

会議記録

高松市附属機関等の会議の公開及び委員の公募に関する指針の規定により、次のとおり会議記録を公表します。

会議名	令和元年度高松市健康づくり推進懇談会
開催日時	令和元年9月26日(木) 14時00分～15時30分
開催場所	高松市保健所 2階 大会議室
議題	(1)「高松市健康都市推進ビジョン」の進捗状況について (2)第15回健康都市連合日本支部大会を踏まえた健康づくりについて (3)その他
公開の区分	<input checked="" type="checkbox"/> 公開 <input type="checkbox"/> 一部公開 <input type="checkbox"/> 非公開
上記理由	
出席委員	虫本会長・穴吹委員・林(哉)委員・田中委員・三野委員・山下委員・十河委員・喜田委員・葛西委員・豊島委員・林(巍)委員・平尾委員・辻委員・花房委員・岡田委員・松岡委員 (欠席委員2名)
傍聴者	0人(定員5人)
担当課及び連絡先	保健対策課 839-2860

会議の経過及び結果

次の通り、会議を開催しました。

- 1 会長挨拶
- 2 議題の協議

議題(1)について事務局から説明

【質疑応答・意見】

委員

認知症サポーターの数が増えているが、簡単になれるのか。具体的にどのような活動をされているのか。これだけ(46,146人)いれば大丈夫かと思うが。

地域包括支援センター長

認知症サポーターについてですが、まず、県がキャラバンメイト養成研修を開催し、それを受講した方が、地域の小学校や企業・住民を対象に、講師として活動している。講義内容は、認知症の方への関わり方についてであり、それを受講すれば、認知症サポーターとなることができる。どの人が認知症であるかということは一見して分かりにくいことから、高齢者の方が困っているのを見かけた時に手を差し伸べる、声をかけるといったことをサポーターの方にはしていただいているため、これからも受講していただければと思う。

委員

資料2 ページ「朝食欠食者の減少」で幼児と3歳児については朝食欠食者が増加したというところの成績が悪くなっている。それに関連して14ページ、3歳児健診の受診率は上昇している

が、今、児童幼児の虐待について毎日のように新聞等で報道されていることから、虐待も絡んでいるのかというところが心配で、朝食欠食者が増えた原因・理由が分かれば教えてほしい。例えば、3歳児健診を受診していなかった人が、朝食を欠食しているのか、といったようなデータはあるのか。

保健センター長

3歳児の朝食欠食の増加について、細かい分析はできていないが、全国的な調査でも、割合が悪化しているという傾向がある。ただ、それが虐待につながっている子どもの欠食者が多いというところまで分析できていない。3歳児健診のときにアンケート等が取ることができれば、欠食の原因がつかめるのではないかと考えており、今後の課題として取り組んでまいりたい。

委員

他の部門と連携を取りながら、この数字が虐待と関連があるのかどうかを調べていく必要がある。

委員

野菜をたくさん食べましょう、となったときに、健康都市連合の資料でも、様々な自治体の取組事例が紹介されていた。高松市では、例えば「しっかり野菜を食べましょう」というキャンペーンをしている食品メーカーとのコラボレーションに関して、何か取り組んでいることはあるのか。シールラリーの資料などをみても、気を遣う人は、どこまでも気を遣う。気を遣わない人たちに一人でも多く参加していただくという着眼点であれば、少し、今までの切り口とは違う形が必要ではないか。ヘルスメイトさんたちが地域で活動していることはよく分かっているが、塩分やカロリーが控えめなドレッシングなども出ていることから、健康に気を遣わない方にしっかり野菜を食べていただくための積極的な介入について検討してはどうか。

保健センター長

企業との連携の部分で御意見ありがとうございます。今の御意見の着眼点としては、保健センターとしてまだ取り組んでいない分野である。今年度新たに大学生や高校生を中心に野菜をたっぷり食べましょう、という事業は考えているが、企業との連携はまだであることから、御意見を参考に、今後の活動に取り組んでまいりたい。

委員

ヘルシー高松協力店についてであるが、香川は野菜、ということが言われているので、そこに特化している部分もあるが、大学生は実はフルーツの摂取量が少ない。少し広げていくような方法はどうか。香川県民、日本国民全体的に塩の摂取量が多い。ドレッシングも、物によっては塩分が多くなる。さらにハードルが高くなるが砂糖の摂取量も多い。このあとSDGsでも出てくるかもしれないがWHOも指摘していることなので、少し広げて考えてみてはどうか。メニューとしてはまず野菜でいいと思うが、今回は大学生も入っているので特に気になった。

保健センター長

先ほど企業との連携、また平尾先生からフルーツといった新たな観点からの御意見をいただいた。平成27年度から野菜たっぷり生活シールラリーを始めているが、まだまだ参加者は少ない。まずは野菜から、というところから取り組んでいるが、御提案いただいたことに関して検討してまいりたい。

委員

少なくとも、うちの学生には塩分についてぜひお願いします。

委員

私も大学生のところの気になっている。娘が大学生で、学食を利用する際、ミールカードを使うと、塩分とカロリーが表示される。塩分がダントツで、塩分とカロリーがとても高い状態になっていて、野菜を食べていないの？と聞くと元々のメニューにないようである。大学にもよると思うが、今回香川大学生協が入ってきている。実際メニューに工夫された点があるのかということや、実際に摂取されている人がどうなのかということ、学食ということで分析もできると思う。物がなければ食べることはできないし、コストが高くなると手が届きにくくなるが、加盟しているお店の中身が充実できればよいと思う。

保健センター長

今年から香大の生協食堂に新たに参加していただいているが、ここに保健センターの栄養士が行って指導を行っている。メニューまで意見を言っているのかどうか、確認できていないが、御提案のとおり検討してまいりたい。

会長

野菜の話が出ているが、30年度の野菜たっぷりシールラリーの応募者数は20歳未満が少ない。これは関心が少ないことが理由なのかどうか分からないが、今から20年後の高松市民を考えたときに、この年代の方が働く中心になると思う。これと関連して、例えば高松市でも、高校で骨密度の測定を行い、高校生の健康づくりの意識啓発を行っているという事業がある。20歳未満の方は、小・中までは学校に栄養士がいるが、高校になると栄養士がいなくなる。しかも一人暮らしをする大学生になる。そういった食生活に問題があるのではないかと。ぜひ高校の健康づくりを推進できるような行事を実施できないかと思っている。香川県栄養士会も骨密度測定器を持っているのだが、先日、県立高松桜井高校から「生徒の骨折が多い」という話があり、骨密度測定器をお貸しした。女子は骨密度が低い。そうした数値を生徒が知ることで、食生活に生かせるのではないかと思う。そういった事業に、骨密度測定器を活用していただければと思う。

保健センター長

資料の2ページの「up to you!」事業の中で、香川大学や市内の高校に行かせていただいている。香川中央高校に行って骨密度を測ったり、健康教室を実施したりしているが、まだまだ他の高校には行けていない。実施に向けて、関係者と調整中のところもあることから、これから広げてまいりたい。

会長

先程、事務局が言われた、香川中央高校は以前から実施されているようだ。県栄養士会の会長には、最初から携わって御指導いただいている。今年度、食生活改善推進協議会として、市内の高校にとりあえず2校入って、このような指導をして行く計画になっている。一から始めたいと思っている。

委員

高齢者の健康づくりについてどうすればよいか。栄養士さんも作戦を立てて、食生活の改善について考えてくれているが、年寄りにはたくさん食べなくてもよい。垢離取（こりととり）、という

地名が徳島乾山のすそ野にある。垢離取（こりとり）、とは垢を落とすこと。身を削ること。それを思うと、自然のままに生き、自然に逆らうなということ、ぜひお伝えしたい。さぬきの里山ほど、自然豊かなところは全国を探しても他にない。若い時から47都道府県山歩きをしてきた。高い山に行くのが登山家ではない。低い山に教えられるところがいくつもある。例えば、琴電の沿線岡本駅のすぐそばの、奈良須池の東のはずれに、立石山という山がある。標高はそれほど高くない。香川県内にそういう山はたくさんある。山の高さは低いけれど健康づくりの拠点になる。手近な里山で森林浴を。こういうことを保健センターにやってほしい。町中ウォークというが、舗装道を歩くより里山を歩いてほしい。全国一の自然を生かして、高齢者の健康づくりに生かしてほしい。

また、3歳児になると体感を通して記憶が残る。一緒に連れて歩くと自然の尊さを教えることが教育の原点になる。食育など、何でも教育に結びつけるが、家で親からしつけをきちんとしてほしい。

委員

先程のお話に関連して、若いうちにハイキングをしていなければ年を取ってから困る。私は84歳になるが、百名山に登った。そういうことをしていたおかげで足腰はなんとかもっている。里山歩きは本当にいいと思う。私も里山を歩いていたが、体調を崩してからはプールで歩くようにしている。

委員

自分も地域のお世話になっているが、健康はやはり食べ物だと思う。これが欲しいといっても家族に食べさせてもらえないので、最近は自分で料理をしてどうにか健康を保っているのかなと思う。同じような野菜を毎回食べることが多いが、歩いて移動するようにすることを大切に毎日過ごしている。

委員

6ページの、市内の中学3年生に対しこころの体温計を配布したとのことだが、実績の3,891件は配布数のことか。実際にどのくらいの人がアクセスして使ったかは分かるか？

保健センター長

アクセス数は30年度99,091件という数字が出ている。

委員

学生さんがそのうちどのくらいいるか分からないのか。配布しただけでなく、実際どのように使われたのか、サイトへのアクセス数も資料に示すとよいと思う。

9月は自殺者数が増えると言われている。時期を考えて啓発普及ができればと思う。

また、7ページの、アルコールに関する正しい知識を啓発するというので、母子健康手帳を発行する際に面接を行っていると思うが、その際に全部伝えているのかどうかなど、可能な部分はデジタル化できればよいのではないかと思う。

保健センター長

自殺が9月に多いということであるが、全国的な自殺予防週間である9月10日～16日に合わせて、高松市でも瓦町フラッグで展示を行ったり、県と合同でキャンペーンを行ったりしている。自殺対策強化月間においては、瓦町フラッグ・図書館での展示・ことでん瓦町駅でのキャンペーンを行っている。

アルコールの関係では、母子手帳発行時にアルコールに関するチラシを配っている。チラシの枚数は母子健康手帳の発行数と同じ3,300枚である。

委員

心の健康と体の健康は非常に大事である。

自殺予防に関し、私もメンタルヘルス講座を受け、ゲートキーパーとして勉強している。

自殺者数は交通死亡者数より多い。今日の説明を聞いていると、29年度は52人と減少しているのは嬉しいことである。

男女別であれば男性が多いとのことだが、年齢的に一番多いのは何歳くらいか。

保健センター長

資料を持ち合わせていないが、40～50歳が多かったように思う。

委員

心の健康ということで、資料にスマホやネット依存と書かれているように、WHOでもゲーム依存は疾病だとされている。ゲームに関して言えば、子どもは依存症になるまでの期間が短い。これに対して啓発活動の必要性については、子どもだけでなく親や、最近は高齢者のネット依存に関しても言われている。社会全体としてネット依存について考えていく必要がある。また、エナジードリンクについてであるが、これはカフェインがたくさん含まれている飲料であり、依存性があるとも言われている。子どもにとっても飲みやすく依存度が高いため、問題になっている。ゲーム依存の他にも様々な問題がある。是非これから、心の健康について、力を入れて取り組んでいただければと思う。

保健センター長

今年度、高校の文化祭の機会に高松商業高校や英明高校など3つの高校でゲーム障害・アルコール・薬物などに関する啓発を9月～11月で行っている。30年度には3校1,443名を対象に行った。また、今年、太田中学校でゲーム障害に関する講演を行ったところである。

委員

エナジードリンク依存症については、何か取り組んでいるのか？

保健センター長

今のところ取り組んでいない。

委員

9月に自殺予防週間があることから、8月末の学校が始まる時期に配っていたのと思うが、長期休み明けに学校に行きたくなくなることが多い。可能であれば夏休み前に配っていただきたい。

保健センター長

御指摘のとおり8月末に配布している。時期について検討してまいりたい。

議題（2）について事務局から説明

【感想・意見】

委員

今回の健康都市連合日本支部大会に参加でき、とても勉強になった。パネリストの1人として、保健委員会連絡協議会の健康面に対する取組を発表する中で、「高松らしさ」を全国の皆様にお

伝えできたのが一番良かったと思う。

議題（3）について事務局から説明

「健幸経営企業表彰」、「野菜たっぷりシールラリー事業」及び「健康都市推進ビジョン協賛金」について事務局から説明。

これまでの内容に対して委員からの意見

委員

高等学校のイベント等にそれぞれの団体が参加しているようだが、健康都市推進ビジョンを推進していくために、それぞれの団体が協働していく必要がある。看護協会も、高等学校に禁煙指導やいのちの大切さ、虐待予防等について説明に行っており、栄養士さんの方でも行かれています。実施に当たっては、是非各種団体が協働して、今年はここここに、チームを組んで行きましょう、など重点的に取り組んでもよいのではないかと思います。最近では風邪薬等の依存症などの話も聞きますし、高校時代からもっと健康な体を作ろう、と協働できればよいのではないかと思います。実際は私ではなく会員が動くことから、そのような計画があれば早めに言っていただけると一緒にできるのではないかと思います。

委員

高松市薬剤師会では、薬についての理解を深めるという意味で、「健康と薬の祭典with薬剤師」という大きなイベントを行っている。高松市にも御協力いただき、ミライエをお借りして、毎年8月4日に行っている。毎年歯科医師の先生にも御協力いただき、歯と口の健康の相談も行っている。子ども薬局といって、お子さんに粉を練って薬を作ってもらって、白衣を着てお母さんに服薬指導をしてもらったりしている。今年は初めて、県の栄養士会に御協力をいただき、野菜釣堀というのを行っていただいた。プールに野菜を入れてマグネットで釣っていただくことで、野菜に対する興味を持っていただければと思う。このように多職種で連携をすればもっと市民の皆さんに、いいことがつながっていくのではないかと思いますので、よろしくお願いいたします。

委員

私も、健康都市連合日本支部大会に参加させていただいた。高松のいい報告に加え、基調講演の岡本先生から「高松市がんばっていますね」というお言葉もいただけたのが印象的であった。全国たくさん都市がある中で、面積も人口も年齢構成も全く違うことから、すぐに採用できる案があるかどうか分からないが、いい案があれば是非高松に取り入れて健康都市を目指していただきたいと思う。

事務局：閉会

