

令和元年度 第1回八千代市第2次健康まちづくりプラン推進・評価委員会
会議録

【日時】 令和元年8月1日（木）午後7時00分～8時30分

【場所】 八千代市保健センター 1階 第1会議室

- 【次第】
- 1 開会挨拶
 - 2 委嘱状交付・委員紹介
 - 3 事務局職員紹介
 - 4 会長・副会長選出
 - 5 講演 テーマ：私たちのまちの健康づくり
 - 6 これまでの取り組みについて
 - 7 部会体制について

【出席者】

推進・評価委員： 24名

（敬称略） 福田会長 石崎副会長

寺島・溝口・千葉・紺野・椎名・田邊・山田・江口・前島

飯山・斎藤・中沢・新井・栗根・渡部・保坂・中村・久保木・小澤

石神・小林・萩島

アドバイザー： 1名

（敬称略） 東京大学医学部客員研究員 田中良明

事務局職員： 13名

健康福祉部長 青井 健康福祉部次長 市原

子ども部長 立石 子ども部次長 須藤

健康づくり課長 永井

母子保健課長 原

障害者支援課長 小倉

健康づくり課 馬場・春山・安達

母子保健課 湯浅・横田

障害者支援課 吉澤

【公開・非公開の別】 公開

【傍聴人数】 0名（定員5名）

【審議内容】

1. 開会挨拶

(事務局：馬場)

皆さま、こんばんは。定刻となりましたので、これより令和元年度第1回八千代市第2次健康まちづくりプラン推進・評価委員会を開催させていただきます。本日はお忙しい中、お集まりいただきましてありがとうございます。本日の司会を務めさせていただきます健康づくり課、馬場と申します。よろしくお願いいたします。

会議に先立ちまして、委員の皆さまにお知らせいたします。当委員会は、八千代市審議会等の会議の公開に関する要領第4条により会議を公開するとともに、議事録作成のため録音をさせていただきますので、あらかじめご了承ください。

改めまして、本日はお忙しい中、お集まりいただきましてありがとうございます。

はじめに、健康福祉部長の青井より皆さまにご挨拶申し上げます。

(青井部長)

皆さま、こんばんは。健康福祉部長の青井でございます。

本日はお忙しい中、令和元年度第1回八千代市第2次健康まちづくりプラン推進・評価委員会にお集まりいただきまして、誠にありがとうございます。また、日頃より本市の保健福祉行政に格別のご理解、ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、平成25年度から令和4年度までの計画期間とする本プランは、健康増進法に基づく市民の健康づくりのための基本計画として位置づけられており、計画期間の中間にあたる平成29年度に中間見直しを行い、昨年度、改訂版を策定いたしました。

その際、自殺対策基本法に基づく市町村自殺対策計画である八千代市いのち支えるまちづくりプランを新たに策定し、本プランと一体的に推進することといたしました。

市といたしましても、今後とも本委員会の皆さまから忌憚のないご意見をいただきながら、本計画の基本理念でございます、生きていることの幸せをみんなが実感できるまちの実現をめざして、子どもから高齢者までライフステージごとの健康づくりを市民と地域、行政、関係機関が相互に支え合い推進してまいりたいと考えておりますことから、今年度、新たな委員になられた皆さま方におかれましても、どうぞよろしくお願いいたします。

なお、第1次プランの策定より健康づくりアドバイザーとしてご協力いただいております、東京大学医学部客員研究員の田中良明先生にも、引き続きご指導いただく予定ですので、よろしくお願いいたします。

最後になりますが、本日もご出席の皆さまのご健勝を祈念いたしまして、簡単ではございますが、私からの挨拶とさせていただきます。本日はよろしくお願いいたします。

(事務局：馬場)

それでは、次第に従いまして進めさせていただきます。

次第2、委嘱状の交付、委員紹介でございますが、八千代市第2次健康まちづくりプラン推進・評価委員会設置要領第3条に則り、八千代市第2次健康まちづくりプラン推進・評価

委員の委嘱状の交付を行います。

ここでお一人ずつ委嘱状をお渡しすべきでございますが、お時間の関係上、交付式は省略し、皆さまの机の上に配付させていただいております。御了承のほど、お願いいたします。

これより委員の皆さまのご紹介をさせていただきます。資料 2、八千代市第 2 次健康まちづくりプラン推進・評価委員会委員一覧の番号順でご紹介いたします。

それでは、健康づくり課長永井の方から、お名前をお呼びいたしますので、恐縮ですがその場でご起立お願いいたします。

(事務局：永井課長)

それでは順番にお名前を呼ばさせていただきます。(委員 24 名を読み上げ)

ありがとうございました。

加えまして、委員会の運営にあたり、住民参加型の政策づくり等助言の立場からアドバイザーを依頼しております、東京大学医学部客員研究員 田中良明様です。先生には第 1 次プラン策定からご指導・ご助言をいただいております。

以上 24 名の推進・評価委員を迎え、田中先生と共に、八千代市第 2 次健康まちづくりプラン推進・評価委員会を運営してまいります。皆さま、よろしくお願いいたします。

(事務局：馬場)

続きまして、次第 3、事務局職員紹介をさせていただきます。

本プランは、健康福祉部健康づくり課と子ども部母子保健課の 2 つの部と課で策定しております。本日は両部長・次長も参加させていただいておりますので、それぞれの部から職員の自己紹介をいたしますが、お時間の関係上、名前の読み上げとさせていただきます。それでは健康福祉部から紹介をいたします。

健康福祉部長 青井、健康福祉部次長 市原、健康づくり課長 永井、健康づくり課主査 春山、健康づくり課主任理学療法士 安達です。

本日は、自殺対策計画（いのち支えるまちづくりプラン）の取り組み報告もごございますので、当課と同じく事務局に位置づけられている、障害者支援課職員も参加しております。障害者支援課長 小倉、障害者支援課主任保健師 吉澤です。

続きまして、子ども部の紹介をいたします。子ども部長 立石、子ども部次長 須藤、母子保健課長 原、母子保健課副主幹 湯浅、母子保健課副主幹 横田。職員紹介は以上です。

続きまして、お手元にある資料 1 八千代市第 2 次健康まちづくりプラン推進・評価委員会設置要領をご覧ください。

第 5 条にて、委員会に会長及び副会長各 1 名を置き、委員の互選により定めるとしております。会長は会務を総理し委員会を代表するもので、副会長は会長を補佐し、会長に事故があった場合はその職務を代理する、としております。

それでは、会長・副会長の選出にうつります。どなたか立候補される方、あるいは推薦していただける方はいらっしゃいますか。

(中村委員 挙手) 中村委員, お願いいたします。

(中村委員)

会長に福田委員, 副会長に石崎委員にお願いしたいのですが, どうでしょうか。

(事務局: 馬場)

ただいま, 中村委員より, 会長に福田委員, 副会長に石崎委員というご推薦がありました。皆さまいかがでしょうか。ご承認いただけるようでしたら, 拍手をお願いいたします。

拍手を多数いただきましたので, お二人に会長, 副会長をお願いしたいと思います。

福田会長と石崎副会長は, 会長・副会長の席に移動をお願いいたします。

それでは, 八千代市第2次健康まちづくりプラン推進・評価委員会設置要領第6条におきまして, 会長が議長となるとしておりますので, ここからは議事進行を福田会長にお願いしたいと思います。福田会長, よろしくお願いいたします。

(福田会長)

それでは着座にて失礼いたします。はじめての方もいると思いますが, 八千代商工会議所の福田光宏と申します。よろしくお願いいたします。商工会議所といっても職員ではなく, 普段はゆりのき台を拠点に訪問看護や看護小規模多機能などの介護事業をやっております。前回も会長を拝任いたしまして本プランに参画させていただきました。はじめての方もいらっしゃると思いますので簡単にこれまでの経緯を話させていただきます。平成25年度からの10年計画として進めてきたこの計画は, 部長もおっしゃっていたように5年目の見直しを経て改訂版が出されました。改訂版の中を見ていただくと, いろんな数字があると思いますが, 本プランにおいては, 目標を定めて, その目標値に向かって取り組むというスタイルをとっています。仮に目標値が達成できなくても, そこに行き着く過程の中で, どのような事があつたか考えながら, 進めていくPDCAサイクルを使って推進評価していることをご承知おきいただきたいと思います。ですので, 各団体や市民の代表である皆さまから忌憚のないご意見をいただきながら会を進めていきたいので, 皆さま, よろしくお願いいたします。

副会長であります石崎委員におかれましては, 諸事情で私が欠席となった場合, 第5条に則り代理をしていただきたくよろしくお願いいたします。石崎副会長より, 一言お願いします。

(石崎副会長)

東京成徳大学の石崎でございます。今は健康スポーツ心理学科で教員をしております。専門は心理学, 発達心理学, カウンセリングを中心に研究や教育を行っています。前々回の委員会からお世話になっております。

田中先生のご指導のもと, このプランに参加させていただき, 大変優れた取り組みに微力ながらお手伝いさせていただけることを本当に嬉しく思います。

大学では健康心理学の講義も担当しておりますが、現在、健康心理学においては、健康は身体的健康（体が上手く機能していること）、心理的健康（気持ちやこころが上手く機能していること）、社会的健康（周りの方と上手く関わっていること）、認知的健康（ものの考え方にゆがみがない）、それに加えて環境的健康（周りの環境が持続可能な状態であること）に分類され、つまり、恵まれた環境の中で多くの人たちと関わりながら、こころも体も上手く機能している状態を健康と捉えています。

あとで田中先生からもお話があると思いますが、このプランの考え方は、豊かな環境の中で人と人との関わり、笑顔が溢れる、そんな社会をめざしているのです、そこに大変共感している所です。今後も微力ながらお手伝いさせていただきたいと思いますのでよろしく願いいたします。

（福田会長）

ありがとうございます。それでは初めに、本日の資料の確認を事務局よりお願いします。

（事務局：馬場）

資料は式次第とその裏面が席次表になっております。その他、資料 1 として八千代市第 2 次健康まちづくりプラン設置要領、資料 2 として委員一覧、資料 3 が講演資料となっております。追加資料として八千代カレーのチラシと受動喫煙防止対策のうちわをお配りしました。不足などございましたらお知らせください。

（福田会長）

それでは、次第に従って進めていきたいと思えます。

本日は推進・評価委員会の第 1 回目となりますので、田中先生に「私たちのまちの健康づくり」をテーマに第 2 次健康まちづくりプランの位置づけとヘルスプロモーションの理念について、30 分ほどご講義いただきます。

次に、事務局より八千代市第 2 次健康まちづくりプランの推進経過と部会体制について説明があります。最後に、20 分程度、各部会に分かれて顔合わせと部会長の選出を予定しております。

本日、協議事項はございませんが、次第 6 の後に、質問やご意見の時間をとりますので、ご発言をお願いいたします。

それでは「私たちのまちの健康づくり」をテーマに、東京大学医学部客員研究員の田中先生のご講演となりますので、事務局より紹介をお願いします。

（事務局：永井課長）

田中先生は内科医として勤務後、現在は東京大学客員研究員として全国各地で講演の依頼を受けるなど、ご活躍されております。

八千代市では平成 13 年の本プラン構想時から健康づくりアドバイザーとして長年にわたり携わっていただき、ご指導・ご助言をいただいております。

本日は「私たちのまちの健康づくり」をテーマに、本計画の位置づけや基本方針としているヘルスプロモーションの考え方をご講義いただきます。宜しくお願いいたします。

それでは先生よろしくをお願いいたします。

(アドバイザー：田中先生)

皆さま、こんばんは。ご紹介いただきました田中でございます。大上段に構えて私がお話しする程ではないのですが、平成13年度からアドバイザーとして、このプランと一緒にやってきましたので僭越ではございますがよろしくをお願いいたします。

今日お伝えすることは、本プランの位置づけとこの計画の根底にあるヘルスプロモーションの考え方という大きく2点です。ヘルスプロモーションのヘルスは健康、プロモーションは推進ですので、健康推進、つまり健康づくりがどんな考え方で進められているか、このプランの土台になる考え方をお伝えします。

皆さまは委員の改選に伴いまして、今回、まちづくりプランの委員になられた訳ですが、プランや計画は堅苦しくとっつきにくいと感じられている方もいらっしゃると思いますが、プランや計画は市民の皆さまにとって、とても大切なものだという事をお伝えしたいと思います。

先日、参議院選挙がありました。市長選挙も4年に1度あります。選挙によって、市長が変わることはありますし、市長が変わらなくても管理職や担当者も人事異動などで変わります。特に市長が変わると新しい目玉事業などが始まります。例えば、第2子以降にはお祝い金を出すとか、最強の虐待防止条例をつくるなど、政策は変わります。もちろん、新しい時代の新しい考え方で新しいものがどんどん出ていくのはとても良いことですが、リーダーが変わる毎に政策が変わり、色々なことが変わり、一番振り回されて、困るのは市民の皆さまではないでしょうか。

そこで考えられたのが、職員が変わっても連続性を担保できるように、行政計画をつくるということでした。福田会長や青井部長からもあったように、このプランは10年間の計画です。つまり、市長が変わっても、管理職や担当者が変わっても、10年間は安定的に、連続して、この計画に則り進めていくことができるということです。ただし、時代の流れによっては、新しい内容がでてきます。そこで5年で見直ししながら進めていくものとして、前年度は自殺対策計画を盛り込んだ改訂版を策定したわけです。計画というものは、形は違いますが、政治家のマニフェストに近いものがありますね。

市民の皆さまが困らないために計画はあるので、本当はとても大切なものだと捉えていただければと思います。計画は皆さまのもので、つくる時も、見直す時も、市民の代表となる皆さまと共に一緒に行っていこうということで、集まっていたいただいた次第です。

次に健康まちづくりプランの位置づけについてですが、市の健康増進計画としています。これは、国の健康日本21という計画の地域版を健康増進計画と呼んで、努力義務ではありますが、各自治体でつくるように健康増進法という法律に基づいているので、極めて大切な計画になるわけです。

また、八千代市の計画は色々な計画を包含しており、すこやか親子21という健康日本21

の子ども版の計画を含んでいます。それから、食育推進計画という食べ物に関する計画も含んでいます。これは何を食べるのかという事だけではなく、生産者との繋がりも大切にしていこうという考え方など、食に関する色々なことを含んだ計画です。それから、お口の健康が全身の健康に関与する事がわかってきているので、八千代市では歯と口腔の健康づくり推進条例を制定し、その内容もこのプランでは含んでいます。

それから、行政だけで進めるのではなく、市民の皆さまとPDCAサイクルを回しているという特徴があります。Pは計画、Dは実行、Cは評価、Aは改善ということで、最近ではビジネス書にもPDCAサイクルという言葉が多くでてきました。巷にこの言葉が出回る前から八千代市はいち早く取り入れていたので、先進的に取り組んでいた計画と言えます。

先程から出ている健康日本21が何かということは、プランの背景になるものなので簡単にご説明します。2000年頃に打ち出された第3次国民健康づくり運動というものがありますが、これが健康日本21となります。21世紀における国民健康づくり運動ということで位置づけられ、これには4つのポイントがあります。

1つは病気にならないという1次予防の充実です。健康診断は早期に発見して早期に治療するという2次予防になりますので世の中はわりと2次予防で進んでいることが多いかと思えます。第1次国民健康づくり運動も第2次国民健康づくり運動も1次予防を謳っていた割に2次予防が中心となっていたという反省があり、第3次国民健康づくり運動では1次予防を再度、重視しようとなったわけで、改めて病気にならないような健康づくりに取り組もうとなりました。

2つ目は、子どもから高齢者まで、生涯を通じた健康づくりが打ち出されました。これについては、今までやってきたように思いますが、各世代の健康づくりというより、高齢者になっても元気であるために成年期には何をしたら良いのか、元気に働けるには学生時代に何をすべきなのか、子どもの頃からどういう生活を送っておけば良いのか、そういう風に子どもの頃からの積み重ねが人生の最後の段階で出てきますので、生涯にわたる健康づくりを改めて打ち立てたということです。

3つ目は、数値目標を設定して管理していこうというものです。このような数値目標を設定したのはこの計画が初めてで、これ以降はどの計画も数値目標を設定するようになりました。

4つ目は、科学的根拠に基づいた政策を行うということがあり、感覚ではなくデータに基づいた健康づくりを行うことがポイントになっています。

以上、4つがポイントになっていると考えています。それを受け継いだ第4次国民健康づくり運動が2013年からはじまり、健康寿命の延伸と健康格差をなくするという2点を目標に掲げるようになりました。

その後、自殺対策基本法が施行され、自殺者が3万人を超えたということで問題になりました。今は減っていますが、問題にはなっています。

それから2018年、昨年になりますが改正健康増進法の成立により受動喫煙防止対策の強化ということで、飲食店に対して喫煙場所と非喫煙場所をしっかりと分けてくださいという事を盛り込んで法律が改正されました。

こういった流れを受けて、八千代市のプランがあるということをおさえてください。

健康日本21（第2次）の概念図とありますが、先程、申し上げたとおり、健康寿命の延伸と健康格差をなくすことが目標です。その目標に向かって、生活の質の向上と社会環境の質の向上という2つの柱があります。1つ目の柱となる生活の質の向上は、健康づくりそのものです。予防に取り組み、リスクファクターという悪い要因を減らしていこうということで、1次予防の一つになります。2つ目の柱となる社会環境の質の向上は、社会環境自体を良くして、人々の健康をつくっていく社会的健康を示します。八千代市でいえば「野菜たっぷり認定メニュー」が当てはまります。

一人一人が健康に気を付けて、健康寿命を伸ばしていこうという柱と、八千代市に住んでいれば自然と健康になるようなまちにしていこうという柱の2つの柱が大切になります。

次に、ヘルスプロモーションについてですが、大事なのは単に体やこころの健康に取り組むのではなく、例え病気や障がいがあってもその人らしい暮らしを地域で継続できる社会的健康にも目をむけて行く必要があるということです。やはり、元気はつらつは必要ですが、それだけではなくて、今回の参議員選挙でALSの方が当選しましたが、そういった障がいがあっても病気があってもその人らしい暮らしができるまちにしていこうという考え方がヘルスプロモーションということです。

その実現のためにはどうしていけばいいのか、それは自助、共助、公助です。昔はこれで通っていましたが、現在は考え方が変わってきています。自助は自分を助けるというもので自分の健康は自分で守る、共助はみんなで支え合う、共に助けるということです。公助は公が助ける、行政などが健康づくりをするということで、この3つは福祉の3原則ですが、最近では互助という考え方が加わりました。みんなで支え合うのは共助ではなく互助だという考え方になってきて、共助は健康保険や医療保険の制度によって助けるという考え方に変わってきています。これを図で表したのが、これから皆さまがよく目にすることになる、坂道で健康の玉をみんなで押す絵になります。一人で押すのが自助、みんなで押すのが互助、傾斜をゆるやかにするのが公助、共助になります。実は自助、互助はアメリカ型のヘルスプロモーションの軸足となり、公助、共助はヨーロッパ型のヘルスプロモーションの軸足となっており、両方の良いところを取ったのが、八千代市のプランの特徴です。

これから皆さまは、どんな八千代市になったらいいのか、そのためにはどんなことが必要なのか話し合うことがあると思いますが、これも八千代市の進んでいるところで、昔は平均値より低いと問題と捉える傾向がありました。このプランはそうではなく、どんな八千代市になったら良いのかに照らし合わせて、現状とのギャップを問題と捉える現代的な捉え方を昔から行っていましたので、かなり時代を先駆けた計画づくりになっていました。

ですので、行政などの専門的な知識や制度を活かしながら、また生活者の皆さまの切実な思いなどを合せて、このプランを更に良いものにしていきましょう。以上です。

（福田会長）

田中先生、ありがとうございました。今後の推進・評価委員会においても、ご指導の程お願いいたします。続きまして、次第6、八千代市第2次健康まちづくりプランのこれまでの

取り組みについて事務局より説明をお願いします。

(湯浅：すこやか親子)

すこやか親子世代の取り組みからお伝えします。この世代は、「妊娠期～乳幼児・思春期」を対象としています。子育て中の親が家庭や地域で孤立することなく健やかに子育てするためには、妊娠期から乳幼児期にかけての切れ目ない支援を地域づくりの観点から行っていく必要があると考え、重点取り組みは、「親子のこころの健康を地域で支える健康づくりに取り組みます」と掲げています。この重点取り組みを3つの方向性から推進しています。

まず1つ目が子育てしやすいまちづくりについてです。八千代市には地区毎に子ども支援センターすてっぷ21や地域子育て支援センターが7カ所設置されています。ここは、親子で遊べる環境で、子育てアドバイザーと母子保健課保健師を中心に、地域の現状や特性に合わせた活動を進めています。その中の1つとして関係機関や住民組織を交えてその地区の情報交換や課題を検討する地域情報交換会を行っています。

2つ目が親の子どもへの接し方のスキルを高める事業についてです。親が非暴力コミュニケーションで子どもとの対話をスムーズに進められるよう、子育てアドバイザー等のスキルアップ研修を行い、支援センターの利用者の相談などに活かしています。また、歯科健診などの母子保健事業で、スライドにも出ている「愛の鞭ゼロ作戦」という非暴力的なコミュニケーションについてのリーフレットを用い、子育てのアドバイスを実施しています。

3つ目は夫婦で子育て（父親への支援）についてです。父親が子育てを楽しむきっかけをつくるため、「パパ新聞」を作成・配布し、父親向けの冊子を妊娠届出時などに配布しています。また、全数対象事業の中で父親向けの情報を伝え、子育て支援センターでは「お父さんと一緒に遊ぼう」という父親向けの事業を行い、夫婦で子育てするきっかけづくりを行っています。

その他の主な取り組みとして、子どもの食育については、「やちよ食育ネットワーク協議会」が行う事業として、平成24年度より農業生産者と小学校をコーディネートする食育推進事業「めざせ！食の達人 農業の先生とのふれあい授業」を実施しています。小学校3年生を対象に農業生産者と関わりのある食育授業を市内小学校22校すべてで実施することを目指しています。平成30年度は、全校で実施できました。ほかに、事業の周知や市の食育の取り組みに関する情報提供を目的に「やちよ食育マガジン」を発行しています。母子保健課や地域子育て支援センターで行う事業は、栄養士による妊娠期からの継続した食育事業を行っています。

思春期の生きる生とりっしんべんの性に関する取り組みについては、医療・保健・教育・PTA からなる思春期ネットワーク会議にて、思春期の課題をテーマに保護者への情報発信を検討し、思春期保健シンポジウムを開催しています。シンポジウムの内容については、ニュースレターにて保護者へ情報提供しています。また、子どもたちへの情報提供については、中学生向けに相談機関の紹介を載せたリーフレットを配布しています。更に、中学校へ「八千代市オリジナル生と性の教育教材」を配布し授業で活用できるようにしています。

(事務局：春山)

次に、はつらつ成年世代の取り組みについてご報告いたします。健康づくり課春山です。

平成30年度はつらつ成年世代の取り組みをご覧ください。この世代は、仕事や子育て等で忙しく、自分の健康づくりが後回しになる世代でもあります。そこで、日頃の食生活を無理なく見直し、運動の時間を作れなくても日常生活の中で活動量を増やす等、自然と健康を享受できる環境づくりの推進を念頭においてまいりました。

まず、食の分野では、外食でも野菜をたっぷり食べられる八千代市を目指して「野菜たっぷり認定メニュー」の取り組みを行い、多くの方に味わっていただくためココシルやちよという観光ガイドアプリでも、野菜たっぷり認定メニューの店舗情報を掲載しています。

その他、食環境整備を進める関係を飲食店と築いていけるよう、市内の飲食店から成る「八千代を食で盛り上げ隊」のイベント「八千代カレー」に参加しました。健康づくり課では、カレー作り講座の形で参加し、生活習慣病予防の知識を伝えることが出来ました。今年のチラシもご用意しましたので梨の季節にぜひ味わっていただきたいと思います。

また、たばこ対策として、たばこの健康への影響について様々な機会に情報提供を行いました。未来の喫煙者を増やさないため、年長児向けにたばこの害や禁煙のサポートに関する紙芝居を読み聞かせる喫煙防止教育を行いました。

そのほかに、世界禁煙デーのPRや千葉県の受動喫煙防止キャンペーンを実施しました。夏にはうちわ、冬にはカイロを配布しており、お手元にあるうちわは今年度のもので、受動喫煙による死者数なども書いておりますのでお読みになりながらご利用ください。

お酒に関する取り組みでは、成人式においてお酒との上手な付き合い方のチラシを配布しました。日本人の約半数はアルコールを分解しづらい体質であることから、チラシの中で体質を知るためのパッチテストを紹介しました。

運動に関する取り組みでは、「階段は無料の健康器具」というポスターを、駅の階段や市役所等に掲示し、運動する時間を作れない人でも、生活の中で活動量上がるようにPRしました。

また、手軽に正しい健康情報を入手し、生活場面で実践出来るよう「やちよ健康情報メール」を配信しております。登録者も4,000人を超え、情報ツールの1つとして大きなものとなっています。今後も登録者の拡大と配信内容の充実に努めてまいります。以上です。

(事務局：安達)

健康づくり課の安達です。高齢者世代のこれまでの取り組みについてご報告いたします。高齢者世代は、やちよ元気体操を活用した住民主体の健康づくりを中心に3つのめざす姿(生きがい、ふれあい、心身機能の維持)を三位一体で取り組んで参りました。この取り組みの核となるのが、住民主体の健康づくりを推進するやちよ元気体操応援隊となります。

応援隊は体操を覚え、まずはご自分が健康になり、身近な家族や友人を誘い、周りが健康になり、その方々が更に友人や知人を誘って、波及していくことで市全体が健康になっていくことをめざしています。

応援隊の養成は平成18年度から始まり、受講者は1,000人を越え、応援隊として登録して

いる方は現在 468 人となりました。

応援隊の養成が始まってしばらくは、体操の認知度も低くグループが増えない時期がありましたが、最近は年間 10 グループ前後、発足する年が続いています。今年度も既に 5 グループが新たに立ち上がり、現在、屋内で活動するグループが 77、屋外や商業施設で活動するグループが 18、合計 95 グループとなり、参加者は 2,000 人を越えているところです。

こちらの写真は各グループの様子です。屋内グループは 1 時間たっぷり動いて帰るグループが多いですが、最近は体操の後に、歌や脳トレを入れるグループや体力が落ちた方に参加してもらいたいと全ての体操を座って行うグループも出てきております。

公園や商業施設では椅子がないので 30 分程度の活動になりますが、参加者にとっては気軽に運動できる機会、集える機会になっており参加者は非常に多いです。

これらの活動は厚生労働省からも表彰を受けており、平成 29 年度には NHK のためしてガッテン！が出しているガッテンという雑誌にも取り上げられ、大きな PR ができ、今後もより一層、推進して参ります。

最後にその他の取り組みを 1 つご紹介いたします。今、ご紹介したような、運動をきっかけとした住民主体の健康づくりのノウハウを食の分野にも活かしてはどうかという委員の提案で食をきっかけとした住民主体の健康づくりも始まっています。

料理初心者の男性が調理の基礎やバランスの良い食事について学びながら、仲間と共に活動し、自主サークルに移行していくように支援しています。3 年目となった今年の「男の料理塾」でも自主サークルの発足が先日決まり、1 期生 2 期生の活動を参考にしながら運営方法を決めていました。下半期には八千代台公民館でも同じ講座を行い、各地域へ広がるよう働きかけてまいります。

(事務局：春山)

次に全世代を通じた歯科の取り組みについてご報告いたします。歯科衛生士の春山です。歯や口の健康は、食事や会話を楽しむことや生活習慣病予防など、全身の健康と大きく関わります。生涯にわたり歯や口の健康づくりに取り組むために、平成 24 年に歯と口腔の健康づくり推進条例を制定いたしました。条例に関する施策を実施するために、この八千代市第 2 次健康まちづくりプランを歯科の計画を兼ねたものとして位置づけており、むし歯を減らすことや定期的に歯科医院で健診を受けることなどを目指しております。条例に関する施策は 3 つあります。

1 つ目の施策は、歯と口腔の健康づくりの普及啓発です。各種歯科健診で歯に関する知識の普及啓発を行うことに加え、各種講座でも、年代に応じて歯科保健情報をお伝えしています。

2 つ目の施策は、定期的な予防管理の推進です。各種歯科健診を実施し、かかりつけ歯科医をもつことができるよう支援しました。

3 つ目の施策は、関係機関との連携・協力体制づくりです。八千代市歯と口腔の健康づくり推進会議を開催し、母子部会、成人高齢者部会においてライフステージ毎の課題に取り組みました。

母子部会では、八千代市公式ホームページの歯科保健情報の作成についての検討を行いました。乳児編、幼児編の2種類を作成、保育園等の歯科健診結果のお知らせに2次元コードを掲載し、情報提供に努めています。

また、これまで作成してきた媒体を活用する方法を検討し、幼児期の歯科健診の受診率向上の取り組みの1つとして作成したカードも保育園等のご協力により健診時期の年代に配布する等、より手元に届きやすい工夫を進めました。

また、中学生向けの健康教育媒体を作成し学校に媒体を提供しました。

次に、成人高齢者部会では、成人期の歯科健診受診率向上を目指して、歯と全身との関わりに注目して、たばこによる歯周病の悪化などを切り口に定期健診の重要性について周知を図りました。

その他、たばこを吸うことでなりやすい病気の一つとして、口腔がんについてもテーマとして取り上げました。口内炎と間違えやすいため自分で判断せずに歯科を受診することを周知しております。

また、噛む・飲み込むといった口の機能を維持するための舌の体操や唾液腺マッサージ、口を使ったゲームについて市民に情報提供しています。今後もゲームや体操を通して口腔機能向上の重要性について更に市民の皆さまの理解を深めていきたいと思っております。以上です。

(事務局：吉澤)

障害者支援課の吉澤と申します。私からは平成31年1月に策定いたしました八千代市のいち支えるまちづくりプラン、国が定める自殺対策計画の取り組みについてご紹介させていただきます。

本計画は、社会的孤立や生活苦等の生きることの阻害要因を減らす取り組みと、自己肯定感や信頼できる人間関係等の生きることの促進要因を増やす取り組みの双方を推進することで、誰も自殺に追い込まれることのないまちづくりの実現を目指しています。

基本的な施策として掲げているものが5つあります。

(1) 地域におけるネットワークの強化については、平成29年度より相談業務を行っている部署の担当が集まり、話し合いの場を設けてワーキンググループを開催しております。

(4) 児童生徒のSOS出し方に関する教育については、市内公立小・中学校の児童生徒及び保護者に向けて相談窓口の紹介をするSOSカードを配布しています。カードの内容は、冊子の118ページに掲載しています。

その他、(2)(3)(5)については、重点施策として掲げております。

重点施策の1つ目は悩みに気づける人材の育成です。昨年度は民生委員の方を対象にゲートキーパー養成講座を開催いたしました。

ゲートキーパーとは悩んでいる人に気づき、声をかけ、話をきいて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

講師には、まちづくりプランの委員にもなっている東京成徳大学の石崎先生をお招きし、人の話を聞くときの心構えや相談を受ける人の気持ちのあり様についてご講義いただきました。

今年度は、介護支援専門員を対象にゲートキーパー養成講座を本日実施いたしました。29名の方に参加していただき、大変好評でした。

2つ目の重点施策は住民への啓発と周知としております。

取り組み内容として、悩んだ時の相談窓口一覧の配布を行い、自殺予防週間や自殺対策強化月間に合わせて健康情報メールやホームページでこころの健康を保つ方法等について情報提供を行っております。

また、依頼講座等では適切なストレス対処法や睡眠の重要性について周知に努めています。今年度は、市民向けの講演会の実施も行う予定です。

3つ目の重点施策は生きることの促進要因への支援です。

八千代市では、高齢者の自殺者数が多いことが課題となっております。その高齢者が孤立することを防ぐための居場所づくりを重点施策として掲げております。いきいき高齢者部会でも推進しております、やちよ元気体操の自主活動も高齢者の居場所の1つとなります。

その他の取り組みとしては、今年度から死亡届を提出した人に対して相談窓口及び家族会等の案内チラシを配布し、情報提供を行っております。

以上で八千代市のいち支えるまちづくりプランの取り組みに関する報告を終わります。

(福田会長)

田中先生の講演内容や事務局の説明について、ご質問、ご意見等ありますか。

(新井委員)

社会福祉協議会の新井と申します。前回の委員会から参加させていただいている感想になります。当初は堅苦しい評価をするというイメージでございましたが、高齢者部会のメンバーはとても活発にお話されていますし、自身の活動の状況や色々な思いなどを事務局もよく受け止めてくださり、取り組みにも反映してくれていると思います。

たくさんの計画はありますが、このプランは住民の方との距離感が近い計画だなという印象を持ちました。特に私が所属するいきいき高齢者部会では、やちよ元気体操を使った取り組みを推進しており、数値的な目標はありますが、社会福祉協議会に関わっている地域の皆さんから、続々と「元気体操のグループを立ち上げた」とか「元気体操のグループに入ったよ」といういきいきした声を聞くことができ、この計画が八千代市に良い影響を与えてくれていると感じていたところです。これからは、我々もこの計画を地域の皆さんに伝えていく必要があるなと感じております。

(福田会長)

他にございますか。

(石崎副会長)

事務局の方々に対する要望という形になるかもしれませんが、生涯にわたって健康づくりをしていく視点はこの委員会では常にある視点ではありますが、世代を3つに区切っているため、どうしてもその世代毎の取り組みになってしまいがちです。

うちの大学にも元気体操の皆さんにきていただいて、大変に刺激を受けたように、例えば、男の料理塾の方々の活動が今後、地域食堂や子ども食堂に発展するようになったら、いきいき高齢者とすこやか親子をつなぐ活動になると思います。そういう事をお互い自由に話し合える機会があるといいなと感じたところです。

(福田会長)

それでは、続きまして、次第7、八千代市第2次健康まちづくりプラン推進・評価委員会における部会体制について、事務局より説明をお願いします。

(事務局：馬場)

委員の皆さまには事前に所属部会について、ご連絡させていただいております。お名前の右側に担当していただきたい部会を明記いたしましたのご了承いただけますでしょうか。

(異議なし)

ありがとうございます。表の右上、所属部会の(案)を消していただきますようお願いいたします。

(福田会長)

それでは、この後、3部会に分かれ、打ち合わせを行っていきます。部会に分かれる前に事務局より事務連絡をお願いします。

(事務局：馬場)

今年度は、全体で集まる会議は1回のみで、今後、各部会を2回開催予定です。部会日程については各部会の担当職員よりご説明させていただきます。

お席の場所は、はつらつ成年部会は後方、いきいき高齢者は前方に用意いたします。すこやか親子部会は、お手数ですが機能訓練室に移動をお願いいたします。お荷物とネームプレートをお持ちいただき、ご移動をお願いいたします。

本日の部会進行は、事務局担当職員が行い、終了時間は部会毎に異なりますのでご了承ください。

(福田会長)

それでは、部会に入る前に一旦全体の会議はここで終了させていただきます。

これをもちまして、令和元年度第1回八千代市第2次健康まちづくりプラン推進・評価委員会を終了いたします。皆さま、長時間に渡りお疲れ様でした。