

**いきいき健康つるおか21 保健行動計画（案）へのご意見と  
それに対する市の考え方**

**1. 概要**

- (1) 意見の募集期間  
平成31年2月7日（木）～平成31年2月15日（金）
- (2) 提出された意見の件数及び提出者数  
3名（意見件数 3件）

**2・いただいたご意見への対応状況**

分類	対応状況	意見数
参考	今後の施策や事業実施にあたり参考とさせていただくもの	2件
修正	ご意見の趣旨を参考にして計画案を修正したもの	1件
合 計		3件

**3. 提出された意見内容及びそれに対する市の考え方**

No.	いただいたご意見	分類	ご意見に対する市の考え方
1	<p><b>【自殺対策 P81～P86】</b></p> <p>いきいき健康つるおか21 保健行動計画についてですが、自殺防止が含まれていると聞きました。男性の 居場所作りなど取り上げてもらいたいです。酒田市の (株)ブルー さんでやっているような 男の居場所づくりみたいなものです。</p> <p>意外と多いのが 独身者はそうでもないかもしれませんが、既婚者で 自宅帰宅恐怖症の人が 結構いるみたいです。奥さんが怖くて 自宅に帰ったら 何されるかわからない暴力を振られたり、(身体、口頭など) 家に帰っても休めない、奥さんが目覚める前に 自宅を出て、寝静まった頃帰宅する人がいるようです。また、寝ている間にも とんでもないことをされる心配もあると言われ、さらには亡くなってしまえば 楽になれると言われたことがありました。</p> <p>企業のトップに近い人が意外と多くに このような実態があるようです。</p> <p>鶴岡は 多職種連携、異業種交流が得意な街です。何とか救える方法を考えて行きませんか。</p>	参考	<p>「自殺対策」は、「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことで、「誰も自殺に追い込まれることのない生き心地のよい『鶴岡市』の実現を目指しています。「生きることの促進要因」を増やす取り組みの一つとして、男女にかかわらず孤立のリスクを抱えるおそれのある人や高齢者等の居場所づくりについて、地域組織や関係機関などとの連携・ネットワークを強化して進めてまいります。</p>
2	<p><b>【母子保健 P59～66】</b></p> <p>(2) 子育て期</p> <p>すでに議論されたことかもしれませんが、子育て期のダブルケアの悩みに関するサポートを一言入られてはいかがかと思いました。</p>	参考	<p>少子高齢化、晩婚化などの社会情勢の変化によって子育てと介護のダブルケアに直面するなど、子育て世代を取り巻く状況も多様化しています。ダブルケアの文言は入れてはおりませんが、「子育てに支援を必要とする世帯」として捉えサポートをしてまいります。</p>

No.	いただいたご意見	分類	ご意見に対する市の考え方
3	<p><b>【健康増進 P26～P33】</b></p> <p><b>(1) 栄養・食生活 (2) 身体活動</b></p> <p>冒頭で「フレイル」について栄養の側面から簡易に触れています。しかし、フレイルという概念が提唱されてからまだ日が浅く、国民への周知は十分とは言えない状況です。本計画の中で説明する内容では誤解が生じる印象を受けました。フレイルの定義について詳細に述べる必要があると考えられます。参考までに、日本老年医学会発行の「フレイル診療ガイドライン 2018 年版」によれば、フレイルとは「加齢に伴う予備能力の低下のため、ストレスに対する回復力が低下した状態」を表す“Frailty”の日本語訳として日本老年医学会が提唱した用語である。フレイルは、要介護状態に至る前段階として位置づけられるが、身体的脆弱性のみならず精神・心理的脆弱性や社会的脆弱性などの多面的な問題を抱えやすく、自立障害や死亡を含む健康障害を招きやすいハイリスク状態を意味する。」と定義されています。上記の通りフレイルとは本来、高齢期において出現する広範な状態像です。栄養と食生活という一面だけでとらえるのではなく、身体活動、心の健康、社会性など、多面的な対策があつて然るべきと考えられます。日本老年医学会発行の「フレイル診療ガイドライン 2018 年版」によれば、CQ15. フレイルに対する栄養介入の効果はあるのか？ に対する解答として「栄養教育、栄養補助食による単独介入の効果は弱く推奨する」とあります。一方 CQ 16. フレイルの発症・進行予防に運動介入は有効か？ に対する解答として「フレイルに対する運動介入は、歩行、筋力、身体運動機能、日常生活活動度を改善し、フレイルの進行を予防しうるため推奨される」とあり、フレイルに関しては栄養・食生活よりも運動介入が強く推奨されています。以上のことから、(1) 栄養・食生活の項でフレイルに触れるのであれば、(2) 身体活動の項においてもフレイルの解説やその対策について明記するのが妥当と思われまふ。フレイルへの対応は、東京大学高齢社会総合研究機構の飯島勝矢教授が主導した、いわゆる「柏スタディ」をもとに開発された「栄養（食・口腔機能）・運動・社会参加の三位一体を総合化した複合型健康増進プログラム」とそれをういた市民主導型のフレイル予防活動である「フレイルサポーター養成制度」が効果を上げています。関東地方を中心に複数の自治体で導入が進んでいます。この事業は参加した市民の気づきの場、及び自分事化するための動機づけとして位置づけられます。更に、行政、各専門職、住民全員で確認しあふことで、既存の介護予防事業やインフォーマルな活動への積極的な参加が期待されます。鶴岡市でもこの事業の積極的な導入を強く望みます。</p>	修正	<p>ご意見のとおり、フレイルとは高齢期において出現する「身体的問題」「精神・心理的問題」「社会的問題」など広範囲な状態を示し、要因も多岐にわたるものです。また、栄養・食生活のみならず、身体活動・社会性などの面からの対策も重要と捉えております。いただいたご意見を踏まえ「(2) 身体活動」にフレイルの対策について追記いたします。</p> <p>また、ご意見をいただいたとおり、フレイルは新しい概念でありますので、注釈文につきまして記述を修正いたします。</p> <p><b>【修正内容】</b></p> <p>※フレイル：加齢とともに心身の活力（運動機能や認知機能など）が低下し、複数の慢性疾患の併存等の影響もあり、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態であるが、一方で、適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態像。</p>