

1 日時	平成29年1月19日（木） 14時～16時
2 場所	防府市保健センター
3 出席者	<p><b>【委員】</b>  藤村委員、山本委員、右田委員、豊田委員、松田委員、西村委員、中村委員、橋本委員、防川委員、寺内委員、山崎委員、三原委員、池永委員、藤元委員、田中委員、畦森委員、東福委員</p> <p>※欠席：松浦委員、田村委員、宇野委員、松林委員（事務局）</p> <p>林健康福祉部長、藤井健康福祉部次長、工藤健康福祉部次長・課長、山崎係長、鳥飼、原田、島、渡邊、角、林、小山</p>
4 傍聴者	0名
5 議題	<p>(1) 行動計画（案）の構成とライフステージに応じた計画推進のポイントについて</p> <p>(2) ライフステージ別各団体の取組について</p> <p>(3) グループにわかれての話し合い  テーマ：個人で、自分の組織団体で取組めそうなこと</p> <p>(4) その他</p>

## 1 開会

### 2 健康福祉部長あいさつ

本日はお忙しい中、出席いただき感謝している。

さて、前回8月4日に開催した第1回推進員会で、各部会に分かれて今年度の取組みについてご協議いただいた。その後、9月と10月に2回の部会を開催し、皆様からいただいたご意見をまとめ、先日、行動計画の案としてお送りさせていただいたところである。今回は、この行動計画の案について、皆様のご協議を賜ることとしている。本日は皆様からのご忌憚のないご意見を頂き、健やかほうふ21計画（第2次）行動計画の仕上げをしてまいりたいと思っているので、ご協議のほどよろしくお願ひしたい。今後も委員の皆様のご協力をお願い申し上げ、簡単ではあるが開会の挨拶とさせていただきます。

#### 【健康福祉部次長】

健やかほうふ21計画第1次計画のときに生涯学習課におり、この計画に関わらせていただいた。この度は、健康福祉部として、所管の部として直接関わらせていただくので、どうかよろしくお願ひしたい。

**【事務局】**

会議欠席のお知らせ

**3 議事**

(1) 行動計画（案）の構成とライフステージに応じた計画推進のポイントについて

**【事務局説明】** 行動計画（案）1、2 参照

**【会長】**

今までのところで質問等はあるか。無いようであれば、議事 2 を終えた段階でもう一度皆様にご意見をいただきたい。

(2) ライフステージ別各団体の取組について

**【事務局説明】** 行動計画（案）3 ライフステージ別各団体の取組を説明

**【会長】**

何かご意見はあるか。とてもよくまとめてある。わかりやすくなり、すっきりした感じで、とてもよかったと思う。それではまず、高校生以下の年代について、J 委員さん、意見をお願いしたい。

**【J 委員】**

乳幼児期は、基本であり一番大事なところのため、まだまだ言っていく必要があると思う。保育園でも 0 歳から入ってきているが、その時からお母さん方とかに、家庭での指導をしっかりとできないかなと考えている。それをどのようにしたらいいかというのが園の中でも課題になっている。最初に基本的なことをしっかりお母さん方が学べば、それがずっと後々続いていくのではないかということを思っている。

**【会長】**

乳幼児期は自分で意見というのが持てないので、保護者が一番大事になってくると私も思う。次に P 委員さん、ご意見をお願いしたい。

**【P 委員】**

母子保健推進員は乳幼児に関わっており、生後 2 か月から家庭訪問をしている。そのときにお母さんがすごく育児に疲れている人もいるし、明るく「うちの子抱っこしてください」と言う人もおり、お母さん方の思いがそれぞれ違う。やはり大切なことは、声かけ。特に家庭訪問をすると、まちで出会っても、「大きくなったね」とか、声をかけてあげられることが私達はとても嬉しい。それで向こうが答えてくれたり、コミュニケーションがとれていくことで、お母さんも安心して子育てができるのではないかと思っている。悩みがあったら母推さんに話してみようかなとか、そういう関係がとても大事だと思う。

### 【会長】

本当に、ちょっとしたことでも気楽に相談できる、話ができる、相談相手を持つということが大事だと思う。最近のお母さん方は、僕のイメージだが、結婚適齢期の幅が広がり、若い母から、いわゆる高齢出産のお母さん方等いろいろおられるので、本当に連携が大事だと思う。それではQ委員、ご意見をお願いしたい。

### 【Q委員】

小・中学生では、健康情報がたくさんあふれているので、その中で、学校ではまず正しい知識を理解させていきたいと思っている。その知識を踏まえた上で、子ども自身が、家庭で、日常生活で実際に行動できるような力を育てていきたいと思う。やはり「将来を見据えて」というところで、実践できるというところに重きを置き、意識をして学校教育を行っていききたいと思う。

### 【会長】

逆に情報が多すぎてということもあるので、先生方は大変だなと思う。この計画を使えば、とてもすっきりしていいような気がする。それでは社会人というところで、I委員、ご意見をお願いしたい。

### 【I委員】

40歳～60歳の間は、いろいろな形で体に変化が生じつつあり、私自身もそうだが、会話の中で健康数値がいろいろ話題になる。やはり、体のケアについて考える機会を多く持つことにより、健康維持に努めることが大切だと思う。喫煙にしかり、食事にしかり、飲酒にしかり、いろいろな形で情報を共有し、健康を維持することが大切だと思う。

### 【会長】

私ももうすぐ60だが、友人と集まれば病気の話かそろそろ孫の話、そういう話ばかりになる。自分の健康とそういう話になる世代なんだなと実は思っている。ちょっと手遅れな感じはあるけど。50代、60代からやれ生活習慣を変えろとか、そういうちょっとしたことをいつも思いながら仕事をしている。それではE委員、ご意見をお願いしたい。

### 【E委員】

私が気になっているのは、若い母さんで喫煙される方が多く、子どもに対してすごく影響が大きいのではないかな、ということである。子どもには受動喫煙になる。そのあたりのことを学校や関係機関で保護者にしっかり話をしていって欲しい。

中学校、小学校中高学年から、喫煙の芽を摘むための活動をしてくださいと言ったりしているが、中学生で喫煙をしている子が何人かいるという話を聞いたりもある。早く芽を摘むというのが大事だなと、子ども達に関しては考えている。高齢者のほうは、関わりがあり、今日も地区でいきいきサロンを実施した。高齢者に対しても口腔ケアの話を取り入れたり、いきいきサロンを活用し、高齢者にも理解してもらうことも大事なかなと福祉関係で話し合っている。

## 【A委員】

医療費適正化計画を県がすすめており、計画の推進状況を県民に公表しなくてはならないということになっている。公表する内容の一つに、「たばこ」が出てきた。計画書の 38 ページを見て頂くと、男性の喫煙率が 32.9%、女性は 8.4%で、防府市は山口県と比べてちょっと高い。男性は県内で 1 番高く、女性は 4 番目に高いという結果である。県との比較ではこの程度で済むが、全国と比べるとかなり高い。全国では徐々に喫煙率が下がっているが、山口県では上がってきているというところで、これを公表するにあたり、どういうコメントをつけるかということが話題になった。調査の仕方が前回と今回で違うと話をされたが、それにしても全国の流れと随分違うなと感じた。今日あらためて見てみると、防府市が足を引っ張っているなと思った。山口県自体も健康数値がよくないが、防府市で、特にここに取り組みたいなというところについては、例えば全国との比較も出しながら印象付けるという方法もとっていいのかなと感じた。ここを取り組まないといけないよね、というところをいくつか、県だけの比較ではなくて全国はこういう流れだけど、山口県、防府はこうですね、と少し強調していくというのにも必要かなと感じた。

## 【会長】

たばこと口腔ケアについては、最後にR委員にお願いしたい。

## 【R委員】

計画（案）を見させていただき、すごく具体的な物ができた、素晴らしいものができたと感心した。3 ページのライフステージに「妊婦・乳幼児（保護者）」と書いてあるが、各団体の取組みでは、「妊婦・乳幼児とその保護者」となっている。最初に見たときに、「妊婦・乳幼児（保護者）」となると、対象が乳幼児の保護者なのかなと少し勘違いしてしまう。この表現を「妊婦・乳幼児とその保護者」と統一してはと思ったのですがいかがだろうか。

## 【事務局】

一行に入らないかなと思いきこのような形にしたが、修正し統一した形をとりたい。

## 【会長】

「妊婦・乳幼児とその保護者」で統一するという事でお願いしたい。

それでは議事 3 について、3 グループに分かれて話し合いということで、進め方について事務局からお願いしたい。

### (3) 3 グループに分かれての話し合い

テーマ：個人で、自分の組織団体で取り組めそうなこと

【事務局】 グループに分かれての話し合いの進め方、内容等について説明

#### (4) その他

##### 【会長】

活発な意見が出たのではないかと思います。今年度の推進委員会は本日で終了ということだが、よろしいだろうか。行動計画が作成されたが、個人又は皆さんが所属されている組織で、今から取り組んでいこうと思っていることや、今日の推進委員会に参加しての感想でも何でもいいので一言ずつお願いしたい。

##### 【E委員】

私の所属している団体では、子どもから高齢者までの見守りをしている。主に高齢者の「ふれあいいいききサロン」をしており、その中には、一人暮らしの方もいるので、みんなと一緒に食事をしたり歌を唄ったりをしている。今日も喜んでいただき昼ご飯を食べられて帰られた。子ども達にも喜んでもらえるような活動もしたいが、なかなか子ども達と関わることができないので、今の活動としては、高齢者を中心に活動していきたいと思っている。

##### 【G委員】

この度は行動計画という事で、それぞれのライフステージで、どのような事をということ、全体的に非常に見やすくまとめられているなど感心した。私の所属している団体においては、高齢者・障害者・児童・青年と幅広い分野での活動にはなるが、やはり現実的にはどちらかという高齢者が中心の活動になっているという傾向にある。そういう中で具体的には、「ふれあいいいききサロン」を市内で約 100 箇所、設置・増設中である。参加されている方の健康、主に高齢者の方が多いが、それをこのような推進のポイントというところで、例えば食事のことなども、お孫さんとかに関連づけて健康のことも含めて、サロン等でこれが活用できるのではないかと感じている。

##### 【I委員】

店において受動喫煙の防止のなかで、今までは自動販売機の横にベンチ、ベンチの前には灰皿、これが昔のスタイルだったが、今では自動販売機の横にベンチはあるが、徐々に灰皿を遠くの店の隅っこにした。最初喫煙する方からは、若干の嫌味のような言葉も頂いていたが今では当たり前になった。と同時に灰皿の中の煙草の本数も減ったと店の方から聞いている。受動喫煙を防ぐということ、子どもや他の吸わない人を煙草の害から守るひとつのきっかけとして取り組んでいる。ほとんどの店で、灰皿を隅っこに置かさせていただいている状況である。

##### 【K委員】

よい行動計画ができています。私の団体として、あるいは私の勤めているところの関連として、この行動計画を実践してみて、ここで報告をあげていきたい。今ここにいる委員はなんらかの事業所の代表として来ているので、私達はそこに広めていく役割をおそらくセンター長さんは期待されている訳でしょうから、そこを頑張りたいと思っている。

### 【M委員】

私の所属している団体からすれば、どんどん魚を食べてほしい。そのためには魚を提供するので、料理教室等を開いていただき、魚の美味しさを知ってもらえたらありがたいと思っている。

### 【Q委員】

示された行動計画では、ライフステージに応じて健康課題がいろいろと挙がってきている。それを、将来を踏まえて少し心の構えをつくり、正しい知識を子ども達に与え、そして家庭で実践する場をつくるのが大切だと思う。そして、子どもが学校で学んだことを家庭や地域に発信できるような健康づくりに取り組んでいきたいと思っている。

### 【T委員】

私は守ろう部会に所属していたので、今までは、ケンシンをとにかく知っている人に「どんどん受けましょう」というふうに勧めていたが、先ほどの話から、禁煙がとても大切だという事が分かったので、ケンシンと同様に禁煙も身近な人から勧めていきたいと思っている。

### 【S委員】

私はスポーツを推進する立場と自治会長の二つの立場がある。スポーツについては毎年行っておるニュースポーツ大会を、今年は3月に行うこととしている。毎年この時期にしており、今現在はグラウンドゴルフの大会をやっている。これは協会が出来てかなりになるので、もうそろそろ次の新しいスポーツに切り替えて普及していこうかなというふうに考えている。

これも宣伝になるが、毎年6月位に市民体力テストと併せてニュースポーツ体験会をしている。皆さんご存知かと思うが、去年も行ったカローリングは人気で、カーリングと似たような競技である。用具はちょっとお値段が高いが、よその団体等からも借りてカローリングも含めてニュースポーツ体験会をしている。チラシ等も作成しているので、ぜひ参加してもらえたらと思っている。

それからもう一つ、幼児から老人も含めていろいろな交流の場を持ちたいと思っている。しかし、なかなか高齢者に各小学校区の公民館に行けと言っても遠くて行かれないという事があるので、最小単位の自治会・町内会単位での集まる場をもっと設けていけたらと考えている。これは世代を問わず集まる場を設けていけたらなと思っているので、また良い知恵があればよろしくお願いしたい。

### 【R委員】

健やか防府21計画（第二次）行動計画（案）の24ページを見ていただきたい。防府市健康増進課の事業の中に健康マイレージ事業があり、発行された部数537件とでている。16ページ右下に「マイレージ事業の特典に若い人や男性が興味を持つ物をいれてみては」とある。私もこちらに転勤してきて、どんなものかということでもてみた。委員の先生方はやっておられるかと思うが、防府市の「幸せます」という言葉はとても好きだが、「幸せ

ます！みんなで健やかチャレンジシート」というものがインターネット等にでている。要は 35 ポイントを貯めたら保健センターに申請するとカードがもらえる、という事業をやっておられる。

この中の 35 ポイント以上というのは、ケンシンは必ず受けましょうというので、人間ドックでも胃がん検診でもケンシンを受けると 10 ポイント。そして地域で健康教室等に参加すると 5 ポイント、後は自分自身の健康づくりで生活習慣病予防のための健康づくりの取組をすると 1 日 1 ポイント。35 ポイント貯めたらカードをもらい、店でそのカードをみせると、店のカードポイントが倍になる等があり、有効期間 3 か月間というものである。こういった自分自身にとっていいものを具体的に住民の方に示していけたらいいなと思う。

また前回の委員会の時に健活手帳という話がでたかと思う。事業所等で、働き盛りの人達が健康でないといい事業は出来ないというところで、健活手帳というのがある。これを活用して自分自身の健康チェックをするよう、有効に事業所で使っていただきたい。こういった具体的なものがあるので、活用方法等を今後の実際の計画の中に盛り込んでいったらいいのかなと思う。

#### 【P委員】

「ライフステージに応じた計画推進のポイント」というものは、ひと目見たらとても分かりやすく整理されており、素晴らしいなと感動した。

私達母推は今 148 名いる。防府市は約 1,000 人の方が一年間に生まれるということで、まず 2 か月から訪問し始めて、だいたい年間 4,000 件の訪問活動をしている。子ども達が健やかに育つように、身近なサポーター役として行動計画を広めていき、少しでも役に立てるよう、これからも訪問活動を続けていきたいと思う。

#### 【N委員】

「ライフステージに応じた計画推進ポイント」は、よくできており私達素人にもよく分かるものだなと思った。

私の所属団体で実践できる事は、今携わっている「ちゃぐりん農園」。子ども達やお年寄りまでのいろんなイベント等や講座等やっているの、主食・主菜・副菜のところを、地産地消で安全な物を皆さんにお示し、食事の大切さを皆さんと一緒に伝えできたらいかなと思う。まさに地域と共に交流しながら、料理教室とお魚の大切さだとか野菜の大切さ等いろんな事を地域の方々、地元の方々にお示しできたらいかなと思う。

先ほどサロンのお話があったが、私の所属団体でも見守り活動というところで、お一人住まいの方を訪問とともに一緒に見守っていきましょうという事も行政と一緒にやっている。こちら地域の方と一緒に行政の方と一緒に協力し合い、良い方向にいけたらいいなと微力ながら感じている。

#### 【J委員】

みんなこれはつながっている事。保育園は小さい子ども達もいる。食育もそうですし、子ども達の健康、そしてそれを家庭にいかにか発信していくかが課題と思っているし、みんなで考えて実践できたらいかなと思っている。

### 【F委員】

年代別の活動のなかで、60歳以上という一番最後の活動の年代であるが、しかし幅広い年代でもある。60代はそこそこまだ元気である。でもだんだんと年老いてきて体が動かなくなってきた、皆様のお世話になるような年代になってくる。元気でいること、それが子孝行に繋がるように、お互いが支えあうという気持ちで過ごそうと思う。若い人の手助けができるように、皆さんで絆をしっかりとって働かせていただきたいと思います。

### 【D委員】

動こう部会で今までは意見を出したり聞いたりしていた。今日はいろいろな部会の方と交流できた。「ライフステージに応じた計画推進ポイント」が皆さん口を揃えてよくできて分かり易いという事だったが、私も同様である。

私の所属する地域では、年に一回3世代の交流で、お餅つき等することがある。その時にポイントで示してある、つながりのところに書いてある「あいさつをしよう、声をかけ合おう、世代を越えて交流しよう」というところは大変アピールしやすいので、これを是非地域に戻り伝えていきたい、実践したいと思った。20代、30代の親の世代とも地域で交流することがあるので、機会があればこの内容を活用していきたい。

### 【B委員】

平成29年になったが、平成19年、平成9年も馴染みはあると思う。では進化していないのかなというと、私が大学を出た頃は、未成年の飲酒や喫煙も罰則が簡単な世の中であった。タスポやコンビニエンスストアでタッチしないとたばこが買えないとか、たばこのパッケージに『これを吸ったら死にますよ』等は書いていなかった。飛行機や新幹線、電車でも喫煙できていたのが禁煙となり、ここ10年でたばこに対しては大きく変わってきている。しかし喫煙率は山口県が足を引っ張っている事実はある。

2020年には東京オリンピックがある。東京オリンピックでは、ホテル業界は全面たばこ禁止、競技場にはたばこは置かないと聞いている。たばこの対策も、10年後には随分変わっているのではないかと思う。

また私が大学生の時は、口腔ケアという言葉やNSTのチームはなかった。10年ごとの節目で振り返ってみると、これだけ行政、各団体、トップの意識がかわり、健康管理にも大変な発展性があると思っている。将来、たばこを吸っても体に影響が無いようなもっと進化したものが出来るかもしれないし、日本人の規律も更に上がっていくと思う。

今日、皆さんが本当に子ども達のことを考え、そして自分の事、家族の事、従業員の事を思い、「私達が実践しよう」という言葉が挙がっており、さすが先輩だ、大変素晴らしいと思った。絶対これをやるんだから、少しは実となり、私から意識を変えて、皆さんで意識を変えて、素晴らしい10年後を夢みたいと思った。

### 【A委員】

1年間かけて、皆さんの思いが詰まった行動計画ができたなと思う。この行動計画も保健師さん達にとってはとても産みの苦しめで、今月の3連休も皆さん集まり、何とかこの皆さんに評価して頂いた「ライフステージに応じた計画推進ポイント」のところを一生懸命作ってくださって良かったなと思う。これが今から10年間、推進委員会の中で進めていく計画になるので、是非またカラーで印刷して頂けたらと思うがどうでしょうか。これが羅針盤になり、今から年間使われていくものなので、是非本物の計画書と同じ様に愛着もって見ていけるものにして頂きたいなと思う。各団体で取り組むという所は、各分野にみんな入ってくるが、是非カラーになれば、事業所は例えばピンクとか、学校はイエローという風に、色分けて自分たちが何処に所属をして、どういう事をするんだなという事が、すぐにわかるような計画書になっていくと更にいいのかなと思う。行政と皆さんと一緒に作って作り上げた計画なので、また来年からが楽しみだなと思っている。

### 【会長】

本当にしっかりしたものができたなというのが素直な印象である。医師会の力の入れ方が足りないというのを実感した。絵に描いた餅にならないようにするためにも、皆さん一人ひとりが、各代表されている組織なり会社に持ち帰っていただき、そこで広げていただくという事が大事だと痛感している。がん検診ももっと楽になるように、医学も発達したらなというふうに思いますし、私くらいの年代になってから生活習慣を改めても、ちょっとは役に立つけど、あんまり役には立たん…。やっぱり生まれたときから生涯通しての一連の流れの中で、意識を高める方向に持っていけたらよいと思う。

## 4 閉会