

令和6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6年8月27日 13:30～14:45
場所	豊橋市こども発達センター 研修室
出席委員	別紙「出席者名簿」参照
欠席委員	なし
事務局	豊橋市保健所 保健医療企画課
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頂いておりますことをお礼申し上げます。</p> <p>本日の健康づくり部会については、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」の実施に関する進捗状況を確認していく場です。しかし、今年度は健康とよはし推進計画(第3次)の初年度でもあり、第2次計画から継続して取り組んでいる目標項目のなかでも、改善が難しいのではないかと懸念される項目等について、委員の皆様からご意見を頂ければと考えています。</p> <p>また、健康づくりを進めるための社会環境の向上にむけた取組についても意見交換ができればと思っています。</p> <p>本日は、限られた時間のなかではございますが、皆さまから忌憚のないご意見、ご助言を頂きたいと存じます。本日は、どうぞよろしく願いいたします。</p> <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>会長に田中委員を推薦したいと思います。</p>
事務局	<p>豊橋市医師会副会長 田中委員が推薦されました。皆様いかがでしょうか。</p>
各委員	<p>(異議なし)</p>
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、田中委員に当部会 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</p>

<p>議長</p>	<p>部会長」となりますので、ここからの議事の進行を田中委員にお願いしたいと思 います。</p> <p>皆様のご協力を得て部会長を務めたいと思います。</p> <p>医師会の田中と申します。部会の名前通り健康で幸せなまちづくりができるよ う、みなさんのご協力のもと努めさせていただきます。不手際もあるとは思いますが ご協力お願いいたします。</p> <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 いますが、皆さんよろしいでしょうか。</p>
<p>各委員</p>	<p>(異議なし)</p>
<p>議長</p>	<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>次第2 健康とよはし推進計画(第3次)の概要について、事務局から説明をお 願いします。</p>
<p>事務局</p>	<p>【次第2 健康とよはし推進計画(第3次)の概要】</p> <p>お手元の「健康とよはし推進計画(第3次)概要版」1ページをご覧ください。</p> <p>健康とよはし推進計画(第3次)は、国の健康日本21(第3次)の「すべての国 民が健やかでこころ豊かに生活できる持続可能な社会の実現」に向けて、個人の 行動と健康状態の改善に加え、個人を取り巻く社会環境の整備やその質の向上 の取組を推進させ、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を実現する為に定めるも のです。</p> <p>健康とよはし推進計画は、第3次から、母子保健推進計画、食育推進計画を取 り込み一体のものとしています。</p> <p>計画の期間は、令和6年度から令和17年度までの12年間です。</p> <p>4ページをご覧ください。</p> <p>本計画の基本理念は、第2次計画の理念「こころ豊か からだ健やか みんな で健康」を継承しています。</p> <p>基本目標は、第2次で推進してきた健康寿命の延伸に加え、健康格差を縮小す る事を目標に掲げています。</p> <p>多様な働き方やDX(デジタルトランスフォーメーション)の加速といった社会変 化の中で、個人的要因や社会的要因により健康格差が拡大している事を踏ま え、すべての市民がすこやかでこころ豊かに生活できる持続可能な社会の実現 のために、基本方針1の個人の行動と健康状態の改善に加え、基本方針2の健</p>

康づくりを進めるための社会環境整備やその質の向上に取り組むことで、基本目標の実現を目指します。

目標の達成に向けて、3つの基本方針(1, 個人の行動と健康状態の改善, 2. 健康づくりを進めるための社会環境の向上, 3. 胎児期から高齢期にいたるまでの生涯を通じた健康づくり)を掲げ、それぞれの下に17の基本方針別計画を立てています。

5ページをご覧ください。

基本方針1)個人の行動と健康状態の改善を目指し、生活習慣の改善や、生活習慣病の発症予防・重症化予防、生活機能の維持・向上を目指します。また、第3次計画では、すでにかんや障害などを抱えている人も含め、誰一人取り残さない健康づくりの視点を持ち、心身の健康を保持するための取り組みを進めてまいります。

6ページをご覧ください。

基本方針2)健康づくりを進めるための社会環境の向上として、社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上、自然に健康になれる環境づくり、誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備を進めます。基本方針2の具体的な取り組みについては、意見交換の場にて説明します。

基本方針3)胎児期から高齢期に至るまでの生涯を通じた健康づくりでは、次世代を見据えた健康づくり、高齢期を見据えた健康づくり、心身の健康を支える食育を推進します。

乳幼児期からの生活習慣は、生涯にわたる健康づくりの基盤となり、成人期・高齢期における健康状態にまで影響します。また、妊娠前からの身体づくりや妊娠期の健康管理が胎児にも影響すること、現在の生活習慣が自身の将来だけでなく、次世代の健康にもつながることを意識できるよう、子供の頃から健康づくりを促す取り組みを推進します。

高齢期にいたるまで健康を保持するためには、高齢者の健康を支えるだけではなく、若いころからの健康づくりが重要です。

このように、第3次計画は、ライフステージ毎で区切って健康づくりを考えるのではなく、胎児期から高齢期に至るまでの生涯を経時的に捉えた健康づくりの観点をもって健康づくりを推進してまいります。

また、乳幼児期から高齢期までのすべての世代において、健全な食生活を送り、心身ともに健康で豊かに暮らすためには、切れ目ない生涯を通じた食育を推進することが重要です。家庭生活の状況が多様化する中で、家庭や個人の努力のみでは健全な食生活の実践につなげていくことは困難になっていくため、デジタルツールや自然に健康になれる食環境づくりを推進します。

7ページ・8ページには、本計画の指標一覧を掲載しています。

計画の概要につきましては、以上です。

議長	健康とよはし推進計画(第3次)の概要について説明していただきました。説明に関して何かご質問はありますか。
各委員	特になし
議長	では意見交換にうつります。 (1)健康とよはし推進計画(第3次)の推進について 1)目標達成にむけて意見交換したい項目について 事務局から説明をお願いします
事務局	<p>【次第3 (1)健康とよはし推進計画(第3次)の推進について 1)目標達成にむけて意見交換したい項目について】</p> <p>資料1をご覧ください。</p> <p>先ほど説明した概要版にも掲載されていた指標一覧となります。</p> <p>本計画は、令和6年度から開始であるため、令和5年度の実績値は参考値となります。</p> <p>実績値の記載がなく、空欄となっている項目は、人口動態統計の確定値が出ていないため、空欄になっています。</p> <p>横線の記載がある項目は、中間評価の際に実施する健康づくりアンケートにて把握できる項目となります。</p> <p>計画策定時に基準とした令和4年度の現状値から1ポイント以上改善または、増加・低下ペースが良好な項目については、四角で囲ってあります。</p> <p>一方で、計画策定時に基準とした令和4年度の現状値から1ポイント以上悪化または、増加・低下ペースが不良な項目を網掛けする形でお示ししています。</p> <p>網掛けした項目のうち、朝食欠食、1週間の総運動時間、40代の歯周炎、特定保健指導の実施、痩身児について担当課から現状や今後の方向性について説明させていただき、委員の皆様から、今後の方向性について委員の皆様からご意見が頂けたらと思います。</p>
事務局	<p>・痩身傾向児の割合:学校教育課</p> <p>本計画では女子が指標になっていますが、男子も痩身化が進んでいる現状があります。保護者から話題にされることは少ないですが、何らかの相談があった際は、養護教諭が当該児童の成長曲線をプリントアウトしたものを保護者にお渡しし、かかりつけ医に相談してもらおうようにしています。また、栄養教諭が授業や給食時に、成長期の食事の大切さについて指導などを行っています。家庭科や保健体育の授業内でも、成長期の健康については指導しています。</p>

	<p>・朝食欠食:学校教育課 男女関係なく、増加傾向にあります。痩身傾向児予防指導と同様の取り組みを行っています。</p> <p>・中学2年生女子の総運動時間:学校教育課 甚だ悪化が進んでいます。総運動時間数を話題にした機会はありませんでしたが、令和5年度のスポーツテストの結果を振り返った際に、直接の因果関係はないかもしれませんが、体力テストの結果が5段階中の1番悪いE判定と2番目に悪いD判定が約3割を占める結果となり、おそらく運動時間の減少と相関関係があると推察しています。中学校の運動系の部活動に入っていれば、運動時間も確保されると思われますが、土曜日の部活動も月2回(3時間/回)に制限され、部活動の地域移行が進むなかで、学校内での運動時間の確保は難しくなると思われます。解決の一手として、行政主導で土曜日に運動に親しむような機会づくりを創出することは必要だと感じています。</p> <p>・進行した歯周炎を有する者の割合(40代):健康増進課 コロナ禍におけるマスクの着用、受診控えが原因と思われます。対策としては、今年度より20歳30歳を含めた、20、30、40、50歳の歯周病検査未受診者に受診勧奨を行い、歯科疾患予防を進めていきたいと考えています。</p> <p>・特定保健指導の実施率:健康増進課 特に55～59歳、65歳以上で実施率が悪化しています。指導未受講理由としては、『自分で取りくむ』『仕事の都合』『必要ないと思っている』があります。 実施率向上の対策として、案内通知だけでなく、保健師・管理栄養士から指導を受けるメリットを具体的に説明する、休日に特定保健指導が受講できる体制を構築していきます。</p>
議長	<p>目標達成にむけて意見交換したい項目についての説明がありましたが、これについてご意見はありますか。</p>
委員	<p>朝食欠食については、全国的な問題だと思います。おそらく、家庭の事情で作れない、貧困等による格差の問題も含まれていると思います。貧困家庭に対する支援も必要なのかなと感じています。物価高騰等の影響もあり、格差のあるところに指導や支援が必要かと思います。</p>
議長	<p>ご意見ありがとうございます。 部活動の縮小や、熱中症対策等で、子どもたちが運動できる機会が減少していますが、中学生女子の総運動量は極端に悪化しています。学校だけではなく、</p>

委員	<p>運動の機会を確保できる取り組み等はあるのでしょうか？</p> <p>また、痩身児の増加は、次世代の心身の健康(プレコンセプションケア)の観点からもリスクだと思いますが、どのような対策が効果的なのでしょうか？</p> <p>運動については、乳幼児からの問題になっていると感じます。上手に走れない、ボールが投げられない子どもが増えており、そのような乳幼児を対象とするような体操教室が増えています。</p> <p>タブレットやスマホ、ゲームを小さい頃から使用しており、子どもの外遊びの機会が減少しています。スマホ所有年齢は低年齢化しており、小学生から所持している児童も増加しています。スマホを所有している児童・生徒の睡眠時間は減少傾向になるなど、健康リスクとなるものがたくさんあります。スポーツを身近で見たり、実施する機会が圧倒的に減っている現状があり、以前のように、スポーツを地域に戻すしかないと感じています。しかし、一方でこども会や保護者の横の繋がり(地域のつながり)が減っている状況もあり、スポーツを地域で活性化させることは困難であると感じますが、地域でのスポーツに参加できるような機会があれば良いと感じています。</p> <p>スポーツにおける傾向として、野球やサッカーなど、競技を成立させるための人数が多くないとできないようなスポーツは、競技人口が減少しています。また、グローブ等、必要な用品が買えない等の理由で競技人口が減少しているスポーツもあります。全世代が取り組めるような『ゆるスポーツ』が適しているのではないかと思います。</p> <p>体を動かさないと、お腹が減らず食べないというサイクルになってしまいます。運動と食は連動しています。</p> <p>また、今のこどもたちは、非常に見た目や見え方をとても気にする傾向にあります。インターネット上に、加工した写真を掲載しますが、加工した状態と現状の差に悩む子も多いです。その意識改善も必要かなと思います。若いころの『やせ』は、骨の脆弱化を促進してしまいます。大学の学生で、痩身の男子学生が咳をして、肋骨骨折したという事例もありました。食事をきちんと摂取する重要性を感じています。</p>
議長	<p>40代の歯周病予防について、25歳・35歳歯周病検診を実施して、若い世代からかかりつけ歯科医を持つ市民を増やす取り組みを実施していくようですが、ご意見等ありますか？</p>
委員	<p>マスク着用により、口呼吸になり口腔環境が悪化した、受診控えがあったと事務局から説明がありましたが、豊橋市で、健診の機会を増やしてもらったので、受診者が増加すれば、改善していくかなと思います。しかし、現在の受診率が6%程度なので、啓発に力を入れていただきたいと思います。</p>

<p>議長</p>	<p>スウェーデンでは2～3か月に1回の定期受診で虫歯と歯周病の改善が見られた事例があります。ブラジルでも同様の取り組みをしたところ、改善が見られました。これは豊橋市だけで取り組めるような内容ではないかもしれないが、健康教育が重要だと思います。</p> <p>コロナ禍が終わり、日常が戻りつつあり、忙しくなる中で、歯科を受診する時間の確保が難しいとは思いますが、しかし、歯科で専門的なクリーニングを受けることに効果があることは明らかなので、周知をお願いできればと思います。</p> <p>様々なご意見ありがとうございました。</p> <p>では、続きまして、2)健康づくりを進めるための社会環境の向上に向けた取組について事務局から説明をお願いします。</p>
<p>事務局</p>	<p>【次第3 (1)健康とよはし推進計画(第3次)の推進について</p> <p>2)健康づくりを進めるための社会環境の向上に向けた取組について】</p> <p>人生100年時代を迎え、社会が多様化する中で、各個人の健康課題も多様化しています。</p> <p>健康日本21(第1次)では、個人の取組を軸としていましたが、第2次では、個人と社会環境という二つの軸が示されました。今回の第3次では、社会環境の基盤の上に個人の行動が決まってくるという関係性が明示され、健康に関心の薄い人を含め、本人が無理なく健康な行動をとれるような環境づくりを推進するという新たな視点が入りました。</p> <p>健康とよはし推進計画でも、社会環境の向上が重要と考えています。</p> <p>社会環境の整備やその質を向上するという事はどんな事なのかわかりにくい部分があると思います。そこで、実際に、どのような取り組みが実施されているのか、豊橋健康宣言事業所、ゲートキーパー、伴走型支援、高齢者の健康づくりや介護予防について担当課からご紹介し、委員の皆様にご意見を頂けたらと思います。</p>
<p>事務局</p>	<p>・とよはし健康宣言事業所:健康増進課</p> <p>令和4年度は160事業所でしたが、令和5年度は、174 事業所に増加しています。リーフレットに記載している応援メニューは、民間企業のノウハウを活かし、年々ブラッシュアップしています。健康経営に着手できていない事業所には、事業所への訪問等を実施し、メニューの紹介など、個別の支援も実施しています。</p> <p>・ゲートキーパー:健康増進課</p> <p>本市においても、年々、精神疾患による受診者が増加しています。身近な人が悩んでいる人に気付き、話を聞き、専門の医療機関等に繋げられるような仕組み、すなわちゲートキーパーを増やすような仕組み作りを行っています。近年は</p>

	<p>企業からの講演依頼もあります。民生委員や市職員に対する講習も実施し、ゲートキーパーを増やし、支えるような仕組み作りを進めています。</p> <p>伴走型支援:こども保健課</p> <p>資料 2-3 をご覧ください。妊娠届出時には、すべての方と面接を実施し、子育てガイドを使用しながら、今後起こりうる問題等があれば、一緒に考えます。妊娠中のアンケートにより、希望者や支援が必要な方等には面接を実施しています。産後は、すべてのご家庭を訪問しています。このように、妊娠期から子育て期にかけて一貫して支援できるような体制をとり、身近に相談できる人がいないといった理由で孤立化することがないよう、支援に繋げています。</p> <p>対象者本人から不安を申し出てくれる場合も多いですが、周りに支援者がいない、自分で不安を口に出せない等のケースもあります。妊産婦から不安の表出がなくても、置かれている状況から予防的に支援者が関わられるような体制をとっております。地域の子育て支援とも連携しながら、進めております。</p> <p>・高齢者の健康づくりや介護予防について:長寿介護課</p> <p>介護予防のためには運動が大切であるため、自主グループを支援していますが、令和4年度から令和5年度にかけて、自主グループ数が69グループから65グループに減少しました。理由は、コロナ禍で活動を自粛していたグループが正式に解散した事があげられます。自主グループを増加させるため、運動スタート応援講座というものを行っています。運動指導の専門家からシニア世代に適した運動について、体を動かしながら効果的なポイントを学ぶ8回の講座です。8回の講座を受講して終了ではなく、講座終了後も自主グループとして活動を続けられるように支援しています。応援講座を通して、年に5グループほど増加しています。</p> <p>また、ほの国体操リーダーという体操や運動を指導できるような人材を育成しています。</p> <p>個人へのアプローチだけではなく、健康に関心がない人でも、知らない間に健康になれるという環境ができると、いいですね。事務局からの説明に関して何かご質問はありますか。</p> <p>子どもの支援が一貫して実施されており、とても良いと思いました。支援に際し、ICTなどを活用しているのか教えてください。</p> <p>まだ、ICTの活用までは至っていません。妊娠届は電子申請による申し込みを受け付けていますが、初回の面談はじっくり30分程かけて対面で実施しています。オンライン面談もできますが、対面を希望される方が多い状況です。</p>
議長	
委員	
事務局	

議長	高齢者の運動は具体的にどのような運動を実施していますか？
事務局	その場で足踏みをしたり、胸を開くような、室内で無理のない範囲でできるような体操が多いです。
委員	体操リーダーの募集はどのように行っているのですか？
事務局	広報とよはしに掲載したり、チラシを作り、関係機関に置かしてもらっている。累計 100 数十人の指導員が誕生していますが、高齢化に伴って活動していない指導員もいます。
委員	応援講座の講師が体操リーダーなのですか？
事務局	講座の指導員は民間に委託しており、運動の資格を持つ専門知識を持っている方にやっていただいています。
委員	応援講座で育っていくと、ほの国体操リーダーになるということでしょうか？
事務局	穂の国体操リーダーは、また別の養成になります。
議長	他にご意見はありますか？
委員	豊橋健康宣言事業所を増やしていきたいということですが、今後どのように啓発していく予定ですか？
事務局	広報とよはしや、担当が企業訪問を行い、横のつながりから増やしていく予定です。
委員	個別にまわるのも大変かと思いますが、商工会議所とも連携していただいて、関心のあるような企業の集まりなども活用していただければ良いと思います。 従業員の健康に興味のない会社はないと思います。しかし、どうやって健康経営に取り組めば良いのかわからない、何かすごいことをやらないといけないと思っている事業所もあると思いますので、ハードルをさげるようなPRができたらと思っています。
議長	市内に企業は何社程あるのでしょうか？

委員	<p>市内 14,000 以上の事業所があるといわれています。母数が 14,000 社だと、健康経営に取り組んでいる企業が少なく感じるかもしれませんが、県内の中で豊橋市は、積極的に取り組んでいる方かと思います。</p>
事務局	<p>商工会議所の協力を得て、商工会議所に登録のある企業にPRのメールを送付し、アクションのあった企業に個別訪問させていただき取組も行っています。その効果もあり、徐々に増加している状況になります。</p>
議長	<p>伴走型支援で妊娠してから出産し子育てしていく中で、いつでも相談できる安心感が得られる事は大きな事かと思いますが、住民の立場から何かご意見はありますか？</p>
委員	<p>近くにおじいちゃんおばあちゃんがいるような環境(3 世代同居)で見守っていると子育てしている保護者も安心できるのかなと思いますが、核家族化も進み、保護者が一人で悩んでいる状況があると思います。なので、伴走型支援という体制ができたのだと思います。</p> <p>近年の状況では難しいとは思いますが、本来は、近所で見守っていただけるような仕組みや、お互いに声をかけられるような環境があるといいと思います。</p>
議長	<p>他にご意見はありますか？</p>
委員	<p>健康とよはし推進計画(第3次)の中でデジタル化、ICT、DX化の記載がありますが、具体的な使用、計画、評価までは落とし込めていないように感じます。もし具体的な構想があれば教えてほしいです。</p>
事務局	<p>今回の計画の中でICTや DX 等は目玉の一つです。具体的には、健康増進課で、企業と連携して栄養状態を計測するベジチェックシステムを地域に置いたり、マイレージ事業もICT事業になるかなと思います。今後普及していくであろうマイナポータルの活用も見込んでいます。住民が ICT を活用して自身で健康管理していくことを目指しています。</p>
委員	<p>薬局でマイナンバーカードの使用について尋ねると、10数%くらいの方しか持参されていません。デジタル化の波に乗れない高齢者のフォローを行い、孤立化も防いでいただきたいと思います。</p>
委員	<p>ほの国体操リーダーについてですが、現在、Youtube で誰でも見るができます。全世代でできる運動ということで作成していますので、ご活用していただければと思います。</p>

議長	最後に、次第 4 のその他となりますが、事務局から何かありますか。
事務局	特にありません。
議長	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。 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。 皆様のご協力により会議が円滑に進みましたことをお礼申し上げます。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。 では、議事を事務局に戻させていただきます。
事務局	本日は貴重なご意見をありがとうございました。 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。 これをもちまして、「令和 6 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。