

令和元年度

第1回 のびのび はつらつ いきいき周南 21 推進委員会

(会議録)

日時：令和元年 8 月 6 日（火）13:30 ～ 15:00

場所：周南市シビック交流センター2階交流室 1

会議時間 令和元年 8 月 6 日（火）

13 時 30 分～15 時

出席委員：17 名

団体名	委員名
徳山医師会	松村 紀文
徳山歯科医師会	曾我部 博之
徳山薬剤師会	原田 裕介
山口県栄養士会 周南地域専門部会	徳原 理衣
周南スポーツ推進委員協議会	金坂 信子
周南市母子保健推進協議会	兼重 江美子
周南市食生活改善推進協議会	佐々木 哲子
JA 山口県周南統括本部女性部	山崎 美津子
周南市 PTA 連合会	手嶋 美絵
保育園（周南市保育幼稚園課）	古木 浩子
幼稚園（周南市保育幼稚園課）	藤本 紀代子
小学校（周南市学校教育課）	大池 浩三
山口県漁業協同組合周南統括支店	藤村 和義
住民代表	柳谷 悦子
住民代表	山崎 勝幸
住民代表	西田 高德
住民代表	中村 和子

開会

○事務局 定刻となりましたので、ただいまから、「のびのび はつらつ いきいき周南 21 推進委員会」を開会します。この推進委員会は、健康づくり計画に基づいて、市民、地域社会、関係団体、職域、学校、行政が一体となって、健康づくりの取組みを推進する目的で設置しており、任期は1年となっております。

今年度は、次期健康づくり計画策定年度となっております。今回は、6月に実施したアンケートの結果よりみえてきた周南市の課題を確認し、健康づくりの推進に向けた具体的な取組みについて協議できればと思います。まずは、本日の資料の確認をいたします。お車でお越しの方は駐車券を1階の事務室へ持って行っていただき無料の処理をしていただきますようよろしくお願いいたします。

まずは本日の資料の確認を致します。

1 レジューメ

2 令和元年度のびのび はつらつ いきいき周南 21 推進委員会名簿

3 周南市民の健康を支える歯と口腔に関する条例（A 4 横）

挨拶

- 事務局 では、開会にあたりまして健康づくり推進課 課長 藤谷がご挨拶申し上げます。
- 課 長 （挨拶）
- 事務局 それでは、次に委員の皆様のご紹介をいたします。大変勝手ではございますが、名簿順に自己紹介をお願いいたします。
- 各委員 （自己紹介）
- 事務局 続きまして、推進委員会の事務局の紹介をさせていただきます。
（事務局一同が起立、全員で礼）

委員長 副委員長の選出について

- 事務局 それでは、本日の会議に入らせていただきます。お手元のレジメに沿って、委員長、副委員長の選出後、議題についてご協議いただきたいと思いますと考えております。よろしくお願いいたします。委員長・副委員長の選出について、おはかりいたします。皆様の中から推薦される方は、おられますか。
- 委 員 事務局に一任します。（周南スポーツ推進委員協議会 金坂さんより）
- 事務局 事務局一任ということでよろしいでしょうか。
- 委員一同 ※承認の拍手
- 事務局 それでは、事務局一任の御発声をいただきましたので、事務局案をお示ししたいと思います。委員長は徳山医師会から推薦の松村委員、副委員長は周南市食生活改善推進協議会から推薦の佐々木委員にお願いしたいと思います。皆さま、ご承認いただけますか。
- 委員一同 ※承認の拍手
- 事務局 ありがとうございます。 それでは、松村委員長、佐々木副委員長よろしくお願ひします。前の席に、お移りください。これからの議事の進行は、松村委員長にお願いいたします。
- 委員長、副委員長挨拶

議事

- 委員長 それでは、協議事項に入らせていただきます。議題の一つ目として、健康づくり計画における現状値及び目標指標について意見交換をしていただけたらと思います。後半のグループワークで、自殺対策、歯及び健康管理について協議していただこうと思いますので、前半のグループワークでは、栄養・食生活や身体活動・運動等についての気づきをお願いします。まずは、事務局

から説明をお願いします。

- 事務局 事前にお送りさせていただいている、健康づくり計画における現状値及び目標指標について簡単にご説明させていただきます。これは、現健康づくり計画の評価指標です。事前にお送りさせていただいたアンケート調査結果や直近の各データを現状値のところに記載しております。また、出典をご覧いただくとお分かりになるかと思いますが、策定時にはあった調査項目が現状値では該当項目がなかったり、出典先が変わっているものもございます。何卒、ご理解いただけたらと思います。

「健康づくり計画における現状値及び目標指標」(資料1)について説明。

- 委員長 それでは、ただ今から、各グループにわかれまして、現状値と目標指標をご覧になられての感想や意見等の交換をお願いします。

・グループワーク (15分)

- 委員長 それでは、グループで出た意見を共有したいと思います。

テーマ 「健康づくり計画における現状値と目標値について」

A グループ

食生活

- ・年長児は「1日1回は家族と一緒に食べる子供の割合」「毎食(3食)野菜を食べている人の割合」については増加している(他の年代は減少)
- ・野菜を食べる人が少ない
- ・毎食野菜を食べるのは困難

次世代の健康

- ・朝食の摂取が難しい
- ・遊びが少ない(ゲーム、イベントの増加、公園での遊びが減少、育児が楽しめないことが影響している可能性もある)

運動

- ・不足している人が多い

妊婦喫煙

- ・ゼロを目指したい、減らしてほしい
- ・乳幼児のいる家庭(若い女性)が多いのが気になる
- ・妊婦健診、他の検診も受診率の目標は全て100%を目指してほしい

自殺

- ・目標値は0%を目指してほしい

- ・若い人が多い、20歳以下のデータも欲しい
- ・これらのデータをどのように活かして、目標をどう設定するのが大事
- ・ゲートキーパー研修受講者として、接し方を意識し傾聴の姿勢を持つことや相談機関の紹介などを行うことができる
- ・学校の自殺が問題になっている
- ・診療所や看護師、保健師が窓口になると良い

Bグループ

野菜

- ・栄養士会、食推、市の野菜メニューコンクール等啓発はしているが、現状値に反映されていない
- ・食生活の基礎となる部分を啓発することが大切

栄養

- ・小・中学生が改善した背景を分析すると改善策が出てくるのではないか

食生活・生活リズム

- ・何を食べるのか考えることも大切だが、まず“食べる”ことが大切

歯科

- ・子供の頃からのむし歯の意識が高まっている（妊娠期からの啓発の成果）
- ・小学生、中学生と年齢が上がるとむし歯も増える
- ・子どもが小学生以上になっても保護者に介入してもらえると良い

共食

- ・年齢が上がると、共食の機会が減り、悪化する項目も増えてくるのではないか

喫煙

- ・県外や他市の状況と比較してみてもどうか

運動

- ・エレベーターではなく階段を使うことを意識していく
- ・階段チャレンジ（階段にステッカーを貼り階段の利用を促す事業）も実施していたため評価できたらよかった

Cグループ

栄養・食生活

- ・ただ食べるだけではなくて栄養のバランスが大切（子どもだけでは無理なので家庭に対しての指導が必要）
- ・習い事や共働き家庭の増加により余裕のない食生活になっているのではないか
- ・調理に手間のかかる野菜は敬遠されがち
- ・年齢が上がると野菜を摂取している人の割合が減っているのが心配
- ・核家族化により祖父母の“しっかりとした味付け”の食事を摂る機会の減少
- ・冷凍食品の増加の影響で野菜を食べる人が少なくなったのではないか

運動

- ・ 1日30分以上の運動を週に2回以上している人の割合30%と少なかったのもう少し増えると良い
- ・ 運動についての項目に対して、認識のズレがあるのではないかと（アンケート項目の改善も必要）

Dグループ

栄養・食生活

- ・ 学年が上がっていくと家族と一緒に食事を摂る割合が減っているのは保護者の意識が離れているからなのか
- ・ 旬の野菜や魚をPRする（食材の本来のおいしさを知ってもらうことで減塩にも繋がるのではないかと）
- ・ 野菜を食べる人の割合が少ないのに驚いた
- ・ 塩分目標値が低いのではないかと

身体活動・運動

- ・ 体を動かす必要性を頭では理解していても行動に移せていない
- ・ 見てすぐに体を動かせる物があると良い（ステッカーやポスターを見て階段を使う等）
- ・ 公共施設には階段チャレンジのステッカーの設置をするとよい

こころの元気を休養

- ・ 育児が楽しいと感じる人の割合の増加を目指す目標は大変良いことだと思う
- ・ コミュニティスクールを活用していく（自助・共助・公助で地域と協同する）

高齢者の健康

- ・ いきいき百歳体操について、H26年2か所だったが、現在は100ヶ所にまで増加している。そのため、より普及していき多くの方に知ってもらうと良いのではないかと
- ・ サロンなどを通じて近隣住民と親しくなることで居場所づくりになる

○委員長 皆さん、ありがとうございます。それでは、続きまして、健康づくり計画策定の進捗状況及び周南市の健康や食生活についてのアンケート調査結果報告書について、事務局から説明をお願いします。

- 事務局 まずは、アンケート調査結果報告書 第1部 調査の概要をご覧ください。
- ・ 調査目的、対象、回収結果について説明
 - ・ 業者とのやり取り等進捗状況について説明

本日の協議内容としてあげさせていただいた、歯・健康管理・自殺（休養）についてですが、歯については、お手元にご覧いただけます「周南市民の健康を支える歯と口腔に関する条例」が2019年4月より施行しております。この条例を推進していくためにも、周南市の課題を共有していただきたいと思います。また、健康管理については、当課としても各健診の受診者数の増加を目指しており、無関心層へのアプローチに苦慮しております。さらに、自殺につき

ましては、次期計画に盛り込まれる内容となります。皆さまからもぜひ、ご意見をいただけたらと思っております。

○委員長 それでは、ただ今から、グループごとに、現状値と目標指標をご覧になられての感想や意見等の交換をお願いします。

・グループワーク (30分)

○委員長 それでは、グループで出た意見について共有したいと思います。

テーマ 「歯と健康管理 (各健診)」

「自殺について」

A グループ

歯

- ・歯みがき 1日3回している人は多い
- ・年長児は自分で磨く (給食やお昼ご飯後の歯みがき実施による習慣化)
- ・口の中をいつも気持ち良くするために歯みがき習慣は大切
- ・むし歯のある子どもは少ない
- ・柔らかい者の摂取によってかみ合わせの悪い子どもが増加している
- ・噛む習慣をつけることで、脳の活性化にもつながる
- ・歯科健診で予防歯科を主流にしていくことが必要 (磨き方指導等)
- ・乳幼児に対しては口移しや同じ食器を使わないようにする
- ・高齢者の歯科健診受診率は増加している
- ・若い人は歯科健診受診率低下している (必要性を感じていないのか)
- ・歯について重要性を理解してもらうためにリスクの伝え方を工夫する

健康管理

- ・健診 (がん検診も含めて) の受診率 100%を目指す
- ・健診通知 (受診券や広報のけんしんガイド等) を見ていない
- ・無関心層へのアプローチが必要
- ・民生委員や福祉員を活用した周知が必要
- ・地域の人や職場の人を誘って検診 (健診) : に来てもらうと良いのでは
- ・子育て世代は母子保健推進員からの周知が効果的ではないか
- ・病院に行くことと健診を受けることは違うことを意識してもらう
- ・受診場所が遠い所 (熊毛・鹿野) は出向いて実施することで健診は受けやすくなる

自殺

- ・相談相手多いと感じている人の割合は高い

- ・男性の方が相談相手は少ない（気軽に話せる相手がいない可能性がある）
- ・男性は診療所の看護師などが相談しやすいのではないか
- ・孤立してしまうことによってうつ病にもつながってしまうこともある
- ・効果的なストレス解消法があればよい
- ・世間話ができるが核心に迫る話は難しいと感じる

B グループ

歯と健康管理

- ・健康寿命を延ばすために歯の健康は重要
- ・しっかり噛んで食べる必要がある
- ・歯の本数を維持するために、むし歯や歯周病を予防することが大切
- ・かかりつけ歯科医を見つける
- ・妊娠期から歯科の予防について取り組む
- ・全体の半数は、1年以内に受診していないため半年に1回は受診してもらうように周知をして、住民の方の意識改革をしていくことが必要
- ・来なくても良い人は何度も来るが本当に来てほしい人は来ないという現状がある
- ・歯医者には定期的に行くものだという意識を子どもの頃から啓発していく（成人からの意識改革は難しいため“子どもの頃から”が大切）
- ・子どものむし歯は家庭環境の背景を探る1つの機会となる

自殺対策

- ・保健室や学校の先生を通じて学校における自殺対策を強化していくことも必要
- ・地域の中にゲートキーパーを増やす（気持ちを吐きだすことができる人や場所を多く持つことが大事）
- ・ストレスの逃げ道を作ることが大切
- ・シニアカフェ等の居場所を作ることが重要

C グループ

歯・口腔

- ・歯周疾患検診の無料受診の間隔をもっと狭めても良いのではないか
- ・歯医者との相性も大切（自分に合った治療ができるか）
- ・若いころから歯の健康について意識していくことが大切
- ・学校では指導しているが保護者に対しては機会がないので何らかの対策が必要
- ・行政のみでは受診率を上げることは難しい
- ・無料検診も良いが、もっと啓発の方に予算を割いても良いのではないか

健康管理

- ・県の検診受診率は低下している
- ・予防的な考えがないと結局は受けないのではないか
- ・検診のメリットを啓発して重要性をもっとアピールするべき

- ・必要ないと思っている男性の割合が高い（病気が分かるのが怖いのではないか）
- ・自分で何とかしなければならぬという意識を持ってもらうことが必要
- ・自分が大変な経験（病気など）をすると意識が変わる（サバイバー等による啓発も有効なのではないか）

自殺

- ・保健師にもっと相談できる環境があればよい
- ・子どもの相談に関しては学校の特定の先生を選んで相談することができる。

D グループ

歯

- ・8020 体操に合わせてパタカラ口腔体操を実施する
- ・地域のサロンなどで実施し誘い合っ一緒にやるようになると良い
- ・むし歯は見るが歯周病や口腔がんの状態は気にしない人が多いのか
- ・なってしまっは遅いということを知ってもらう（環境を変える必要がある）
- ・市の無料歯科検診等、届いた時に「ハッ」となるようなものが届くと忘れない
- ・どこの歯科が良いのか等、口コミを利用できると広まる

健康管理

- ・検診の義務化を PR できると良い
- ・検診のアプリを活用できるようにしてみたら若年層を中心に広まるのではないか
- ・検診を受けられる病院や施設が少ないので受診しにくい
- ・時間がないと言うのは言い訳ではないか
- ・受けない人に対してのペナルティまでは必要ないが受けない理由をより明確にして、何らかの対策をしなくては必要がある

自殺

- ・仲間作りにつながる社会へ（関心を持つ声かけなどをしていく）
- ・学校での情報共有をしてもっとみんなで考えることが大事
- ・ストレスを感じた時に相談できる相手がいない（59 歳代女性で 21%）
- ・ストレスの原因も多種に渡るので、窓口も多種多様にしていく必要がある
- ・昔は近所との付き合いがあり、怒ってくれたり声を掛けてくれる環境があったが今は少ない
- ・ゲートキーパーを養成し自殺予防に結びつく相談体制を作ることが必要

○委員長 貴重なご意見を多数いただき、ありがとうございます。本日いただきましたご意見は計画策定の参考としていただきたいと思います。ぜひ、グループワークの内容を持ち帰っていただきまして、所属団体内等でもご検討いただきますようよろしくお願い致します。以上でグループワークを終了させていただきます。

○事務局 皆さま、ありがとうございました。

本日、協議していただきました内容を次期、周南市健康づくり計画に盛り込みながら策定をすすめていきたいと思っております。なお、今後ののびのび はつらつ いきいき周南 21 推進委員会の開催予定ですが、2 回目を 11 月頃に開催する予定としております。また、全体的な状況によって、3 回目の推進委員会の開催につきましては検討したいと思っております。今後も計画策定についての進捗状況をご報告させていただきます。以上で、「のびのび はつらつ いきいき周南 21 推進委員会」を閉会します。

引き続き、ぶち元気がいいね！フェスタ実行委員会を開催します。準備が整いますまで、休憩時間をさせていただきますので、ご案内させていただきますまで、しばらくお待ちください。