

平成30年度 第1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7月19日（木）午前10時00分～11時30分

◎ 場所

さいたま市役所 議会棟2階 第6委員会室

◎ 出席者

《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（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

《事務局》保健部：木村部長、健康増進課：今野課長、伴田主任、長倉主任

《傍聴人》なし

◎ 欠席者

《委員》恩田委員、鈴木（豊彦）委員、中村委員

《関係課》中央区保健センター：岩谷所長補佐、地域保健支援課：野中歯科衛生士

《事務局》健康増進課：橋詰課長補佐

◎ 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）の進行管理について（A3・12P）
- ・資料1-2 健康寿命の延伸に係るさいたま市の統計について（A3・1枚）
- ・資料1-3 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（60P）

《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）
- ・禁煙外来リスト（A5・6P）
- ・資料2-1 地図情報システムの画面（A4・1枚）
- ・資料2-2 禁煙外来リスト増版に関する回答様式（A4・1枚）
- ・資料3 ヘルスプラン21（第2次）進行管理年間スケジュール（A4・1枚）

- ・第1回さいたま健幸ネットワークチラシ

1 開会

2 議事

議事録は、会長に一括で承認いただき、市ホームページ上で議事概要を公開することでよろしいか。

委員：異議なし

(1) 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1-1 さいたま市ヘルスプラン21（第2次）の進行管理について
- ・資料1-2 健康寿命の延伸に係るさいたま市の統計について
- ・資料1-3 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

【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。

関 委 員：西区の平均寿命の伸び率が一番長くなった要因は何か。

事 務 局：昨年度に実施した中間評価では、各区の保健センターが中心となり区ごとの健康課題の分析や評価を行ったが、要因まで分析はできていない。

議 長：中間評価では区ごとに運動習慣や食生活の違いなどの特徴はあったか。

事 務 局：市民調査の結果によると、特筆して西区で改善した項目は見当たらない。中間評価においては、課題を中心にまとめたので一日当たりの飲酒量が多いなどの特徴はあった。

松 本 委 員：老人保健施設等の高齢者が入居する施設が多いことも影響しているか。

事 務 局：その影響はあると思われる。この平均寿命は埼玉県が15年ほど前から算出しているもので、市町村によって介護認定基準が違う等はあると思うが、同じ指標で経年的な変化を見ていくことが重要であると考えている。

渡 邊（廣） 委 員：朝食を食べていない人が増えていることに対する対策は考えているか。また、市全域で取り組んでいる「いきいき100歳体操」の成果は出ているか。

事 務 局：朝食を食べない人が増えていることは、昨年度に策定した「第3次さいたま市食育推進計画」でも課題としており、「さいたま市食育推進協議会」でも今までの取組に加え、新しい取組が必要だという意見が多く寄せられている。具体的には、若い世代にアプローチすることが必要だと考えており、「第1回さいたま健幸ネットワーク」のチラシにあるように、本市の都市経営戦略部が企業向けに「健康経営」の一環として睡眠に関するセミナーを行った。次回は朝食をテーマにしたいと考えている。また、事業所向けの機関紙に記事を定期的に掲載しており、そこでも啓発し

ていきたい。

「いきいき 100 歳体操」は開始してからまだ 1 年余りであるため、体操の効果の検証はできていないが、所管課からは参加者の体力や筋力の向上が認められ、自主グループも増えていると聞いている。

議 長：朝食の欠食などは企業の中で「健康経営」の一環として、取り組んでいけるようにしてほしい。

(2) さいたま市ヘルスプラン 2 1 (第 2 次) の中間評価における今後の重点対策について

事務局より資料に基づき説明。

《資料》さいたま市ヘルスプラン 2 1 (第 2 次) 中間評価報告書

議 長：まず 4 つの重点課題のうち、肥満者や糖尿病の有病者などが増加したことに
意見を伺う。

熊 谷 委 員：「健康経営」に力を入れており、働き盛り世代のうちに健康の動機付けをし、退職後の健康に対する意識も持ち続けてもらうことで、健康寿命を延伸させることを目指している。本協会、健康保険組合連合会、埼玉県、さいたま市は同じ枠組みで「健康経営」の企業の認定を進めている。健康経営に関して、本協会でも 7 月 11 日に大宮ソニックシティで約 400 人を対象にセミナーを開催した。また、8 月 27 日には受動喫煙、9 月にジェネリック医薬品、11 月に肝炎に関するセミナーを予定している。糖尿病の重症化予防対策について、埼玉県医師会の協力を得て、対象となる患者をかかりつけ医から紹介をしてもらい、重症化予防のプログラムにつながるようにしている。

近 藤 委 員：今年度も市民公開講座と区民まつりを継続して実施する。区民まつりでは HbA1c の測定を行う予定。さいたま市健康マイレージについて、ホームページを見たところ、「(参加者を) 募集していない」という表示が出たので、現在の状況を聞きたい。

事 務 局：ご迷惑をおかけしてしまい、申し訳ない。健康マイレージについては、現在も参加者を募集中である。ただ、パソコンのメモリーやハードディスクに最近表示したホームページの情報や画像(キャッシュ)が保存されていることにより、古い情報が表示される場合があると聞いている。その対応方法は健康マイレージのホームページにも掲載されているので、ご利用いただきたい。

現在の健康マイレージの参加者は 13,000 人を越えたところである。参加者も引き続き募集中である。

渡辺(裕)委員：歯周病と糖尿病の関連性について歯周病予防教室を開催している。また、与野歯科医師会が市民フォーラムを開催している。近年はがんをテーマに取り上げているが、3 年前程前には歯周病と全身疾患、糖尿病と歯周病などのテーマで開催しており、来年は 3 年前と同様のテーマで 1 回開催する予定。また、65 歳以上の市民を対象にオーラルフレイルを予防するための「健康づくり交流会」を年 2 回開催している。

鈴木（花）委員：たくさんの方が楽しみながら、運動することを広めるために活動しており、19種の活動団体が所属している。住民同士のコミュニティ作りの活動に参加しているが、その方法を模索しているところである。

議 長：さいたま市4医師会として、糖尿病重症化予防事業を実施している。先ほど事務局から説明された4つの重点対策の課題についてはすべてが相互に関連していると考えている。「睡眠がとれない」という症状はうつ病の可能性があり、食事がとれずに痩せていくことがある。睡眠障害である「睡眠時無呼吸症候群」の人は睡眠を十分にとれていない為、太っていく傾向がある。実際、通院患者に「睡眠時無呼吸症候群」の方がおり、治療の結果、体重、血糖値、血圧等の低下がみられた。企業においても働く世代の日中の眠気やだるさの観察など、睡眠について着目することが重要だと考える。今後、企画する市民公開講座等を通して、4つの重点対策の課題などについて情報提供していきたい。

議 長：次に4つの重点課題のうち、朝食の欠食者や睡眠による休養がとれていない人の増加に関して意見を伺う。

金 谷 委 員：食生活改善推進員として生活習慣病予防に力を入れて活動をしてきた。最近では各区保健センターの子育て中の父親と、その子どもを対象した「パパとチャレンジわくわくクッキング」を開催しているが、母親の参加はできないかという問い合わせがあり、今年から母親も同席可になった。朝食の欠食者の増加についてだが、保健センターでは、朝食を食べる大切さを頻繁に啓発している。それに加え、更に若い世代（高校生等）向けの啓発も重要と考えており、今年1月に開催された食生活改善推進員関東ブロック大会においては、高校生と一緒に調理実習をした取組の報告があった。

小 山 委 員：会員向けに会報誌を通じて、朝食の大切さについて啓発を行っている。また、市内の医療系学校と減塩の取組を共同で行っており、効果測定やメニュー開発した商品を会員企業の飲食店で取り扱ってもらえるか調査・研究をしているところである。睡眠については健康経営の観点からも広報はしているが、会報誌を受け取る企業の代表者だけではなく、その企業の従業員も読んでいるかという点も難しいと思う。会報誌を発行した後の、従業員向けの取組が課題だと感じている。

片 柳 委 員：赤ちゃんから高齢者までの全ての世代が元気に毎日を過ごせることを目的に活動を行っている。

渡邊（廣）委員：高齢者が増えている中、独居の高齢者も増えている。しかし、家の外に出て他の人と交流を持とうという人が少ないと感じており、社会福祉協議会の高齢者サロンに携わっていると、参加者が増えない実情がある。また、さいたま市民生委員児童委員に薬局から独居の高齢者などをサポートする活動をしたいという申し出あり、現在、その企業が活動をしている。

高齢者がボランティアをすることは自身の健康につながることを伝えていきたい。

本市には「子ども食堂」と同じ原理の「大人食堂」があり今後、増えることを期待している。

松本委員：自治会連合会は843の自治会が属しており、それぞれの自治会により取組の状況は違う。高齢化社会の中で、高齢者の孤独死が増加していることが問題だと感じている。そのためには班長が班員の状況を把握し、報告できるようにしたい。また、自治会で協力している「夜間の防犯パトロール」、「小学生の登下校の見守り活動」は、従事者が高齢者であるため、体調不良等の際の交代要員が見つからないという状況。小学生の保護者にも協力を得ていきたい。

嶋垣委員：民間企業においても朝食の欠食および睡眠を十分にとれていない問題は潜在的な問題で、20～30歳代に散見される。健康診断の結果を見て、産業医と保健師が面接等を実施しており、個別対応が中心である。また、長時間労働対策も行っている。行政は20～30歳代で単身生活かつ非正規雇用者のような、勤め先から健康管理の目が届きにくい方達への対策が必要である。「大人食堂」も効果があるのではないか。

関委員：4つの重点課題は相互に関係しており、健康に関する情報は根気よく発信していく必要がある。若い人へのアプローチとして、働き方や健診の機会に恵まれない方へのアプローチも重要である。また、若い時から健康に関する情報を読み解く力も高めていくことが必要であるため、夏休みなどの機会を利用してポスターや標語を通して啓発する方法も一つである。運動習慣についてはオリンピックと関連付けて啓発もできるかもしれない。そして、禁煙を進めていくことも生活習慣病の進行や悪化を予防できる。

(3) その他

事務局：3点ある。1点目は、禁煙外来リスト（初版）について。第2版を今秋から制作していくので、初版をご覧いただき、修正点等あればご意見をいただきたい。
2点目は、ヘルスプラン21（第2次）に関する事業の取組事例について。12月ごろに各団体向けに取組事例について依頼をするので作成の協力をお願いしたい。
3点目は次回の協議会について。平成31年1月の開催を予定している。期日が近づいたら、改めて文書でお知らせする。

議長：禁煙外来リスト（初版）の表紙に「禁煙できなくても治療は最後まで続けましょう。」とあるが、治療ができなかった人にそのまま治療を続けてもらうのは現実的ではない。禁煙できなくても治療に再挑戦できることを伝えるために「もし、禁煙ができなくても1年後に再チャレンジができる」旨のメッセージに変更したほうがよいのではないか。

熊谷委員：東京都で受動喫煙防止条例が可決されたが、さいたま市、埼玉県は同様の条例は作るのか。

事務局：本市では条例策定の動きはない。国で制定健康増進法の一部を改正する法律が策定されたため、市民や店舗に周知することを第一に取り組んできたい。埼玉県については、一部の報道で、議員立法による条例の策定の動きがあることは把握している。

渡邊（廣）委員：公共施設の利用予約を取りづらい現状があるため、運動習慣がある人を増やすためにも、小学校の空き教室の解放などできそうなことから始めるとよいのではないかと。また、指定管理者制度を導入してからサービスの質が悪くなったと感じているため、運動習慣のある人を増やすためにも改善してほしい。

松本委員：指定管理者制度の導入後のサービスの質について同感である。いつまでも元気に地域で生活できるよう、外出機会を増やすためにも住民同士の声掛けが重要である。

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。

3 閉会

事務局：桃木会長、ありがとうございました。

本日いただいた多くの意見を元に、今後のヘルスプラン21（第2次）の推進に努めてまいります。