

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	平成30年度 第2回高松市健康づくり推進懇談会
開催日時	平成30年11月1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 中間見直し版(素案)について (2) 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・三野委員・山下委員・十河委員・豊島委員・林(巍)委員・中澤委員・平尾委員・辻委員・花房委員・岡田委員・松岡(義)委員 (欠席委員4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)～(2)について、事務局から説明を行った。

(1) 高松市健康都市推進ビジョン 中間見直し版(素案)について

(2) その他

- ・健康都市連合全国大会の開催について

【質疑応答・意見】

議題(1)について

《高齢者の健康等について》

委員：資料2のP82の高齢者の健康について。体は元気だが、誰とも話をせず一日引きこもっているような生活をすることによって、どんどん認知症が進んでいくといった人への取組は。自分から積極的にいろいろと出かけて行けばいいのだが、そうではないような場合に、どういた方策ややり方があるのか。

事務局：その方の症状に合わせたいろいろな内容があると思うが、まず、在宅で居られる方に対しては、高齢者の居場所づくりや社協のサロンがあるので、できるだけそういった所に行っていただき、同じような年齢の方と交流していただく、といったことが考えられる。

会議の経過及び結果

事務局：その他に、地域包括支援センターでは、65歳以上の方を対象とした運動の教室として、「元氣いきいき教室」がある。地域に会場を設けているので、そちらに来ていただき、交流されるということがある。その他、出かけない方、外に出ることが得意でない方については、介護予防の方にはなるが、こちらから看護職等が出向いて行き、ご様子等を伺いして、支援の中で外出できるようであれば居場所等につなげていく、といった事業を行っている。

委員：大変重要な課題であり、日本中、世界中どこでも同じようなことが起こるが、特に顕著に起きたのが東北地方。震災の後に、出かける用事がなくなり、仮設住宅で知っている人もいなくなるという状況になっており、大変苦勞されているみたいで、当然行政からの働きかけもあるが、重要なのは地域活動。行政だけでは無理なので、地域力が醸成していることが良い。女性の方は出かけるが、手強いのは男性。是非、「地域力」という言葉をお願いします。

委員：元気を広げる人の養成に携わっている。この、元気を広げる人は、地域の中で近隣の方々や自分を含めて、高齢者の方々にできるだけ健康寿命を維持していただくという形での取組。全くのボランティアでされていることで、地域によってはかなりの成果が見られる。ただ、今までの話の中にも出てきたとおり、自分で行こうという気持ちがなければ、どんなにいろいろなことを行政や地域の方々が考えてもなかなか、というところで、元気を広げる人を養成する際にも「限界を感じる」という声がある。そのため、もう一つ若い世代、65歳という高齢者になる前から、もっと地域に対するつながりをしっかり持つことと、自分の健康に対する意識をしっかりと上げていくことが大事になってくる。今現在の高齢者も大事だが、10年後、20年後に向けての取組が大事になってくると考えている。

事務局：昨今、地域包括ケアシステムの構築ということが言われており、内容をみると高齢者の健康や介護だけではなく、最終的にはまちづくりといったところまでつながってくる。地域包括ケアシステムの構築を通じて、地域のまちづくりをどのように行っていくかという大きな目標につながっていく大事なことだと思っている。先ほどご意見がありましたように、高齢者の孤立を防ぐためには、地域に関わっていくということも非常に大きな視点であり、60歳の定年を迎え新たに地域に入っていくということではなく、現役の時から地域にどんどん関わっていく必要がある。

委員：コミュニティに関わっていけば、高齢者であっても溶け込んでいけるのではないかと
思っている。また、自治会活動においても同じことで、自治会に入って活動していれば自然と地域に溶け込んでいけると思う。

委員：地域に溶け込めない人をどうするか、市はどこまでできるのか。

事務局：認知症の方が、現在400万人くらいで、2025年には700万人を超えと言われており、国家的な問題になっている。基本的に、認知症になる前の方、認知症になっても在宅にいる方と施設に入らざるを得ない方など、それぞれの段階があり、その段階で適切な対応を行政や地域の方も含め、ご本人の意識も高めていくことが大事であろうと

会議の経過及び結果

思う。社会とつながりがなくなると、急速に認知症が進むと言われているため、政府でも一億総活躍社会ということで70歳までは働きましようと言われている状況である。できる限り、高齢になっても働く場があるということは、職場で話す機会や頭を使う機会などがあり、脳も活性化するということであるし、働くこと以外に地域でできるだけコミュニティの中で人間関係を作っていくということが大事であると思う。積極的に自らコミュニティに関わっていただける方はご本人の意識も高いので、自分でも認知症や介護等に近づいてきた際に、何らかの対応をご本人又は家族が対応できる可能性が高いと思う。一方で、そうでない方が現在大きな問題になっている。地域包括ケアということで、行政も含めてなるべく介護にならないように、また介護になっても地域の中で生活できるようにということで進めているが、そこで漏れる方がいる。こちらが働きかけないと、家庭で一人でずっと居て孤立し、重篤な状況になってしまうケースが近年になって増えてきている。これに対応するために、昨年から市が取り組んでいる「地域共生社会」という社会に向かって何らかの対応をする必要がある。具体的には、各地域にいる社会福祉士や保健師等の専門職の職員が、アウトリーチをしていく。家庭で孤立している方に対し働きかけていくといったことを、今年から勝賀エリアと香南エリアでモデル的に進めている。今後は全市的に展開していくことを、行政の立場としては取り組んでいる。

委員：地域が一番下部の組織というのは、その方々が住んでいる自治会、もう少し小さく言うと隣組というところでいろいろとやっている。ご近所のお世話をしている人はご存知のはずなので、そういう人を通じてだんだんと、自治会から地区、市へ。組織によっては、内容は若干違うが、高齢者の元気の出るような会合がある。まずは、隣組や町内の役員と話しをし、そのような組織に参加するというのも一つ方法でないかと思う。

委員：基本的なことだが、現状として自治会に所属をしている人達の割合が、年々かなり減っているということをお聞きしたことがある。新しい住宅地が整備されたり、マンションが建って、新しい方々がその地域に入られても、その方達自身が地域の自治会等に入っていないということも聞いている。私も自分自身の家庭を考えたときに、高齢の両親が元気で居れば、両親が地域の活動に参加し、本当に考えなければいけない40歳代、50歳代は無関心な部分があると思う。もちろん一人一人個人の考えではあるが、今現在そういった所に所属をしていない人達に対する働きかけは、どうしていったら良いのか。ますますそういった方が増えていくということは、孤立する高齢者がどんどん増えていく可能性があるし、役員等一所懸命している方がどんなに地域にいても、その方との接点が取れないところがある。何か情報としてのツールを考えていく必要があると感じた。

委員：一昨年くらいから、60歳になると自動的にコミュニティにおいて老人会に入り、それを老連に申請し、それによって補助金が出ている地区がある。コミュニティが中心になって全て行っており、老人会活動を老人会ではなくコミュニティが行っている。自動的に老人会に入るといことはおかしいのではないか。個人の意思は全く入っていない。本当は、それは間違いだと私は思う。老人会として別に組織を作っているのだから、組織と

会議の経過及び結果

して活動するのであれば問題ないが、補助金も全てコミュニティに集めてしまうということではダメではないか。

委員：確かに、各地区で高齢者も含めていろいろと仕事をしているが、各種団体、例えば自治会や老人クラブ等をまとめたものがコミュニティ協議会ということである。各種団体、例えば老人クラブを通じていろいろな組織に入り、老後の生活を楽しんでいただく。その他にも、学校関係の団体、例えばPTAもコミュニティ協議会に入っているが、そのような各種団体や皆さんのお近くの団体に入っただき、地域と人の輪の中に入っただきいろいろな情報もいただき、その上でその方が日常生活の中に反映させるということが一番いいが、なかなか横のつながりが大変難しい。どのようにしたら良いか、私達も苦労している。それぞれの団体が、目標や目的は違うが地域の人を一人でも多くの方が気楽に生活し、いろいろな情報は入るように団体に入っただきということで、私たちも取り組んでいる。自治会が一時期は80～90%の加入率であったが、今は60%前後で極端に言えば、4割の方は入っていないという実態がある。まずは、向う3軒両隣で話をさせていただくことが一歩でないかと思っている。

委員：素案の中に認知症や認知症予防のことがあまり触れられていないが、それはどうか。計画の中には必要ないのかどうか。

事務局：資料2のP3に、この計画の大きな枠組みを示している。いわゆる生活習慣病等で健康が害される状況をできる限り回避し、より良いQOLを得るために、どのように進めば健康寿命を延ばせるか、という視点で健康都市推進ビジョンを作っている。認知症に関しては、もう一つの高齢者の方の計画がある。資料2のP4に「第7期高松市高齢者保健福祉計画」があり、この計画に介護予防や認知症についての対応策といったことを盛り込んで、市として取り組むと位置付けている。

《次世代の健康及び身体活動・運動等について》

委員：食育も含めた質問が4項目ある。1点目は、資料1のP7の電子母子手帳について。電子母子手帳のユーザー登録数の増加が目標に挙がっているが、紙と電子でどのように違うのか、どのようなメリットがあるのか。2点目は、資料1のP10の次世代の健康について。香川県は小児生活習慣病予防検診が小学校4年生、一部の地域では5年生で活発に行われていることは有名だが、生活リズムチェックシートとはどのようなチェックシートで、どの年齢を対象として実施しているのか。資料1のP11の、職域に対して、スニーカー出勤等と呼びかけるとあるが、どのように仕掛けを行い、どのように評価をしていくのか。また、P12に、高松市スポーツ協会等と連携し、ウォーキングイベントを開催するとあるが、どれくらいの規模で、年間どれくらいの頻度で実施していくのか、開催がウィークデイなのか休日なのか。

事務局：電子母子健康手帳について。紙と電子母子手帳の大きな違いとしては、まず電子母子健康手帳では、予防接種の管理ができる。また離乳食等の動画も入っている。その他、紙媒体であれば、母親が母子健康手帳を持っていると、父親や祖父母等は持てないが、電子母子健康手帳であれば、どなたでも登録すれば同じ媒体でそこに入っているお子さんの身長や体重、予防接種の履歴等を共有して試みることができる。具体的には、予防接種

会議の経過及び結果

のため受診した際、紙媒体の母子健康手帳を忘れて行ったとしても、電子母子健康手帳に登録し管理していれば、いつ接種したかや出生時体重等が分かる。

事務局：生活リズムチェックシートについて。対象は小学生と中学生。チェックシートは小学校1～3年生まで、4～6年生、中学生用の3種類があり、生活リズムをチェックするもの。大体7日間で、自分の生活を見つめ、目標を決めてそれがどれくらいできたかを見る。生活習慣は、家庭との協力も大事であるし、本人の意識の向上も大切であることから、個人で目標を決めてそれを記録し、家庭でも感想を書いてもらうということ、毎年行っている。担当課は生涯学習課。また学校関係では、担任の先生がチェックシートを集めて、養護教諭が学校やクラス、1～3年生といった学年別等で傾向等を分析し、各学校で保健だより等に記載し、子どもたち等への啓発に使用している。

委員：小学校の取組では、生涯学習課からチェックシートをもらい、それを子どもに配布し、その結果のデータを市が分析し、各学校に送付される。その内容は、朝ごはんの接種率や就寝時間や起床時間、テレビやゲームの時間等。この結果を基に、学校の保健委員会、児童や養護教諭、学校医を含めて、学校の課題をどのように克服し、児童と保護者も呼んで啓発をしていくということで、児童、学校、家庭の3者で啓発をしながらより良い生活習慣が身に付くように、ということをやっている。ただ1つ課題があり、保護者がなかなか集まらない。実際に分析し課題がはっきりしているが、児童には指導をしているが、保護者になかなか理解・協力してもらうことが難しい。保健だより等を出して保護者に呼び掛けたり、担任が呼び掛けたりしているが、なかなか成果が上がらない。家庭の事情もあるかと思うが、保護者との連携が課題となっている。しかし、チェックシートで子どもの状況が分析できている。

事務局：まず、FUN+WALK PROJECTについて。これはスポーツ庁が勧めており、生活の中に気軽に取り入れることができる「歩く」ことに着目したプロジェクト。昨年度に始まった。3月の1週間をFUN+WALK PROJECTの週間にしており、企業や事業所等に向けてスニーカー出勤等の啓発を図るもの。楽しく歩く、そして体を動かすことが健康づくりにもつながるのではないかと、また、スポーツ庁と健康づくりの部門である厚生労働省と一緒にやれば、一石二鳥になるのではないかとということで、昨年度に始められた事業。もう1つのご質問の評価についてだが、スポーツ庁が勧めている対象は働く世代になるが、この世代の方が主体的に健康づくりに取り組み、そこに楽しみながら体を動かしたことが健康につながったことの評価になると思う。また、どれくらいの企業等に参加していただけるかが評価のポイントになると思う。現在進めている事業で、ICTの利活用になるが、地域のめぐりんポイント等を活用した健康経営の推進ということで、健康づくりに積極的に取り組む企業等に、歩数や特定健診・がん検診を受診した人に、インセンティブとしてめぐりんポイントを付与し、地域の活性化や市民の自主的な健康づくりを促進する、という取組を検討している。このような部分で、企業等の参加率を含めての評価をしていくことを考えている。

資料1のP12のウォーキングイベントの開催について。健康づくりの部門だけでなく、

会議の経過及び結果

スポーツの部門と一緒に連携するということで、この度ウォーキングイベントの開催を考えている。今年度は、平成31年2月17日（日）に総合体育館を使って開催することを企画している。内容は、足形の計測やウォーキングシューズの展示、伴歩体験等、いろいろな企画を盛り込んでいる。規模は300人程度を予定している。31年度以降は、高松市スポーツ協会と連携し、9月の第1日曜日の市民健康の日と2月辺りでもう1回開催することを考えている。規模としては、300人程度を予定している。これ以外でのウォーキングイベントは、昨年度コミュニティ単位でウォーキングマップを作成した経緯があるため、コミュニティ単位で回覧等により周知を行い、開催している状況。平日開催か休日開催かはコミュニティ単位でいろいろである。ウォーキングマップは、地域のコミュニティ協議会と保健委員会の協力の下、作成したもの。2～7kmのコースを2～3コース作っている。

委員：健康づくりは、本当は戸外で行うもの。戸外で楽しむということを生かしたい。外へ出て体を動かすことは、健康づくりの基本ではないかと思う。海水浴や林間学校等を成長発達の段階に応じて行うことが非常に大事。コミュニティとはどの範囲かを考えると、昔は小学校区でこれはウォーキングエリアであった。その後、いくつかの小学校が一緒になって学区が広がり中学校エリアができた。これはサイクルエリアであり、自転車で行ける範囲。このように乗り物で区分していく方法もある。コミュニティを論じる時も、市街地か山の方か、その中間地域かといったエリアの区分も、行政が考えて手を打っていくことは必要。また、「歳だからもういかん」と運動等とやめてしまうと、そこからもっと落ちてしまうので、継続が大事。

委員：資料2のP25で、18～29歳、30歳代、40歳代の年代で、ほとんど朝食を食べていない人が2割近くいるということは、働き盛りの人の健康という意味で、他のところに文言が出てこない。働き盛りの人に関する朝食を摂ろうという内容を、市の施策に入れてほしい。資料2のP34の「一人で朝食を食べる者の減少」「一人で夕食を食べる者の減少」という目標項目があるが、「者」というのは、幼児なので「幼児」又は「子ども」とすることを検討してほしい。また、マイナス思考の「朝食欠食者の減少」と捉えるより、「朝食を全員が食べよう」というプラス思考での表現の方が良いように思うので、表現の検討をしてほしい。目標項目の掲載順番だが、現在は野菜の平均摂取量の増加が一番上にあるが、朝食を食べることで、1日2食の人と3食の人では野菜摂取量が大幅変わってくると思うので、「朝食欠食者の減少」を一番上の目標とし、その下に野菜摂取量の目標が来る方が良いのではないかと。「学校給食における地場産物の利用の増加」の項目について。学校給食はデータとして取りやすいかと思うが、それ以外に、例えば病院や老人・児童福祉施設等でも地場産物の提供をしている。食育は、農林省と文科省と厚労省の3省の事業で成っているため、学校だけでなく病院や福祉施設も地場産物の利用というのは、毎年行っている特定給食施設の調査に入っていると思うので、データに含めると良いのではないかと。

事務局：1つ目の質問で、資料2のP25で若い世代の2割近くが朝食を食べられていない状況であり、働き盛りの世代で朝食を摂ろうという内容を施策に反映してほしいということ

会議の経過及び結果

についてだが、具体的に来年度考えていることがある。これから一人暮らしをするであろう高校生を対象に、健康教室の開催を考えている。これは、地元の高校生に対し、まずはどれくらい朝食が必要かの話を聞いてもらい、その後調理実習を考えている。その他、今年4年目の事業となる野菜たっぷりシーララリーに、できるだけ若い世代にも参加してもらいたいと思っており、今後は対象者の拡充として、市内に勤務している人、地元の大学等に通学している人も対象となるよう拡充していきたいと考えている。また、食に対し関心を持ってもらうため、毎年6月に瓦町フラッグで食育フェスタを開催している。この開催に当たり、若い世代に来てもらうため、子どもの絵や小学生の習字等子どもの作品を展示することで、両親や祖父母等家族で来ていただき、楽しみながら食に関心を持っていただくことを考えている。最後に、ヘルシーたかまつ協力店について。現在、野菜たっぷりシーララリーに協力いただいているが、大学生協と協力・連携し、大学生に関心を持ってもらいたいと考えおり、香川大学の学食と連携して簡単な朝食を実際に作って、「これであれば食べれるのではないか」といった提供を、大学と一緒にできたらと考えている。

事務局：2点目の質問の、資料2のP34「一人で朝食（夕食）を食べる者の減少」の表現方法を検討してほしいということについて。5年前の計画策定時は、幼児や小学生等に関わらず「者」で統一していたため、アンケートについてはそれに基づいて行った。資料2のP46では、「一人で朝食を食べる人の減少」に修正をしているが、今回ご指摘をいただいたので課内で検討させていただきたい。

委員：3つ目の質問の、資料2のP34「給食における地場産物の利用の増加」について。学校給食は、1日1回食だが病院や福祉施設は3回食なので、より地場産物の活用という点で意義があると思う。是非数値として挙げてほしい。

事務局：健康福祉局として、こういった形で取りまとめて出せるのかを検討したい。間に合えば、計画の方に掲載し、間に合わなければ何らかの形でお見せできるようにしたい。

委員：P46の今後の取組について。市の取組では、野菜摂取と朝食の内容が一緒に掲載されている。全く違うので、2行にさせていただきたい。

事務局：野菜摂取量の増加と朝食欠食者の減少では、目標とするものも違ってくるので修正したい。また、先ほど質問にあった「朝食欠食者」の表現について。項目のうち、例えば男性20～30歳等は、国民健康・栄養調査でも項目に挙がっており、国との比較ができることから、本計画の目標項目としている。国の目標との関連もあることから、検討させていただきたい。

委員：歯の健康についても、一朝一夕には解決しない問題だと思う。しかし、個別の指導が実を結んで、5～10年前に比べて市民の口に対する感覚も変わってきている。歯科医院だけで指導するのではなく、コミュニティや今年から始まった居場所等に出向いていくことの繰り返しで、5年後・10年後に花が開くのではないと思う。呼ばれないと歯科医師は行くことができないので、出向く場所を作ってもらえることはありがたい。できるだけ数を増やすことが、目標の達成に寄与するのではないかと考える。

会議の経過及び結果

委員：出前講座だが、愛媛県松山市では、食生活改善推進委員と歯科医師会がコラボして、歯の健康づくりをしているという報告があった。また、孤立した高齢者が外出しないことについて。隣近所では「裁縫が上手」「野菜作りが上手」など、高齢者が得意なことを知っている人がいるので、「あなたに、〇〇を教えてほしい」等、その高齢者が生きるように場を設けるのはどうかという話を聞き、それも良いかと思った。

委員：「たかまつ健康と薬の祭典 with 薬剤師」というイベントを開催予定。ロコモ対策等も取り入れて他職種連携の取組で、かかりつけ薬局を持っていただくことにより、健康寿命を延ばしていただくことも踏まえ、いろいろなイベントを開催する。

委員：目標項目を4割見直したということで、見直した時の根拠を明確にしておくことが重要であると思う。また、次世代や青壮年期等各年代で切りやすいが、全部がつながっていく施策はあるのかと疑問に思った。つなげて見ていく中で、何か目玉になることがあると良いと思った。

委員：資料2のP87の80歳以上の項目で、「かかりつけ薬局を持とう」という文言も入れてほしい。