

令和2年度第2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11月5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><b>【委員】</b>  藤村委員、山本（一）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、島田委員、末廣委員、田中委員、松野委員、池永委員、古谷委員、小林（幸）委員、辻下委員、深光委員、荒瀬委員、井田委員</p> <p>※欠席：小林（教）委員、清水委員、橋本委員  （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、藤原、山野、吉村、白石、大藤、坂本、中村</p>
4 傍聴者	0名
5 議題	（1）健やかほうふ21計画（第二次）中間評価・見直し（案）について （2）意見交換等 （3）その他

1 開 会

今後のスケジュールについて

本日の会議で御意見を頂き、修正をした後、12月に議員からも御意見を頂き、12月25日から1月25日までの1か月間、パブリックコメントを行う予定である。その後大きな修正等あればもう一度会議を開催したいと考えている。

2 議 事

議事（1）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】**

第1回推進委員会の振返り

- ・第1回推進委員会と後日提出いただいた各委員の意見を分野ごとに抜粋して報告。
- ・委員の皆さんからいただいた御意見やアイデアとこれまでの取組より事務局で検討し、「第5章今後の施策の展開」をまとめている。

**【議長】** 質疑の有無について

質疑なし。

【事務局】「第5章今後の施策の展開について」

- ・ 中間評価・見直し（案）冊子を用いて、「第5章今後の施策の展開について」の中より、各分野の今後5年間の具体的取組とライフステージに応じた今後5年間の取組ポイントを説明した。各分野の課題を改善し、健康づくりを推進するために、家庭・地域・学校・職域・行政等が連携を図りながら、これまでの取組の継続、充実を図ること、特に課題である若い世代へ働きかけるため、職域との連携を強化すること、効果的な普及啓発を継続して行う等、各分野の今後5年間の具体的取組について説明。
- ・ 栄養の分野について。子どもの頃から、栄養バランスのとれた食事や選ぶ力、作る力などの栄養に関する実践力を身につける大切さを伝えるための取組をあらゆる機関と連携して行う。20～30歳代を中心に、職域と連携し、調理技術やバランスのとれた食事を選択できる力を身につける料理教室などの場を提供する。各世代の課題に沿って、親子料理教室を通して、保護者自身の健康について、伝わる働きかけができるよう支援していく。世代ごとに、特性や傾向に応じた簡単にできるレシピを作成するなどし、効果的な情報発信をする。
- ・ 食育について。妊娠中から、自分や家族の食生活を見直すために、地元食材に触れ、地産地消を推進する「妊産婦健康サポート事業」で、新鮮野菜やお米、魚などの地元食材を届ける事業を実施する。子どもの頃から「食」を楽しむ習慣をつける取組、その親世代に対しては、家庭の中で子から親へと波及する効果を期待し、子どもに食育の大切さを伝えていく。地域の活動の中で、食育への関心を深める活動を行う。
- ・ 歯と口の健康について。妊婦の歯科検診受診率を向上させるため、妊娠届出時や両親学級等で、検診受診の大切さを伝えていく。歯の健康に関する正しい知識の普及を強化し、親子で、家族で、かかりつけ歯科医を持ち、定期的に検診を受けることを啓発していく。学校等では、これまでも虫歯予防の取組は継続的に実施しているが、子どもの頃から、将来を見据えて、歯の健康についての意識づけを行う。今後も歯科医師会を含め、あらゆる関係機関、地域とともに、虫歯、歯周病予防を推進することや歯科検診を受診しやすいような取組を実施していく必要がある。
- ・ 身体活動・運動について。日常生活の中で、意識して体を動かす身体活動や運動をすることに重要性を啓発していく。企業・なかよしグループで楽しく活用できる「山口県公式ウォーキングアプリやまぐち健幸アプリ」をさらに周知し、登録者数を増やしていく。また、子どもの頃から運動を楽しむ習慣をつけるため、様々なスポーツの機会を提供する。家族や仲間と

楽しく体を動かすきっかけとして、「健康づくり推進のつどい」を開催する。今年度、「身体活動や運動」をテーマに、開催予定だったイベントであるが、来年度に延期し実施予定。手軽に楽しみながら運動に取り組み、継続できるよう、山口弁のラジオ体操やどこでもできるストレッチ運動など既存の体操を活用し、普及に努めていく。また、国が推進している、今より10分多く体を動かす「プラス10」の取組を活用し、日常生活の中で、家事や労働に伴う活動の中で、健康増進を普及啓発する。

- ・日頃の健康管理について。健康に関する知識を普及するよう、健康講座を開催することやケンシン受診の必要性について市広報やホームページで分かりやすく伝えるようにする。若い世代に対しては、学校や職域における取組がとても大切で、子どもの頃から体について知る機会を大事にし、がんや検診の大切さについて伝え、意識してケンシンを受け、振り返るという意識づけをしっかりと実施していく必要がある。60～70歳代については、退職後に健康保険組合が変わるタイミングで、職域とも連携し、情報提供を分かりやすく行うように努める。市のがん検診のケンシンの体制としては、総合がん検診を引き続き実施すること、個別のがん検診受診者に、他のがん検診も勧奨すること、若い女性も受けやすいように託児を付けることを検討し、検診を受けやすい体制を整備する。また、受診率向上のため、検診や保健指導の案内の際には世代等対象者に応じて効果的なものになるよう、周知する媒体について工夫を図っていく。また、健康マイレージ事業や山口県公式ウォーキングアプリやまぐち健幸アプリ、健康に関心を持ち、自分で健康を管理する意識を持てるよう、あらゆる機会を捉えて周知する。
- ・喫煙について。保健センターで、妊娠届出時や乳幼児健診の機会に、喫煙者に対し、たばこの害や禁煙方法、禁煙外来等を確実に周知し、禁煙をサポートしていく。また、対象者の禁煙に対する意識をアセスメントし、本人の意識に沿った方法で情報提供や指導を行うように努める。学校での取組も重要で、子どもの頃からの喫煙防止教育も引き続き必要。また、職域と連携を取り、たばこの害や禁煙、受動喫煙の防止に関して取組を推進する。
- ・親のころ、子のころについて。保健センター、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」、子ども総合支援拠点を中心として、妊娠期から子育て期の切れ目ない支援を行い、連携を密にして、支援体制の充実を図ること、医療機関との連携を密にし、産後のうつ状態等にある産婦を早期に発見し、必要な支援に努めていく。また、子育て中の親と接する機関である認定こども園・幼稚園・保育所、学校、地域子育て支

援拠点、子ども総合支援拠点においても、子どもとの具体的なかかわり方等についてわかりやすく伝え、子育て中の親を支援するように努めるよう、連携していく。また、今後保健センターで行う子育ての講座については、父親も対象とすることも検討する。

- ・みんなのころについて。市役所において、庁内各課と連携し、庁内各課が関わる市民のころの状態を意識し、声をかけ、必要な支援につなげる。様々な悩み事に関する相談窓口のリーフレットや心の相談窓口を掲載したカードを作成し、関係機関と連携して配布する。また、「睡眠による休養が十分に取れている人」の割合が増加するよう休養の大切さやストレス対応方法についての普及啓発も行う。
- ・地域のつながりについて。各分野の取組を推進する中で、市民に対し、地域のつながりが健康づくりの土台であることを伝える。
- ・各分野において、家庭、地域、学校、職域、行政と連携を図りながら、ライフステージに応じた課題への取組の充実を図る。

#### 【議長】

- ・質疑なし。

#### 議事（２）意見交換

##### 【A委員】

5年前の策定時より、朝ごはんの摂取率が少し下がっていたことはショックだった。日頃から子ども達の健康の基盤として、「早寝早起き朝ごはん」に取り組んでいる。歯と口の健康については、小学校では年2回歯科検診を実施し、治療の勧告や歯磨きを推奨し、予防にも取り組んでいる。今までの取組を継続して足りないところは強化していかなければいけない。運動では、小学校の休み時間には、子ども達はわりと外で遊んでおり、体育もある。学校現場で問題になっているのは、運動する子としない子の差が大きくなっている二極化である。特に、柔軟性や投力の低下が問題である。運動好きの子どもを育てるためにも、学校現場では、定期的に、運動や体を動かすことの楽しさを知らせていきたい。私自身、共済組合より無料で配布された万歩計を活用し、グループでウォーキングをしようという取組に参加している。今ポケットに万歩計が入っている。職場にいる時はすごく動いており、毎日1万歩を軽く超えているが、休みの日は1万歩を超えない。歩数が、目で見てわかるので、休みの日も動かなければいけないと思う。自分自身も市民として興味を持ち様々なことに参加したい。

**【議長】**

幼稚園保育園、小学生の習慣は、大人になっても続くことが多い。

**【B委員】**

様々なイベントを行っている。小学校の親子を対象に食と農業生産、料理を交えて食農教育も行っている。60歳代以上を対象とした健康体操、健康寿命を延ばそうという活動も実施している。今年は新型コロナウイルス感染症の影響で様々な活動が中止や規模を縮小して実施している状況である。

今後の活動は状況を見ながら進めていく予定である。今年は、新しい取組として、職員の健康増進に役立つよう、やまぐち健幸アプリの事業所登録をし、運動に取組もうと投げかけた。登録者数が伸びていないので、今後も定期的に情報発信したい。

**【C委員】**

今年は、新型コロナウイルス感染症の影響は大きい。まず在園児を第一に守らないといけない。これまで子育て支援センターでは、園児ではない親子を園に迎え入れ様々な講座や子育ての話をしてきた。同じようなお子さんを持つ母親が、「うちの子だけではない」と安心感を持つことができ、大きな役割を果たしていた場のように思う。現在は、今までと同じ規模で受け入れることは難しく、人数制限をしながら、離乳食や遊びのこと、しつけの講座等、徐々に元に戻したいと思っている。母親たちは様々な悩みを持っている。子どもの「早寝早起き朝ごはん」については、他の団体に依頼し、園に来てもらい、着ぐるみを着て伝えてもらう等の取組をしている。今までは、支援センターを利用される親子にも参加してもらっていたが、今は園児との交流が難しいため、別々に実施している。声かけをすることにより、母親たちの「朝ごはんを食べさせよう」という意識が変わるため、折につけ声かけをするようにしている。

**【議長】**

「つながる」と言っても、なかなか寄り添ったりできない中で、工夫されている。

**【D委員】**

現在10人くらいの職場で働いている。毎年、誕生月に健康診断を受けている。健康診断の結果通知が来たら、結果について、職員間で、血圧やコレステ

ロールの値、体重を振返っている。検診結果で指導が必要な職員には、協会けんぽより、指導に来られる。その時に聞いたことを、職員間で共有している。「減塩の醤油にしたら良い」「昼休みに少し歩いた方が良い」等話し、健康を意識し合っている。健康診断を毎年受けているが、やはりその時々で体調が悪かったり、今回だけ血圧が高かったりと波がある。指導を受けたことを共有している雰囲気をおのままま続けていけたらと思う。また個人で受けて終わりではなく、それを家庭にも持ち帰り、家族みんなで健康に気をつけていけたら良いと改めて思った。

#### 【議長】

50人以上の事業所は産業医を持つことになっている。50人未満の事業所は産業医と契約する決まりはない。代わりに、防府医師会内に、地域産業保健センターがあり、医師を派遣してもらえる。健康診断で一番大事なことは、結果を見て、どこを改めたらよいか等の指導を受けることである。医師会内にある地域産業保健センターに電話をし、そこを利用するという方法もある。今は協会けんぽからの指導を受けているということだったので、それで十分であるが、地域産業支援センターを利用し、補えることもお伝えしておく。

#### 【E委員】

「早寝早起き朝ごはん」については、地区内の幼稚園に保健師と一緒にいき、エプロンシアターを活用した食育の料理教室を始めて10年くらいになる。食推に機会をいただき、1年に1回年長児に公民館に来てもらい、料理教室を行っているが、今回は新型コロナウイルスの影響で食推が園に出向いた。毎年、箸の持ち方の話はしていたが、今回は料理体験ができないため、一人ずつに箸を持たせ、箸の持ち方を徹底して指導した。今回、箸の持ち方を見ると、以前に比べれば上手くなっているように感じたが、中にはグーで持つ子もいた。幼稚園でも徹底して、箸の持ち方を教えているとのことだった。主食・主菜・副菜の栄養バランスについても、大人や子どもなどを対象に、公民館で毎月実施していた。食は大事なことであるが、箸の持ち方や食べ方などの見た目も大事と思う。

#### 【議長】

箸をきれいに持っておられる方をみると素敵だと思う。

#### 【F委員】

新型コロナウイルスの影響があり、家庭訪問を9月より再開した。保護者に

まず電話をして、体調等の確認後、マスク、手洗いをして訪問している。母推は、劇団を作っており、「早寝早起き朝ごはん」や運動をテーマに、子育てサークル時に実施し、普及できるようにしている。また、母推自身が健康でないといけないと思う。声をかけあってケンシンを受けるようにしたい。訪問した時に、お母さんが悩んでいる、疲れている等の心配を感じた時には、保健センターの保健師に連絡し、再度連絡、訪問をしてもらうようにしている。私たちは「一人で悩まないでお母さん」という思いで話を聞くようにしている。やはり地域のつながりが大事と思うため、赤ちゃんを見たら声をかけるようにしている。「かわいいね。何か月？」「お母さん元気？」という声かけが大事だと思う。地域の子どもたちにも声をかけるようにしている。今年度、子育てサークルが出来ないのが残念に感じている。

#### 【議長】

家庭訪問が、9月から再開できたことは良いことである。家庭訪問は良い活動と日頃から思っている。

#### 【G委員】

市内にも、近年、子ども食堂や地域食堂が広がっている。それぞれの取組方や方法があるが、コロナの関係で一時期全く集合型の活動ができない状況だった。少し前から感染症予防対策をとりながら、少人数で工夫しながら実施している状況である。様々な相談がある中で、子ども食堂等においても、食育の企画や活動の上でこちらの方からも情報発信や活動のヒントにつながるよう支援していきたい。

#### 【H委員】

市民に、魚を食べてもらうために企画していた行事は、今年度は、新型コロナ感染症の影響で中止になり、市民が、魚と触れ合ってもらう機会が少なくなった。今後、また、魚と触れ合える活動ができるようにしたいと思っている。ぜひ市民の皆さんに魚を食べていただけたらと思っている。

#### 【I委員】

喫煙については、喫煙による人体に及ぼす悪影響がわかっても、なかなか禁煙が出来ないのが現状。前回資料を頂いた時に、喫煙の割合が、20～40歳代が多く驚いた。喫煙の害について伝え続けることが大事と思う。私は毎日、1時間程ウォーキングをしている。そのコースも折に触れて変えている。コース

沿いにある建物の外で、喫煙をしている人を見かけた時は、声をかけるようにしている。参考までに、1日にどれくらい吸われているか聞くと「一箱」等と言われた。禁煙について聞くと、「至福の一本だから、どうしてもやめられない」と言われる。喫煙する姿は、周りから見ても、よい印象を受けない。どうしても喫煙が辞められない人について、市が、喫煙場所を設置した方が良いのではないかと思う。たばこ税が入るからたばこを吸って良いと言っているわけではない。極力、禁煙できるよう、継続して訴える以外にないと思っている。私は、各会合でも禁煙について話すようにしている。

### 【議長】

今の意見に同感。20～40歳代の方は、子育て中の親世代が多くおられる。親が吸っているのを見ると、子どもも将来的に吸うことが多い。将来たばこを吸わない大人になってほしいのであれば、親が自らやめて欲しい。なかなかやめられないものであるが、今は保険適用で、禁煙外来もある。薬の力を借りれば6～7割は成功する。もう一つは小さい時からの教育が必要と思う。10年程前に市内の小学校へ喫煙防止教育で講演に5、6校回った。5、6年生を対象にたばこの害について話すと、反響が良かった。「私は絶対吸わない」「お父さんに辞めさせる」等と言っていた。娘から「お父さん止めて」と言われたら止める人が多いのではないかと思う。小さい時から喫煙防止教育をしておくことが、大切だと思う。父や母がたばこを吸っている家庭の子どもは喫煙率が上がる傾向にある。1本か2本吸うと、脳の依存度が上がるので止めることが難しくなる。

80歳以上の方については、荒波を乗り越えて、健康に気を付けられておられるため、若い人に「こうやってきたから元気」ということを教えていただけたら良いと思う。

### 【J委員】

県内それぞれの保健所管内で市町の取組は違うが、防府市で行っている三師会が主催する防府健康フォーラムは、全国的にみてもとてもめずらしい。防府市の三師会は、関係が良く、同じものを一緒に取り組むことはとてもめずらしい。他市では、市が健康づくり大会を主催しているところもあるが、防府市では地域の団体自らが実施し、行政にも呼びかけて保健所・市も参加させてもらっている。その場でこの計画をもっとPRしていくとよい。各団体にパネル1枚ずつでも、PRの場として使ってもらえると、健康フォーラムが、この計画とマッチングするのではないかと思う。



保健所は公衆衛生を担っている。その中でも一番は「予防」が大事である。公衆衛生は3つの「生」を「衛」る。それは、「生命」と「生活」と「生きる権利」で、これらを衛るために、作られた言葉と聞いている。命を衛ることは大事で、生活を衛ることはまさにこの計画そのものである。生きる権利はここの健康づくりにつながる。市の活動も、公衆衛生であり、予防である。それがこの計画である。皆が一緒にできる健康フォーラムなどを活用すると、実際の活動とこの計画がつながり展開できるのではないかと思う。

#### 【議長】

三師会とは、医師会、歯科医師会、薬剤師会のこと。防府三師会は関係が良好である。

#### 【K委員】

薬剤師会単独でも健康増進を目的に、くすりと健康フェアを開催している。今年度は、新型コロナ感染症の影響で今年はいずれも中止となった。来年は規模を縮小するかもしれないが、開催したいと思っている。薬剤師会には、学校薬剤師というものがある。「ダメ。ゼッタイ。」という薬物乱用についてと、たばこに関する講話を各学校で実施している。たばこの害については、若い世代、小学生、中学生に、今後も伝えていきたい。

#### 【L委員】

中間評価を見ると、虫歯がある人の割合が、特に小学生・中学生が減っている。これは、10年くらい前から小学校で、フッ素洗口の取組を実施していることが、理由の一つではないかと思う。今後は、中学生にもフッ素洗口が実施できたら良いと思う。地域のつながりは、今薄くなっている。PTA会長時代、朝や学校帰りに「おはよう」や「おかえり」と子どもたちに声をかけ、近所の高齢者に会えば「おはようございます」、何かもらえば「ありがとうございます」と、なるべく近所ともつながりを持つように気をつけて来た。その姿を子どもたちに見せている。この会議に参加して、一番重要なポイントと思ったのは、ライフステージに応じた様々な取組を今後どのように防府市民におとしていくかだと思う。例えば、この会議に参加されている方が各団体にこの話を持ち帰っても、防府市民全体に広がるかを考えると、一部にしか広がらない。前回の会議で、結果を出さないといけないのではないかと、厳しい意見もいただ

いた。我々も協力するので、市民への取組ポイントが決まっているのであれば、しっかり伝えていただきたい。

#### 【M委員】

前任の委員の皆さんが、この計画を見ながら、各団体やご自身で様々な取組をしてくださったため、ある程度維持できているものや目標値を達成しているものがある。反面、目標値には遠く厳しく感じるものもある。策定時と現状値を比べて良くなっているところと、悪くなっているところを色分けして見ていただきたい。最後のこころの健康の分野では、目標達成しているものもある。厳しい現状があるのはがん検診で、本計画の第一次の時から取組んでいるが、受診率は上がらない。まずは、がんを予防しようと思ったら、検診を受け、自分の体の状態を知る必要がある。市民が、ケンシンを受診できるよう、あの手この手で取組んで来た。第一次の時は、委員からの「検診のポスターにいろいろ書いても見ない」という意見により、委員にポスター(案)を作ってもらい、各医療機関やスーパーに掲示する等、保健師も奔走した。しかし、結果は、受診率は上がらなかった。今の現状をもう一度確認しながら、今後5年間の具体的な取組のポイントを見て、自分たちはどのように取組んでいけるか、一步前に入る取組はないか、職場や仲間と話し、何かいい兆しが出ると良い。市民にしっかり伝えていくのは、20年経っても至難の業。ぜひ次の機会までに色々なご意見を頂けたらと思う。

#### 議事(3) その他

##### 【事務局】

SDGsとは、持続可能な開発目標の略称で、国際社会共通の目標である。今年度、市の第5次防府市総合計画の策定中で、SDGsの精神を踏まえていくことが記載される予定。それに合わせ、庁内各分野の計画にも反映する方向になる。本計画の中にもSDGsについて記載する予定である。

### 3 閉 会