

令和7年度 第2回鶴岡市健康なまちづくり推進協議会

日時：令和8年2月13日（金）13：00

会場：鶴岡市総合保健福祉センター
 ここ♥ふる 3階大会議室

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」について

～情報提供～

鶴岡みらい健康調査について アドバイザー 武林 亨 氏

4. その他

5. 閉 会

令和7年度第2回鶴岡市健康なまちづくり推進協議会席次

令和8年2月13日（金）

入口

武林 亨 教授
○
アドバイザー

千田洋子 委員
○
会長

富樫正樹 委員 ○

伊藤亜紀子 委員 ○

工藤つく 委員 ○

武田辰哉 委員 ○

七森玲子 委員 ○

菅原しづ子 委員 ○

○ 渡會洋子 委員代理
（森 福治 委員）

○ 秋山美紀 委員

○ 庄司弘子 委員

○ 佐藤しおり 委員

○ 岩本輝久 委員

入口

事務局

○ 佐藤（恵）主査

○ 安部主査

○ 菅原健康福祉部長

○ 五十嵐健康課長

○ 斎藤補佐

○ 武田主査

○ 佐藤（剛）主査

○ 阿部主査

○ 大川主査

○ 加藤主査

令和7年度 鶴岡市健康なまちづくり推進協議会委員名簿

任期:令和6年9月1日～令和8年8月31日

アドバイザー		慶應義塾大学医学部教授 武林 亨		
	選出団体等	役職等	氏名	備考
1	鶴岡地区医師会	会長	福原 晶子	欠席
2	鶴岡地区歯科医師会	副会長	富樫 正樹	
3	鶴岡地区薬剤師会	会長	鈴木 千晴	欠席
4	山形県栄養士会鶴岡地域事業部	理事	伊藤 亜紀子	
5	鶴岡市小中学校養護教諭部会	副部長	工藤 つぐ	
6	庄内労働基準監督署	安全衛生課長	武田 辰哉	
7	鶴岡商工会議所	理事・事務局長	七森 玲子	
8	鶴岡市保健衛生推進員会連合会	会長	千田 洋子	
9	鶴岡市食生活改善推進協議会	副会長	菅原 しづ子	
10	鶴岡市国民健康保険運営協議会	委員	岩本 輝久	
11	鶴岡フィットネス協会	会長	佐藤 しおり	
12	すこやかな子どもを生ま育てるネットワーク推進委員会	委員	庄司 弘子	
13	鶴岡市老人クラブ連合会	会長	日向 常浩	欠席
14	鶴岡市自殺予防対策ネットワーク会議	会長	脇山 拓	欠席
15	慶應義塾大学先端生命科学研究所 からだ館	プロジェクトリーダー	秋山 美紀	
16	庄内保健所	所長	森 福治	代理出席 渡會洋子地域保健主幹

令和7年度鶴岡市健康なまちづくり推進協議会 事務局名簿

No.	課係名	職 名	氏 名	備 考
1	健康福祉部	健康福祉部長	菅原 青	
2	健康課	健康課長	五十嵐 亜希	
3	健康課	健康課主幹	安部 千鶴	
4	健康課	課長補佐	斎藤 啓	
5	健康課	主査	武田 幸士	
6	健康課	主査	佐藤 恵美子	
7	健康課	主査	大川 美紀子	
8	健康課	主査	阿部 あやめ	
9	健康課	主査	佐藤 剛	
10	健康課	主査	加藤 千幸	

分野	健康増進	項目	(5)女性の健康づくりの推進
令和7年度 実施内容	<p>【事業名：女性の健康について市ホームページへの掲載、女性の健康づくりをテーマとした講演会の開催】</p> <p>1. 目的 妊娠・出産に加え、更年期障害や骨粗しょう症、女性特有の疾病など様々な健康課題に応じた知識の普及とライフステージに対応した女性の心身の健康づくりの推進のため実施する。</p> <p>2. 実施内容</p> <p>①女性のからだは、本来もっている赤ちゃんを産むための機能を中心に一生を通じて大きく変化することから、女性が自身のからだを知り、将来を見据えた病気の予防、健康づくりにと取り組むことができるように、ライフステージごとの症状や健康のための生活習慣についての情報を作成し、市ホームページに掲載した。</p> <p>②心身の健康に対する市民の意識高揚を図り、市民一人ひとりが自分に適した健康の維持増進の方法を見出し、健やかに人生を送れる豊かなまちづくりを推進するために、10月を「健康づくり強調月間」として設定し、関係機関と連携した啓発や各種事業を行っている。その一環で、R7年度新規の取り組みとして、女性の健康づくりをテーマとし、40歳代～60歳代の女性をターゲットにした講演会を開催した。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・開催日時及び会場、方法 日時及び会場：2025/10/24（金）午前10時から 鶴岡市総合保健福祉センター 大会議室 実施方法：大会議室での聴講とZoomでのハイブリッド形式 ・講師及び講演内容 講師：慶應義塾大学医学部衛生学公衆衛生学教室 講師（産婦人科医） 飯田美穂氏 第1部「ゆらぐ心と体をラクに！女性ホルモンと上手に付き合う方法」 第2部「女性が安心して働き続けるために大切なこと」 ・体験コーナーの実施 骨密度測定、ベジチェック測定、立ち姿自己チェック、乳がん模型・資料コーナーの設置、講師による個別相談の実施 ・周知方法 チラシの配布、市HPホームページ・LINE・商工課メールマガジン等SNSによる周知、庄内保健所・長寿介護課等による関係施設へのメール、連携団体からの関係施設への声かけ ・連携機関 労働基準監督署、労働基準協会、商工会議所、出羽商工会、庄内保健所、産業保健センター等 ・参加者 参加者67人（うち来場者57人、オンライン参加者10人）、他 連携機関4人 参加者年齢内訳 29歳以下1.7%、30歳代11.7%、40歳代28.3%、50歳代28.3%、60歳以上28.3% 参加者職種内訳 正社員58.3%、パート・アルバイト21.7%、自営業6.7%、勤務無11.7%、不明1.7% ・アンケートから（一部抜粋） 男性社員の多い職場だったので、生理痛でも話せず休めませんでした。今日の話聞いて休める環境だったら気持ちよく（機嫌も）働けたと思います。 とてもよかった。ぜひ来月でもやって講演をしてほしい。私の今の職場は大変忙しい。ぜひ職場で全体的にご講演をお願いしたい。ぜひ管理職の皆さんに聞いてもらい、女性スタッフがいきいき輝いている先進事例となってほしい。 <p>③今年度の今後の取り組みとして、女性の健康週間（3/1～3/8）に合わせた周知啓発を計画している。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・にこふる館内に「更年期障害・骨粗しょう症予防」、「乳がん・子宮がん予防」、「プレコンセプションケア」等のポスターを分野ごとに分けて掲示し、配布資料も準備する。 ・骨粗しょう症については、セルフチェックができるようなポスターを掲示する。 ・女子トイレ等に月経について等のポスター掲示。 ・市ホームページの女性の健康づくり欄に、月間講演会のセミナーの様子を掲載。 ・女性の健康週間の様子を、週間終了後に市ホームページに掲載。 ・LINEや母子モ等のSNSを活用した週間の周知。 		
事業実施後の課題	<p>①市ホームページの充実に取り組んでいるが、市民の方が見やすく、活用しやすい内容にするために作成に時間を要する。また、より多くの市民からアクセスしてもらうためにはどうすれば良いかが課題となる。</p> <p>②講演会については、様々な関係機関の方の協力を得て、より良い働き方について伝える事ができた。次年度以降も、働く女性が健康で生き活きと暮らすことができるよう、女性特有の健康課題をテーマとした講演会を開催予定であるが、一人でも多くの働く世代の女性に参加してもらうための周知方法が課題となる。</p>		
来年度の事業実施にむけてご意見をいただきたいポイント	<p>①今年度は働き盛りの女性にアプローチするために、「女性ホルモン」と「働きやすさ」を意識した内容で講演会を企画したが、次年度以降、さらに働き盛り世代の女性に向けた健康づくり施策を推進するために、取り上げた方がいいテーマや、連携方法等について、ご助言いただきたい。</p> <p>②SNS等働き盛りの女性に届きやすい周知方法について、ご助言いただきたい。</p>		

分野	歯科口腔保健	項目	(1)ライフステージに応じた歯科口腔保健施策の推進
令和7年度 実施内容	<p>【事業名：ライフステージに応じた歯科口腔保健事業】</p> <p>1. 目的 「食べる」「話す」といった口腔機能は、健康的な生活を営む上で基本となる機能であり、心身ともに健やかで心豊かな生活ができるよう、いきいきつるおか21プラン（第2次）に基づき、生涯を通じた歯科疾患の予防や口腔機能の維持向上を図るため実施する。</p> <p>2. 取組内容</p> <p>1) 妊娠期・乳幼児期 ・保育所や育児サークルなどで発達段階に合わせた歯科口腔健康教育「歯ッピー教室」を実施した。 【実施保育園】4園（貴船保育園・栄保育園・道形保育園・天神保育園） 【年齢層及び参加者】3～5歳・約116名</p> <p>2) 高齢期 ・関係機関と連携し、オーラルフレイル予防についての健康教室を行う。 【実施内容】 ・保健衛生推進員会連合会 ステップアップ講座(各地区代表者参加)にて「噛む噛むオーラルフレイル予防」というテーマで講演会を行った。その際、市の栄養士が考案した「カムカムレシビ」を調理し試食後意見交換も行った。参加者より、「噛むことの重要性がわかった」、「口腔の健康と認知症の関係がわかった」、「口の健康が病気の予防になることが分かった」等の感想が聞かれた。 【参加人数】 47人</p>		
事業実施後の課題	<p>1) 当該講座は、対象が園児であることから、いかに飽きさせず興味を引けるかが重要になる。今年度は実施保育園数も少なく、下準備に時間をかけて臨めたため好評であった。（人形の使用や歯みがきダンスの取り入れ等）しかし、当該講座は希望する保育園が多く、来年度以降応募が多数あると考えられる。講師には健康課所属の歯科衛生士が従事する予定だが、他の業務と並行しながら対応できるのか疑問に感じており、今後の事業体制について検討する必要があると考える。</p> <p>2) 介護予防のためのフレイル対策として、「オーラルフレイル」を入口とした研修会の開催希望があるため、講演や調理実習・運動等の実施に向けた体制整備が必要である。</p> <p>3) 若いうちからの定期的な歯科口腔ケアにより、疾病予防・介護予防をする必要がある。</p>		
来年度の事業実施にむけ、ご意見をいただきたいポイント	<p>1) 園児だけではなく、親御さんも参加したいと希望する声があり、来年度以降親子揃って参加できる体制を整えてほしいと要望がありました。今後親子揃って参加となった場合に、今までのように歯磨きの大切さを教えることに加え、伝えたいような内容があればご助言いただきたいです。</p> <p>2) 介護予防・疾病予防のために、若いうちからの定期的な歯科口腔ケアが重要である。そのため、働き盛り世代から歯科口腔ケアの浸透ができる働きかけについてご助言いただきたいです。</p>		

分野	自殺対策	項目	(5)児童生徒へのこころの教育等の推進																				
令和7年度 実施内容			<p>1. 目的 全国的に、こども・若者の自殺は増加傾向にあり、本市においても同様の状況である。 児童・生徒自身が心の危機に気づき、適切な援助希求行動（自ら助けを求める行動）、互助（生徒間での助け合いの行動）ができるようにする。また、学校や地域などで、身近にいる大人等がこどものSOSにそれを適切に受け止め支援できるようにする。さらに、学校以外の相談機関等社会資源の認知度を向上させるため、講座開催時に、地区担当保健師が周知する。</p> <p>2. 取組内容</p> <p>①児童・生徒対象のSOSの出し方・受け止め方講座及び地区担当保健師による相談窓口等の周知</p> <table border="1" data-bbox="331 501 1054 636"> <thead> <tr> <th>実施校(小学校)</th> <th>対象者及び人数</th> <th>実施校(中学校)</th> <th>対象者及び人数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>朝陽第二小学校</td> <td>4～6年生136名 保護者約50名</td> <td>鶴岡第三中学校</td> <td>2年生159名</td> </tr> <tr> <td>朝陽第三小学校</td> <td>6年生99名</td> <td>温海中学校</td> <td>1～3年生104名</td> </tr> <tr> <td>大山小学校</td> <td>6年生53名</td> <td>まとめ</td> <td>6校 児童生徒567人 保護者66人</td> </tr> <tr> <td>鼠ヶ関小学校</td> <td>5・6年生16名 保護者16名</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p><取組>講座の実施にあたり、学校及び地域特性に合わせ、地区担当保健師が、地域ケア推進担当者や学童保育支援員等の団体の参加をコーディネートし、「地域の大人」も講座を聴講した。 その結果、SOSの受け止め方についての理解が深まり、さらに、青少年育成推進員、主任児童委員それぞれの組織での講座開催を依頼されるなど地域への波及が得られた。</p> <p><結果>児童生徒のアンケート結果から、「誰かに相談しようと思う」と回答した児童生徒の割合が全校で増加しており、「授業がよくわかった・だいたいわかった」と回答した児童生徒が全体の約9割であった。「友達や家族、先生に相談することが申し訳ないなと思っていただけ、相談していいということが分かったので、安心して相談できるなと思いました。」「私は、人と関わったり、話したりするのが苦手だし、自分の気持ちを言葉にしたりするのが苦手なので、今回のお話を聞いてとても勉強になった。」「すごい心に響いて少し泣きそうになった。分かりやすかったし、親近感があってあたたかい気持ちになった。」等の感想（自由記載）が得られた。</p> <p>②教職員等を対象としたSOSの受け止め方講座の実施 <実施状況>教職員・児童委員・学童保育所指導員・放課後デイサービス等の関係機関職員 67名</p> <p><取組>校長会に出向いて事業主旨等を説明する機会を持った。教職員以外にも、学童保育や放課後子ども教室の支援員、民生児童委員、放課後デイ等に現場の声を聞きながら参加動員を行い、周知を強化した。昨年度と比較し、職種の幅が広がり、参加人数も増加した。</p> <p><結果>参加者のアンケート結果の結果から、「学活等で、困ったら話をしな、という授業はするものの、実際話ができるかどうか、やはり難しく、相談につなげられる生徒が少ないのが現状だと思う。」「関係性をたくさんもつことの重要性を知った。とても勉強になった。」等の感想が得られた。</p> <p>③地域における大人を対象としたSOSの受け止め方講座等の開催 <実施状況>大山小学校学校保健委員会保護者向け講話15人、鶴岡市学童保育連絡協議会合同指導員会職員研修27人</p> <p><取組>いずれも、SOS出し方受け止め方講座に参加したことがきっかけで、依頼があったもの。依頼から企画に至る経過の中で、こども達の実態や「こどもに関わり、受け止める存在でありたい」「理解している大人、支援者を増やしていきたい」という地域の声に触れる貴重な機会となった。</p> <p><結果>小学校で実施したアンケート結果で、「ご自分のお子さんに限らず、身近で、SOSの出すことができない子どもはいると思いますか？」の問いに対し、9割が「いると思う」と回答。「子どもを対象にした「SOSの出し方についての講座」は必要だと思いますか？」では全員が「必要である」と回答した。</p> <p>④「子ども、若者」をテーマにした「こころ元気アップセミナー」の開催 <実施状況>「子どもたちのこころの危機と向き合おう～「助けて」が言えない子どもたちにどうかかわるか～」をテーマに講演会（こころ元気アップセミナー）を開催、176人が参加</p> <p><取組>実施にあたり、自殺予防対策ネットワークと連携したこれまでの周知範囲に加え、高等教育機関やこどもに関わる地域の団体や地域資源等への周知を強化した。周知にあたっては、個別に電話や訪問等を行い、市の取組等についての情報をお伝えしながら、顔や声をつなぐこと、地域や現場の声をお聞きすることなどにも注力した。これをきっかけに、普段の市民からの相談やサポートの際に、つながりが活きる場面もあった。</p> <p><結果>アンケートの結果から、94.2%が「よかった・とてもよかった」と回答。「リストカット、自殺をする子ども達の心情が良くわかる説明であった。知らない事がわかった。」「見えない傷を抱えた子どもたちが想像以上に多いと知り驚きました。診療内の子どもとのやり取りや会話なども具体的にお聞きできた。」「SOSの出し方も最近市内の学校で聞かされた、受け止め方、気づき方が大切というのが重い指摘だと思いました。」など、こども若者の自殺の現状やSOSなどについて「伝わる」セミナーとなった。</p> <p>⑤「子ども、若者」を主軸に据えた周知啓発 第2期いのち支える鶴岡市自殺対策計画期間、各年ごとに周知・普及啓発で特に重点とする対象を据えて取り組むこととしており、今年度は「こども・若者」とした。中学生や若者が利用する場での発信やSNS等のツールを活用した周知啓発を強化した。 ・ 荘銀タクト ・ 鶴岡Dada ・ マリカ東館アジト ・ にこふるフリースペース 等で啓発</p>	実施校(小学校)	対象者及び人数	実施校(中学校)	対象者及び人数	朝陽第二小学校	4～6年生136名 保護者約50名	鶴岡第三中学校	2年生159名	朝陽第三小学校	6年生99名	温海中学校	1～3年生104名	大山小学校	6年生53名	まとめ	6校 児童生徒567人 保護者66人	鼠ヶ関小学校	5・6年生16名 保護者16名		
実施校(小学校)	対象者及び人数	実施校(中学校)	対象者及び人数																				
朝陽第二小学校	4～6年生136名 保護者約50名	鶴岡第三中学校	2年生159名																				
朝陽第三小学校	6年生99名	温海中学校	1～3年生104名																				
大山小学校	6年生53名	まとめ	6校 児童生徒567人 保護者66人																				
鼠ヶ関小学校	5・6年生16名 保護者16名																						
事業実施後の課題			<p>・SOS出し方受け止め方講座は、計画期間中に全ての小中学校で実施することとしているが、教育現場、教育分野それぞれに優先課題を抱え、温度差もあり、一体的に取り組むうえで、さらなる連携が必要である。</p> <p>・取組を通じて、児童生徒に向けて、セルフケアにとどまらず「SOSを発信する」というメッセージを送り続けることが重要である。</p> <p>・地域の大人を対象とした受け止め方講座との両輪の取組とするために、地域に向けて、こども若者の自殺の現状や事業の周知を図る必要がある。</p>																				
来年度の事業実施にむけ、ご意見をいただきたいポイント			<p>・教育分野との連携を強化するにあたり、どのような工夫があるかご助言いただきたい。</p> <p>・前回いただいたご意見「自殺という言葉に臆することなく、くり返し、ていねいに伝えていくこと。理解する大人を増やしていくために、地域の今ある資源を活かして、こども達の居場所やSOSを発信しやすい環境をつくるアンテナを持ちながら取り組むこと」等を事業や地域での業務に活かして、継続して取り組んでいきたいと考えている。さらなる視点などご助言いただきたい。</p>																				

分野	母子保健	項目	(1)妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援の強化																																		
令和7年度実施内容	<p>【事業名：妊産婦とその家族への禁煙支援事業】</p> <p>1. 目的</p> <ul style="list-style-type: none"> 妊産婦やその家族、子どもをたばこの健康被害から防ぎ、安全に安心して妊娠、出産、育児ができる環境づくりを推進する。 家族で禁煙を実践することにより子どもたちが副流煙の害がない環境で健やかに成長できることを目指す。 <p>2. 取組内容（母子保健分野）</p> <p>①妊娠届時から乳幼児健診まで情報提供や喫煙者（家族含む）へ以下の統一した支援を実施。</p> <ul style="list-style-type: none"> 父母の喫煙状況と禁煙の意向有無を確認。 全員にタバコの影響の資料配布（健康への影響、こどもへの影響、三次喫煙、禁煙治療等） 禁煙希望の方へは参考資料（禁煙のポイント、禁煙治療医療機関等）を用い相談支援実施 禁煙継続の方へ再喫煙防止のため賞賛 <p>妊娠届 産褥期訪問 4か月児健診 7か月児健康相談 1歳6か月児健診 3歳児健診</p> <p>※妊娠中の喫煙は早産等リスクがあるため、喫煙している妊婦に妊娠20週頃に電話や面談で状況調査及び禁煙助言等を実施。（こども家庭センターにて実施）</p> <p>②周知・啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> 市HP たばこの影響・禁煙治療医療機関等掲載 女性の健康（新規）たばこの影響等について プレコンセプションケア（新規）たばこの影響・受動喫煙・治療医療機関等 「HPVワクチンとがん予防」について小中学校4,428人へ配布。 がん予防として「たばこを吸わない」「他人のたばこ避ける」等を記載 小学生対象に「がん予防について」の健康教育にたばこの影響についての内容入れて周知（1校） 学校保健委員会での情報提供。 <table border="1" data-bbox="406 1205 1104 1424"> <thead> <tr> <th colspan="2">【評価指標】いきいき健康つるおか21プラン</th> <th colspan="2">【健康増進】</th> <th colspan="2">【母子保健】</th> </tr> <tr> <th>評価指標</th> <th>目標値 (R12)</th> <th>現状値 (R5)</th> <th>(R6)</th> <th>(R7)</th> <th>※12月末時点 (R7)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">妊娠中の喫煙率(妊娠届出時)</td> <td>妊婦</td> <td>0.0%</td> <td>0.8%</td> <td>1.2%</td> <td>1.3%</td> </tr> <tr> <td>夫</td> <td>25.0%以下</td> <td>34.4%</td> <td>28.7%</td> <td>27.1%</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">出産後の喫煙率(産褥期訪問時)</td> <td>産婦</td> <td>0.0%</td> <td>0.5%</td> <td>0.8%</td> <td>0.5%</td> </tr> <tr> <td>夫</td> <td>25.0%以下</td> <td>31.4%</td> <td>34.4%</td> <td>26.5%</td> </tr> </tbody> </table>			【評価指標】いきいき健康つるおか21プラン		【健康増進】		【母子保健】		評価指標	目標値 (R12)	現状値 (R5)	(R6)	(R7)	※12月末時点 (R7)	妊娠中の喫煙率(妊娠届出時)	妊婦	0.0%	0.8%	1.2%	1.3%	夫	25.0%以下	34.4%	28.7%	27.1%	出産後の喫煙率(産褥期訪問時)	産婦	0.0%	0.5%	0.8%	0.5%	夫	25.0%以下	31.4%	34.4%	26.5%
【評価指標】いきいき健康つるおか21プラン		【健康増進】		【母子保健】																																	
評価指標	目標値 (R12)	現状値 (R5)	(R6)	(R7)	※12月末時点 (R7)																																
妊娠中の喫煙率(妊娠届出時)	妊婦	0.0%	0.8%	1.2%	1.3%																																
	夫	25.0%以下	34.4%	28.7%	27.1%																																
出産後の喫煙率(産褥期訪問時)	産婦	0.0%	0.5%	0.8%	0.5%																																
	夫	25.0%以下	31.4%	34.4%	26.5%																																
事業実施後の課題	<ul style="list-style-type: none"> 妊娠届出から3歳児健診まで禁煙支援について実施しているが、父母の喫煙率は概ね減少傾向にあるものの目標値に達していない。 喫煙者本人が禁煙しようという意思がないと禁煙の実践になかなか繋がらない。 																																				
来年度の事業実施にむけ、ご意見をいただきたいポイント	<ul style="list-style-type: none"> 産褥期訪問時から4か月児健診までに再喫煙する父母が増加するため、訪問時に禁煙継続している方への支援について賞賛等を強化し、禁煙の継続につながる支援をしていきたい。効果的な支援についてご助言いただきたい。 母子手帳交付時から3歳児健診まで喫煙状況を調査しているが、父の喫煙率はどの時期でも約3割である。禁煙のきっかけになるよう、こどもへの影響や副流煙等について啓発しているものの減少せず、禁煙支援の難しさを実感している。効果的な支援についてご助言いただきたい。 																																				