日に親子ネットワーク会議、10月19日に青壮年期・高齢期ネットワーク会議、10月30日に食育ネットワーク会議を開催することとしております。各ネットワーク会議におきましては、各機関や団体における取組状況や今後の活動についてご協議いただくことになっております。

次に、事務局より委員の皆さまにご意見を頂戴したい事項がございます。

事務局

《骨粗しょう症についての情報提供：省略》

H委員

歯科も絡んでいまして、骨粗しょう症の治療薬の一部で、口のほうに副作用が稀に出る場合があり、先日、整形の先生方と初めて話し合いの場を持ちました。骨粗しょう症の治療の前に歯科で点検のための受診を促すという話とか、その辺の意見のすり合わせをしっかりとやろうということで、話し合いの場を持ちました。今後勉強会を開催しようと思っておりますので、行政の方の考えも必要となってくるのではないかと思います、そういう話しがあったということをお知らせしておきます。

F委員

私も5年くらい前から骨粗しょう症が気になって大学病院で調べてもらっています。重症ではないですが、今日も午前中病院に行ってきました。自分で自分の体は守っていく以外はないかなと思っています。

D委員

出雲ドームで行われるスポーツ&健康フェスティバルのほうに出雲圏域の健康長寿の皆さまと市も絡んでいただいて、一つのブースをやっていただいています、その中で骨密度の測定と血管年齢の測定に人気があります。毎年測りに来られる人もいて、非常に市民の関心が高いところだと思います。非常に興味を持ちましたので、是非うちの法人のほうと繋いでいただけたらと思います。

C委員

この頃小学生の骨折がものすごく多くて、今年初めて5年生の女子でしたが、骨粗しょう症だと言われたというようなことがありました。高齢の女性だけでなく、子どもにもあるのだなというのを感じているところです。これは運動不足なのか分からないですが、非常に重要な問題だと思っています。

事務局

全体を通して委員の皆さまから何かございませんでしょうか。

以上をもちまして、本日の会議を終了いたします。委員の皆様には、酷暑の中、またお忙しいところご出席をいただき、活発なご審議をいただきましたことに対し、厚くお礼を申しあげます。本日頂戴しましたご意見を参考としながら、皆様とともに健康のまちづくり基本計画に基づき、出雲市の健康づくりを引き続き推進してまいりたいと思います。長時間にわたり、大変ありがとうございました。