

令和6年度 名取市健康づくり推進協議会 議事録

日時：2024年5月9日(木)午後1時15分～午後1時55分

場所：名取市保健センター 2階会議室

出席者：渡部順子委員、佐藤徹也委員、涌澤亮介委員、高橋仁志委員、竹山恵委員、新田聡委員、服部博委員、高橋とし子委員

(欠席) 小林淑子委員、広瀬隆善委員、森かよ子委員

事務局：安倍健康福祉部長、安部所長、加藤所長補佐、矢澤統括保健師、熊谷保健総務係長、佐藤成人保健係長、菊地技術主査、大内

傍聴者：なし

作成者：大内

【開会】

(事務局：加藤)

定刻を少し回りましたが、まず、資料の確認の方をさせていただきたいと思います。次第、名簿、名取市健康づくり推進協議会の要綱、健康増進計画の数値目標です。カラーA4版になりますけれども、保健所さんから健康増進アプリ「みやぎ健康ウォーク」のチラシです。また、今回新しく作成しました「健やか なとり 21」の冊子と概要版になります。皆さんのお手元の方には、揃っておりますでしょうか。

開会に先立ちまして、委員の方から連絡が入っております。涌澤会長が少し遅れる報告をいただいております。よりまして、会長が来るまでに副会長に議事の進行役をしていただくこととなります。これは要綱の5条方に記載がありますので、そちらに基づいて進めさせていただきます。

本日は大変お忙しい中、令和6年度名取市健康づくり推進協議会にご出席をいただきましてありがとうございます。司会進行の務めさせていただきます、所長補佐の加藤と申します。どうぞよろしく願いたします。

それではただいまから令和6年度名取市健康づくり推進協議会を開会いたします。

本日の会議は、委員11名中8名の出席になります。本協議会要綱第6条第2項に規定する会議開催の要件であります、委員の半数以上の出席を満たしております。また、名取市審議会等の会議の公開に関する要綱に基づき、この協議会は公開の対象となっておりますが、本日、傍聴者はおりませんことをご報告いたします。

それでは、次第に沿って進めて参ります。

2、挨拶ですが、本来であれば会長の挨拶ということになりますが、会長がこちらの方に見えてからさせていただきます。

【職員紹介】

(事務局：加藤)

続きまして、4月に人事異動がありましたことから、事務局職員の紹介を安倍健康福祉部長から

させていただきます。

(事務局：安倍)

健康福祉部長の安倍です。昨年度から引き続きどうぞよろしくお願いいたします。

保健センター所長安部久美子です。

司会をしております加藤ですが今年から、所長補佐になっております。

矢澤統括保健師です。熊谷保健総務係長です。

今年度から新しく成人保健係長になりました佐藤です。

技術主査の菊地です。技術主査の大内です。

よろしくお願いいたします。

【議事】

(事務局：加藤)

次に議事に入ります。高橋副会長は議長席の方へお願いします。

(高橋副会長)

挨拶は会長が来てからということで議事進行を代行しますのでよろしくお願いいたします。それでは4、議事①「健やか なとり 21」の概要について事務局から説明をお願いします。

【議事①「健やか なとり 21」の概要について】

(事務局：矢澤)

説明をさせていただきます。よろしくお願いいたします。

昨年度、計画策定委員会を立ち上げ、健康づくり推進協議会より代表して涌澤会長、高橋副会長に、ご尽力いただきました。大変ありがとうございました。

皆様のお手元にあります「健やか なとり 21」サブタイトル～一人ひとりが主役 健康づくり推進プラン～の冊子ですが、こちらは保健センターで持つ健康に関する計画である、健康増進計画(第3次)、食育推進計画(第4次)、自死対策計画(第2次)を1冊にまとめたものになります。

(事務局：加藤)

ただいま、会長が到着しましたので議長の交代と挨拶をお願いします。

(涌澤会長)

皆様、本日はお忙しい中お集りいただきありがとうございます。

本協議会は、健康増進法の規定に基づく健康増進計画の策定及び推進に関わる協議の場です。昨年度は、市の健康増進計画と、食育推進計画、自死対策計画の3計画の策定の年であり、それから各協議会や推進会議の代表者が集まり、計画の策定を行いました。令和6年の3月に出来上がったものが、皆様のお手元にある計画書「健やか なとり 21」になります。

本日は、事務局より健やか なとり 21 の概要について、またその中の、健康増進計画について説明をいただきます。期間は令和6年から17年までの計画であり、本年度がスタートの年です。今後の施策の一助となるよう、それぞれのお立場で忌憚のないご意見を賜りますようお願いい

たします。

(事務局：矢澤)

先ほどの続きから説明させていただきます。

2枚めくっていただいて目次をご覧ください。「第1章 計画の策定にあたって」、「第2章 名取市の現状」、「第6章 計画の推進」は3つの計画に共通する部分になります。「第3章 健康増進計画」、「第4章 食育推進計画」、「第5章 自死対策計画」となり、各個別計画が章ごとになっています。

4ページをご覧ください。計画の位置づけですが、名取市第6次長期総合計画を上位計画とし、市の各計画と整合、連携を図ります。また健康増進法等の法律や、国・県の計画とも総合的・一体的に推進していきます。

5ページの計画期間になりますが、国の健康日本21に合わせ、令和6年度から令和17年度までの12年間になります。令和11年度には、中間評価を行い、見直しを行います。

8ページをご覧ください。基本理念は「共に支え合う 生涯を通じた健康づくり」と決めました。市民一人ひとりが健康づくりや食育、自死対策などの取り組みを通して、共に支え合い、心身ともに健やかであることをめざします。

9ページの図をご覧ください。3つの計画の基本目標である「健康寿命の延伸」「健全な食生活」「支え合いの地域づくり」を目指して、生活習慣病予防や生活習慣の改善、食文化の継承、ライフステージに合わせた食育、生きる希望への支援、地域におけるネットワークの強化に向けた対策を行います。

13ページからの名取市の現状については、この後の説明でも出てきますので、割愛させていただきます。

ページが跳んで105ページの「第6章 計画の推進」になります。図の下にありますが、健康づくり推進協議会等と連携し、課題や目標の共有をしながら、関係団体、行政などが一体となって進めていきます。106ページには計画の推進管理と評価方法になりますが、健康づくりに関してはこちらの「健康づくり推進協議会」が進捗状況を管理し、目標達成に向けた課題の整理や取組内容の見直し等を行っていただくことになります。

107ページには、健康増進計画の成果指標、数値目標をのせております。分野ごとに設定した指標により、取組目標を評価し、取り組むべき課題について一覧になっております。

以上で、「健やか なとり 21」の全体概要についての説明を終わります。

(涌澤会長)

ありがとうございました。委員の皆様から何かご質問はありますか。

ないようですので、議事②健康増進計画(第3次)について事務局より説明をお願いします。

【議事②健康増進(第3次)について】

(事務局：佐藤)

それでは、続いて健康増進計画につきまして、概要版から説明いたします。カラーの「健やか なとり 21」概要版をご覧ください。

基本目標は、「一人ひとりがライフステージに応じた健康づくりに取り組み、健康寿命の延伸を目指す」です。

次は主要施策になります。(1)生活習慣病の発症予防及び重症化予防の取組の推進です。生活習慣病は健康寿命や生活にも関わることから、生活習慣病の発症予防、重症化予防を中心とした取組を推進します。(2)生活習慣の改善に向けた健康づくりの取組では、生活習慣や生活スタイルが変化する中、一人一人の健康を維持増進できるよう、全般的な生活習慣改善に向けた健康づくりの取組を進めて参ります。

続いて、名取市の状況になります。①の健康寿命になります。健康寿命とは、下の米印にありますように、健康上の問題で、日常生活が制限されることなく生活できる期間です。県と比較すると男性は0.7年長く、女性は0.1年短い状況です。②死亡の主な内訳になりますが、悪性新生物が最も多く、令和2年度は死亡者数667人のうち202人と3割を占めています。次に心疾患、糖尿病、脳血管疾患の順で高くなっています。

課題の1つ目として、「①血糖値が高いものが多い」状況です。ヘモグロビンA1Cですが、こちらは下の米印にもありますように、過去1〜2ヶ月の血糖の平均値を反映したものになります。5.6%以上の正常値以上のもの割合が、県、国と比べて市では男性で77.6%、女性が79.7%と多い状況です。目標に関しましては、先ほどの冊子にも載せておりますが、配布した白黒A3の用紙をご覧ください。分野の上から3つ目「糖尿病」というところになります。評価目標としまして、血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合、健診受診者の糖尿病の割合、合併症の減少になります。また、右側の目標値に向けて減少を目指します。

概要版にもどります。次の課題として「②メタボリックシンドローム該当者が多い」状況です。こちらは、該当者予備群と合わせて令和4年度は合計35.3%でした。またこの白黒A3の用紙をご覧ください。分野の上から2つ目「循環器疾患」で、評価項目はメタボリックシンドロームの該当者・予備群です。令和4年度から5年度は横ばいの状況ですが、目標値30.4%を目指したいと思っております。

概要版に戻ります。次に「③運動不足の者が多い」状況があります。1日1時間以上身体活動している方の割合は、新型コロナウイルス感染症拡大以降年減少しており、男性は47.5%、女性は49.0%です。目標ですが白黒A3をご覧ください。分野の下から4つ目です。評価項目は、1日1時間以上運動している方の割合、運動習慣者の割合で令和4年度から令和5年度は横ばいですが、目標値は70%を目指します。

概要版に戻ります。「④歯周病を有する者が多い」現状があります。歯周病検診受診者で歯周病を有する者の割合を見ると、40歳、60歳ともに高くなっています。白黒A3をご覧ください。分野の上から4つ目になります。評価項目として、歯周病を有する割合になります。歯周病は新型コロナウイルス感染症とも関係しており、受診控えやマスク生活により口腔内に影響もあつたと考えられます。令和4年度から令和5年度のみで比べると減っておりますが、約半分は歯周病の状況です。目標値ですが、歯周病を有する割合を40歳で60%、60歳で75%を目指します。

(事務局：熊谷)

続きまして、①のがんと、⑤の栄養と食生活のところで説明をさせていただきます。

まず①のがんについてです。約2人に1人ががんに罹患すると言われております。がんの死亡率減少を図るためには、早期発見早期治療が重要でありますので、まずは、がん検診を多くの方に受診していただくための受診勧奨が課題となっております。そこで目指す方向としましては、広報やホームページ、健康イベントなどを利用した発症予防に関する知識の普及啓発の他、本市で、今年

度から導入されました、名取市ポータルアプリ「ナトぼた」というものがあるのですけれども、そちらを利用した受診勧奨を行っていきたいと思っております。

次に⑤の栄養・食生活についてです。栄養・食生活は健康づくりの基本となっており、野菜不足や食塩の過剰摂取など、食事バランスの乱れから肥満や生活習慣病の増加に繋がっていきます。目指す方向としましては、広報などを利用した正しい食に関する情報を発信する他、健診結果を踏まえた継続的な栄養指導や栄養相談、関係機関と連携し、乳幼児期からの肥満と健康課題の改善に向けた取り組みをしていきたいと考えております。その一つとしまして、令和元年度から令和5年度まで取り組んでおりました元気なとり減塩プロジェクトですけれども、そちらが5年間という計画期間でございましたので、昨年度で終了いたしました。さらにそれを発展させるために、新たに「チャレンジなとり減塩ベジ活 350」という取り組みをしたいと考えております。こちらについては減塩と合わせまして、今後は野菜摂取量を増やす取り組みをして参りたいと考えております。

以上、私の方から①と⑤、がんと栄養・食生活についての説明とさせていただきます。担当が変わります。

(事務局：菊地)

続きまして、同じく分野別の施策としまして、②循環器疾患からご説明させていただきます。循環器疾患の予防は、高血圧、喫煙、糖尿病、多量飲酒、脂質異常症の対策が基本となり、健康的な生活習慣を心がけることで、発症や再発予防をすることができます。名取市は心疾患の血管疾患などの循環器疾患での死亡は、がんに次いで多くなっています。早期発見、早期予防のための施策としまして、40歳未満の若年期からの保健指導を行い、将来の生活習慣病発症の予防を行います。また、家庭での自己血圧測定や体重測定が習慣化できるよう、普及啓発を行うなど、市民一人一人が自己の健康管理ができるよう支援していきます。

続いて、③の糖尿病についてです。糖尿病が初期の段階では自覚症状がないため、健診の結果から早期に生活習慣の改善や治療を開始することが重要となっております。未治療や治療中断は、血糖のコントロールが悪くなり、糖尿病合併症に繋がるため、医療機関を受診していない人や、治療を中断している人への、受診勧奨や保健指導を行います。

次に、④歯、口腔の健康についてです。口腔の健康は全身の健康にも関係していることから、口腔機能の維持・向上が重要となっております。乳幼児健診などでの歯磨き指導や定期健診の必要や歯周病予防の周知啓発など、ライフステージに応じて行います。また、歯と健康のつどい等の歯科イベントを実施し、幅広い世代への啓発を行っています。

続きまして、分野別施策の一番下の段になります。⑥身体活動運動についてです。身体活動量が多い人や運動をよく行っている人は死亡率が低いこと、また、運動はメンタルヘルスや生活の質の改善にも効果をもたらすことが認められています。運動は、高齢者のフレイル予防にも効果があることから、関係機関と連携した健康づくりやスポーツの推進を行っています。

続いて、⑦休養こころの健康です。睡眠不足や睡眠障害は、肥満や糖尿病などの発症リスクを高め、睡眠の質の低下はうつ病などの精神障害の発症のリスクも高めます。休養や睡眠が健康に与える影響などを乳幼児健診や広報、ホームページなどで周知啓発を行っています。

次に、⑧飲酒についてです。過度の飲酒は肝臓の障害や脳血管・心疾患やがん、うつ病など様々な健康障害と関連があります。飲酒に伴う健康への影響や、飲酒に関する正しい知識の普及啓発に加え、健診結果に基づいた飲酒に関する意見指導を実施します。

次に、⑨喫煙についてです。喫煙は、がん、慢性閉塞性肺疾患、糖尿病などに共通した主要なリスク要因です。特に妊娠中の喫煙は早産のリスクを高め、赤ちゃんにも影響します。たばこの健康被害や慢性閉塞性肺疾患についての啓発、母子健康手帳の際に行っているマタニティ相談で、喫煙や受動喫煙の健康への影響について周知します。

以上が分野別の施策になります。目標値の達成に向け、健康増進計画に基づく人材づくりの取り組みを行って参ります。

(涌澤会長)

委員の皆様からご質問はありますでしょうか。

ないようですが、私から質問させてください。この冊子及び概要版のパンフレットはどのような方に配布されるのでしょうか。全家庭に配布するものなのですか。このパンフレットやこの冊子が行き渡るものなのですか。

(事務局：矢澤)

この計画を概要版などで市民の方々に幅広く周知していきたいと思っています。保健活動を通して、地域に呼ばれて、老人クラブであったりだとか、民間が主催する教室であったりだとか、そういうところで話をさせていただきたいなど。

(涌澤会長)

策定に関係した以外の委員会などに一度に配布するものでもないですね。

(事務局：矢澤)

配布はしてはいいです。

(涌澤会長)

新資料を市民にそのまま伝えることは難しいと思うので、実際に健診を促したりするときに、啓発をまた別のわかりやすい資料を用いることで、この資料は使えるのではないかと思います。

他に何かございますか。ではないようですので、議事はこれまでにあります。

【その他】

(事務局：加藤)

5、その他ですが、事務局の方では特に用意はしていませんが、先ほど保健所の方から、「みやぎ健康ウォークで楽しく歩こう」というカラー版 A4 の資料いただいておりますので、説明をお願いしたいと思います。

(渡部委員)

今、宮城県で、デジタル身分証アプリ「ポケットサイン」というものの利用推進を進めておりまして、そのアプリのところにプラスする形で、歩数などが計測される機能があります。多くの方にこのアプリを利用いただければということで、5月から7月までの間、登録をしてたくさん歩いてもらおうと、デジタルギフトがあたるキャンペーンというのをしております。

このアプリを入れると何ができるかという、自身の毎日歩いた歩数や、どれくらいカロリーを消費されたかというのがわかります。こういうものを使って、毎日歩数をふやしましょうということを進めております。今やっているキャンペーンですが、毎日アプリを開いたり、8000歩以上歩くとポイントがたまり、500ポイント貯まると、先着順で何かもらえるということをやっているの、早くやってもらった方は、得をするというような仕組みになっています。

もし、よろしければ身近な方にこういったものありますよと、お勧めしていただければと思いますし、楽しく歩数アップですとか運動習慣の定着を図っていただければなというところで紹介させていただきました。以上です。

(事務局：加藤)

その他、委員の皆様から何かございますか。

ないようですので、閉会の挨拶を副会長からお願いいたします。

【閉会】

(高橋副会長)

皆様、今日は仕事の合間にお忙しいところお集まりいただきまして誠にありがとうございました。涌澤先生、本当にお忙しいところありがとうございました。「健やか なとり 21」ですが、これから12年間の間に達成を目指す目標がありますけれども、まず名取市民の健康に向かって、これからも我々も協力し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。これにて閉会といたします。

(事務局：加藤)

以上を持ちまして、令和6年度名取市健康づくり推進協議会を終了いたします。