

令和6年度第2回健康なまちづくり推進協議会会議録(概要)

- 日時:令和7年2月17日(月) 午前10時~11時45分
- 会場:鶴岡市総合保健福祉センター にこ♥ふる3階 大会議室

- 出席委員
富樫正樹(毛呂光一委員代理)、伊藤亜紀子、富樫久美、武田辰哉、七森玲子、藍陽子、千田洋子、菅原しづ子、岩本輝久、庄司弘子、秋山美紀(Zoom 出席)、蘆野吉和

- 欠席委員
福原晶子、鈴木千晴、佐藤しおり、日向常浩、脇山拓
- アドバイザー 慶應義塾大学 武林亨(Zoom 出席)
- 市側出席職員
健康福祉部長 佐藤繁義、健康課長 佐藤清一、健康課主幹 五十嵐亜希、健康課課長補佐 斎藤啓、健康課課長補佐 石井美喜、健康課母子保健主査 安部千鶴、事業推進主査 佐藤まゆみ、成人保健主査 小細澤邦子、武田幸士、健康福祉主査 河口維登、高齢保健主査 佐藤恵美子、大川美紀子、保健総務主査 吉野崇子、加藤千幸

- 公開・非公開の別 公開

- 傍聴者 なし

- 次第
 1. 開会
 2. 会長あいさつ
 3. 協議
「いきいき健康つるおか21プラン 第2次」(案)について
 4. その他
 5. 閉会

1. 開会 進行:事務局 佐藤健康課長
2. 会長あいさつ(千田会長)
3. 協議

(委員)口腔環境の悪化というのが、全身の病気に少なからず影響を与えているということを示唆され始め、例えば糖尿病と歯周疾患の関係、つまり、アルツハイマー型認知症のAミロイドβと口内細菌の関係だとか言われてきている。う蝕や歯周疾患はよほど進行しないと症状が出ない。そのためには健診というのが非常に大事だということで、鶴岡市の協力を得て生涯を通じての歯科口腔健診をするようになっている。

以前は学校健診、乳幼児健診が中心になっていたが、最近は乳幼児健診から始まり、高齢者の健診、40歳、50歳、60歳という節目健診にプラスして、20歳、30歳の歯科健

診も始めた。その点に関して非常に鶴岡市に感謝申し上げたい。

その中で問題になってくるのは、高齢者がなかなか健診に行けないとか、実際に痛いところが出てくると治療に行けないというようなお話をいただく。それに対して今回の資料にもあるように、訪問歯科という制度がある。以前は取り組んでいる歯科医院が限定されていたが、最近ではだいぶ増えてきて、訪問歯科をしない歯科医院は少数になってきているので、ぜひ活用していただきたい。注意点としては、保険診療の中での対象者の縛りもあるのでそこを注意いただきたい。ただ、以前よりは訪問歯科診療のニーズが高まっているので、ぜひかかりつけの先生、あるいは訪問歯科されている先生に一度ご相談していただき、ぜひこの制度を活用していただきたいと思う。

(委員)このプランを見て、お子様から高齢者の方まで食生活について、頑張っていたいていると感じた。

去年、ある小学校の食育事業に行ったときに、「栄養のバランスってどういうのがいいんですか」という質問があり、親御さんたちはご飯を食べて野菜を食べて、お肉、魚を食べればバランスがいいというのはわかっていると思うのですが、実際子供たちは、そこまで理解してないのかなというのがちょっと感じられた。親御さんへお知らせするというのも大事だが、直に子供たちと接して食事ってなんだろうとか、問題点を直に話し合うとか、講話として話すなど大事だと感じた。今の小学生に話すことで、今度親になったときにそれが通じてくると思う。小さいときからの教育は大事だと感じられたので、強化していく必要があると感じた。

(委員)メディア教育の推進の 68 ページ 69 ページのところで、地域と市民の取り組みの方ではメディアのことが挙げられているが、市の取り組みとしてやはり乳幼児健診は、保護者も我が子の成長を振り返る大事な機会になるし、その時に指導されたことは親にとって心に残る良い機会だと思う。ぜひ、その機会を有効に使って、メディア教育の推進をしていただきたい。そして、育てにくさを感じる子が増えている。それはメディアの多用による発達障害もどき、そこが言葉の遅れだとか影響が強いと思う。

実際、言葉遣いや考え方などメディアの影響を大きく受けていると思う。ぜひ学校に入ってからではなく、乳幼児健診というものを上手に活用いただけたら、大変ありがたい。

(委員)転倒災害が非常に多いという状況があります。ご自身の身体機能の状況を把握していただき、そして、衰えている機能を維持、向上させるための取り組みというのが非常に肝心ですので、この計画の 62 ページに記載しているように、保健指導の際に、その方の身体機能に合った身体活動を提案していただくとか、勤務時間中の座っている時間が長くないような啓発を行っていただくとか、こういったところを事業者を通じて労働者にお知らせするという、一限定的な活動しかできない。他の部分を市で広く全市民に向けて周知を行っていただければ、労働災害の減少にも繋がっていくと思いますので我々も微力ながら、これからも活動を続けていこうと思う。

(委員)会員サービス事業で、がんの早期発見のために、また健康経営の普及促進のため、唾液による、がんリスク検査のサリバチェッカーの購入費用を補助する事業を令和 4 年度から実施し 3 年目となる。

当初の会員事業所の事業主と従業員が加入できる会員共済の加入還元事業で実施し、初年度の令和 4 年度は 121 名の申し込みで価格の半分の補助をした。令和 5 年度は

68名の申し込みで価格の半分の補助、会員共済未加入の会員は3分の1の補助を行った。令和6年度は56名の申し込みで、令和7年度も継続する予定。
鶴岡メタポロームキャンパス内の株式会社サリバテックで開発したもので、リスクを調べられるのが、6つのがんで、肺癌、胃癌、乳癌、膵癌、大腸癌、口腔癌。
リスクが高い場合は改めてがん検診を受診することになるが、鶴岡サイエンスパークのベンチャー企業を支援することで、地域の企業との関係強化も推進するという意味でサリバテックのサリバチェッカーを利用している。

(委員)私の職場では、年1回必ず健診を受けることになっている。希望される方はもう1回、自己負担で健診を受けられる。
春に実施する全員必須の健診については、嘱託医の方からその結果を見ていただいて、嘱託医が再検査を受けた方がいいと判断した方には、もう一度主治医などを受診していただくという二重チェックをし、再検査の人は、必ずその結果を報告いただくことになっている。その報告がない方には、再三何回も報告が出るまで、提出してもらうようお願いしており、職員の健康管理に努めている。

(委員)このプランの前段に、市民の健康の状況の資料がとても細かく掲載されていて、とてもわかりやすかったと思う。
幼少期や小学生のころからの食育や、女性、高齢者の栄養に関する事など、特にこれから力を入れて関わっていきたいと思う。
プランは、市民一人一人まで浸透させなければ意味がないと思う。
私たちは、地域により近い立場におりますので、市の支援を受けながら、このプランを指針として、地域に密着してこれからも活動を続けていきたいと思う。

(委員)もちろん食に関して非常に大切だなと思っていますが、やはり健康となれば運動が必要かなと思っています。
ウォーキングをすることで運動になると思うが、運動と聞くとなかなか大変だなあと思う。私は運動する場合は、「運を動かす」というふうに解釈をしていて、そういう解釈をすると、非常に運動しやすくなるし、ちょっと自分が低迷しているときに、運動して運を動かそうかなという気持ちにもなる。考え次第ではあるが、運動ということを取り入れていけばいいのかなと思う。

(委員)健康課で乳幼児健診時に配布している、「スマホにこもりをさせないで」というチラシを、7か月健診に来た親御さんに説明している。メディアに頼らないためには、だっこして絵本を読んだり、童謡を歌ったり、昔からの遊びにも効果があるということ、3年間実践してきた。
日頃、あまり歌ったり、そういう遊びを知らないお母さん方も、実際に見ることで興味を持ってくれたり、健診時に実践してすごく手応えを感じていました。チラシを乳幼児健診で配布しているので、小学生版、中学生版など健康課で各年代に応じた切れ目の無い啓蒙ができたらいいいのではないかと思った。
それから、すこやかネットワークの出前講座で、荘内病院の小児科の先生がメディアについて小学校に出向いて講座をしている。チラシだけでなく、出前講座も活用していただけたらいいかなと考えた。
また、小さいときからの食育という事で、市の栄養士さんから出向いてもらって栄養指導

など、小さいときから食生活に関心の持てるお子さんを育てるために、保育園でもいろいろ力を入れてきました。保育園で安全安心な給食を提供し、それが家庭へも伝わっていったらいいなと思っている。

(委員)今回のいきいき健康つるおか 21 プランを拝見し、新しい変更点として良い点が 2 点あった。

1 点目は、主観的健康感、それぞれが自分が健康だと感じるというウェルビーイングという概念を取り入れ、それをあげていくということが大事ということが書いてある。

これからますます高齢化が進んでいく中で、たとえその体に不具合があっても、あるいは認知機能が多少落ちたとしても、あるいは寝ていることが以前より多くなったとしても、あるいは障害者であったとしても、自分は自分なりに健やかで暮らせているなという実感を持てるということは大事だと思う。

そして、この主観的健康感を上げていくためには、生きがいを持つこと、あるいは社会との繋がりというのを持つ、持ち続けるということ、あるいは幸福感、安心感といった暮らしの質に繋がるところを改善していくということがすごく重要だと思う。ますますその分野を超えた、その人なりのその幸せを実現していくという視点も大事になっていくと思うので、こうしたことに多岐にわたって取り組んでいけると良いのではないかなと思っている。

もう 1 点は、今回、プレコンセプションケアという言葉が出てきた。初めて聞いたという方も多いのではないかなと思う。

コンセプションというのが、お腹に子供を授かる、妊娠するという意味ですので、そのプレなので、お腹に子供を授かる前のケアということで、10 代または将来子供を持つ可能性のある、10 代に限らず子供からすべての人たち、このすべての人というのは女性だけではなく、カップルも含む。そうした人たちが自分の健康に向き合う、今の健康に向き合うということが、プレコンセプションケアと言われている。

最初の説明で、性に関する自己決定だけではなく、ライフプラン全般に広げていくということをおっしゃっていて、私もその通りだと思うしすごく大事だと思う。

こちらの、プランの方の第 3 章の 58 ページ、分野別体系というのが整理されている中の、2 番が母子保健で、(3)のところはプレコンセプションケアのことが書かれて、2 つのポツですね 2 ポツ目にちょっと書かれているが、そちらに書かれている定義というのが、まだその性に関する自己決定とイコールプレコンセプションケアと取られかねないというか、誤解されるような表現になっているのかなというのがちょっと気になった。

今、性に関する自己決定ができる力をつけるためのプレコンセプションケアの取り組みと書いてあるんですけども、プレコンセプションケアの方はもうちょっと広い概念になりますので、ちょっとそこが誤解のないように書かれるといいなと思っている。

この概念は、本当に横文字でとてもわかりにくい言葉だと思います。今、国立成育医療センターの方で、この概念を広げていくということに一生懸命取り組んでいる。鶴岡市内でこういう概念がよりわかりやすい形で広がっていくと良いと思った。

(委員)このプランの重要な部分というのは、健康寿命の捉え方が WHO のものとちょっと違うということが 1 つある。

WHO の健康寿命というのは介護を受けないということで、いわゆる不健康期間が女性で 12 年、男性で約 9 年。

12 年と 9 年は健康に対する施策が全くおよんでないという状況から、主観的な健康寿命のとらえ方になると、WHO の健康寿命の不健康寿命に当たる部分の多くが、この健康プ

ランの中に入ってくるということが1つ大きな特徴だと思っている。

これから、地域が大きく変わっていくと思う。皆さんご存じの少子高齢化。特に高齢者が増え、介護、あるいは医療を必要としながら地域の中で暮らしていくという状況で、その中でも自分が最後まで健康でこの地域で暮らしてよかったなと思えるような健康づくりの計画を立てていくと考えていく。

フレイル予防対策をしっかりすることが、介護保険料の削減にも繋がるし、地域の中で介護が必要な人が多く出てくることを和らげて、少しずつ増えるような形にしていくというのも非常に重要な部分。やはり社会参加、あるいはフレイル予防、運動、食事、この3つの要素を入れた、いろんな地域の活動を具体的に活発にやっていくというのはこれから非常に重要。それをこの計画にはある程度文言として入れているということが、非常に重要な部分だと思っている。

もう1つ、今回の健康つるおか 21 では、ライフステージに応じたというところで、従来と違った高齢者と女性、特に女性のことが入ってくる。

女性の中で、特に高齢になってくると問題なのが、いわゆる骨粗鬆症の問題。

だからこそ予防をしっかりやっていくというのが今後、女性にとって、膝が痛い腰が痛い、それから体が曲がってなかなか活動しにくいという状況をできるだけ改善するために、骨粗鬆症の検診とかそういったものも含めてしっかりやって、骨粗鬆症予防をしっかりやるというのが、非常に重要ではないかなと思う。

もう1つ、高齢者も含めて、自分で自分の「もしものとき」にどうするかということを決めていく。

それから、食について、特に孤食とかが良くないということ、できるだけ早めに、知ってもらえる教育をすることが、今後非常に予防として重要。小学校の命の授業にいろんなものを入れていいと思う。

例えば、わからなくても、今日こういう話を聞いたよと親、おじいちゃんおばあちゃんに言うことによって、この教育効果が非常に高い。子供の教育じゃなくて、その子供の親とそのおじいちゃんおばあちゃんの教育をするには、孫がいろいろちゃんと言ってくれるのが非常に重要。そこを今後、予防のために強化し、どういうところで、どういうことに気をつけていかを、ある程度頭の中に入れておかななくてはいけない。そのあと、いろいろな健康教室の中でしっかりと伝え、わかりやすい形をしていくということも含めて、小学校の教育が非常に重要ではないかなと思っている。

もう1つは、やっぱり食支援。南庄内で食支援チームが活動している。1つは孤食とか、体のフレイルが進むので、孤食の予防。孤食を早く見つけて、孤食にならないようにすると、最後まで美味しく食べられるような、歯科も含めた活動を市民によく知っていただくというのは非常に重要と思っている。おそらく、こうした施策のほとんどが文言として入っているので、あとは具体的に何をやるか、その中でも予防を中心にいろんなことをやっていくことが、非常に重要かなと思う。

(アドバイザー)国の健康日本 21 第三次の動向を基本にして、市としての重要な力点をどこに置くか、あるいは様々な機関とどうやって一緒にやっていくかをよく取り入れて、全体的にバランスのとれたものにしてくださったと思う。

前回までのご意見も含めてよく反映されていると思う。

女性の健康づくりの部分ですが、ここは新しく明記された部分。他市町村の動向を見ても、様々な取り組みが少しずつ始まっているところだと思う。

また、骨粗鬆症の問題、HPV ワクチンの問題は共通の課題としてあると思う。

もう1つ大事になってくるのが、この計画の施策の方向性として出てくる更年期障害という言葉だと思う。これについては、すぐ死亡に繋がるというものではないが、ウェルビーイングという観点からいうと、女性にとっては非常に重要な問題だと思う。

行政の動きでいきますと、これに関して、働いている人達は、今後一般定期健康診断の中で女性に関する質問項目が入って、これはおそらく更年期障害に関する質問が入ることになっている。

今回のこの計画は、令和7年度から12年度と6年間の長い計画ですので、その部分は少し議論しておく必要があると思う。

例えば、国では3月1日から8日は毎年女性の健康週間と定めていると思うが、これを健康日本21に入ったことによって、他市のホームページを見ていただくと、結構多くの市が、これを取り上げて、その中にその更年期障害に関するいろんな事業を少し情報提供したりし始めている。例えば、令和7年度から12年度までと考えると、例えばその女性の健康週間を通じて情報を提供する、みたいなことをもし明記できれば、骨粗鬆症や、更年期障害のことも、いろんな情報を市民の皆さんに知っていただくことができる。また、健康週間などを活用するようなことも可能であればこの中で触れておくのがいいと思うし、そうでないにしても、今後この協議会の中では、そういうものをどうやってやっていくのかを、皆さんからご意見を伺いながら、いろんな切り口でやっていく必要があるかなと思う。

2点目ですが、健康を支える環境づくりの推進を具体的に計画の中で位置付けていただいたのは非常にありがたいと思う。

この中で、特に鶴岡の場合には、大企業、ベンチャー企業、中小規模の様々な規模の中で皆さん働いていたり、あるいは自営の方もいらっしゃる。

そういう意味では、健康日本21にも、健康経営という言葉とか、産業保健サービス等も入りました。例えば、商工会、協会けんぽなどと連携して、地域職域連携を推進して、健康づくりを支えるみたいなことが入ってくると、今まで健康づくりのサービスが届いていなかった方たちに、広く、生活習慣病予防のサポートが届くような、そういう位置付けもどこかに考えておいた方が、今後の12年度までの活動の中ではいいのかなと思いました。

4. その他

(健康課)今後のスケジュールについて説明

5. 閉会