

令和7年度 第1回健やかほうふ21計画推進委員会 会議録要旨

1 日時	令和7年7月10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	【委員】 山本（一）委員、竹田津委員、山内委員、藤井委員、吉富委員、松田委員、山本（憲）委員、西丸委員、島田委員、椿委員、横田（さ）委員、久門委員、松野委員、古谷委員、山野上委員、目代委員、岡田委員、大本委員、横田（恵）委員 ※欠席：末廣委員、宮岡委員、古賀委員 （事務局） 石丸（保健こども部長）、尾中（保健こども部次長）、山崎（健康増進課長）、津田（課長補佐）、島（技術補佐） 健康増進課：渡邊係長、永谷、坂本、三好、高山 こども相談支援課：小野主幹、齋藤係長 高齢福祉課：吉村
4 傍聴者	0名
5 議題	（1）健やかほうふ21計画（第2次）の推進について （2）健やかほうふ21計画（第3次）（案）について （3）各団体の取組について（意見交換）

・次第「1 開会」「3 閉会」は記載省略

2 議事

（1）健やかほうふ21計画（第2次）の推進について

<事務局説明>

①庁内各課の令和6年度の取組と今後の取組 （資料1）

②第3回健康づくり推進のつどい「幸せます健康まつり」について

（2）健やかほうふ21計画（第3次）（案）について （資料2）

<事務局説明>

（3）各団体の取組について（意見交換） （資料3）

【議長】

各団体で取り組んでおられることや、今説明があった第3次計画の内容や今後の取組みに関するご意見をお願いしたい。事前にいただいた意見（資料3）を参考にしながら、第3次計画推進のポイントとなる点をふまえ、関連する委員さんにご意見をいただきたい。

まず、働く人の健康づくりに関する現状についてお願いします。

A 委員

私共では事業者に対して、健康づくりに関する啓発活動を行っている。今年度も引き続き、健康経営に関する様々な提案と同時に、医師会にご協力いただき、無料健康相談を3か月に1回のペースで行っている。

また、以前は保健センターと連携し、心身の健康チェックができる取組みを行っていた。今後も事業者との対話の中で、健康づくりに関する要望や問い合わせがあればご相談させていただき、何らかの策を提案できるよう進めていきたい。

B 委員

計画（案）の中で気になっているのは、やはりがん検診受診率が防府市及び山口県で低いことで、統計のとり方も含めて原因を具体的に究明して、なぜ低いのかというのがわかるといいと思う。また、がん検診を敬遠する理由には、検査が痛いとかつらいという印象が強いこともあるかもしれない。実際には意外に負担が少ないものもあるため、検査内容が十分周知されると受診率も上がるのではないかと思う。

会社では、従業員の心のケアとしてメンタルヘルスチェックを実施し、チェック結果に応じて、人事や専門員への相談窓口へつなげており、企業でできる心のケアや自殺予防の取組みのひとつであると考えている。

【議長】

補足すると、B委員のような大きい会社では産業医がおり、小規模事業所では医師会に設置されている地域産業保健センターで、無料で従業員の健康相談ができる体制がある。健康診断を受けたまま放置せず、要受診の場合はフォローすることが重要であるため、ぜひ利用していただきたい。

つづいて、検診の重要性・重症化予防対策という点からお願いします。

C 委員

歯科医師会では引き続き、歯科健診を重点的に推進していきたい。

学校で行う歯科健診では20年前と比べ、虫歯治療や歯茎の健康に関する改善がすすみ、1人あたりの所要時間が短くなることで健診にかかる実施時間が大幅に短くなった。目に見えて状態が良くなっていること、歯科健診を受診する人が増えていることから、これからよ

り数値の改善が見込めると思う。

咀嚼良好者についても目標は達成できていないが、以前の 60 歳代と今の 60 歳代を比べると、口腔機能や健康状態は圧倒的に今の方が良く、今後 10 年でさらに改善されると考えているため、咀嚼良好者率向上に向けた努力を続けていく。

D 委員

薬剤師会では喫煙対策をメインで実施している。第 2 次計画「喫煙」の分野での評価は、A 判定が 6 % と一番低く、今後もしっかり取組みたいと思う。(資料 3 P29・30) 特に妊娠中の喫煙者がゼロになっておらず、妊娠を機に、妊婦だけでなくパートナーと共に禁煙できるように取り組んでいきたい。

第 3 次計画では飲酒分野や自殺予防にも薬剤師として関わっていきたい。学校薬剤師として講義をする際は、たばこの教育では喫煙は害であり吸ってはいけないことを伝えるが、飲酒は楽しむ人もいるものであるため、たばことは違い、アルコールとの付き合い方や飲み方についても、どう伝えるかを考えながら取り組んでいきたい。

【議長】

検診・重症化予防について、今年の市民健康フォーラムのテーマは大腸がん検診であるためぜひお越しいただきたい。また、胃カメラの検診は、山口県立総合医療センターではまだ受けられる余力があるため、多くの人に受けていただきたい。

次に、ライフコースアプローチを踏まえた推進という観点からお願いします。

E 委員

養護教諭として子どもたちを見ていると、学校で学力向上や体力向上に熱心に取り組む、こどものやる気があっても、やはり体が元気でないと体力的についていけないことが多いと感じている。そこで、牟礼南小学校では睡眠に重点を置いて、アンケートの実施や子ども達が主体的に睡眠に関する課題を考えられるよう 1 年間取組みを行った。子ども達に生活を振り返ってもらい、できていないことを選んでもらおうと、7～8 割のこどもは寝る 30 分前までゲームやタブレットを見たり、そのまま寝落ちしている現状が分かり危機感をもった。大人でもメディアを制限することは難しく、こどもだけの力ではさらにコントロールは難しいだろうと感じているため、今後も睡眠とメディアの関わり方について、将来の心身への健康へ影響を及ぼすこともふまえて、しっかり伝えていきたいと思う。

F 委員

今年初めて P T A 連合会としてこの委員会に関わり、大変勉強になると感じている。また、地域の様々な団体が市をあげてこどもの頃からの健康づくりについて考えてくださっていることが、こども達や若い人に伝わると、若いときから健康に気をつけて暮らせるのではな

いかと思う。こどもの頃から健康に少しでも気を付けられるよう中学校や小学校で健康についての講話が聞ける機会があればよいと感じた。

【議長】

市で行う健康づくりに関する講演会等の周知方法は市広報やホームページ以外で、多くの人の目にとまるような方法について、どのようなものがあるか。

事務局

小中学校への情報提供はチラシ配布だけでなく、学校を通じてデータで保護者に提供してもらう等の工夫をしている。

【議長】

これまで情報が届かなかった人に対しても、目に触れる機会を増やすための工夫が必要だと思う。

次は、地域のつながりや健康に取組みやすい環境づくりという観点からお願いします。

G 委員

この計画について一般の市民の方にどれだけ知っているか尋ねても、知らないと言われることが多い。地域振興課と連携し、自治会連合会が使用している「結ネット」という情報交換システムを活用する等、市民がこの計画をどのように知ることができるのか、情報発信の工夫を考えていかないといけないと思う。

【議長】

医師会でも以前、市からこの計画の内容について直接出向いて説明してもらったことがあるが、説得力があり聞いている人の反応も良かった。市にお願いして直接各連合会の会合に来てもらうのも良い手だと思う。

H 委員

「やまぐち健幸アプリ」に登録してウォーキングをしている。資料3 P27 では登録者数が5392人となっているが、おそらく7月5日頃には200人ぐらい増えており、やまぐち健幸アプリに登録している市民が年々増えているのが現状である。運動の分野の取組みとして、アプリの登録者に働きかけ仲間や職域でグループを作って、グループ対抗のチャレンジができるよう呼びかけると良いと思う。しっかり取り組んだグループや企業を紹介したり、景品をつけたりすると行動にうつせるのではないかと思う。私も毎日アプリを見て、友達と一緒に取り組んでいるため、アプリを活用することで楽しく推進ができると思う。

【議長】

アプリを開くと「水分取っちゃう？」とか「ぶち頑張っちゃうね」とか言ってくれ、なかなか良いアプリと思う。

次は、食育推進計画の推進という観点からお願いします。

I 委員

食育という面で、資料 1 P2 地産地消推進事業は大変好評で今後も継続して行っていくたい。また郷土料理は JA 女性部でも推進しており、次の世代に引き継いでいくために、インスタグラムや Y o u T u b e で発信していきたいと思っている。また、おいしい防府農産物ブランド化事業で小学生に配布されている農産物カレンダーは、保護者にも防府市の農産物を知ってもらえる良いきっかけとなるため、ぜひ今後も継続していただきたい。酪農等についても同様の取り組みをしてあげると、さらに良いと思う。

J A 山口県本部防府とくち統括本部の取り組みとして、年間を通じてアグリスクールを開催し、トマトやブドウ、田植え稲刈り、餅つき等を全 9 回のカリキュラムで実施している。また、防府産農産物の P R として年 2 回トラック市を開催している。今後も取り組みを継続し、情報発信をしていこうと思う。

J 委員

各保育園や幼稚園では給食でスローフードを推進しており、こども達はいいものを食べていると思う。こどもたちは「早寝早起き朝ごはん」という言葉をよく口にしており、浸透していることはとても良いことだが、保護者が朝ごはんを食べない家庭もある。おにぎりを保育園に持ってきて食べてもよいことにする等工夫して対応しているが、こどもだけでなく保護者も含めて朝ごはんを食べるよう伝え続けていこうと思う。

園の食育活動として様々なことを行うが、今年は初めて出汁の飲み比べを行った。かつおといりこと昆布のお出汁をそれぞれ作り、においや味、色の違いや本物の昆布の味に触れ、こどもたちに違いを感じてもらおう体験が面白かった。小さいうちから本物の味を舌で覚えられよう、今後も食育を推進していきたい。

K 委員

食生活改善推進協議会でも、小さいときから早寝早起き朝ごはんの大切さや箸の持ち方について、保育園や幼稚園に出向いて教えている。今あったように、こどもが朝ご飯を食べているかどうかは、親も含めてアプローチしたいと思う。

また、小さいときから塩分控えめな自然な食事に慣れ、出汁の味で食事が食べられることも大切と思う。私たちはこどもからお年寄りまでを対象に料理教室を行っているが、大人や高齢者になって減塩をしようとしてもなかなか難しいので、こどもの時から食習慣を指導していきたいと思う。そして、高齢者にはメタボ予防からフレイル予防、若い世代からはバ

ランスの良い食事について啓発し、食生活を通じて健康づくりを推進していきたいと思う。

【議長】

人は1年で細胞が9割入れ替わり、日々体を作るため本当に食事は大事だと思う。

続いて、自殺対策も踏まえた心の健康づくりという観点からお願いします。

L 委員

公認心理師協会は心理師が400名程度在籍し、私は医療領域になるが、その他、教育や司法、産業、福祉など様々な領域で活動しているため、市民の皆様にもどんどん活用していただきたい。官公庁からの依頼で講演活動をすることも増えてきおり、最近是企业からの依頼でメンタルヘルスに関する出前講座なども実施できるためご活用いただきたい。

あと、引きこもりや周産期、依存症や自殺予防に関する講演や活動も行っているため、ぜひお声かけいただきたい。今朝も周産期で自殺した妊産婦に関するニュース記事があり、妊産婦の自殺の多さが大分クローズアップされてきていると感じる。防府市では、私が県立総合医療センターに在籍しているため、防府市の保健師さんたちと日々連携しながら、産後うつなどハイリスクな妊産婦への支援を行っている。今後も自殺予防に取り組んでいきたい。

【議長】

自殺は交通事故死よりもはるかに多く、何とかしたいという思いである。

M 委員

防府市リハビリテーション専門職協議会として、資料1 P2 短期集中予防型サービスを市内の事業所や病院と協力して実施している。それにより、要支援者認定の減少や事業費の抑制へと寄与している。あと今年度から、通所型だけでなく、私たちがいる訪問型の事業所でも取組みが始まっているため、介護予防に寄与していきたいと思う。

また、自然に健康になれる環境づくりとして、防府市の地域資源をここの委員みんなでマップに落とし込み、見える化してみてもどうだろうか。例えば、桑山ウォーキングイベントをするのであれば健幸アプリをみんなで活用するとか、歩いてポイントがたまったらJAさんの野菜が安く買えるとか、そういう地域のつながりを活用すると、防府市が盛り上がり、自然と健康に気づいていくしくみができるのではないかなと思う。

あとは、暑い時期は大型商業施設を活用するのも1つの方法と思うので、そういう情報をみんなで共有することで、日中の活動が低下する季節も活動量を上げていくことができると思う。また、ラジオ体操の活動量は、約20分の歩行と同じぐらいであり、時間が無くて歩けない場合もラジオ体操を活用する機会を持てると効果的である。

個人的にもこどもと家庭で食育に取り組んだり、歯科検診に行くようになったりと意識を高めることができている。

【議長】

委員同士でできた横のつながりを、今後もずっと大事にしていけたら良いと思う。

では、県の健康増進計画との整合性という観点からお願いします。

N 委員

山口県の計画は国の方針に沿って昨年度策定され、前回の2次計画と最も違うところは、社会環境の質の向上ということ、もう1点はライフコースアプローチで年代に沿ってどのような健康づくりを推進するかということ、この2点が強調された点である。

まず1点目の社会環境づくり、いわゆる健康になれる環境づくりに関して、山口県としては健康経営の推進や健康応援団の登録に関する取組みを行っていく。防府市では行政だけではなく、このように様々なノウハウをご存じの方が協力し合い、先ほどから出ているアイデアをつなぎ合わせて実現していけることが非常に大きなメリットであり、自然に健康になれる環境づくりを進めていけるのではないかと思います。

2点目のライフコースアプローチについて、県の計画では年代別に取り組みや気をつけていくことが分かるようまとめている。市の計画でも、年代別のアプローチが分かるようまとめたページを設けてもよいと思う。

保健所としては、地域職域連携推進事業で健康経営をされている企業にインタビューを行い、うまくいっている取組みを広げられるよう動いている。今後も防府市のバックアップをしていきたいと思う。

O 委員

推進委員会に参加するようになり4年経過したが、今回の計画（案）を見ると委員や各団体が日頃行っている健康づくりの取組みや今後の活動についての内容が、前回計画よりもさらに織り込まれ、表現されていることが素晴らしいと思う。計画策定には様々な過程があるが、防府市は委員からの意見を大事に捉え、その上で市としてどのように健康づくりを推進するかを示した計画になっていくだろうと感じた。

ただ、この「健やかほうふ21計画」がはじめに作成されたのは20年以上前になるが、先ほども市民には十分浸透していないのではという意見もあった。市として各団体と協力しながら取組みは行っているが、まだまだ十分知られていないという部分は真摯に受け止め、さらに工夫をしていく必要があると思う。以前にもこのような意見はあり、時代に応じてICTやネットの活用など啓発方法の工夫はされてきているが、先ほど議長からも意見があったように、やはり実際に顔を見て現場に出向いて話をすることは説得力があると思う。コロナ禍で現地に出向いて話をするのが難しい時期もあったが、今後は出前講座の活用等、従来からあるやり方にも目を向け、啓発していくことが必要だと思う。

そして、市や各団体同士がつながり、同じ目標に向かって共に健康づくりを推進したり、それぞれの団体の強みを活かした取組みが生まれ、広がっていけるとよいと思う。そのため

にも策定段階のこの計画について、今後も積極的に意見をいただきたいと思う。

【議長】

せっかくこのような顔が見える関係を築けているため、今後何かあれば頼ったり相談できる関係がますます強化出来たら良いと思う。そしてアイデアや意見を市に伝えることで、より良いものにしていけると思う。

3 閉会