

第1回健康くしろ21第3次計画検討委員会

日 時：令和5年8月29日（火）18：50～20：10

場 所：市役所防災庁舎4階 健康推進課ホール

出席者：別添座席表のとおり

関係資料：・次第

- ・資料1 健康くしろ21第3次計画検討委員会名簿
- ・資料2 健康くしろ21第3次計画検討委員会設置要綱
- ・資料3 健康くしろ21第3次計画 骨子案（たたき台）
- ・資料4 第2次計画と第3次計画の対比表

1. 開 会

2. 委嘱状交付

3. 挨拶

4. 議 事

委員長に堀口委員、副委員長に岡田委員が選出された。

（1）第3次計画策定の体制及び策定スケジュールについて

○事務局より説明。

⇒⇒ 各委員から意見・質問等なし。

（2）第2次計画の評価及び市民の健康を取り巻く状況について

（3）第3次計画の基本的な考え方及び健康づくりに向けた取組について

○議事（2）と（3）を一括して、事務局より資料3・資料4を使用し説明。

⇒⇒ 以下、各委員からの意見・質問等。

◇委 員

・昨年から国の骨太の方針で国民皆歯科健診という文言が出ている。現時点で全年齢ではあまり健診がされていない状況であり、国で取組を進めていくものになるが、それらを次期計画において含めていく考えがあるのか。

・前回計画のC評価の項目の中に「栄養・食生活」や「次世代の健康」があるが、「循環器疾患」「糖尿病」「慢性腎臓病」等と歯周病疾患に関連があると言われており、今後、検討していく予定があるのか。

◇委 員

・団体の取組では、慢性腎臓病・CKD対策として、「くしろCKDネットワーク」に参加し、腎臓の値の悪い人に対し、お薬手帳にシールを貼るという取組を進めており、糖尿病患者が減っているという事で、微力ながら力になれていると感じている。

◇委 員

・自分の食生活等も踏まえ、「新たに自分の健康を守る取組」の中にある、アルコールやたばこ、これらがどのような取組で進めていくことができるのか、色々考えながら進めていきたい。

◇委 員

・「幼児期」「学童期」については、学校教育においても非常に困り感のある子どもたちが多数出現している。

・学校では「早寝・早起き・朝ごはん」として、家庭に基本的な生活習慣を身に付けてほしいと考えているところではあるが、一方で、メディアタイム等で、ユーチューブを視聴、SNSやゲームをする、夜遅くまで熱中してやる、といった子どもがいて、興奮して夜寝れない、朝起きられない、といったことがたくさん起きている。それにより、トラブルが人間関係にまで影響し、学校教育の中では非常に重要な問題となっている。

・子育てでは色々な事情で、ゲームやスマホ、タブレットを与えておくと楽になるといったことが多くなっている現状ではあるが、子どもが産まれたときに、メディアタイム等による健康への影響を伝えることができれば良いと思っている。

◇委 員

・市民健康意識調査結果や前回計画の評価結果の「栄養・食生活」を見ると、栄養士の役割が非常に重要なものと改めて感じた。

・今の釧路市の現状において、栄養士がもっと積極的に市民の方々に関わることで、少しでも市民の健康を良くしたい、役に立ちたいと思う。

◇委 員

・釧路の健康に係る課題がここまで明らかになっているのであれば、本資料を委員だけでなく、もっと市民に対して、若い方々に対してPRした方が良いと思う。

・団体の活動状況は女性の参加が多いが、男性が少ない。特にウォーキングは女性が16人くらいで、男性は2人くらいしかいない。

◇委 員

・団体の活動の中では、保健環境部を担当しており、市民の健康をどのようにして維持していくかということで、パークゴルフ大会や月1回のごみ拾い、花壇整備等を行い、市民が外出できる活動を行っている。

・課題になっているのは、なかなか若い人たちが参加してくれないこと。高齢化が進んでおり、役員の担い手がいない。

◇委 員

- ・当団体の活動地区も人口が減ってきて子どもも少なく、お年寄りや独居老人が多い。
- ・行政や社会福祉協議会の健康に対する取組が行われ、お手伝いをしているが、今後も連携を図り、若い人の意識へ働き掛けながら取り組んでいきたい。

◇委 員

- ・当団体の活動地区の人口も少ない状況となっている中、地域住民の健康づくりや、生涯を通じた食育の推進に寄与することを目的に食生活の取組を行っている団体である。
- ・市民健康意識調査結果にある、子どもたちの糖尿病については気になる場所であり、小学校の児童とその保護者を対象とした料理教室を毎年1回開催している。子どものときから食習慣を身に付けて実践することにより、生活習慣病の予防を図ることを目的として活動しているが、野菜嫌いや偏食の傾向があると感じている。
- ・今後も親子を対象に食育活動を行って、本日の資料を活用し、親子で望ましい食習慣を身に付けられるように取り組んでいきたい。

◇委 員

- ・改めて釧路市の健康課題を再認識した。当団体は、団体単位で朝の体操の後にストレッチをやったり、お酒やたばこを控えたり、といったことを続け健康診断を受けたところである。
- ・個人単位で任せていると健康意識の高い人はどんどん健康になっていくが、健康意識の低い人はどんどん悪化していき、両極端に差が広がっていくと思われる。個人任せにしていくのはそろそろ限界があるのではないかと考えている。
- ・例えば、学校単位や町内会単位、或いは企業単位、企業には健康経営という経済産業省の仕組みもあるので、そういったものを活用して集団単位で何か目標を決めてやっていくということが必要と思っている。

◇委 員

- ・釧路市のスポーツを振興していく団体として活動しており、前回計画の結果が「身体活動」がC評価となっており、団体の活動不足を感じている。
- ・我々の活動においても、女性の参加は多いが男性の参加は低いというところがあり、なるべく男性の参加を促すよう手は尽くしているが、難しいところがある。
- ・少子化で子どもの数が少なく、また、家庭の事情で競技ができない状況がある中で、どのような活動をしていくと楽しくスポーツができる子どもたちが増えていくのか、そういったところを探しているところであるので、今回の計画策定に参加することで、団体としてどのような活動をしていくと役に立てるのか勉強していきたい。

◇委 員

- ・市民健康意識調査は、あまり良くない結果だと思うが、これがコロナの影響によるものなのかどうかは、第3次計画が始まってから推移を見ていかななくてはならないと感じている。
- ・当団体としては、第3次計画において検討中である「自分の健康を守る取組」において6項目ある

が、その中でエビデンスに基づいたものを提案していきたい。

- ・プレコンセプションケアということで妊娠前の女性の健康について提案しているほか、コンディショニングプログラムを作成しており、これをアスリートではなくて一般の方に対して、体調を整えるというところを提案していこうと考えている。運動と栄養と休養というところが基本となっており、こういった考えをいち早く釧路市に提案していきたい。

- ・体調を整えるというところで、毎日どこかが痛いとかをそのままにし、歳だから仕方ないとか、そういう方が非常に多くいると思うので、そこを一つの気付きとして、それは改善できるところを提案していければ、この計画の成功に導けるのではないかと考えている。

◇委員

- ・CKDプロジェクトで市との連携ができており、他都市の色々な取組を参考にし、それらが評価されてA判定になっているものと思ったところであるが、標準化死亡比を見たときに腎不全で亡くなった方が一番多いという結果と乖離しており、疑問に感じている。

- ・市では、現在、小学校5年生を対象にキッズ健診を実施しているが、子どもの肥満度等がかなり低年齢化している。低年齢化していくと、3歳児健診においても肥満が気になり、また、発達の問題においても先程の委員ご指摘のとおり、朝食時から母親の顔を見ずにテーブルの上でユーチューブを見ながら食べるとなると、言語遅れ等になることが明らかになっている。それらの率が釧路市は他都市より高いのか。

- ・確かに外で遊ぶ機会は少なく、自然環境の問題もあるので家でゲームをやらせるということもあるかと思うが、5歳児健診を提案したい。色々な形でお金をかけずに実施している自治体もある。

- ・低年齢の子どもの健康管理から進めていかなければならない。当然、成人に対する対策も、高齢者に対する生き生きとした健康寿命の対策も大事であるが、どんどん問題が低年齢化していくということに対して、第3次計画に盛り込んでいただけたらありがたい。

5. その他

事務局より、今後の手続きとして各委員に対して、「健康づくりに向けた取組」について、それぞれの所属する機関や団体においてどのようなことが実践できるかなど、後日意見照会を行うことについて協力依頼。

◆オブザーバー

- ・今回の計画の市民健康意識調査の分析や委員からの意見等を踏まえ、市に対して、事業提案をする立場で参加している。

- ・健康意識のない人に対して、どのようにすれば行動変容を起こしてもらえるのか、という業務を行っているが、色々な民間企業との繋がりや、NPOや市民団体との繋がりの中で、保健師だけではなくなかなか難しいという部分があるので、民間の力も借りながら、どのように行動変容させられるかを考えていかななくてはいけないと思っている。

- ・PRをどのようにしていけばよいか、どのようなツールを使えばもっと関心を持ってもらえるのか、そういったアイデアを寄せ集めていかなければならないと思っており、今後も委員のお話を聞かせていただいて情報交換しながら、何か今までやっていなかった部分の新しい提案をしていく中で、行

動変容を起こさせるような事業を提案していきたい。

・課題がたくさんある中でこれを全部同時にできるわけもないので、先程お話があったとおり、例えば、子どもというところに重点的にアプローチすることで、大人も巻き込める、ということや、最初から大人をメインにやっていくとか、色々な考え方があると思うので、この重点的にやっていくということを含めて一緒に考えていければと思っている。

6. 閉 会

次回の第2回会議は、10月31日（火）の午後7時から開催予定を伝えて閉会。