

1 日時	平成30年8月9日（木） 午後2時から午後4時
2 場所	防府市保健センター
3 出席者	<p>【委員】 山本委員、藤村委員、右田委員、松浦委員、豊田委員、松田委員、長尾委員、中村委員、小林委員、島田委員、脇委員、松田委員、末廣委員、田中委員、宇野委員、池永委員、藤田委員、今元委員、上野委員、古谷委員、藤田委員</p> <p>※欠席：山本委員 （事務局） 藤井健康福祉部次長、工藤健康福祉部次長兼健康増進課長、小野技術補佐、野村係長、鳥飼、島、渡邊、齊藤、林、藤原、山野、大藤、白石、渋田</p>
4 傍聴者	0名
5 議題	(1) 計画の概要、市の現状と計画推進の方向性について (2) 平成29年度の活動報告及び現在の取組について (3) 健康課題の協議 (4) 各世代の具体的取組について～意見交換～ (5) その他

1 開 会

2 健康福祉部次長 挨拶

- ・平成27年度に基本計画となる第2次防府市健康増進計画を策定した。その翌年度の平成28年度にはライフステージに応じた行動計画を策定し、皆様方をはじめとした関係各団体等と連携し、この計画を推進しているところである。
- ・今年度からは新たな取組として、健康増進計画を周知するために、市広報の毎月1日号に関連の記事を掲載している。これからも是非楽しみにしていただきたい。
- ・本日の会議では、忌憚のない意見をいただきたい。

3 委員及び事務局紹介

4 会長及び副会長の選任

健やかほうふ21計画（第2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する。

- ・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。

5 議 事

議事（１）計画の概要、市の現状と計画推進の方向性について

【事務局】

計画の概要について冊子を用いて説明

- ・本計画は、平成26年度から27年度の2年間策定委員会を設置し策定した。28年度には、本計画を具体的に推進するための行動計画を策定した。
- ・基本理念、計画の位置づけ、計画の期間、各分野の取組について説明。
- ・本計画の推進にあたり大事なポイントを、91ページにて説明。

地域のつながりや心（思いやり）を、健康づくりの土台と位置づけている。

「生活習慣」や「子育て」という木が豊かに生い茂るためには、心であり地域のつながりという土壌を豊かにしていくことが大切である。もう1つ大事にしている点がある。家庭や地域での「伝承」や「世代を越えての交流やつながり」である。子どもの頃に身についた良い生活習慣が、大人になると実践できていない現状がある。しかし、60歳代から70歳代になると、健康意識が高くなり、健康的な生活を心がけるようになる。そのため、若い世代の「学びなおし」が必要であり、祖父母から働き盛りの世代へ、親から子どもへと、若い頃から自分自身の健康に気をつける大切さを、家族や地域の中で、世代を超えて伝えていくことが大切だと考えている。

市の現状と計画推進の方向性について、資料1にての説明

- ・防府市全体で共通する課題は、全ての分野で20～30歳代が心配だということである。この世代は、現状も気になり取組も少ない世代である。各団体が日頃の関わりの中で、若い世代の人たちを意識し取組んでいくことが大切となる。

【議長】

質問がないため次の議事へ入る。

議事（２）平成29年度の活動報告及び現在の取組について

【事務局】 資料2についての説明

健康増進課の取組

- ・「生活習慣改善教室」は、年々参加者が減少傾向にあるため、より多くの市民が参加しやすいように1コース3回の教室を今年度1コース1回とし実施する。
- ・「がん検診」では、平成29年7月から胃の内視鏡検診を開始し、受診者数311人であった。しかし、胃エックス線検診と胃内視鏡検診の受診者の合計数は、1,369人と、平成28年度と比較してもほぼ横ばいであった。その他のがん検診の受診者数も、減少傾向となっているため、複数のがん検診と特定健康診査を同時に受けられる総合がん検診を実施している。更に多くの市民が検診を受けやすいよう、今年度新たに協会けんぽとも特定健康診査と総合がん検診を共同で実施する。
- ・「たばこの害に関する正しい知識の普及・啓発」では、啓発活動の他に、妊娠届出時の約900人の妊婦及び家族等に、禁煙指導を実施している。喫煙率が減少するように積極的に取組み、継続していく。

- ・「妊婦の保健指導事業」では、子育て世代包括支援センターを開設したことにより、支援を必要とする妊婦に対して丁寧に関わることができている。妊婦訪問指導数は、平成29年度は52人と、平成28年度の14人より増加している。今年度も継続して妊娠期からの支援の充実を図っていく。
- ・「ゆっくり子育て学び塾」について、参加者が年々減少しているため、今年度は子育ての悩みの中で多いものをテーマ別に開催するよう変更して実施する。
- ・「子育て世代包括支援センター事業」については、妊娠期から子育て期にわたる切れ目ない支援を行うことを目的に、平成29年10月に開設し、相談件数は254件となっている。今後も窓口の周知を図っていき、関係機関との連携体制の構築を行っていく。

保険年金課の取組

- ・「特定保健指導」について、県内でも防府市は特定保健指導利用者が少ないことが課題となっている。平成29年度は、利用券送付時に教室の案内チラシや参加を促すメモを同封する等の工夫をし、動機付け支援利用者103人と前年度より47人増加した。今年度も引き続き、未利用者に対して利用しやすい方法を工夫し実施していく。

高齢福祉課の取組

- ・「住民主体の介護予防教室」は、平成29年11月から開始し、参加者は述べ454人である。今後も住民が主体的にできるよう、運営支援に取り組む。
- ・「幸せます健康くらぶ」は、総合事業のサービスとして買い物支援と介護予防教室を組み合わせる事業である。平成29年5月に開始し、参加者数は述べ257人となっている。移動支援と複数のサービスを組み合わせ、地域のニーズに応じており、全国的に取組を評価された事業である。今後、市内の他地域でも積極的に取組んでいく。

子育て支援課の取組

- ・「子育て応援サイト事業の活用」では、子育て世代包括支援センターと一緒にサイト内の情報を更新することで、平成29年度のアクセス数は4万件を超え、前年度より6%アップしている。乳幼児のいる保護者の子育て支援の一助となっている。

文化・スポーツ課の取組

- ・市内各地区で多くのスポーツ教室やイベントを開催しているが、定員に満たない教室や、参加者が固定しているなどの課題がある。新規の参加者や、幅広い年代が参加しやすいように内容等の工夫や見直しをおこない、継続して取組んでいく。

【事務局】 資料3についての説明

- ・昨年度は、各委員に御協力をいただき、多くの場で計画の周知を実施することができた。現在のところ、計44箇所、約1,300名に対して計画についてお伝えすることができている。
- ・毎年掲載依頼を受けている各団体には、この計画の主旨を踏まえた健康に関する記事を情報提供している。新規依頼では、商工会議所発行「会議所だより 幸せます」

「防府医師会報」の掲載原稿、「快適環境づくり推進協議会総会での講演」について依頼があった。それぞれの内容については、添付資料を参照。

- ・事務局の新規取組では、市民に健康づくりの取組や健康に関心をもってもらうために、春の幸せますフェスタおんなみこし渡御において、「すこやか御輿」を作成し参加した。また市民の健康づくりの意識向上を図りたい、この推進委員会の活気ある御意見を反映したいとの思いから、市広報5月1日号より毎月「連載 健やかほうふ21計画（第二次）」として健康に関する掲載を開始した。
- ・継続し繰り返し伝えることで人の意識が変わっていくが、それには時間もかかる。昨年度は、多くの団体の集まる場に出向いたが、今年度も引き続き出向き、健康について伝えていきたいと考えている。各委員には、今年度も御協力をお願いしたい。

【議長】

質疑なし

各委員より気づきや感想、取組の報告等について御意見を願います。

【A委員】

地区では高齢者に携わることが多く、サロンを開催し、健康の話や健康体操などを実施している。自宅で継続して体操をしてもらいたく、毎回同じ体操を実施しているが、参加者からは違う体操を希望する声も聞かれる。今年度は新しく歯の健康について歯科医師にお願いしたいと思っている。

【B委員】

昨年度、事務局より何地区か計画の説明に出向いていただき、まず一步踏み出すことはできたが、時間的な問題等もあり、次の一步が出ていない状況にある。本日参加し、次の段階に進めるようにと改めて思った。

【C委員】

推進委員会の復命を理事会でおこなった。それにより、各理事が地区の母子保健推進員に伝えることができれば、一人ひとりの健康意識が高まる。母子保健推進員は年間約4,000件の家庭訪問をおこなっているため、一人一人が健康に気をつけ活動をしていきたい。また、家庭訪問で出会う親世代に対しては、健康的な生活について伝えていきたい。

【D委員】

昨年度、保健薬局協議会例会の場で、事務局より計画について説明をしてもらったが、今後各会員や従業員に、健康についても一度再認識してもらうよう取組みたい。また、薬局に来られた患者さんには、「最近どうですか？」など声かけをしていこうと思っている。

【議長】

医師会も、2年に1度の診療報酬改訂研修会に合わせ、事務局に計画の周知に来ていただいた。約120名の医療従事者が集まる機会を利用でき、とてもよかった。医師会の医師が、本計画について真剣に取り組んでいかないといけないと痛感している。

【E委員】

この会議に参加し、こころの健康やこころの問題に対する対策が、家庭や地域だけでなく、職場でも大切だと思った。新たな取組では、保健センターと共同で、企業に対してゲートキーパー養成講座を開催する予定である。また、「商工会議所だより」8月号の11ページに「検診を受けましょう」という内容で記事を掲載した。今後も働く世代に情報発信を続けていく。

【F委員】

この会議に参加し、健康づくりの必要性を更に強く感じた。そこで、数年実施していなかったウォーキング大会を今年度再開する。周南支部と合同で、500人規模のウォーキング大会を富海地区で実施しようと計画を練っている。

【議長】

良いことですね。

【F委員】

世代問わず募集している。

【議長】

隣の市と一緒に開催するという事は良いことだと思う。

議事（3）健康課題の協議

【事務局】 資料4についての説明

平成29年度の防府市民の健康づくりの現状を分析すると、4つの分野について特に気になる現状であった。

（栄養・食育）

- ・「毎朝朝食を食べている子どもの割合」を平成26年度と比較すると、3歳、小学生、中学生は減少している。
- ・「毎日朝食を食べている大人の割合」を平成26年度と比較すると、30歳代男性は17%減少、女性では、40歳代が18.7%減少している。大人は朝食摂取率の目標を80%としているが、20歳代から50歳代までの多くの世代が目標に達していない。
- ・先月の1歳6か月児健診を受診した56人、3歳児健診を受診した42人の保護者に、朝食の摂取状況についてアンケートを実施した。必ず毎日食べている保護者は

どちらも約76%であった。

- ・毎日朝食を食べない子どもの理由は様々あると考えるが、親が食べていない事も、一つの理由にあると考える。

(身体活動・運動)

- ・「日常生活において健康の維持・増進のためにいつも意識的に体を動かすように心がけている人の割合」をみると、平成26年度には67.3%と県内13市中3位だったが、平成29年度は68.9%に増加している。しかし県内では12位と下がった。

(日頃の健康管理)

- ・約3割が健診を受けていない現状がある。
- ・防府市ではがんが死亡原因の第1位だが、がん検診は約半数の人が受けていない。また、がん検診を受けない理由をみると、がん検診の意義や必要性を理解できていないことがわかる。

(喫煙)

- ・タバコを吸っている人の割合は約2割であり、県内で比較すると、13市中11位とワースト3位である。防府市は県内でもタバコを吸う人の割合が高い。
- ・乳幼児の父親の42%~45%はタバコを吸っている。防府市民全体の喫煙率は約2割に対して父親の喫煙率は約4割と高い。
- ・母親では、妊娠中に喫煙する妊婦が3.4%、1歳6か月・3歳6か月の子どもを持つ母親では約1割と、子どもの成長とともに増加する。

これらの現状より、様々な取組をしているが、今後も特にこの4つの分野について取組の工夫が必要である。

【議長】

深刻な状況も垣間見えたが、質問があれば御意見をお願いしたい。(質疑なし)
私からお願いするので、一言お願いする。

【G委員】

初めてこの協議会に参加し、健康に関する様々な分野について多方面から意見交換が出来る良い場があったのだと思った。勤務している保育園では、朝ごはんを食べないで登園し、じっとしているため、食べさせると遊び始める子どももいる。そのため、おにぎりを持参すれば保育園で食べて良いとしている。朝ごはんの重要性を母親に意識して欲しいと思っており、今後も更に伝えていきたい。

【議長】

朝食の大切さについて、現場の現状を踏まえ更によく分かりました。

【H委員】

このような形で取組をされていることを知り、すばらしいと思った。ターゲット層

は母親になると思っている。幼稚園では全国的に養護教諭がない現状である。健康に関して分からないことがあれば園医に相談し進めているが、何かあれば知識がないまま子どもたちに向かい合っている現状である。「健康」ということで、熱中症や感染症など多くのことがあり、子どもたちの健康を守っていくことを考えると、母親向けに専門の方々を作成された保健だより等を配ることで、母親たちの心に届くような健康づくりが出来るのではないかと考えている。他市の取組では、幼稚園や保育園向けに市が健康だよりを作成している市もあると聞く。よろしくお願ひしたい。

【議長】

健康だよりについても、今後検討しないといけないことだと思う。

【I 委員】

このような場に初めて参加し、緊張しながら話を聞かせていただいた。自分が思っている以上に、多岐に渡って健康について考えてあり、驚いている。一番気になるのは、資料4の現状を聞き、気になる課題が我が家に当てはまると感じた。朝ごはんを食べない息子、運動をしていない私と主人、日頃の健康管理が足りていない娘、息子の喫煙。この場を踏まえて我が家の健康づくりを考えることができれば、防府市の取組にお役に立てるのではないかと考えた。

仕事をしていた時に、「早寝早起き朝ごはん」について取組んだことがあった。その時、一生懸命教えた子どもが20歳くらいになっている。その時の子どもが覚えていてくれたらと思いながら話を聞かせていただいた。勉強させていただくことが沢山あるが、みなさんのお役に立ちたいと思った。

【J 委員】

健康管理をすることが良いことだとみんな分かっている。しかし出来ないということが大切なポイントだと思う。出来ない人たちの多くは、「健康管理」という文字のために、何かを取組むという印象である。そもそも「健康管理」は何のためにするのか尋ねると、目的が一人一人違う。例えば、「身内に早く亡くなった人がいるから」とか、「孫といつまでも元気に遊びたい」等答える。健康管理とは、自分の体と向き合うということではないかと考える。自分の体と向き合うツールとして、「食事」や「運動」の取組があるのだと思う。もっと話の糸口を変えて提案していくと良いのではないかと考えた。

また、「休養」という項目を入れると良いと思った。意図的に休む時間を作ることにより、頑張らないといけない時に初めて頑張れると日々思っている。

【議長】

「休養」という観点もとても大事だと改めて思った。

【K委員】

この推進委員会も浸透してきて、嬉しい限りである。平均寿命も健康寿命も非常に延びてきた。「住みやすい町」とはなにかと言うと、皆さんが健康で、平均寿命が長く、病気になりやすく、快適に過ごせる町だと考える。この会は防府の委員会の中でも大切な委員会だと私は思う。市民の皆さんが健康になることで、防府の医療費が減り、また必ず国益につながる。未来の防府市のため、家族のためにもつながる。健康づくりがいかに発展していくか、住みよい防府市にしていくか、この協議会から発信していきたい。

【L委員】

防府市のデータなどを見ると、やはり少子高齢化が進んできている。防府支所と防府市は連携が取れている。今後も県の立場として、市との連携を十分に図っていききたい。

【議長】

各委員より御意見をいただいたが、事務局より願います。

【事務局】資料4に基づき説明

- ・各委員が日頃接する対象の世代に、健康づくりについて是非伝えてほしい。
- ・伝えやすい分野からでよい。伝えた市民が、その分野に関心を持ち実践すると、他分野にも関心が波及する。それにより心身の健康が更に増進する。
- ・健康づくりに関心をもつ市民が増えていくことで、防府市全体が健やかなまちになっていく。
- ・前回の推進委員会の意見にもあったように、健康づくりは継続が大切だが、それがとても難しい。1人では取組みにくいこと、継続しにくいことも、お互いに声をかけ合うことでできることも多くある。市民が無理なく、楽しく健康づくりに取組むためにも、働きかけやすい世代に、伝えやすい分野から伝えていく取組を実践していただきたい。
- ・元気な市民が多い、魅力的な防府市を目指していきたい。

議事（4）各世代の具体的取組について～意見交換～

【世代別にグループに別れて意見交換】

（子ども世代の意見）

- ・仕事をしていない女性はケンシンを受ける機会がない。1歳6か月児健診等の機会に、母親に「ケンシンクーポン」等を渡し、お得感を出すと良いのではないかな。
- ・朝食を食べていない人に対して、「一口でも摂るポイント」からまず伝えると同時に、食べないことのリスクも伝えるとよいのではないかな。
- ・子どもの前でスマートフォンを見て子どもから目を離している親が気になる。子どもの安全が心配。

- ・昔と今では子育ての考え方が違うこともある。正しい知識を持ち関わりたい。
- ・長期休暇の間に生活リズムが乱れる子どもが多い。早寝早起き朝ごはんの実施を確認できるよう、学校では「元気な子カード」を作成している。
- ・PTAの活動として、夏休み朝食レシピの募集をしている。そのレシピをお祭りなどで紹介する取組をしている。
- ・学校現場では、運動習慣が少ない子どもが増えていることが心配である。
- ・学校の安全委員会を活用し、保護者と一緒を取組んでいきたい。
- ・幼稚園現場より感じることは、働く親や働く時間が増えており、家族団欒の時間が減っていることが心配である。
- ・保育園現場より感じることは、5歳児発達相談会のアンケートを見て、22時過ぎて寝ている子が8割いた。朝起きられず、朝食を摂れない状況に納得できた。また、のぼり棒ができないなど、子どもの運動能力の低下も心配である。

(働く世代①)

- ・防府市民は他市と比べて運動の意識が低い現状が気になった。
- ・仕事をしていない人や自営業の人のケンシン受診が心配である。
- ・ケンシン受診のきっかけは人により違う。「自分のため」と思わず、「子どものため、家族のため、大切な人のため」と思ったほうが良いかもしれない。
- ・企業の取組や関心も「健康」は後回しになる。「健康」について会社は「個人の問題」と捉えているのかもしれない。今後も保健センターと協力し、商工会議所だよりに健康に関する記事を掲載することを継続していく。
- ・産業医として感じることは、健康診断の結果のフォローが大切だと感じる。若い世代への血液検査の実施がない会社もある。会社の判断だが、血液検査の年代を下げられると良いと感じる。

(働く世代②)

- ・歯と口の健康が生活習慣病等全身の疾患とも関連がある。小さい頃に歯磨きをしっかりすることで、習慣化と継続につながるとよい。
- ・県や市と協定を結び、県全体のピンクリボン運動や講演会などの協力をしている。幼稚園への食育活動を実施しているが、それに「歯の健康」についてもプラスしようと思った。
- ・子ども向けの食農教育に取り組んでいるが、今後も情報発信していきたい。
- ・今までは組合員等外に向けての働きかけが多かったが、職員にも働きかけが必要と思った。
- ・企業ではこころの相談窓口部署の職員のスキルアップが必要と感じた。
- ・次がんばる為にも、「休養」の大切さをもっと発信してほしい。

(高齢世代)

- ・いきいきサロンで実施する健康体操では、習慣化できるマイマイ体操を取入れている

る。また、食事会では食事の様子から健康状態等を観察している。

- ・いきいきサロンの開催回数が限られる為、地域で広く伝えるにはどうしたら良いか課題である。
- ・市広報の内容が楽しくなったと感じる。毎号楽しみにしている。
- ・喫煙の害などを家族にどのように伝えると分かってもらえるのかと考える。家族や友人等に、どのように健康に関して伝えていけば良いのかと思う。
- ・薬局では、薬の相談だけでなく、生活習慣病や健康相談等も実施している。また、「くすりと健康フェア」のイベントを通して、来場する若い世代にも健康に関心を持ってもらえるといい。

【議長】

かなり活発な意見が出ているが、意見交換を終えての御意見をいただきたい。

【M委員】

一市民として本日参加し、様々なことに気づいた。普段は仕事でリハビリの仕事をしており、人々の健康に携わる機会があるが、このような土壌があるからこそ自分たちが働くリハビリにつながっていくと思う。このような土壌がもっと広がることによって防府市民が元気になり、住みよい防府市・魅力ある防府市になっていくと思った。それにより、更に自分たちも元気になっていくと感じた。

【N委員】

子どもを指導する前にまず、自分の健康や生活態度を改めなければいけないと勉強になった。これからは健康に注意し、子どもの成長を見守って行きたい。

【O委員】

老人クラブでは、様々な会合をしているが、残念ながら健康にまつわる議題はない。そのため、これからは、もう少し健康にまつわる議題も取上げて役員会を開催したい。また、本日の資料の中のがん検診についてだが、70歳～80歳になりがん検診を受けがんが発見された時に、どのように対処したらよいか。医師より「もうあなたは年だから、手術はしない方がいい。」と言われたと聞いたり、そのような事を最近週刊誌で読んだことがある。そうすると、年をとってがん検診を受けると、がんが発症していることが分かっても、治療も検査もできず苦しむばかりではないか。

本日の資料のがん検診の受診率も、40歳以上トータルの受診率のようだが、75歳以上、80歳以上はどのくらいの受診率かということも分かれば、それに基づいて何らかの形で啓蒙していける。啓蒙方法も教わりたい。

【議長】

まず、事務局に各世代の受診率のデータをそろえて頂きたい。

また、高齢者の治療や手術に関しては、個人個人の健康状態や背景などにより様々

であり、絶対にしないというわけではない。がんの進行具合にもよる。セカンドオピニオンも利用し、二人以上の先生の御意見も頂き対応していただきたい。

老人クラブでは、健康の話題についての会合が少ないということだが、実は老人クラブの方々の経験談は、最も大事だと思う。健康が当たり前である20～30歳代や、健康を意識し始める40～50歳代の方々に対して、機会があれば皆さんの経験を話していただくと良いと思う。また、会合の場に事務局を呼ばれるのも良い。

【P委員】

初めてこのような健康に関する会議に出席された方もおられ、改めて健康について考えられたという体験を何人もの方がされたと思う。私たち継続の委員も、会議の前になり健康について考えたり振り返ったりするのが常だと思うが、その時に感じたことを家族や職場の方や地域の方など、いろいろな方とまずは話をしてみることが一歩だと思う。

私は今看護学科の教育をしているが、学生が健康教育を演習する中で、自分の生活を振り返り、自分の生活の良い所、問題となる所を振り返るような健康教育をしている。看護について三年間勉強してきた学生が、実習の時は倒れないように朝ごはんを食べるが、実習が終わると元に戻り食べなくなる現状にある。医学も栄養学も様々な病態も勉強するので知識はある。しかし、それが生きるための知識につながっていないと毎年感じているところである。

単に分かるというのではなく、分かり方というのがあるのではないかと思う。それをぜひ、身近な方と共有してもらいながら、どこにどのようにして取組めば生活改善や健康志向につながっていくのか、日々の様々な機会・人との会話の中で探っていくのも一つではないかと思う。

ぜひ、みなさんの体験を結集して、次のステップが踏めると良いと感じた。

【議長】

ありがとうございました。以上を持ちまして本日の議事を全て終了する。

議事（5）その他

【事務局より】

ゲートキーパー養成講座参加者募集についてのお知らせ。

6 閉会