

平成 29 年度 第 2 回さいたま市健康づくり推進協議会 議事概要

◎ 日時

平成 30 年 2 月 1 日（木）10 時 00 分～11 時 40 分

◎ 場所

さいたま市保健所 第 1 会議室

◎ 出席者

- 《委 員》恩田委員、片柳委員、金谷委員、熊谷委員、小山委員、近藤委員、嶋垣委員、鈴木（豊彦）委員、鈴木（花子）委員、関委員、松本委員、桃木委員（会長）、渡邊（廣次）委員、渡辺（裕）委員（会長職務代理）
- 《関係課》緑区保健センター：金子所長
浦和区保健センター：稲熊係長
地域保健支援課：野中歯科衛生士
- 《事務局》保健部：木村部長、健康増進課：今野課長、橋詰係長、伴田主任、長倉主事
- 《傍聴人》なし

◎欠席者

- 《委 員》中村委員

◎ 会議資料

《事前配付》

- ・次第
- ・さいたま市健康づくり推進協議会委員名簿
- ・資料 1-1 「さいたま市ヘルスプラン 21（第 2 次）」中間評価（案）の概要
- ・資料 2 平成 29 年度ヘルスプラン 21（第 2 次）の進行管理について
- ・資料 3 平成 29 年度ヘルスプラン 21（第 2 次）に関する事業の取組事例

《当日配付》

- ・さいたま市健康づくり推進協議会関係課職員名簿（1 枚）
- ・座席表（1 枚）
- ・資料 1-2 「さいたま市ヘルスプラン 21（第 2 次）」中間評価報告書（案）（113P）
- ・参考資料 1 第 3 次さいたま市食育推進計画概要版（案）（8P）
- ・参考資料 2 さいたま市健康マイレージ資料（1 枚）
- ・全国健康保険協会埼玉支部における平成 29 年度糖尿病性腎症重症化予防事業（12P）
- ・健康経営推進の取組み（8P）
- ・「さいレクだより」26 号

・「気づいてください！ 体と心の限界サイン」

1 開会

- ・議事録の取扱いについて
- ・議事録は、会長に一括で承認いただき、市ウェブサイト上で議事概要を公開することによりか。

委員：異議なし。

2 議事

(1) さいたま市ヘルスプラン 21 (第 2 次) の中間評価報告書 (案) について

事務局より資料に基づき説明。

《資料》

- ・資料 1-1 さいたま市ヘルスプラン 21 (第 2 次) 中間評価 (案) の概要
- ・資料 1-2 さいたま市ヘルスプラン 21 (第 2 次) 中間評価報告書 (案)

【質疑・応答】

桃木会長 (以下議長)：委員の方から何か質問や発言はあるか。

恩田委員： 3 点ほどある。

まず、中間評価報告書 (案) 3 ページの下のところ、市民を対象としたアンケート調査をしているが、サンプル調査か。年齢構成等の属性はどうなっているのか。

2 点目は、同じくこの中間評価報告書 (案) の 44 ページ、家族構成から見た地域のコミュニティを核とした取組ということで評価しているが、高齢者の一人暮らしについてはどういった対応をされているのか。これからの地域のコミュニティとしてどういうふうに対応されるのか。

3 点目は、46 ページから 48 ページのウォーキングについて。さいたま市の健康マイレージは市民の認知度が低いように思うが周知が必要ではないか。

事務局：市民調査のサンプルは、昨年 3 月にこちらの報告書としてまとめたものを基にしている。同様の調査は概ね 5 年ごとに実施しており、これはサンプル調査である。年齢構成は 15～19 歳は 5 歳刻みだが、それ以上は 10 歳刻みで、年齢階層を 7 階層に分けてサンプリングしており、区ごとにもばらつきがないように抽出している。母数は男女 2,500 人ずつ、合計 5,000 人である。今回の調査の有効回収率は 48.8%で、前回の 24 年調査の 48.1%と概ね同じような傾向だった。

恩田委員： 28 年度と 29 年度、それぞれ食育についてはどうか。

事務局：食育の調査は 1,400 人で、年齢は 0～15 歳である。回収率は 69.4%だった。年齢階層は 0～5 歳と 6～15 歳に 2 階層の無作為抽出である。対象の年齢および抽出方法は前回までの調査と同じである。

2 点目の一人暮らしの高齢者については、本市においても高齢者の一人暮らし、単身世帯が増えているという認識をしている。こちらについては重点的には高齢者保健福祉計画に基づき対策を進めており、ヘルスプラン 21 (第 2 次) と連動するために、庁内の検討会などで議論している。現在は見守りや、配食サービス、会食サービス等の

単身世帯向けの対応等も、施策として展開している。

3 点目の健康マイレージの周知度については、開始してから 1 年以上が経過し、現在約 1 万人の方々が参加している。昨年度は ICT を活用し、まず若い世代の方々を中心にスタートし、20 歳～64 歳を対象とした。今年度からは 65 歳以上にも対象を広げたところ、ある程度参加している。

健康マイレージの周知については、複数回の市報への掲載、ラジオ、テレビ、チラシ、土日に開催されるイベント、自治会内の回覧をした。更なる参加者を募るために、本協議会の委員にもご協力いただき、口コミで参加される方を増やしていきたい。また、職場単位の参加については、参加する事業所も現在募集をしており、現在 40 事業所ぐらいの申込をいただいている。今後も事業所単位を含め、参加者を募っていきたい。

恩田委員 : ありがとうございます。

嶋垣委員 : 1 点目は、先ほどの事務局の説明で中間評価の結果として、4 つの課題が示されていたが、これはまさに企業の健康づくりで抱えている問題とほぼ同じである。特に気になるのは、ワーキングプア＝貧困層の方たちがこのような問題を抱えているということ。食生活の乱れ等の影響で糖尿病になり、健康診断をずっと受けていないので発見時には重症化していると新聞記事にも書いてあった。そのため、今後は市民調査の中でも、年代だけではなく収入という切り口でも分析したほうが、対策を講ずるべき問題点がクローズアップされ、対策を講じた後の効果も早く出るのではないか。

2 点目は、本市だけの問題ではないが、介護就労の支援などの策を考えていると、生産年齢の定義（15 歳から 64 歳）に非常に疑問を感じている。現実として、今の 15 歳から 22 歳ぐらいの方たちは高校生や大学生で、仕事をしている方は少ない。そのため、生産年齢人口を 22 歳ぐらいからにして算出した統計を出すことで、介護を担う人数・介護が必要になる人数等の割合が、もう少し現実感のある数字としてクローズアップされてくるような気がする。

事務局 : 2 点目の年齢階層につきましては、アンケートの調査では年齢について尋ねる項目があるので、22 歳以上でとるとというのは、集計の仕方によっては可能である。1 点目の収入については、今の 48% 台の調査の回収率を見込んだときに、収入の設問を入れたときに回答を躊躇する方がどれぐらい出てくるかという問題もあるかと思う。ただ、収入面については、健康格差と経済格差はかなり連動していると言われているので、国民生活基礎調査等の調査結果等で収入の調査をしているものもあるので、併せて使って分析することも考えたい。

(2) さいたま市ヘルスプラン 21（第 2 次）の進行管理について

事務局より資料に基づき説明。

《資料》

- ・資料 2 平成 29 年度ヘルスプラン 21（第 2 次）の進行管理について

【質疑・応答】

議長：委員の方から何か質問や発言はあるか。

恩田委員：評価の構造について伺いたい。

1 点目は事務局からの説明を聞き、途中の経過評価も含めて全体としてまとまっていると感じたが、市の施策に対して、市民目線の評価があってもいいのではないか。

2 点目は 12 ページの表で、目標値が定量的な数字ではなくて、定性的な「増やす」等の項目があるが、理由があれば聞きたい。

事務局：1 点目の評価の構造については、市民からの評価が必要ではないかという点はその通りだと思う。市民の方々から評価してもらうというのは難しいが、協議会の委員の皆様が市民目線で評価してくださる代表の方々とも捉えており、プロセス評価と組み合わせた評価の構造にしている。

2 点目の質問の定性の目標指標がある点については、第 2 次の本計画の策定のときに本協議会の委員の意見や、パブリックコメントの過程で、着実に増やして（減らして）いくことが必要だというご意見を基に、定性となった。

議長：平成 29 年度ヘルスプラン 21 に関する事業の取組み事例について、委員の皆様順番にご報告いただきたい。

片柳委員：本団体はさいたま市全体の区の中で現在 6 地区しかない中で、メンバーは 450 人位おり、地域の母子保健を中心にしながら高齢者も含めて活動を広めている。活動内容は公民館や区役所のお手伝いを通じて、市民の皆さんに「自分たちのできる範囲での声掛けし、何かあったときには子育てについての訪問もする」というもの。

金谷委員：2 ページにあるように、私たちは食生活改善推進員と言われ、愛称はヘルスマイトと言われている。私たちは、さいたま市保健所あるいは保健センターの方々からバックアップをもらい、活動をしている。取組の内容は、6 番にあるように、合同の研修会やリーダー研修会などを通じて、自分たちのスキルアップや、保健センターの事業のお手伝いや、県や市の依頼事業等をしている。

中でも 3 番の「パパとチャレンジ！わくわくクッキング」というのは 10 区で 1 回ずつ、さいたま市全体で 10 回やっている事業だが、若いお父さんと小学生のお子さんの親子で参加してもらう事業。それは日頃、接触の少ないお父さんとお子さんが一緒に料理ができるということで、お子さんも楽しいし、お父さんもお子さんの成長を感じ、栄養面も考えなければいけないということを感じてもらい、参加して大変よかった、という好評をもらっている。その他、8 番目にあるように、地元の中学校等の文化祭や健康イベントの協力もしている。ボランティアだが、一生懸命活動している。

小山委員：資料 4 ページにあるが、基本的には、会員事業所向けに行っている健康診断等になる。それと、広く一般にやっているのがメンタルヘルスマネジメント検定試験というもので、これはメンタルヘルス対策の普及を含めての試験となっている。また、記載が無いが、所報にさいたま市の保健関係の記事を掲載したり、職場でさいたま市のマラソン大会やウォーキングイベント等に、職員が参加したりしている。マラソン大会は専務理事を含めて 8 人ぐらい参加した。所内の中でも推進していきたい。

熊谷委員：全国健康保健協会の取組は、別添の資料を参照してください。例えば、「健康経営推進

の取組」では、資料 5 ページ「連携による『オール埼玉』でのサポート」として埼玉県、さいたま市、経済団体、医療関係の方にも賛同をもらい、大学等にも協力を得ながら、健康寿命の延伸に向けた厚生労働省や経済産業省の取組ともリンクさせることを念頭に、様々な取組みをしている。

また、今日の議題の中でも出ていた重症化予防の取組については、別紙「平成 29 年度糖尿病性腎症重症化予防事業」の資料を参照してください。8 ページに 30 郡市医師会を訪問し、かかりつけ医との連携ということもしている。全国健康保険協会は 47 支部あるが、支部によっては自治体と連携をしながら、重症化を予防するためのリレーのように、全国健康保険協会を辞めた後に国民健康保険に加入した時に、その被保険者の健康に関する情報の受け渡しがスムーズにできるような仕組みを構築している支部があるので、今後、参考にしていく。

また、被用者保険の保険者なので、働き盛り世代の健康を担う組織として、20 歳代から働き始めて 65 歳までと、その後の後期高齢者の 75 歳までの間の健康維持も担っている。このように長い期間で捉えながら、働き盛り世代にどのようなことができるのか、考えながらやっていきたい。

事務局に 1 点質問をしたい。この中間評価の分析は業者に委託したものか。

事務局：両方組み合わさっており、データを見ながら職員で分析し、庁内の担当者とも一緒に議論した結果を、委託業者にデータ化してもらっている。

熊谷委員：地域の課題が特徴として出ているように見えない。例えば、大宮区を見ると、出生率は高く若い年齢層の人が多いというのがわかる。区の特徴をもう少しわかりやすく示して欲しい。

事務局：このヘルスプラン 21（第 2 次）は、他の計画ではまだ手掛けていなかった区ごとのデータ分析をして、区ごとの目標を掲げているのが特徴である。今回の中間評価についても区ごとのデータを基に、各区の保健センターが中心になって分析をして、これまでの取組に対する評価を実施した。それを受けて、今後の取組の方向性も検討して、区版に盛り込んでいるので、区ごとの特色ある取組につなげていきたい。

近藤委員：資料 5 ページにあるが、市民公開講座、薬物乱用防止キャンペーン等が継続事業の主体である。また、区民まつりでは全区にブースを出し、催し物をしている。平成 28 年度から埼玉県の協力を得て、糖尿病の指標である HbA1c の検査を浦和区と岩槻区で実施した。南区は浦和競馬場で開催し、検査キットを 100 セット用意した。会場は参加者でにぎわっていた。

また、各会場でアルコールパッチテスト、薬物乱用防止で喫煙等の講話を行った。区民まつりでの HbA1c の検査等はぜひともこれから継続事業にしていきたい。さいたま市でも協力いただきたい。

嶋垣委員：私は 15 年ぐらい前に途中で目が不自由になり、目が不自由になると球技というスポーツは難しいと思っていたが、5 年程前にサウンドテーブルテニスという、音の出るピンポン球を使ってゴロで打ち合う卓球を知りました。この卓球は通常の卓球台ではできず、緑区の大古里公民館にその卓球台があるため、この同好会を月に 1~2 回、練習会をやっている。

これは視覚障害の方だけではなくて、高齢の方もボランティアで一緒に来てもらっているが、別にアイマスクをしなくても、高齢の方は楽しんで運動として取り組んでおり、多いときは14～15人位の参加になる。最近、ユニバーサルスポーツとして、障害の有無にかかわらず、年齢に関係なく取り組めるスポーツが出てきている。スポーツ人口の拡大に伴い、公民館の予約が取りにくくなってきているので、効率よく皆が運動をできるような仕組みや場所を考えていただければありがたい。

鈴木委員 : 8 ページにあるが、在宅保健師等による支援事業として、在宅保健師による青空会という団体があり、県内の在宅保健師、助産師、看護師、准看護師等を会員としており、研修の開催や、市町村の保健事業の支援を行っている。これは埼玉県国民健康保険団体連合会に事務局が置かれており、連携をしながら保健師の保健活動を支援している。会員は144名いる。

さいたま市では特定保健指導対象者への電話による利用勧奨、健康教室での健康チェック、健康まつりの手伝いなどの依頼があった。今年度の実績は9区に18人を派遣して支援している。特定保健指導対象者への電話による利用勧奨については2区に4名を派遣した。健康教室の健康相談では3区に5名、健康まつりには4区に9名を派遣した。

鈴木委員 : 8 ページにあるが、私達はレクリエーションフェスティバルを年1回開催しており、いろいろな区を回るようにしている。レクリエーション協会には19団体が属しており、それらの団体が一堂に集まるのがフェスティバル。フェスティバルの対象者は一般市民に来てもらい、レクリエーションスポーツを体験してもらう機会となっている。私が所属しているレクリエーション指導者協議会は、様々な団体、種目のことを全部把握している。それは日本レクリエーション協会で講習を受けて、一般市民に指導する役割。対象者は幼稚園児から高齢の方までと幅広い。介護予防の運動についての講話や運動の実技の指導をすることもある。

議長 : 10 ページにあるが、医師会の取組事例としては検診を含め、がんの早期発見、特定健診を通じたメタボリック症候群等の早期発見、疾病に対して積極的な治療の勧奨をしている。結果として、早期がんの発見率の向上などにつながった。また、糖尿病あるいは脂質異常症などのメタボリック症候群に対しての保健指導を行い、HbA1cのデータの経過も確認できている。

また、埼玉県やさいたま市国民健康保険課の連携をとり、糖尿病の重症化予防対策事業を実施している。保健指導の結果として、HbA1cの低下、体重の減少、BMIの低下等の効果等が得られている。今後このような事業を積極的に進め、できれば健康保健組合の加入者である若い世代から対象にできるように協力してやっていきたい。

渡辺（裕）委員 : 11 ページにあるが、さいたま市歯科医師会は大宮、与野、浦和と3つの歯科医師会に分かれている。各歯科医師会が単独で開催する市民フォーラム、口腔がん検診、市民公開講座等を行っている。25 ページには昨年まで開催していた口腔機能向上教室に代わり、健口教室・健口づくり交流会と名前を変えた事業を、昨年は2回ほど開催した。これは市内在住65歳以上の方で摂食・嚥下等のことについて、歯科衛生士会と栄養士会とさいたま市歯科医師会の合同で講演や、体操を行っている。オーラルフレイル、

口の中の虚弱状態を予防するための教室である。

41 ページの歯周病予防教室、57 ページの生活習慣病予防普及啓発教室、その他に母親教室における歯科健診、入学検診等々を行っている。

歯科の場合は、1歳6か月から18歳の高校を卒業するぐらいまでは検診がある。さいたま市は40歳以降に成人検診があるが、その途中の19～40歳は歯科検診がほとんど行われていない。昨年、本協議会の時に全国保険協会埼玉支部協会は、歯科の事業所検診を考えているということをお話されていたと思ったが、その進捗状況はどうなっているか。

熊谷委員：歯については、エビデンスが出てきており、定期的なメンテナンスがないと歯は守られないという報告がされている。事業についてはかなり関心を持っており、進めていきたいと思っている。現時点では具体的に示せるものはない。

先ほどご紹介した健康宣言事業所等に健康宣言で口腔衛生に関する情報も発信しているが、現時点で、一斉に全ての事業所に呼び掛けて実施するまでは至っていない。例えば、埼玉県だけでやれるか等も検討が必要。

埼玉県歯科医師会と連携協定も結んでいるので、それをベースにいろいろな調査研究もやる話も出ていたので、1つ1つ解決していきたい。

18歳以降の被保険者に歯科検診の費用を協会が負担するとなると、膨大な予算の問題がある。

渡辺（裕）委員：やはり生活習慣病等の予防に口の健康は非常に大切なので、前向きに考えてほしい。

渡邊（廣）委員：取組事例にはないが、3年に1度の高齢者実態調査が終わったばかりである。高齢者の家を、さいたま市の場合は65歳と70歳以上の高齢者世帯を9～11月に集まってもらい、「体に良いことをしているか」と聞いたら、ほとんど「していない」と答えた。その理由を尋ねると「面倒臭い」とか、「ちょっとした時間でやりたいが、みんなで集まると時間がとられるから」という話が多かった。民生委員は社会福祉協議会と連携しながらサロンの運営や元気アップ相談、ふれあい会食などに携わってはいるが、参加する方は決まっているので、家から出てこない方が一番問題になる。

今回調査してみてもおもしろいなど思ったのは、高齢者は結構、買い物には行っている。だから、その買い物をチャンスにして、地域包括支援センターが店内に健康相談所を設ける等、買い物の合間にそういう場所ができるとよいと感じた。

議長：先ほどの歯の問題や、口腔リハビリ、嚥下のことも大切である。嚥下のリハビリも大切だと思う。フレイルという筋肉がどんどん減って行って動けなくなって寝たきりになってしまう状況を防ぐためにも、できるだけ運動をすることも重要である。また、心臓のリハビリや腎（臓）リハビリという言葉も出てきている。

やはりリハビリをする場所、施設といったものがなかなかないことを考えると、市民の方が自由に使えてリハビリや運動ができるような場所の提供が必要だと考えていた。市でもぜひ考えてほしい。

松本委員：取組事例にはないが、自治会連合会は民生委員と自治会の役員が連携をして高齢者の一人暮らしの見守りをしている。地域の人々が生活しやすい環境づくりの手伝いをしている。

議 長 : 時間になりましたので、次の議題に移りたい。次は(3) その他だが、事務局から何かあるか。

(3) その他

事 務 局 : 事務局からは4点の連絡事項がある。1点目は、参考資料1「第3次さいたま市食育推進計画概要版」は、ヘルスプラン21(第2次)の関連計画である「第2次さいたま市食育推進計画」の次期計画の概要版で、現在、策定中である。

2点目は、参考資料2「健康マイレージについて」は、今年度の内容と実績をまとめたもの。

3点目は自殺対策の一環として作成した三角ポップについて。睡眠がとれない方のうつ予防ということで周知啓発を図るもの。

次の協議会は今年7月頃を予定している。

議 長 : 三角ポップに「かかりつけ医や専門機関にご相談ください」と書いてあるが、どこを想定しているのか。また、「こころの健康ガイド」はどこで配布しているのか。

事務局 : 医療機関にも配布している。

議 長 : 一般の方には配布していないのか。

事務局 : 一般の方は窓口等でお取りいただく。

議 長 : 最後に委員から発言等はあるか。特に無いようなら、本日の協議会はこれにて閉会とし、議長の役を降ろさせていただく。

4 閉会