

令和5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6年2月1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、椎木(幸)委員、長尾委員、山本(憲)委員、田中委員、弘中委員、久門委員、松野委員、平川委員、古谷委員、長岡委員、升田委員、海上委員、大本委員、相本委員、横田委員 ※欠席：深野委員、椎木(康)委員、松田委員、入江委員、島田委員、内田委員、末廣委員 (事務局) 石丸(健康福祉部長)、野島(健康増進課長)、島(母子保健係長)、林(健康づくり係長)、永谷、渡邊、山野、白石、坂本、赤川、三好、竹田</p>
4 傍聴者	0名
5 議題	<p>(1) 「健やかほうふ21計画」の方向性について (2) 健やかほうふ21計画(第二次)推進についての振り返り (3) 意見交換 「さらに健やかで、より心豊かに生活できる持続可能なまち」の実現に向けて (4) その他</p>

事前配布資料の確認

次第「1 開会」「2 健康福祉部長 挨拶」「4 閉会」は記載省略

2 議事

(1) 「健やかほうふ21計画」の方向性について

【事務局説明】

「健やかほうふ21計画」の方向性について説明(資料1)

(2) 健やかほうふ21計画(第二次)推進についての振り返り

【事務局説明】

第1回健やかほうふ21計画(第二次)部会の報告と、これまでの推進について振り返り (資料2)(資料3)(資料4)

(3) 意見交換

【議長】

能登半島の大地震からちょうど1か月になる。医師会の代表として防府市に置き換えて考えてみると、災害関連死を予防するためのフォローをすることは、私達が十分活躍できるポジションだと思っている。防府市でも感染症と災害の備えについて対策を練っていく中で、日頃の健康づくりが災害時にもつながってくるため、皆さんと日頃から連携をさせていただきたい。

さて、意見交換について、各団体や個人で行ってきた健やかほうふ21計画(第二次)の推進を振り返っての感想や、今後取り組んでいきたいことなどを発言していただき、この場で共有したいと思う。全員から発言をお願いしたい。

【A委員】

個人的にはこれまで休止していた運動を再開し、週に3回程度行っている。会社としては、健診で二次検査が必要と判定された人への受診勧奨を行うようにした。個人の健康行動への介入は難しいが、啓発のためには自身も実行しなければいけないので頑張っていきたい。

【B委員】

私共が取り組む健康に関する事業として、3か月に1度、防府医師会に御協力いただき、市内で働く人や職員が健診結果など気軽に相談できる無料健康相談を実施している。市内の多くの事業所に利用してもらえるよう取組を継続していきたい。また、推進委員として、自身の禁煙やマラソンの経験を活かしたい思いもあるため、今後も防府市が取り組む健康づくりの施策を知り、職場や市内の事業所へ広めることに取り組んでいきたい。

【C委員】

コロナ禍であらためて、園の先生たちが健康で居続けることが子ども達の幸せにつながることを実感している。幅広い世代の女性が働く職場であるため、先生たちが女性特有の健康課題について知識をもつことや感染症対策、メンタルヘルスについても理解を深めることが課題だと感じている。そのため、保健センターに御協力いただき、先生対象に健康に対する知識を持ってもらう研修の開催を検討していきたい。

【D委員】

推進委員となった2年間、子どもたちが健康について主体的に考えて行動することを常に意識しながら、学校の保健活動に取り組んできた。例えば保健委員

が中心となり、健康課題の解決方法を考え各学年に伝えるという活動を行った。今後も主体的に考えて行動し、実践できる子どもを育てていきたい。また、子どもの健康イコール親の健康であるため、子どもの健診結果を返却する際にあわせて保護者向けの健康情報を発信するなど、保護者を巻き込んだ取組を考えたい。

【E委員】

今年度「わいわいHOFUっ子のつどい」を4年ぶりに開催した。100組近くの親子、母推、保健師が集まって楽しく過ごした。また、各地区でも子育て世代が孤立しないようにサークル活動を行い、地域の中で交流を楽しんでもらった。

親子への家庭訪問では、子育て世代に意識してもらいたい内容を掲載した年2回発行している広報誌「とらいあぐる」や、がん検診に関するリーフレットを配布し、保護者に啓発をしている。今後も積極的に声をかけ、気になることがあった時には行政につなぐ役割をしっかりと行っていきたい。

【F委員】

自身の経験から、健康維持は当たり前のように思われるが、努力が必要であると感じている。現在は健幸アプリで友達とつながり、楽しみながらウォーキングを継続している。行政の働きかけで仲間とつながり、健康意識が高まることは効果的なことだと思う。また、子ども達の義務教育が終了したあとに、どう健康を維持するかを今後もサポートしていきたい思いがある。

最近かかりつけ医で見たリーフレットをきっかけに介護サービスの知識を得た経験をした。かかりつけ医に定期的に行く人は多いため、健康意識が高まっている人が健康づくりのリーフレットを見て、さらに関心が高まることを期待できると思う。今後も市民の「健康でいたい」という思いが、行政の力で各団体へとつながっていけるよう取り組んでいきたい。

【G委員】

この推進委員会に参加したことでスポーツ推進員としてできることをやってみようと思い、小学校の放課後子ども教室で楽しいスポーツ部門の講師として参加した。バスケットや大谷選手のグローブを使ったキャッチボールなどで楽しく遊び、以前よりスポーツを選択する子どもが増えたと言われたことが嬉しかった。他にも公民館でミニランポリンエクササイズや佐波川でジョギングしながらゴミ拾いのイベントの企画などに取り組んだ。スポーツ推進委員連絡協議会で各地区の取組や問題点などの情報を共有するよう提案してみようと思う。また今後は、地域で運動をしたいと考えている人をサークルなどにつなげられ

るパイプ役になりたいと思う。

【H委員】

推進委員になった頃はコロナ禍であり、地域で運動の活動ができなかったが、現在はニュースポーツを取り入れ、高齢者や家族での参加が増えてきた。青少年に対しては、体力向上のため子ども達がスポーツに興味をもつよう放課後教室などで活動している。

また、推進委員になり個人の健康が大切だと感じ、健康づくりについて色々な人に伝えるようになった。これからも、他団体との意見交換で得た情報を団体や個人に伝えていきたい。

【I委員】

市のアンケート調査では後期高齢者の健康については、県や他市町も調査されていないのではないと思う。老人クラブでは「延ばそう健康寿命」をテーマに行政から講師を呼ぶなど取組を行ってきた。まずは平均寿命だけでなく健康寿命、そして貢献寿命を延ばすことが大切である。老人クラブは健康寿命の延伸に関わる社会資源として国が位置づけているため、第三次の計画に向けて対応していきたい。

個人的には毎日継続している健康法があり、とにかく歩いている。厚労省から健康づくりのための身体活動・運動ガイドが出され、年代別に推奨する運動内容が出ているため、老人クラブで実行するよう伝えていきたい。

【J委員】

推進委員会で他の団体と協議することは大変勉強になった。JA 女性部に対して健康寿命の延伸のために健康体操や、親子への食育として収穫体験、市民と農家をつなぐためのトラック市などを行った。また、職員に対しては階段ステッカーの設置や健幸アプリのイベントに参加してもらい啓発を行った。次年度は、農家の負担軽減と健康維持のために、市障害福祉課と一緒に農福連携事業のマッチングに力を入れていきたい。

【K委員】

自身の体験から子育てのこと、リハビリ専門職として地域でできることを考えながら取組み、中でもこフェスや市広報特集号で親子に啓発できて良かった。また、高齢福祉課と実施している通いの場では言語聴覚士と口の健康、栄養面についても啓発するよう働きかけ、広がってきているところである。協議会では、病院だけでなく健康づくりに携わるために地域に出ていくよう意識を共有

している。

人は運動ができなくても生活動作で同等の身体活動量を維持できる。また、作業に取り組むことで交流が生まれ、健康・幸せにつながると考えているため、今後も地域で啓発していきたい。

【L委員】

コロナ禍で調理実習などの活動ができない期間があったが、地域で自分たちができることを模索し、健康に関する講話や体操など内容を工夫したり、食推自身の勉強会を行った。今後は自分たちの健康をまず第一に考え、そして家族や地域の方々が食を通して心も体も元気に過ごせるように活動していきたい。

【M委員】

地域で高齢者のお助け隊活動をする中で、高齢になって困ることや時には寂しさを感じている状況を見てきており、自治会活動の中で健康に関する話題をするようにしている。また、推進委員会でがん検診の大切さを知り、胃・大腸がん検診を受診したことで治療につながった。今後も継続して受診しようと思う。

自身も日々歩数を意識して歩いたりスポーツをしている。市には各地区にある公園を利用して、子どもから高齢者までが自然に体を動かせる遊具を設置した広場を整えてほしいと思う。

【N委員】

職員は健康意識や知識は持っているが、1人で行動にうつすのは難しい。健幸アプリのチームで歩数を競い合う企画に参加したことで歩く習慣が継続し、職場の雰囲気も良くなった。やはり健康づくりは1人ではなく、仲間と声をかけあい、世代を超えたつながりも大切にして行くと良い。また、にこフェスなどのイベントでの啓発が、参加者だけでなく多くの人に広がる工夫があり良かった。

今後の取組として、ターゲット世代に健康づくりを啓発する方法を、若い世代から聞いてみてはどうかと思った。また、各団体が行っている活動の中で、何かひとつでも健康づくりの内容を加えることで、さらに啓発が広がると思う。

【議長】

色々なご意見をいただき本当にありがとうございました。

健やかほうふ21計画（第二次）の策定から現在まで関わっているのは私ぐらいかもしれないが、委員が変わることで新しいご意見や気付きがあり、いつも本当に嬉しく思っている。

意見交換の中で「つながり」「誘い合う」などのキーワードがあり、計画の理

念である「みんなでつながり思いやる」ことの大切さを感じている。また、スポーツにも人をつなぎ健康づくりを推進する力があると感じるため、子ども達がよりスポーツに関心がもてる環境があったら良いと思った。

防府市は三師会の連携がよくとれている。健康診断は恐れず受けて、要精密検査の場合は必ず受診し相談してほしい。気軽に相談してもらえる三師会を目指しているので、何か困った時には相談をしてほしい。

【〇委員】

委員として参加するのは3年目であり、委員や市民のみなさんからの意見を行政が行動にうつせるようサポートしたいと思って話をしてきた。この会議では毎回、委員からの意見をもとに実施した事業報告がされており、その報告を聞いてまた委員が各団体の活動につなげるという好循環となっていることを感じられ嬉しく思う。

また、健康日本21（第三次）で重点を置かれている環境づくりについて、市民の努力で健康づくりを推進するだけでなく、市民が自然に健康になれるような条件や環境を整える仕組みづくりについても、今後この委員会からアイデアが出ると良いと感じた。そして、次年度の健康づくりアンケート調査、次期計画策定の中で、これまで皆さんが行ってきた取組についても何らか見える形で評価が出来たら良い。またそこから新たな課題を見つけ、改善策についても委員の皆さんと考えていきたいと思う。

以上により議事終了

（4）その他

【事務局説明】

委員の交代、今後のスケジュールについて
事務連絡

【事務局】

今後も市全体での健康づくりの推進のために、皆様の健康づくりの取組を継続し、市民に伝えていただきたいと思います。また、委員の任期が令和6年6月までとなるため、交代される委員については、これまでの取組が継続されるようぜひ引継ぎをお願いしたい。