

平成25年度 第1回健康づくり審議会議事録

1 開催日時

平成25年10月16日(水)午後3時～4時

開催場所 保健センター2階研修室

2 出席者

(1) 委員

岡本和士委員(会長)、杉山敬委員、森清人委員、鈴木幸男委員、大島明子委員、滝愛委員、鈴木まき委員

(2) 事務局

保健センター所長 尾関礼子、保健師 牧聡子、井上友香理

3 議題

(1) あいさつ

(2) 議題

- 1) 平成24年度保健事業報告について
- 2) 第2次とよやま健康づくり21計画について
- 3) その他

4 会議資料

- ・平成24年度事業実績
- ・第2次とよやま健康づくり21計画について

5 事業内容 (要点筆記)

【事務局】

皆さま、こんにちは。今日はお忙しい中、出席頂きありがとうございます。4月より保健センターの所長となりました尾関礼子です。よろしくお願ひします。保健センターのスタッフは、保健師の牧、井上の3名です。皆様のご協力を得て、活発に活動していきたいと思っておりますのでよろしくお願ひします。

この審議会は3回ほど予定しておりまして、この計画を策定していく予定でおります。この計画は、“生涯を通じて健康で生き生きと過ごせるように”という計画で、“高齢になっても元気で近所の人と仲良く生きがいを持って過ごせる姿”や“お母さんとお子さんが笑顔で楽しく育てる姿”など、10年後の豊山町の健康のイメージを持って頂いて、ご意見を述べて頂ければ良いと思います。

今日は、多くの意見を頂いて、検討していきたいと思っておりますので、よろしくお願ひ致します。

【事務局】

審議会の議事録について [事務局説明]

会議の進行について [事務局説明]

【会長】

これより議事進行をさせていただきます。[会議録の署名委員の指名：大島委員、鈴木委員]

今日は、3時～4時の1時間という短い時間ではありますが、皆様には、色々なご審議、ご検討をして頂きたいと思えます。

まず“議題（1）平成24年度保健事業実績について”事務局から説明をお願い致します。

（1）平成24年度保健事業実績について [事務局説明]

【会長】

たくさん資料の中から重要なものを抜粋して、事務局の方から説明して頂きました。今の説明の内容について、ご質問などありましたらお願いします。

少し数字が多くて、分かりづらい所もありますが、何かありましたら挙手をお願い致します。

よろしいでしょうか。

帰宅後、もう一度じっくり見て頂いて、疑問の箇所がありましたら、事務局までご連絡下さい。

これで第1の議題(平成24年度保健事業実績について)を終わりにして、第2の議題(第2次とよやま健康づくり21計画について)に入らせて頂きます。これにつきましては、まず事務局の方から説明をお願い致します。

（2）第2次とよやま健康づくり21計画について [事務局説明]

【会長】

“第2次とよやま健康づくり21計画”の概要について、事務局から説明がありました。

計画の内容につきましては、大きな柱がいくつかある愛知県の内容に準ずるか、それとも、豊山町として、それに(新たな項目を)加えるか。この計画が終わる10年後、豊山町で「どうやったら皆さんが健康な生活を送れるか」を目指して、“第2次とよやま健康づくり21計画”というものを作成していくこととなります。

今年が初年度という事で、昨年までのものは、たぶん皆さんのお手元にあると思えます。非常に厚いので、なかなかこれをじっくり見るということは

ないと思いますが、昨年まではこのような内容をやりまして、その評価として、先ほど事務局の方から、A、B、C、Dに分けての目標達成状況、及び項目ごとの目標達成状況が報告されました。

その中で、特に“栄養・食生活”、“休養・こころの健康づくり”、“アルコール”、“健やか親子”が、今一番問題となっている項目です。こういう結果を含めて、「今後どういうものを作っていったら良いのか」について、委員としてのご意見を頂く事に、今日はしたいと思います。

これから、“健康長寿のあたたかなまち、とよやま！（案）”という大きな基本目標に向かって、健康づくり（計画）のテーマ、方法について検討していくわけです。

まずは、基本目標の検討の前に、別紙2“第2次とよやま健康づくり21計画”の内容、これがこれから作る（計画の）骨子になっていきますので、「この計画内容で良いかどうか」、「健康づくりの方向性はこれで良いかどうか」について、皆さんに諮りたいと思います。一読しただけでは分かりづらいとは思いますが、平成15年作成（第1次計画）と比べまして、内容がより具体的になっているよう思えます。“第1章「とよやま健康づくり21計画」の策定”、“第2章「とよやま健康づくり計画」の基本的な方向”、“第3章「とよやま健康づくり計画」目標設定”となっていますが、内容、進め方について、皆さんの方からご意見を頂きたいのですが、いかがでしょうか。

【委員】

質問よろしいでしょうか。

【会長】

はいどうぞ。

【委員】

資料3“2.計画の内容（1）”の下3行の所に、“「健やか親子（親と子が健やかに暮らせる社会づくり）」については、その理念を取り込み、第2次計画で設定する分野の中に目標を設定し、推進を図る。”と書いてあります。聞き漏らしたかもしれませんが、“設定する分野”とは）どこでしょうか。“各分野”というのは、まだ発表されていないのでしょうか。

【会長】

事務局、お願いします。

【事務局】

まだ具体的（詳細）には、検討していませんが、“健やか親子”については、（第1次計画で）D判定であった“母親がゆったりとした気分で、乳幼児と過ごす時間のある母親の割合”が減っているという事で（別紙3 最後）、第2次の計画では（基本方針Ⅲ「生活習慣の見直し」に関する目標）“(3)

休養・こころの健康づくり”という箇所になってくるのではと考えております。

【会長】

たぶん、「母親と子供」ということになると、どうしてもそれを（単独で）取り上げるよりも、散りばめた方が、色んなものが並べやすいという考え方だと思います。よろしいでしょうか。

【委員】

はい。

【会長】

他、ございませんでしょうか。

【委員】

追加です。前回の豊山町の資料を持ってきたのですが、“健やか親子”という章が、4ページぐらい書かれています。この“健やか親子”という章立てであった所を“親子でふれ合う”、“子供の食事”、“運動関係”など、色んな生活習慣の中に入れての方が良いのではないかと。ということで愛知県が、その（入れ込む）形で作っています。同じ形にした方が、「豊山町の状況が、県平均のどのぐらいの位置にあるのか」など、比較、参考、評価がしやすい部分があります。計画の内容（構想）としては、「健やか親子」は、色んな生活習慣の中に入れて、できれば、愛知県の新計画に合わせた形にしていく事が、私としてベターではないかと思っております。

【会長】

ありがとうございました。

愛知県の方（計画）では散りばめていますが、（豊山町は）現在、若いお母さん、子供が増えて、どんどん人口が増えているので、「豊山町独自の章立てを行ってみてはどうか」とも思います。

今の（意見）は、私の考えで、委員の意見も大事だと思いますので、今後皆さんと検討し事務局と調整しながらやっていこうと思います。

今の所（計画の内容について）ですが、ご意見ありますか。

【委員】

昨年度の時に、愛知県と豊山町の平均を比較した事がありました。「県と比べて、豊山町はこうなんだ」と、私も思いましたので、（愛知県と）合わせて統計を取るとするのは良いと思います。

【委員】

比較できると、あまり知識のない私達からすると分かりやすいので、「県の（計画）に乗っ取って」というのは、分かりやすいと思っていつも話を聞いていました。

【会長】

他にご意見はありますか。

【委員】

色々な面で、若いお母さんと接する機会が、子供のダンスを通じてありますが、「ちょっと小さい子と離れてしまったなあ」、「私達の若い時とは、随分変わってきた」と思います。反対に「こちらが勉強しなくてはいけない」という感じですね。

【会長】

わかりました。

別紙2の平成25年度策定予定として、“Ⅰ「生涯を通じた健康づくり”、“Ⅱ「疾病の発生予防及び重症化予防”、“Ⅲ「生活習慣の見直し”、“Ⅳ「社会で支える健康づくり”の4つの基本方針の中で、以前（第1次とよやま健康づくり21計画）行動目標であったものを、“生活習慣の見直し”という箇所に入れるという部分で、少し章立てとか目標が変わってきますが、この内容でよろしいでしょうか。骨子の所を押さえて頂きたいと思います。

【委員】

よろしいでしょうか。初回で少し分からないのですが、この計画は、豊山町の保健センターが町民に対して、健康づくりに関して何が出来るかを調べる、計画するという事でしょうか。または、どのように指導していけば良いかを話し合うという事でしょうか。

【会長】

「どうなってほしいか」ですね。だから、メンタルの（不安定な）人やお酒を飲む人は減ってほしい。

【委員】

それに対して、町として「どういう事をすべきか」、「どのように皆さんを指導していけば良いか」という事の会議ですね。わかりました。

【会長】

まずは皆さんに、“骨子”、「どのように皆さんを（指導/支援）していけば健康になるか」を相談して頂きまして、次に「実際にどういう事をやるか」、具体的なものとして、町民の方に啓発活動をするという・・・

【委員】

すると、「项目的に、こちらができる事を話し合っている」という事ですね。ありがとうございます。

【会長】

他、よろしいでしょうか。

「特にご意見がない」という事で、この方向で、今度の計画づくりを進めさせていただきますので、よろしくお願ひします。資料3の最初に戻りまして、こういう流れでこれから健康づくりの策定をしていくということになります。

まずは、基本目標として、「どのような町にしたいか」。基本目標をどう立てるか。そこで、事務局より“健康長寿のあたたかなまち、とよやま！（案）”という提案をしているわけですが、皆さんのファースト・インプレッションで如何でしょうか。まずこれをパッと見た時のファースト・インプレッションでお答え頂きたいと思ひます。

これを見て、これからやっていこうとする健康づくりや皆さんが「町で行いたい」又は「こういう町になって欲しい」というイメージが、ここに表れているかどうか。

【委員】

良いと思ひます。

【会長】

何か、向こうにぼんやり見えてきますか。

【委員】

特にこの“あたたかな”という所ですね。この言葉で、町民（1万5千人）の方が1つになれそうな気運になれます。行政の私達（県）ですと“健康長寿の実現”“健康長寿”と何か固い言葉となりますが、（これは）何か豊山町らしい表現が出ている、良い言葉だと見ております。

【会長】

委員いかがですか。ファースト・インプレッションで・・・

【委員】

“あたたかなまち”というのが、ひらがなばかりだったので・・・、わざとそうされたとは思ひますが、何となく読みにくいと・・・

【会長】

わかりました。

〇〇委員いかがでしょうか。ファースト・インプレッションで・・・、これからの町が表現されていますでしょうか。

【委員】

良いと思ひますよ。ひらがなも良いと思ひます。

【会長】

では、漢字にするか、ひらがなにするかにつきましては、今後、事務局の方で検討致しますが、この“健康長寿のあたたかなまち、とよやま！”をスローガンとして、健康づくり21計画を進めさせていただきますので、

よろしくお願い致します。では、“(案)”の文字を取って頂いて、表記(漢字 or ひらがな)の検討をして下さい。

次に、基本方針の4つの柱として、“①生涯を通じた健康づくり”、“②疾病の発症予防及び重症化予防”、“③生活習慣の見直し”④社会で支える健康づくり”というように、少し硬いテーマが出ています。これは、こちら(愛知県の計画)の方に合わせてものだとは思いますが、実際これから健康づくりをしていく(計画を作成していく)上で、「10年後の豊山町をどのような町にしたいか」「どうすれば、どのように変わっていくか」について、今から皆さんにフリートキングで、色々と案を出して頂こうと(思います)。10年後は分かりませんから、案というか、妄想で結構です。例えば、“栄養”だったら、「皆でどこかで集まって食べられるようにしよう」みたいなものでも良いです。

また、愛知県の計画で見ますと、“出生の減少”“・・・者の増加”と、人や割合とかいうものを目安にしています。割合というのは、「最初から何かを伸ばす」というよりも、何か者(対象者)が現れて、初めてその者(対象者)が見られるものです。そこで、何をすれば、「より健康に良いか」「住みやすい町、あたたかい町になるか」という事を、数字とかに関係なく、皆さんの方で出して頂くと、よろしいかと思えます。

フリートキングというのは、こういう会議では滅多にないので少し戸惑いますが、例えば、「老人と子供がふれ合えるようにしたらどうか」、そういった事でも良いと思えますし、他には、「お産をするお母さんたちが、どこかでふれ合える場があるか、(無いなら)そういった場を作ったら良い」とか、それも“健やか親子”や“メンタル”の方に入ってきます。何かありますか。

【委員】

最近、年配の患者さんが、畑や田んぼができない(耕作できない)ので、どんどんJAなどに代わりにやってもらっています。それを何か良い方法で、若い人を募集して一緒にやれば、話ができるのではないか。田んぼは難しいかもしれませんが、畑とか・・・、貸し出している所がいっぱいありますし、ご老人が結構やって(耕作して)います。それを、もう少し若者に興味を持たせてやってみると、上下の話し合いができ、若者が高齢者を見ていて、体調の変化に気づくこともできるのではないか。

ただ、田んぼなどは、他人に貸すことはできないですね、法律に詳しくないので・・・。(現実には)難しいものかもしれません。もう少し何かできれば、そういう(上下の関係がある)場も増えるかなあと。そして、若い人が子供を連れて来たりすると、3世代ぐらいの、他人同士のつながりができるので

はないか。

【会長】

今、横なら横、縦なら縦ばかりですが、縦と横がうまく重なると思います。

【委員】

「最近、腰が痛くてできなくなった」、「今後どうしようか」、「息子が出て行ったのでやってくれない」など、（出来なくなった話を）結構聞きます。

日本で、若者の農業が流行っていますよね。興味を持っている人の募集を行えば、何かできるのではないかと思います。

【会長】

すごく良いです。

日頃色々な生活をされていて、色々な事がたぶんあると思います。その中で、何か出来る事で、もっと皆がうまく行って、やった事はまた何かの指標にすれば良い。そういった事が何かあれば・・・、どのような事でも結構です。妄想の世界でも結構ですから・・・、逆に妄想から現実になるというのは多いもので、今日は普段と違う形を取っていますので・・

【委員】

高校生と中学生の娘がいますが、小さい頃の子育てはすごく不安でした。もし、（現在の）私ぐらいの年のお母さんとふれ合うことができたら、随分違っていたと思います。ある程度経験がある方とお話しする機会があったりすると、ほんのちょっとした事でも、「それで良いんだよ」と言ってもらえると、気分的にも良くなるし、フリートークではないですが、“指導”とか、「教えてあげますよ」とかではなくて、お話をする機会が持てると良いと思います。

あと、私は栄養士ですが、“指導”、“指導”という部分で栄養指導をするのではなくて、話す中で、「こういうものを食べたらどうでしょうか」など、資格を持っているお母さん、例えば、保育士、看護師などが、ボランティアとして、“指導”ではなくて、話ができるような場所があると良いと思います。

【会長】

それ良いですね。なかなか今は、“指導”になってしまいますね。「私はこういう資格を持っているからちょっと教えてあげようか」「こんなことがあるけどどう？」など、そういうのが町の中でできると、皆さんが集まりやすい。そうすると、栄養・食生活の“野菜を1日3回食べる人”の所（割合）が、おのずとこう（改善されるのではないか）。「食べろ、食べろ」では、どうしてそんなに食べろと言うのが分からないけれど、「食べるとこれに良いよ」と言う事によって、「食べてみようか」、「体が元気になった」、「食べ続

けてみようか」というきっかけづくりにはすごく良いかと思います。

【委員】

医師、歯科医の先生に、ちょっとした話が聞きたいという時もあるので・・・

【会長】

それはすごく良いですね。

〇〇委員いかがですか。

【委員】

そうですね。保健センターとしては、(子供が)小さいうちは色々会を開いて頂いて、豊山町の体制として、すごくフォローがあるとは思っていましたが、報告書を見ていて1つ思うのは、年配の方と子育て世代ぐらいは、割と色んなものがあるような気がします。

ただ、知らないだけかもしれませんが、子育てが終わりつつある私達世代の参加する場があまりないので、気楽に参加できる場がもう少しあると良いと思っていました。少し(関わりが)離れてしまう部分があるので・・・

【会長】

昨日も他町で話をしてきたのですが、子供と高齢者は関わりがあるのですが、真ん中(の世代)が、スポンと抜けて・・・

【委員】

皆さんお忙しいし、難しいのかとも思いますが・・・

【会長】

本当に我々がやらなければならないのは、働き盛りの人達の支援。働き盛りの人は会社でやれば良いとなっているが、会社ではほとんど何もできていない。“産業医”という人が会社にいます。産業医が一生懸命頑張れば、その会社は何とかなりますが、ただ居るだけの人であると、全然それが動いていないから、検診が終わったら検診結果を渡して、ただ単に「病院へ勝手に行ってらっしゃい」みたいになってしまいます。今、“地域職域連携”というのをやってはいますが、その部分というのは、法律が違うからなかなか中に入れないという事があると思います。一方は“健康増進”、一方は“労働安全衛生規制法”という事で、なかなか入れない。

資料を見ていると“休養・こころの健康”、“栄養・食生活”、“アルコール”というのは、どうしても、その部分(働き盛りの人達)が多いので、その人達にできる啓発活動などのようなアイデアが出てくると、その人達をグッと抑える事で、全体が安定できるのではないかとは思いますが。

言い方が悪いですが、どの地域でも、どうしても高齢者と子供に関しては、元気な子(人)の食育などが、抜けてしまっています。そういう普段、抜け

ている、抜けやすい人達に対してうまく啓発活動をして、「その人達の健康状態を見る指標として、どういうものを作るか」という方向で行った方が、もっと進むのではないのでしょうか。

【委員】

若いお母さん、子育て中のお母さんは、体操などにも参加されますが、子供が学校に入るようになると、時間に余裕が出てきて勤めに行きます。高齢者は、健康づくりに関心が高いです。

ただ私が気になるのは、「高齢者は、元気でなければ・・・」みたいな（感があり）、とにかく歩く事をされます。また、「体だけは元気だけど、ちょっと精神的に鬱ではないか」という人が、最近、私の周りでは多いので、その辺が、自分を含めて心配です。

【会長】

今、ちょっとお年を召した方が、「自分の頑張りを見せたい」という事で、無理やり頑張ってしまう。本当は、パワーがなくぎりぎりな状態を、思いつ切りを見せる事で、心と体のバランスが悪くなって、（精神的に）ドンと落ちてしまう。認知症は、多分ないと思いますが、軽い一過性の仮性認知症になる人が、非常に増えてくるみたいです。

【委員】

痛くても、「痛い」と言わないし・・・。

【会長】

それは困りますね。それですと、心臓が悪くて辛いけれどでも、無理やり頑張っ、バツタリ倒れるという人がいます。

そういう意味で、「お年を召した人達のケアをどのようにやって、どういう指標で見ていくか」という事ですね。75歳以上で、運動クラブに入っている人が多いと言いますが・・・。

【委員】

私の所は、若い方から82歳ぐらいまで参加しています。

【会長】

お年を召した方は、頑張ってしまう所がありますので、そこを、周りがサポートしていけるような形ができると良いですね。

【委員】

以前、認知症のサポーター養成（講座）を受けた方で、そういう状況の方が多いため心配だと思いました。

【会長】

〇〇委員、何かお気づきの事はありますか。

【委員】

そうですね、今のお話に多少関係があるのかもしれませんが、自分も高齢者の域に近づいてくると、仕事を辞めた後の余暇の過ごし方を、色々と考えてしまいます。出来るボランティアを知っておきたいという思いはありますね。

今あるボランティア（豊山町、社協がしているボランティア）以外に、自分で何か思いつけば一番すばらしいですが、なかなかそういうアイデアに乏しいものですから、「どこに入れて頂くと一番居心地が良いのか」などを知る機会がほしい。

【会長】

そうですね。「どれだけの人がボランティア団体に所に入っていて、また、増えてきたか」、「どういう活動が増えてきたか」、ぜひそれが分かるように、事務局の方に聞いてみます。

私も20年、30年ぐらいお世話になっていますが、どんどん新しい人達が入ってきて、新しい人と高齢者が二極化しているような感じがあります。

最初、〇〇委員が言われたように「真ん中がない」というか、「真ん中が注目されない」というような事がありますので、そういう所（世代）に啓発して、「状態がどうなのか」が、見えてくると良いと思います。

委員いかがですか。

【委員】

思いつきですが、専門医や専門職の方は、専門の立場から“健康づくり”または“重症化予防”という事をやっていますが、それだけでは、1万5千人の方をカバーするわけにはいけない。今日の資料（別紙2）にもあるように“基本方針Ⅳ 社会で支える健康づくり”の為には、地域住民の形がもっと大きく増えてこないといけない。計画を作っても10年後の達成状況を見た時に、「計画を作っただけに終わってしまった」とはならないようにしてほしい。

（地域住民の力の底上げについて考えると）少し時間に余裕がある人が、（地域）住民の為に、ボランティアに参加するとか。また、これは本当に怒られてしまうかもしれませんが、住民の方が、ひとり1回、健康づくりの為にボランティア活動に参加すると、ひとり1回で1万5千回の機会ができる。多くの方が何回も健康づくりの話を聞くことができ、「ではやろうか」という気になるかもしれない。行政主導ではなく、住民の方達のボランティア部分から底上げできるような計画の実行、または、少し表面化してくると良い形に進むと、以前から思っています。

何かそういう事も、少し皆さん方に考えて頂けると嬉しい。

【会長】

ありがとうございました。

皆さんから「どんな事が良いか」について、伺わせて頂きました。今皆さんから頂いた意見も含めまして、またこちらの方で、「どういう町づくりを、どうやっていくか」を検討していきたいと思います。今日は、突然、何の準備もなく皆さんにお伺いしましたので、余裕がありませんでしたが、帰られて、「言えば良かった」「これも良いな」というものがありましたら、是非どんだん事務局の方に連絡して下さい。

基本的に、事件は現場で起きているわけですから、現場でしっかり使える、出来る計画づくりにしていきたいと思いますので、また皆さん、ご協力の方よろしくお願い致します。

今の議題で、今日の予定された議題を終わりました。(次は)“(3)その他”の所ですが、事務局から何かございますでしょうか。よろしくお願い致します。

【事務局】

今後のスケジュールについて **【事務局説明】**

【会長】

本日予定しておりました審議会議題については、これですべて終了致しました。

これをもちまして第1回健康づくり審議会を閉会させていただきます。ご協力ありがとうございました。また今後ともよろしくお願い致します。

議事録の署名

平成 25 年 月 日

岡 本 和 士

大 島 明 子

鈴 木 ま き