

令和2年度第1回健やかほうふ21計画（第二次）推進委員会・会議録要旨

| | |
|-------|---|
| 1 日時 | 令和2年7月30日（木） 午後2時から午後3時30分 |
| 2 場所 | 防府市保健センター |
| 3 出席者 | <p>【委員】 山本（一）委員、藤村委員、深野委員、椎木（康）委員、椎木（幸）委員、松田委員、長尾委員、山本（亨）委員、中村委員、小林（教）委員、島田委員、清水委員、橋本委員、田中委員、松野委員、池永委員、古谷委員、小林（幸）委員、深光委員、荒瀬委員、井田委員</p> <p>※欠席：末廣委員、辻下委員</p> <p>（事務局） 藤井健康福祉部長、工藤健康福祉部次長兼健康増進課長、小野技術補佐、渡邊係長、鳥飼、林、渡邊、吉村、大藤、坂本、中村</p> |
| 4 傍聴者 | 0名 |
| 5 議題 | （1）庁内各課の令和元年度の取組状況について （2）健やかほうふ21計画（第二次）中間評価・見直し（案）について （3）意見交換等 （4）その他 |

1 開 会

会長及び副会長の選任について

健やかほうふ21計画（第二次）推進委員会設置要綱第5条1項により、委員の互選により、会長及び副会長を選出。会長に山本一成委員、副会長に藤村孝枝委員が選任された。

新規委員の紹介について

今年度新たに防府市リハビリテーション専門職協議会に推進委員となっていた。

2 議 事

議事（1）庁内各課の令和元年度の取組状況について

【事務局】資料1に基づき説明

健康増進課の取組

- ・「マイマイ体操の普及啓発事業」は、生活の中で簡単に運動が継続できることを目的にした全身のストレッチ体操で、第一次健康増進計画を推進する平成22年度に作成したもの。地区の料理教室や様々な健康教育の場で実施している。
- ・「健康マイレージ事業」は、県の事業で各市町も推進している事業。ケンシ

ン受診と生活改善の取組等によりポイントを貯め、特典が受けられるもの。昨年度は主に同様の特典が得られる「山口県公式ウォーキングアプリやまぐち健幸アプリ」の周知に努めたため、件数は減少した。今年度も啓発に努める。

- ・「がん検診」については、国民健康保険、協会けんぽの特定検診と同時に受診できる総合がん検診を土曜日に年2回開催した。土曜日の開催であり、若い年齢層の方も受診可能である。今年度は、より受けやすい体制整備として、総合がん検診の日程を1日増やし実施する。
- ・令和元年9月から、産後2週間と産後1か月の健診を公費負担する産婦健康診査を実施。医療機関と連携し産後うつ傾向の産婦や育児不安の強い産婦を早期に発見し、家庭訪問とその後の継続支援を行う。安心して子育てができるよう、妊娠期から産後、乳幼児期と途切れない支援の実施につながる有効な健診と感じている。
- ・「ゲートキーパー養成講座」は、一般市民だけでなく、ケアマネージャーやヘルパー、小・中学校の校長会・教頭会・養護教諭、市職員や働く世代の方へ開催した。今後も、関係各課や各団体と連携し、様々な世代に関わる団体が受講できるよう、取組をすすめていく。
- ・「子育て世代包括支援センター事業」については、相談件数は毎年増大している。昨年度は、退院後にサポートが必要な産婦が、医療機関に宿泊できる「宿泊型産後ケア事業」、産婦が臨床心理士と面談する「ほっこり相談室」を実施した。産前産後事業としては、妊婦の教室「まんまるサロン」を実施した。今後も、医療機関との連携、体制構築に努め、子育て支援を継続実施していく。
- ・「食育推進事業（食育推進の集い）」は、平成22年度から食育を推進するために、隔年開催してきた。今年度は本計画の趣旨に沿い内容を拡充し、8月に「健康づくり推進の集い」を開催予定としていたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、延期とした。次期開催に向け、各委員の意見を参考に企画していきたい。

保険年金課の取組

- ・「特定健康診査」は、令和元年度より受診料を無料としたことにより、受診率は上昇したものの、依然として低い現状。今年度は、未受診者に対する新たな受診勧奨の手法を取入れ、受診率向上に取り組む。

高齢福祉課の取組

- ・「住民主体の介護予防教室」は、リハビリ専門職と協力し、やまぐち元気アップ体操を活用した住民主体の介護予防教室の運営支援を行うものであり、平成29年11月から開始した。昨年度は、グループ数が増え、地域での広

がりがみられる。今後も、運営支援に努め、介護予防を推進していく。

学校教育課の取組

- ・「薬物乱用ダメ。ゼッタイ教室」について。市内小・中学校では、毎年、健康福祉センター、学校薬剤師会、警察署等と連携して実施している。防府市は大人の喫煙率が他市に比べ高く、子どもへの喫煙防止教育の対策が重要である。特に中学生では、3年間を通じて学習できるよう、事業を継続実施するとともに、他機関と連携した取組について検討していく。

【議長】質疑の有無について

質疑なし。

議事（2）健やかほうふ21計画（第二次）中間評価・見直し（案）について

【事務局】資料2に基づき説明

計画の期間について

- ・本計画は、平成28年度から令和7年度までの10年間の計画。今年度は、中間評価の年度となる。昨年度実施した市民アンケート結果をもとに、これまでの取組の評価を行い、最終年度に向けた計画の見直しを行う。

策定時からの課題と主な取組について

- ・計画策定時から5年間で見てきた各分野、各世代における現状を、推進委員会で共有し、それぞれできる取組や課題の検討し、連携を図りながら取組を進めてきた。策定時の課題として、子どもの頃は、家庭や学校で健康的な生活を送る実践力を学べるが、20歳代では、どの分野も気になる現状があった。20歳代で、実践できるようになるため、家庭や学校、地域が連携して子ども世代や子育て世代へ働きかけるとともに、20歳代が学びなおしのできる機会を設ける働きかけが必要という意見が出た。
- ・健康寿命の延伸のためには、生活習慣病の予防やこころの健康を保つことが大切である。働く世代が日頃の生活の中で健康を意識し、楽しく健康づくりに取組めるよう、職域と連携した取組がさらに必要。
- ・これまでの推進委員会より、健康づくりの大切さについてそれぞれの立場で市民の人に伝えていきたい、健康づくりを進めるためには「継続」と「繰り返し」が必要、いろいろな機会情報を伝えていきたいという意見が出た。
- ・これまでの取組の1つに、市広報における「連載 健やかほうふ21計画（第二次）」の特集記事掲載がある。推進委員や市民の方から協力をいただき2年間の連載を行った。

各分野の評価方法

- ・各分野の指標について、計画策定時の値と令和元年度の現状値を比較し、その達成状況により、5段階で評価した。Aは目標に達成している、Bは改善しているが目標には達していない、Cは変わらない、Dは悪化している、Eは数値が出ていない。また把握方法が異なるため評価困難として表している。また指標以外の項目や関連する調査、市民アンケートのデータの動向も踏まえ、分析・評価した。

各分野の中間評価・今後の課題

- ・(1) - 1 栄養について

地域の取組では、保育所、幼稚園等や学校、公民館の教室等で栄養バランスについて学ぶ機会の提供や働く世代の食生活の改善を図るために、企業と食生活改善推進員、保健センターが連携し、食事バランスコマについての勉強会や、調理実習を行った。改善傾向にある項目は、1日に野菜を3皿以上食べる人の割合の増加の項目である。20歳代男女は「A」となり、目標に達している。また、維持または悪化傾向にある項目は、主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上食べる日が週に6日以上ある人の割合である。20歳代男性や30～40歳代女性、60代男性で大幅に減少した。今後取り組む課題として、20～30歳代は子どもの頃に家庭や学校で学んだ知識や技術を学びなおし、実践力を身に付けられるように今後も働きかけを考える必要がある。体の不調は感じにくい年代だが、若い頃からの健康習慣が将来の健康につながる。バランスよく食べることについても、引き続き啓発する必要がある。また、30～40歳代女性は自らの健康に目を向けにくい世代である。この世代に自分の健康について振り返ってもらうような取組も必要である。指標の見直しについては、「栄養バランス等に配慮した食生活を送っている人の割合の増加」の20歳代男性において、75%としているが、他の世代と合わせて50%とする。

- ・(1) - 2 食育について

地域の取組として、食育に関心が持てるようにチラシ・ポスターを活用した普及啓発、保育所、幼稚園等や学校での食育の取組、地域での様々な体験活動を行った。中間評価は、目標達成したAがこの分野では多く、特に、「食育に関心がある人の割合」の項目は、全ての年代で目標達成している。「ほとんど毎日共食する人の割合」の項目は、維持または悪化傾向にあり、全ての年代で男性は女性より低い現状である。

今後取り組む課題として、食への感謝の気持ちを伝えることや家族や仲間と一緒に食事をする「共食」で、コミュニケーションを図り、楽しく食卓を囲むことをさらに啓発することが必要である。

- ・(2) 歯と口の健康について

地域の取組としては、歯科医師会では無料歯科検診の機会を設けている。また、地域の子育てサークル、保育所・幼稚園等、学校等では歯に関する知識の普及を行っている。市の取組は、幼児健診において、かかりつけ歯科医を持つことの普及を行った。「虫歯のある者の割合」は改善傾向にあり、3歳児、小学生、中学生で減少がみられ、特に中学生では目標を達成している。「歯科検診を受ける人の割合」は、維持または悪化傾向にあり、妊婦や20歳代男女と30～40歳代男性で、策定時より減少した。また20～30歳代では歯科検診を受ける人の割合が低いことも気になる。今後取組む課題は、学校卒業後の若い世代や妊婦・働き盛りの世代への歯科検診受診に向けての働きかけが大切である。

・(3) 身体活動・運動について

地域の取組としては、地域の行事や集いの場で、簡単にできる体操を取り入れる活動を行った。また、JAではウォーキング大会を実施し、体を動かす機会を提供した。また、市では県が開発したウォーキングアプリ「やまぐち健幸アプリ」等を広く周知し、仲間とともに楽しく体を動かす機会を提供した。中間評価としては、「1日30分以上、軽く汗をかく運動を週に2回以上、1年以上継続して行っている人の割合」は、20～40歳代女性で増加しているが、全体的には低い。また、健康維持のために意識的に体を動かしている人の割合は、ほとんどの年代で策定時より減少している。今後取組む課題は、幅広い世代が、まずは日常生活において意識的に体を動かすことができるよう、環境整備や仕掛けづくり等様々な取組を検討し、浸透させていく必要がある。国が進めている、「今の歩数プラス1000歩」等のわかりやすい啓発も必要と思われる。

・(4) 日頃の健康管理について

地域の取組としては、推進委員自身が、ケンシンの必要性について知り、ケンシンを受け、地域や所属団体、職場において検診に関する話題提供をした。また、防府医師会・歯科医師会・薬剤師会主催による三師会フォーラムでがんをテーマに取り上げ、がん検診の普及・啓発を行った。市においては、総合がん検診を実施するなど、ケンシンを受けやすい環境整備に努めた。「健康診査受診率」は、60歳代男女が増加し、改善傾向にある。20歳代男女、30歳代の女性、60歳代の受診率が低く、維持または悪化傾向にある。市のがん検診受診率について、国の算出方法の基準が変わったため受診率では評価できないが、受診者数で見ると、大腸がん検診、子宮がん検診は増加している。しかし、まだ依然として受診者数は少なく、それ以外の検診は受診者数が減少していることも課題。今後の取組む課題として、ケンシン受診の機会を周知し、受診のきっかけを作るような取組が必要である。また、ケン

シンの機会が減る20～30歳代や60～70歳代が、ケンシンを受診する大切さや方法について意識づけできるよう、職域等と連携を図る必要がある。

・(5) 喫煙について

主な取組は、学校と学校薬剤師会が連携し学校教育においてたばこの害や、将来喫煙の誘いがあった場合に断る方法について伝えた。また、防府医師会、歯科医師会、薬剤師会主催の三師会フォーラムにおいて禁煙をテーマに開催し、市民にたばこの害と禁煙方法について周知を行った。改善傾向にあるのは、「たばこの害を知っている人の割合」で、中学生・高校生ではやや増加し、「将来たばこを吸いたいと思う人の割合」は、中学生では目標を達成し、高校生では目標に大きく近づいている。小学生においては「将来たばこを吸いたいと思う人の割合」は、維持または悪化傾向にあり、1割程度いる。「妊娠中に喫煙している人の割合」はほぼ変わっていない。「たばこを吸っている人の割合」は20歳代男性が50%と一番高く、「たばこを吸う親の割合」をみると4割程度の父親が吸っている。今後取組む課題として、引き続き子どもへの喫煙防止教育を行うことが必要である。また妊婦から子育て世代の親に対して、妊娠期からたばこの害や禁煙方法などについて、情報提供や支援を行い禁煙の促進に努める必要がある。指標の見直しは「喫煙したことがある人の割合の減少」で、中高生に「あなたはたばこを吸ったことがありますか」とアンケートをすることが適切ではないとの意見もあり、今回はアンケート内容に含んでいないため指標としても削除する。

・(6) -1 親のころ、子のころについて

主な取組は、母子保健推進員や民生委員が地域で親子を見守る活動を行い、相談窓口の普及啓発を行った。また、保育所・幼稚園等が子育て支援センターやサロン等を開催し、子育て中の親子を孤立させない場の提供や、子育てに関わる相談支援を行った。市の取組では子育て世代包括支援センター「子育て応援室まんまるほうふ」が開設され、子育てに関わる様々な機関と連携し、妊娠期から子育て期にわたる、切れ目のない支援体制が強化された。改善傾向にあるのは、「子どもを感情的に起こってしまうことがよくある母親の割合」で、1歳6か月児は目標に達している。また、「子どもに育てにくさを感じたときに相談先を知っているなどの解決方法を知っている母親の割合」は3歳児、年長児の母親で増加している。「主体的に育児にかかわっていると思う父親」と「家族みんなで過ごす時間を持つように心がけている父親の割合」は、維持または悪化傾向にあり、乳児の父親で減少した。「感情的にたたき、怒鳴ると答えた母親の割合」は子どもの年齢が上がるにつれ増加している。今後取り組む課題として、子育て中の親が孤立しないよう妊娠中から機会をとらえ、子育て中の親子に関わる様々な団体や地域で声をか

け、相談先や社会資源について普及啓発を続けていくことが必要である。また、子どもの年齢が上がるにつれ子どもの自我が芽生え、対応に悩む親が増えるため、子どもの成長にあわせた関わり方を具体的に伝えていく必要がある。

・(6) - 2 みんなのころについて

主な取組は、商工会議所が市と連携し働く世代へゲートキーパー養成講座を開催した。社会福祉協議会では経済的に困窮している人の自立支援を行う防府市自立相談支援センターを開設した。市では防府市自殺対策計画を策定し、庁内各課や関係機関と連携し自殺予防の取組を強化している。「自分のことが好き、まあまあ好きな中高生の割合」は、改善傾向にあり、高校生男子を除いて増加している。また、「ゲートキーパー養成講座を受講した人」は、目標を達成している。「困った時に相談できる人の割合（男性）」は、維持または悪化傾向にあり、高校生と50歳代男性で減少し、「心の悩みについて相談できる窓口を知っている人の割合」も成人全体で減少している。「睡眠による休養が十分とれている人の割合」は40～50歳代が他の世代に比べ低くなっている。また防府市の自殺死亡者は60歳以上の高齢世代が半数を占め、30～50歳代の働く世代が4割程度となっている。今後取り組む課題として、働く世代に対し職域と連携し、自分のころの状態をチェックすることやストレス対処方法を見つけられるよう引き続き取り組むことが必要である。ゲートキーパー養成講座を今後も継続する。全世代に対し、ころの悩みについて相談できる体制強化が必要。特に自殺者数が多い高齢世代への取組も必要である。

・(7) 地域のつながりについて

主な取組は、地域のつながりは健康づくりの土台ととらえ、人と人のつながり、関係機関との連携、世代を超えた取組などを意識して行った。あらゆる機会健康づくりの推進には地域のつながりが大切である。改善傾向にある指標は「地域の人とのつながりが強いと感じる人の割合」は妊婦と乳児の保護者で増加している。「近所との関係づくりが必要と感じる人の割合」は、維持または悪化傾向にあり、子育て世代・成人で減少している。策定時と同様、「近所との関係づくりが必要と感じる人」と実際に「地域の人とのつながりが強いと感じる人」の割合に差があり、つながりの必要性は感じているが実際に地域とのつながりが強いと感じられている人は少ない現状がある。今後取り組む課題として、各分野の取り組みを推進する中で、地域のつながりは健康づくりの土台であることを、世代や時代に応じ方法を工夫しながら伝えていくことが必要である。

今後の施策の展開

- ・実際に健康づくりを推進していくにあたり、各委員の所属団体や委員個人がかかわる世代ごとに、取組のポイントと今後の具体的な取組についてまとめて記載する予定。
- ・第5章では、計画の実現にむけて、個人・家庭・地域・行政の基本的な役割、進行管理等をまとめていく。

【議長】 質疑の有無について
質疑なし

議事（3）意見交換

【議長】

中間評価・見直し（案）を受けての気づきや今後の取組の提案等があれば御意見をいただく。時間の都合上、指名させていただく。

【A委員】

歯科検診がとても重要である。歯を失ってから気づくのでは、何もできない。やはり歯周病等は、早めの検診をして、早めの処置をすると、治療自体も軽く済む。全体的に医療費の削減にもつながる。まずは、この辺をしっかりと、歯科医師会で普及させていきたい。毎年6月に、むし歯予防デー、歯と口の健康週間があり、無料の歯科検診を実施する期間がある。新聞広告等に掲載する等でPRし、普及していけたらと思っている。

妊産婦の歯科検診等も、今後普及出来るとよい。他市では、歯周病に関する検診、市民の方の無料検診もされている。

【B委員】

身体活動と運動の分野が自治会と関係すると思う。いろいろなスポーツを推進しているが、実際にどのように取組んでいくか一番の課題である。体を動かすことが大切である。生活の中で体を動かすこと、仲間や家族と一緒に体を動かすこと、これは大変良い目標だと思う。しかし、それをどのように取組んでいくかが課題であり、それを考えていく必要がある。

【議長】

目標をどのように実践するかということが、一番難しい部分である。

【B委員】

体育協会のスポーツ推進委員と連携し、方策を考えてはどうだろうか。

【C委員】

市広報で、本計画のさまざまな取組や健康づくりについて情報発信されたのはとても良かった。市民に伝わるまで是非続けてほしい。

企業の健康に対する優先順位は決して高いとはいえないと思うが、従業員の健康維持・増進を経営課題として考える「健康経営」への取組が徐々に広まってきた。私も情報発信の担当者として、身体やこころの健康を維持することの大切さについて、広く“働く世代”に伝えていきたいと思う。

【議長】

私は、市広報「連載 健やかほうふ21計画（第二次）」の特集に、2回程度出た。市民から声をかけられる。身近な人や知っている人が出ると嬉しい様子。皆さん参加してほしい。

【D委員】

健康づくりは、幅広い分野である。これだけ調査がされているということは初めて知った。幼稚園も、このような調査の結果をしっかりと受け止め、現場で生かさないといけないと痛感した。

市内の幼稚園は現在16園ある。そのうちの8園は認定こども園になっている。認定こども園となると、給食を提供することが、必置条件である。園として、栄養バランスという部分からも、食育を教育、保育の柱の中に置いて、取組まなければいけない状況にある。園では、全保護者に園給食を食べていただくことを実施し、様々な意見を参考にしている。「栄養バランス等に配慮した食生活を送っている人の割合」では、20歳代が非常に低い現状を知った。今の取組が、若い年代の課題解決につながれば良い。継続する意義を強く感じる。いろいろな意味で勉強になった。

【議長】

幼稚園ばかりに頼ることはできないが、大事なことと思う。

【E委員】

今回計画推進の5年目で、中間評価の時期。評価ごとの達成割合を見ると、ほとんどがB（改善しているが、目標に達していない）以下。5年間取組んできたが、ほとんどが改善されていないものを、次の5年取組んでも改善は難しい可能性が高い。

今後、一歩踏み込んだ取組を実施しないと、おそらく何も変わらないと思う。

P D C Aの最後の部分を考えていく必要があると思う。

【議長】

健康づくりは、子どもの時から、また、子育て世代のお父さんお母さんの時からの地道な積み重ねが将来へいきっていくことを信じて、取組んでいきたいと思う。とても貴重な意見だと思う。

【F委員】

防府市で行っている住民主体の通いの場の方へ、リハビリテーション専門職を派遣する取組を行っている。現在38グループある。始めから参加している方が中断せずに、ずっと続けている現状がある。それは、地区ごとに合った取組が出来ているひとつの証拠ではないかと思う。人が集まって新たな活動を行うことで影響し合うと感じている。コロナ禍の中で、集まることの難しさがあるかもしれない。公民館でも少しずつ人が集まっても良い状況になってきたため、そこで新たな活動の方法等を、今高齢福祉課と一生懸命模索している。

気づきとしては、歯科医師より、前回、口腔ケアの必要性や大切さなどを教えていただいたため、通いの場などでも、口腔、食べることの大切さを伝えている。また、睡眠の大切さ、運動の大切さを含め、健康づくりについて話す機会を企画している。

「主体的に育児に関わっている乳児の父親の割合」が低下した。自分自身3歳と5歳の子どもがいるが、振り返ってみると、どんな風に関わったらよいか、スタートの時はわからなかった。その時、イクメン手帳、パートナー手帳のようなものがあればよいかも。産後の変化等をまとめた冊子のようなものがあると、父親がどのように母親のサポートができるのかがわかりやすい。父性は、母性と比べると、時間が経たないとなかなか育ってこないものだと思う。父親として、一歩を踏み出すことができる手帳のようなものがあると、「主体的に育児に関わっている乳児の父親の割合」が、少し改善される一つのヒントになるのではないかと思った。

【G委員】

公募委員ということで、市民を代表して参加している。子どもと接する中で、食とスポーツは、運動していると思う。特に、子どもの朝食は、必要不可欠なものだと思う。大人も子どもも朝ごはんを作って食べることについて啓発活動は継続してほしい。自分も地域で子どもと接する中で、朝食の大事さをもっとアピールできたらと思う。

たばこについては、大人が子どもの隣で吸うと、子どもが煙を吸うため、子どもに害がある。たばこの害や禁煙について、ポイントを示し、啓発活動をしてほしい。

食と運動と喫煙を中心に課題を掲げていただけたらと思う。

【H委員】

ライフステージごとの目標があり、一番心配な20～30歳代とある。自分も思い返せば、自分のことは二の次だった。そういう若い世代の方が子どもに食事を作るため、朝食を食べないことにも繋がっていると思う。若い世代をターゲットに何か出来たらと思った。

ある店で産直の野菜を買った時、市内の有名な洋食堂のレシピが置いてあり、作ってみようと思った。このような工夫があれば、若い人もハードルが下がり、取り掛かりやすいのではないかと思う。

【議長】

喫煙については、例えば両親が吸っている家庭の子どもは、将来の喫煙率が上がる。両親が吸っていないと、子どもの喫煙率は下がる。

食事に関しては、知育・体育に食育も加わり、とても大事なウェイトを占めるようになった。様々な場所で、食育に関して目に触れる機会を設ける必要がある。

高齢者からは、昔の経験談を聞かせてもらう場があると良いと思う。コロナ禍の中では、なかなか集まれる場所が限られてくるかもしれない。

今は電話でも良い。テレビで、電話で肉声を聞くと、幸せホルモンのオキシトシンが出るので、安心すると聞いた。テレビ電話等を使うことで、子どもから高齢者まで、より健康になるのではないかと思う。

自殺者数を減らすということも絶対必要なことである。熱中できる趣味を持つことも一つの方法である。体を動かすことを習慣的に実践している人は自殺者が少ないと言われている。そのため、ここで検討していることは、お勧めできると思う。剣道でも柔道でも書道でも華道でもどんなことでもよいので、好きなことを見つけ打ち込めることは健康につながると思う。

【I委員】

指標にある「朝食の摂取率の増加」では、策定時、小学校5年生86.6%であったが、今回83.0%であり、3.6%減った。そのためD評価になっている。しかし、この小学生、中学生で8～9割が朝食を食べているという事実は、これまで、食推さんたちの学校での普及活動や学校の様々な取

組の効果だと思う。20歳代になると、朝食摂取率が落ちる現実がある。8～9割の子どもが、朝食を食べていることは、減少したが良い評価につながると思う。いろいろな理由でどうしても朝食摂取できない子どもが1～2割いると考えたら、目標値を本当は80%でも良かったのではないかと思う。行政としては、上を見るため、100%と設定しているが、そういう意味でこの中間評価は、いろいろな意味を含んだ評価ではないかと思っている。

B評価が結構出ている。まずこの現実を皆さんと一緒に確認しながら、どうすれば市民に現実を伝えながら、市民の健康が少しでも良くできるかを一緒に考えていくことが、この委員会だと思う。

保健センターとしても、今まで努力したが、これが現状である。この先どうしたらよいか皆さんのご意見をいただきながら、行政も取組んでいかないとこれ以上のことは難しいと思う。例えば先ほどの意見である、野菜等を買う時にレシピを置くことで、それがバランスの良い食事、健康につながっていくことを意識してもらおう。そのような気づきやアイデアをいただくことで、行政もそれを推進し、各委員さんもそれを上手く所属団体の中で活動につなげてもらおう。そうすることで、また違う動きになっていくのではないかと期待している。D判定をたくさん書かないといけないことは保健センター職員もつらかったと思う。これが現実で、ここからどうするかを考え、頑張っていけたらよいと思う。ここで話し合い、様々なアイデアをいただいたことを是非各団体、各組織の方に持ち帰っていただき、少しでも広めてもらうことが、そこが一番大きなパワーになると思う。

【議長】

ここで今伝えることができなかった方は、別紙に意見を記入後、後日事務局に提出をお願いしたい。

議事（4）その他

【F委員】

コロナ禍の中で、どのように活動量を保っていくかが課題である。掃除や洗濯等の活動を実践することで、運動と同等の活動量となる。運動だけでなく目線を変えて生活の中で活動することで、同等の効果がある。

【事務局】

- ・ゲートキーパー養成講座（ココロぽっとサポーター講座）の案内
- ・やまぐち健幸アプリについて

3 閉 会