

令和3年度第2回健やかほうふ21計画（第二次）推進委員会書面会議意見

**議事（1）ケンシン受診率向上に向けた取組について今後取り組めそうなこと、御意見。
（歯と口の健康、日頃の健康管理）****【団体を通じた知識の普及】**

- ・ケンシンに関するポスター等を歯科医院で掲示する。
- ・山口県薬剤師会では、「山口健康エキスパート薬剤師」という制度を設けている。これは山口県独自の取組で県民の健康維持・増進のため薬学的な健康サポートにより総合的に県民の健康等ニーズに対応できる薬剤師が登録されている。この山口健康エキスパート薬剤師の活動の一環として薬局に来られる皆さんへ検診受診勧奨声掛け運動等を実施できればと考えている。
- ・学校では、児童生徒が受けている定期健康診断の大切さを伝えることで、将来自分から進んでケンシンを受ける大人に育てるということを意識して取り組んでいきたい。
- ・食生活改善推進協議会は市の胃がん検診の手伝いをしているので、チラシ配布、声掛けをしっかりとやっていきたいと思う。また、食生活改善推進員自身が積極的に進んでケンシンを受けるように啓発したい。
- ・母子保健推進協議会では、親子の触れ合いにもなる“仕上げ磨き”を家庭訪問で話してみる。また、がん検診を母子保健推進員と家族に勧める。

【個人の意識への働きかけ】

- ・ケンシン受診の重要性を周知する。
- ・ケンシンに関して興味を持つよう働きかける。
- ・正しい知識の普及、およびケンシンの普及啓発は取り組みそう。
- ・検診を受けない理由を明らかにし、その理由に対応した方法で取組を進めると効果的と思う。また、受けない理由は、ケンシンの種類によっても変わるだろう。
- ・地域や自治会での啓蒙活動（回覧、ポスター等）を実施する。地域のサークル・公民館でのサークルグループにケンシンの大切さを伝え、ケンシンの積極的参加を促し受診率を高める。
- ・職場において、ケンシンについて職員に周知し、ケンシン受診について休暇取得やカフェテリアプランで受診費用を助成する仕組みづくりを働きかける。ケンシンの啓発ポスターを社内の食堂等へ掲示する。
- ・キャッチコピーを作って市民に広く浸透していくと意識づけがより高まると思う。
- ・プラス思考でケンシンを受けるきっかけを作るといった意見がすごく良いと思った。自分でも発信する時にポジティブワードを使って話したいと思った。
- ・ケンシンが大人のためだけでなく、幼少期からのライフサイクルの中で考え、捉えられるような取り組みも良いと考える。「家族全体の健康づくり」として家族単位で考えられるような「家族の健康手帳」とか、お互いの体調を知る「病歴や受診歴の記録」とか、若くて健康なうちは、なかなか“かかりつけ医”もないことが多いので、「もしもの時にかかるつもり病院」とかケンシンにつながる一歩手前のことを考えられる仕組みづくりもあるといいのではないかな。
- ・良い例、そうではない例等の事例集を作成する（ケンシンを受けたおかげで九死に一生

を得た例、早期発見で大変になるところが軽い治療で治った例など)。

【かかりつけ医からのアプローチ】

- ・かかりつけ医を持つことを普及する。
- ・ケンシンに関しては個別勧奨が有効と考える。かかりつけ医において、年1回はケンシン項目を実施していただく、または全項目が困難であれば、他の専門医療機関につないでいただくなど、医師会全体にも御協力をいただく体制づくりが必要ではないか。

【楽しく取り組むことができる仕組づくり】

- ・ケンシン受診時に献血時にもらえる粗品のようなお土産があると良いのではないかと感じる。(ケンシンを受けるとお得だと思わせる手法)。
- ・ケンシンに関して、ポイント制を導入して個人に還元していくという視点を導入することで一定数の増加を見込めると感じる。
- ・子どもも大人もケンシンについて楽しく学ぶことができる媒体を検討する。
- ・防府市版のSDGsを各団体の特色を盛り込んで作成できるとケンシンのみでなく広い意味で市民が知るきっかけになるのではないかと考えている。
- ・SDGsを、家族で出かけてゲームでケンシン受診を学ぶというアイデアが良いと思う。子供や孫が親や祖父母の事を考えて検診受診して欲しいとすすめてくれるような仕掛けができると良い。それにマイナポイントを加えてみていいのではないかと感じる。
- ・一人で受けるのは・・・という人がいるかもしれない。グループで予約すると特典ありというのもいいのではないかと感じる。

【ケンシンの体制を整える】

- ・仕事をしている人は、日中のケンシンは受けられないので、土日や夜間にも受けられる機会があると良いという声を聞いている。

議事(2) 第1回健康づくり推進のつどいについて。

【参加団体より】

- ・時期的に山口県において第5波の感染が広がる直前の開催だったが、今年は開催できてよかった。長いコロナ禍でこういったイベントが軒並み中止となるなか、久しぶりに地域の皆さんに出会える機会となった。次回も楽しみにしている。
- ・各団体、独自のテーマでブースを設置し大変盛り上がり、有意義な取組であったと感じる。次回もぜひ実施して欲しい。
- ・子どもや親が積極的に参加しており、“朝ごはん食べたかな”のアンケートでは参加者はしっかり朝ごはんを食べていたので、嬉しく思った。箸の持ち方については、きちんと箸で落花生、小さなスポンジ等つかむことができる子どもが多かった。
- ・8月31日の野菜の日のPRはできたが、今回用意した野菜(ナス、オクラ、ピーマン)の効用についてや、JAでの食育活動や健康寿命100歳プロジェクトについてもっとPRすればよかった。他団体とも交流の場となった。コロナの影響で難しいと思うが、もっと多くの親子に楽しんでもらいたいと感じた。
- ・講演会での“走り方”講演はテンポが良く、参加型でとてもよかった。
- ・天気が悪く、参加人数が少なかったことが残念だった。
- ・テーマ、コンセプトが漠然としすぎており、来場者がいまいちピンときていない感じがした。もう少しテーマを絞ることや、各コーナーと講演などの統一感が必要ではないかと感じる。

と思う。

- ・PRブースでの打ち合わせを事前に行い、もっと盛り上げられると良かったと思った。

【その他の団体】

- ・参加者について、どのような人たちが何人くらい集まったのか、健康を意識する人が増えたのかについて評価することが大切。参加人数は少なくとも、日頃接点のない人達との関りが増えたのであれば評価すべきことだと思う。
- ・とても充実した内容であったことが書面だけでもわかった。今回は定員に満たなかったとのことだが、コロナの状況が落ち着き、広報や口コミ等で周知できれば、次回は参加者が増えるのではないかと思う。
- ・とても良い取組と感じる。ご協力いただいた方々に感謝申し上げたい。子供と触れ合いながら大人も健康について考える機会になる企画は、ぜひ今後も続けていただきたいと思う。
- ・実施までに様々なアイデアを出して形にした「ニコフェス」。個人的にはとても良い取組と感じた一方で、参加者が思うよりも増えなかった要因の一つに平日開催（お盆休みの人もいただろうが）という点もあったと思う。共働き世帯が増えているので、次回開催の検討要因の一つにできたらよい。次回は、防府市版の巨大SDGsすごろくで楽しく学んで遊べたら良い機会になるのではないかと思った。
- ・コロナ禍であるが、体験型のコーナーが多くあり、内容が工夫されていたと感じた。今後、チラシの配布先の検討や、SNS、アプリの活用等の周知方法を工夫してより多くの人へ発信して欲しい。次回は団体として参加する方向で考えたい。
- ・楽しくのびのびと活動している姿が非常に良い。
- ・各専門医への少々深刻な相談コーナー（無料）があれば良い。
- ・親子参加型でゲーム感覚で楽しめるような内容だと感じた。チラシを通じて知った人が多いようだが、配布方法を知りたい。自分は気付かなかった。コロナが収束したら、健康野菜試食コーナーなどができると良い。
- ・親子で参加でき、学べる良い機会である。
- ・子どもに健康に関心を持ってもらうために、健康について体験できることは大切である。
- ・触れてみる機会は印象に残るので、子どもにとってとても良い経験になったと思う。

その他

本計画の7つの分野について、今年度各団体や個人で取り組んだこと。

（1）栄養・食育

- ・保育園にて、スローフードのランチや、地産地消の食材を活用する取組をおこなった。
- ・幼稚園では、「食事の時間」として年間計画に基づいて実施している。
- ・食生活改善推進協議会の活動では新型コロナウイルスの影響で調理実習はできなかったが、バランスのとれた食生活、生活習慣病予防についての話をした。また、幼稚園において早寝早起き朝ごはんについての話や、箸の持ち方の指導を行った。
- ・野菜をたくさん食べるようにした。

（2）歯と口の健康

- ・学校においてフッ化物洗口、歯磨き指導、歯科検診結果のお知らせと受診確認を実施した。

- ・保育園で歯磨き指導は年少（3歳児）以上はクラスで行い、園に歯科医によるケンシンは年1回受けることになっている。よく噛んで食べることにも取り組んでいる。
- ・毎年、歯科医による「歯科検診」を実施している。
- ・年に2回は定期ケンシンに行っている。

（3）身体活動・運動

- ・学校において、外遊びの励行、柔軟性向上運動など取り組んだ。
- ・保育園において、コロナの影響で運動不足にならないよう、クラスが混じらないこと等を配慮しながら散歩や運動の機会をできるだけ設けるようにしている。
- ・1時間程度のウォーキングを実践している。
- ・スポーツ少年団での指導を行っている。

（4）日ごろの健康管理

- ・保育園では園児は年2回、職員は年1回園医による健康診断を受けることになっている。それに加え、全国健康保険協会のケンシンを年に1回希望する病院で受けることができる。有料でも福利厚生で補助があるため、受診率が高い。
- ・保育園では、1日2回の検温を実施している。
- ・幼稚園において、コロナ予防対策について、随時、保護者に啓発をしている。
- ・学校において、望ましい生活習慣の定着に向けた取組を行った（早寝早起き、睡眠、朝ごはん摂取、メディアとの付き合い方等）。
- ・薬剤師会として、第1回健康づくり推進のつどいにおいて健康コーナーで手洗い、手指消毒の大切さについて展示を行った。
- ・J A山口県では、「山口健康経営企業認定制度」において健康宣言にチャレンジする（法令に従い、全職員がケンシンを受診する、再検査等が必要な人は受診をする、特定保健指導の実施を推進する、健康づくり環境を整える、「運動・食」に取り組む等）。
- ・自分の健康に関心を持ち、ケンシンを受けるように声掛けを行った。
- ・自身の職場では色々発信しているが、ケンシンを自ら受診して話す、地域のつながりを持てるよう積極的に参加する等、次年度はより頑張りたいと思った。
- ・やまぐち健幸アプリを利用した。

（5）喫煙

- ・歯科医師として診療において患者さんに禁煙を促している（歯周病の進行予防の観点から、禁煙を勧めている）。
- ・学校薬剤師は、各担当校で「たばこに関する出張講座」を行った。

（6）こころの健康

- ・保育園では子どもの表情や保護者との会話について注意を払い、職員同士できるだけ声をかけ合う必要がある。

（7）地域のつながり

- ・保育園から散歩に行く際、地域の人にあいさつをしたり、作物を見せてもらったりしている。

分野全体に関する取組

- ・日々の業務もだが、健やかほうふ21（第二次）推進委員会のおかげで意識が高まっている。防府市リハビリテーション専門職協議会においても、通いの場支援での運動や口

腔内の健康のほか、スリムアップ（健康増進課で行う健康教室）なども含めて協議会としても貢献出来たらと考えている。

- ・認知症カフェで、高齢者だけでなく介護者や小学生の皆さんと交流をしている。介護者の健康管理にも配慮することも大切だとこの会に参加して改めて感じた。