

R令和5年度 第1回豊橋市健幸なまちづくり協議会健康づくり部会 議事録

日時	令和5年6月27日 13:00～14:30
場所	豊橋市保健所・保健センター 講堂
出席委員	別紙「出席者名簿」参照
欠席委員	1人
事務局	豊橋市保健所 健康政策課
事務局	<p>【事務局代表挨拶 撫井健康部長兼保健所長】</p> <p>豊橋市保健所長の撫井でございます。</p> <p>本日は、お忙しい中ご出席いただきましてありがとうございます。また、日頃は、本市の保健衛生行政の推進につきまして深いご理解とご協力をいただいておりますことをお礼申し上げます。</p> <p>本部会については、市民の健康づくりの支援に関することを協議する場であるとともに、総合的な健康づくり計画である「健康とよはし推進計画」の実施に関する現状、課題、方向性などを協議する大切な場となっております。</p> <p>本計画は今年度が計画最終年となっておりますので、昨年度実施した健康づくりに関するアンケートや事業実績に基づいた評価や課題を整理しております。</p> <p>国の健康日本21の動向としましては、引き続き健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目標に掲げています。個人の行動と健康状態の改善のみが健康寿命の延伸と健康格差の縮小につながるわけではなく、個人を取り巻く社会環境の整備やその質の向上を通じて、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を実現することとしています。</p> <p>本市の健幸なまちづくり条例の基本理念は、「市民の誰もが住んでいるだけで健幸になれるまちの実現」としています。次期計画ではこれらを踏まえ、誰一人取り残さず、生涯にわたって健康づくりが推進できるよう次期計画を策定したいと考えています。</p> <p>委員の皆様より忌憚のないご意見、ご助言をいただきたいと存じます。本日は、限られた時間の中ではございますが、有意義な会議となることを期待し、開会のあいさつとさせていただきます。</p> <p>本日はよろしく願いいたします。</p>
事務局	<p>【委員の紹介】</p> <p>【会長・副会長の選任】</p> <p>「運営要領 第4の2」の規定に基づき、「部会長は、委員の互選により定める」とあります。どなたか、ご推薦はございますか。</p>
委員	<p>会長に横井委員を推薦したいと思います。</p>

事務局	豊橋市医師会副会長 横井委員が推薦されました。皆様いかがでしょうか。
各委員	(異議なし)
事務局	<p>ありがとうございます。それでは、承認いただいたということで、横井委員に当部会 部会長をお願いしたいと思います。</p> <p>それでは、「運営要領 第6の2」の規定に基づき「会議の議長は、原則として部会長」となりますので、ここからの議事の進行を横井委員をお願いしたいと思います。</p>
議長	<p>まずは、当協議会の副部会長についてですが、「運営要領 第4の3」、「副部会長は、委員の中から部会長が指名する」と規定されていますので、副部会長を指名させていただきます。</p> <p>豊橋市歯科医師会副会長 鈴木研二委員に副部会長をお願いしたいと思います。皆さんよろしいでしょうか。</p>
各委員	(異議なし)
議長	<p>ありがとうございます。それでは、鈴木委員に副部会長をお願いします。</p> <p>それでは、議題に入ります。</p> <p>(1)運営要領の改正について 事務局から説明をお願いします。</p>
事務局	【議題(1)健康とよはし推進計画(第2次)の評価について 説明】
議長	<p>このことについて、ご質問やご意見はありますか。</p> <p>辻村委員、何か気になった部分はありますか。</p>
委員	<p>運動習慣を持つ者の割合がなかなか上がってきていません。</p> <p>今までの予想では高齢期になると時間の余裕ができ運動習慣を持つ高齢者の割合が増えると考えていたが、今後は就労の関係で運動する機会が減っていくのではないかと懸念しています。</p> <p>若いころからの健康習慣を持つという意味で、数年前に大学で子育て世代(30～40代)へアンケートを実施した結果、子育て期は、自分の健康に着目して運動することは難しい事がわかりました。またこどもの運動については、コロナが心配で平日は家で過ごす家庭が多く、土日に家の中で遊ぶ事が多くなったと回答した家庭の子どもに肥満傾向がみられました。</p> <p>継続して運動する事を考えると、いろいろなイベント等で子どもと一緒に遊ぶ、</p>

<p>議長</p>	<p>自分の目的だけではなく、皆と一緒に遊べるイベントや場所があると、運動することが楽しいと思える機会となり良いのではと思います。参加しやすく、魅力的なイベント内容の検討が重要なのではないかと感じました。</p>
<p>事務局</p>	<p>事務局から、今の発言に対する意見はありますか。</p> <p>若いころからの運動習慣や子どもたちと一緒に運動できる機会を環境の中に溶け込ませるといご意見の中で、学齢期の子どもたちへの取組についてお伝えします。</p> <p>本能的に運動に向かうところまでを学校教育の中で養うことは難しいですが、生涯の健康を支える運動習慣については、学校教育の中でのきっかけづくりが非常に重要と考えています。また、そこに、それを許すだけの環境が不可欠であると考えています。</p> <p>きっかけづくりについては、小学校低学年であれば、コロナ禍で外で遊ぶ機会、運動する機会が減った児童に対し、問題意識を持っている大人(教員)が意図的に子供たちを外に連れ出す事を実施しています。</p> <p>また、きっかけづくりには、心の内面に動機の波を起こせるかが重要です。</p> <p>毎年、5～6月に全国統一の体力テストを実施していますが、小学校高学年になると、自分の記録に対してもっと良い記録を取りたいという内発的な動機付けをくすぐるような取組が効果的であると感じています。例えば、体力テストシーズン以外(日常)でも、握力計や柔軟性を確認できる機器(体前屈計)を空き教室や廊下に置いておく事で、児童自身が体力や柔軟性を確認できる環境を作っています。また、宿題を親に確認してもらうカードの裏面に、こんな遊びをやってみようという時間と場所さえあればできる遊びの例を記し、できたらシールを貼るとい取組も実施しています。このようなきっかけづくりから、そこで感じた心地よさや楽しさが運動習慣につながると考えます。</p> <p>環境づくりでは、学校には運動場があります。学校生活中だけでなく、下校後も運動場の使用に制限をかけることなく、いつでも遊べる場の維持が重要と考えます。</p>
<p>議長</p>	<p>その他のご意見、ご質問はありますか。</p>
<p>委員</p>	<p>健康診断、検診については、いろいろな企業が取り組んでおり、アンケート結果からも会社員や、派遣社員はかなり受診している印象があります。自営業の方の受診率が課題だと思っており、次期計画で、このような課題に取り組んでいくことが重要であると考えます。</p>
<p>委員</p>	<p>行動制限や外出制限等、コロナ禍の影響はかなり大きかったと思います。</p>

事務局	<p>ワクチンの接種率や、健診受診率の低下もコロナ禍が影響している可能性があるとのことでした。歯科医院でも、マスク着用の影響から、口呼吸 になり、歯肉炎や歯周病の進行を及ぼすという結果がありました。コロナ禍が第 2 次計画にどのくらいの影響を与えたのか教えてほしいです。</p> <p>社会活動には、大きな影響を与えたと感じています。</p> <p>食習慣、運動習慣には少なからず影響があったと考えますが、国の調査結果では生活習慣については大きな影響は出ていないという結果も出ており、経年的な結果を見ていく必要があると思っています。</p>
委員	<p>マスコミでも、アフターコロナの影響やワクチンの副反応など報道されており、まだデータで出てこない影響も含めて、健康なまちづくりに努めてほしいと思います。</p>
議長	<p>他に、ご質問はありますか</p> <p>先ほどの事務局から社会環境の整備や PHR の活用が重要であると説明がありました。診療の中で、患者に血圧の測定値を自身のスマホに入力してもらっており、在宅時も含めた血圧の変化を確認する事ができます。また、企業がバックアップしたアプリを使用すると、血圧のデータとその他のデータ(歩数等)と一緒に確認する事で日々の生活習慣の見直し等による血圧改善をサポートしてくれるようなサービスがあり ICT の活用がされるようになってきています。高齢者はスマートフォンを活用できない可能性があります、PHR も含めて豊橋市としては、どのように考えているのか教えてください。</p>
事務局	<p>今年度から新たな取り組みとして ICT を活用したフレイル予防を開始しました。5 人 1 組がチームとなり、スマートフォンで撮影した写真と簡単なメッセージを送りあうアプリを活用することで、高齢者同士がオンライン上で活発に交流し、気持ちの張りが出る、チームの力で継続できるという効果があります。</p> <p>アンケート結果からもわかる通り、70～80 代のデジタル機器利用率が低い状況があります。デジタル機器に関心がある方でも、アプリのインストールは困難ですが、丁寧に伝えると楽しそうに活用されています。</p> <p>デジタル機器に苦手意識がある人が、アプリを使う事で知らないうちにスマートフォンに慣れ親しみ、健康づくりだけでなく、行政手続き等ができるようになるなど、デジタルデバイト対策を進めていく予定です。</p>
議長	<p>独居の方も増え、社会と隔絶される人も増えています。ICT の活用が社会とのつながりになればと思います。</p> <p>それでは、議題(2)について事務局から説明をお願いします。</p>

事務局	【議題(2)健康とよはし推進計画(第3次)の策定について 説明】
議長	説明に関して何か質問はありますか。
委員	健康日本 21 を参考に「自然に健康になれる」という目標は非常に高い目標であると考えます。また、「DX」と「健康格差をなくす」という事を両立していくのも難しいと思いますが、次期計画の中に、どのように DX を取り入れていくのか教えてほしいです。
事務局	健康マイレージアプリやスーパーに手をかざすと野菜摂取量がわかるような機器があったりするなどの ICT を活用しながら、目で見ても自分に何が足りないのかわかるような社会環境を整備することを次期計画で取り込んでいきたいと思っています。
議長	栄養士会から、食育推進計画についてのご意見があればお願いします。
委員	<p>食に関しては、意識が高い人とそうでない人との個人差が激しい状況にあります。</p> <p>手を差し伸べる必要がある人は、親の影響を受ける子どもであり、影響を与えている親へどのようにアプローチしていくかが重要と思っています。</p> <p>豊橋市ではいろいろなイベントを開催していると感じています。広報も、ライフスタイルに合わせた構成になっており見やすいと感じます。しかし、情報をキャッチできない人に、もう少し手を差し伸べていく必要があると思います。どうやって改善していくのかわからない人への支援が必要と考えます。個々への支援は難しいと思いますが、学校での支援はどのようなものがあるのか教えていただけますでしょうか。</p>
事務局	<p>豊橋市には 12～13 名の栄養教諭がいます。各調理場に 3 名ずつ配置しています。</p> <p>給食を通して、3 食しっかり食べることの必要性、朝食を食べる習慣、ダイエットについてなど、それぞれの興味や関心に応じた取り組みは実施しています。</p>
委員	次期計画では、健康格差の縮小を基本目標に掲げているが、次期計画でどのように取り組んでいくのか決まっていれば教えてほしいです。
事務局	具体的なことはまだ決まっておりませんが、現計画では障害を持った方の視点

議長	<p>はあまり含まれていませんでした。次期計画では、障害の有無、お金の有無にかかわらず、社会環境を整える事で誰でも健康になれる環境を作っていく事が健康格差の縮小につながると考えます。</p> <p>障害格差、健康格差への取組を基本方針2や3で取り組んでいけたらと思っています。</p> <p>他に意見や質問はありますか。</p>
委員	<p>コロナ禍で家から出ない事が増え、何かできる事はないかと、喫茶店をやっていた人が公民館で喫茶豊寿会を2か月1回ペースで開催しています。先日の日曜日は25名程来てくれ、参加者は徐々に増えてきています。女性の参加は多いが男性の参加者は少ない状況ですが、近所の人事は気になっていたが、家まではいけなかった人達が、顔が見られてよかったと話しています。また、公園で元気かと声をかける会も実施しており、簡単な事ですが、とても喜んでもらえています。</p> <p>参加してみたいけど、お世話役が大変という人もいますが、続けてこられた事が良かったと感じています。</p> <p>食育の面では、母の作るものに子が興味を示すなど、日常の何気ない会話の中で学んでいくことが大切と感じています。</p> <p>野菜が嫌いな子が、イベントで野菜の摂取量がわかる体験をし、ICTで見える化できるような事は効果的と感じました。</p>
委員	<p>こころ豊かという基本理念があるが、ほかの活動に比べてメンタルヘルスに関する活動や内容が少ない印象があります。</p> <p>コロナ禍で外出する機会が減少し、コロナの後遺症で心を痛めている人が増えてきている印象があります。</p> <p>また、活動報告では、睡眠はとれているとの報告でしたが、寝られなくなっている人が増えている印象もあります。</p> <p>次期計画に取り入れてもらったほうが良いのではないかと感じました。</p>
事務局	<p>ご意見ありがとうございます。次期計画では検討していきたいと思います。</p>
議長	<p>最後に、次第3のその他となりますが、事務局から何かありますか。</p>
事務局	<p>部会の第2回目は令和5年10月27日(金)13時から、場所はこども発達センターの研修室を予定しています。</p> <p>健康づくりに関するアンケートにつきましては、豊橋市ホームページに掲載しておりますので、ご活用ください。</p>

議長	<p>以上で本日の案件は終了いたしました。全体を通じてご発言等があればお願いします。</p> <p>他にご意見がないようでしたら、これにて議事が全て終了となります。</p> <p>皆様のご協力により会議が円滑に進みましたこととお礼申し上げます。これをもちまして議長の任務を終わらせていただきます。</p> <p>では、議事を事務局に戻させていただきます。</p>
事務局	<p>本日は貴重なご意見をありがとうございました。</p> <p>今後も皆様方のご協力をいただきながら、市が一体となって健幸なまちづくりを進めていきたいと思っておりますので、よろしく申し上げます。</p> <p>これをもちまして、「令和5年度 第1回豊橋市健幸なまちづくり協議会健康づくり部会」を閉会いたします。ありがとうございました。</p>