

## 令和5年度 第1回江南市健康づくり推進協議会 会議録

開催日時 令和5年7月27日(木) 午後2時～

場 所 江南市保健センター グループ指導室A

出席者 出席委員 13名

武田 篤司 (福祉関係者)	高田 明昇 (医療関係者)
加藤 眞司 (医療関係者)	日比野 忍 (保健関係者)
櫻澤 弘章 (関係機関代表者)	山田 尚代 (関係機関代表者)
久末 史帆 (関係機関代表者)	佐々木 洋治 (関係機関代表者)
前川 晶 (関係機関代表者)	小栗 幸代 (関係機関代表者)
深尾 俊一 (市民代表)	伊藤 真弓 (市民代表)
中野 裕二 (市議会議員)	

欠席委員 4名

長谷川 真子 (学識経験者)	内藤 龍雄 (医療関係者)
久村 幸則 (関係機関代表者)	森 順子 (関係機関代表者)

事務局 健康福祉部長  
健康づくり課、福祉課

傍聴人数 なし

### 1. 会議次第

<あいさつ>

<協議事項>

1. 第3次健康日本21 こうなん計画及び第2次江南市自殺対策計画骨子(案)について
2. その他

## 2. 会議経過

	<p><b>【あいさつ】</b> 副会長あいさつ</p>
	<p><b>【協議事項1 第3次健康日本21こうなん計画及び第2次江南市自殺対策計画骨子(案)について】</b></p>
事務局	(資料1、資料2に基づき説明)
委員	資料の30ページに目標の評価がありますが、第2次計画策定時よりも悪化したところが31.7%と、第2次の時よりも大分悪化しているところが多いです。今回計画策定にあたって、第2次計画から悪化した部分を改善する意味で、何か取り組みなどを具体的に考えていますか。あとは実効性というところで、抽象的な言い方が結構多く、ある程度市民の人に目標値として落としていけるような何かがあるといいなと思います。その辺どうお考えなのかお聞きしたいです。
事務局	委員がおっしゃる通り、現時点ではかなり抽象的で、これだというのが見えにくい説明だったと思っています。具体的な目標値については、今後、こういった方向に行きたいという指標を考える時に、具体的な目標値を考えていきたいと思っています。
委員	今回かなり悪化しているので、そこを改善するための取り組みを3章、4章、5章のあたりで何か入れていくと思いますが、その辺の考え方はどうなのかと思ったのですが。
事務局	今後の策定にあたって、まず目標設定の仕方ですが、達成可能な目標値を掲げると評価が良くなりますが、なるべく理想値に向かって前進していこうという指標の設定の仕方を考えています。そういった中で、社会環境の変化として、10年前と比べると今は集団よりも個々で取り組まれるような実態があり、今回のような新型コロナという状況において、どのように市民の皆さんに行動を促していけるのか。そういった時々のケースに応じた時の健康増進のあり方を今後どう実現していくのかといったところを、推進協議会の中で各分野の皆様からご意見をいただきながら取り組みをまとめたいと思っています。

<p>委員</p>	<p>また今回の健康づくりの計画策定には、国は、女性の視点を取り入れて進めていくよといったことも示しているのです、そういった視点も入れながら、取り組みの具体的な施策、市民の取り組み、行政の取り組みを考えていきたいと思っています。</p> <p>おっしゃるように、掛け声だけでなく、市民の皆さんに情報を発信して、どう行動を促していくかというところが重要だと思うので、発信して、市民の皆さんに周知して、行動に移していくというところを、もう少し落とし込んでいただくと、この辺の数値が改善してくるのかなと思います。今、だいぶ健康意識も高まっていると思います。</p> <p>それ以外にも高齢の方で、引きこもりで外に出られないという方も多いと思うので、他分野にあたるかもしれませんが、そういうところも落とし込んでいただくとありがたいなと思います。</p>
<p>事務局</p>	<p>貴重なご意見ありがとうございました。こちらの協議会の委員さんにも、スマホ教室や、高齢者の教室などの活動に取り組んでいただいている方がいますが、そういった情報を教えていただきながら、外には行けなくても自宅でオンラインでコミュニケーションを取るというような、新しい取り組みも計画の中に入れていければと思います。</p> <p>またインターネット社会において、個人の健康情報などにアクセスしやすい環境づくりや、毎年それぞれが会社や市で受けている健康診断の情報などを“パーソナルヘルスレコード”と言いますが、これらの情報をご家庭のパソコンや自身のスマートフォンなどでマイナンバーと紐づけることによって情報照会ができるよう、経時的に去年より今年の結果がどうかなど自分で自分の健康管理の情報が得られるような環境づくりも、行政の取り組みとして進める必要が今後より求められますので、今後も皆さんのご意見をいただきますようお願いいたします。</p>
<p>委員</p>	<p>先ほどのお話を伺いながら同じことを思っていました、資料1で江南市はHbA1cの高い方が多いということで、これは江南市の健康課題の1つなのかなと思います。例えば血糖値が高いという健康課題に対して何ができるかといったところで、資料2の市の指標は、例えば「栄養・食生活」の④の野菜摂取量の増加や、あとはやはり身体活動を高めていくということで、コロナ禍で減少していることもあると思いますが、いろんなことを言っているけれども、江南市としてやっていけるような仕掛け、それはつまり市民に伝わるような発信の仕方だと思います。</p>

	<p>うので、そういったものを目指して作っていかれるといいのかなと思いました。そうでないと、国の計画とほぼ一緒に、江南市の特色があまり加味されず地域の特性が出てこないように感じます。結局市民がやっていくことなので、そういったところを考えていただけるといいかなと思います。</p>
<p>事 務 局</p>	<p>ご意見ありがとうございました。糖尿病につきまして、市でやれること・やれないこと、それぞれ課題があると思いますが、市民への動機付けとして「野菜を食べよう」「運動しよう」というところは、いろんな手法でできると考えています。そういった健康に向けた動機付けにつきましては、行動変容というか、ナッジ理論に従った動機付けが積極的に行われておりますので、組み合わせながらと思います。また市内の医療機関の皆様と糖尿病教室のようなものが今後展開できればと思っています。計画の中にそういったことを入れることで、市の予算を確実に取るという流れもできると考えていますので、また良いご提案などがありましたらよろしくお願いします。</p>
<p>委 員</p>	<p>私は高齢者生きがい課のほうでスマホ活用講座と笑いヨガという講座をしています。今皆さんのお話を伺ってしまして、日頃私の教室にみえるのは65歳以上の方なのですが、江南市はとても野菜がたくさんとれるようで高齢者の方は十分野菜を食べている、作っている方が多いと感じています。ですので、ちょっと認識が違うのかなということが、私の個人的な意見です。</p> <p>笑いヨガの講座では、最初「水分をお持ちください」と広報に書いていただいたところ、スポーツ飲料や野菜ジュースを持ってきた方がいて、びっくりしまして「これは糖分が多すぎるので、お水か麦茶などに変えてください」と言いました。「ペットボトルのキャップ4杯くらいお砂糖入っていますよ」と言ったらびっくりされていました。そういった情報もどんどん変わるので、高齢者の方にわかるように届けていただきたいと思いました。</p> <p>あと、「お昼にそうめんを食べたい」と言う高齢者がいました。暑いと冷えるものもいいですが、実はそうめんは危険な面もあります。どうしても食べ過ぎてしまうので、糖分・糖質を取りすぎてしまうということです。こういう知識があまりありません。糖質の摂り過ぎは、最近の研究で認知症リスクを上げるとも聞いています。ごはん、麺類、パン、そしてお砂糖などを20%ぐらい減らすと認知症のリスクが減るというこ</p>

とも聞きますので、そうめんは実はとても危険です。それだけでお腹が膨れてしまうと、栄養バランスが崩れてしまうので、タンパク質不足にもなります。必ずタンパク質を摂ってくださいとお伝えしているのですが、そういったことがなかなか伝わらないということがあります。昔、卵は1日2個までというのも古い情報で、3個食べてもいいですよと繰り返し言っても、なかなか伝わりません。新しい情報はどんどん高齢者に届けたいのですが、なかなか届かないというのが実情と思っています。

一方、スマホ活用講座は会員が29名いまして、LINEのグループLINEに入っているのが27名です。2名だけ入っていません。グループLINEに入っている方は自分で文字を入力したりはできないですが、送られてきた情報は見えるということだと思います。ですので、公式のLINEなど、江南市もあると思いますが、保健センターの公式のSNSなどをお作りいただいて、有益な情報を短くわかりやすく流していただけたらと思います。LINEでしたら高齢者の方がお友達に追加さえすれば見ることができます。とても暑い時は熱中症予防ということを再三お伝えしています。今日梅干しを5等分した梅干しキャンディーを持ってきてヨガに参加した皆さんに配ったんですが、これを1つ食べてお茶や水分を摂ってくださいということで、これははちみつ梅で、こういったミネラル、塩分、若干の糖分を摂るという工夫です。常にこれを持ち歩いてほしいと思っていますが、こういった工夫を私が講座の中でお伝えしていますが、そういった情報などを定期的に短く伝えていただくような公式のLINEとかを作っていただけたらと思っています。

事務局

貴重なご意見ありがとうございました。まず、SNSのツールを使った情報発信については、現在江南市の公式LINEで各種教室のご案内をしています。また熱中症警戒アラートの発令や食中毒警報が出されたときには、そういった情報発信をしています。

定期的に健康の学びを情報発信していくことについては、今後情報発信していきたいと感じています。また、これまで栄養教室などの教室を展開してきましたが、より多くの方が参加できるような情報発信の仕方を工夫して、新規に取り組みされる方が増えるよう、そういったところも考えていきたいと思っています。

それから、愛知県との共同事業の“健康マイレージ”事業を従来より続けていますが、60代以上の方が再度リピーターとして何回もチャレンジするような状況でございました。そういった中で、働く世代の人をも

	<p>っとそういった運動に繋げるためのツールの1つとして、江南市もこの7月から愛知県の健康アプリを導入させていただきました。またそういったところも定期的にLINE等を通じて情報発信し、取り組まれる方を少しでも増加していくように取り組んで参りたいと考えています。</p>
<p>委員</p>	<p>養護教諭をしています。少し確認をしていただきたいことなのですが、資料2の右側に、「第2次健康日本21 こうなん計画 課題」が載っていて、その「1 健康な生活習慣を实践しよう！」の「栄養・食生活」の中で、右側の「参考(国の実績値)」があります。一番上には「肥満傾向児(小5) 9.57% 学校保健統計調査」というものがあります。この9.57%というのは肥満度だと思いますが、その右側にある「江南市の課題」での肥満児、これは肥満度ではなくローレル指数で表しています。もし比べるんだったら同じ肥満度の方が比較がしやすいと思います。それから、小6「6.0%」、中3「4.0%」とあるんですが、これはどこから取られた数値かわからないですが、小学校や中学校から市の方へ提出しているものは肥満度で提出していると思うので、参考までに、肥満度でやると比較がしやすいと思いましたので、お話ししました。</p>
<p>事務局</p>	<p>国との比較には、同じ指標で比較できるよう見直します。また、今回の「肥満児(ローレル指数160以上)の減少」の小6「6.0%」、中3「4.0%」につきましては、昨年の11月に各学校の方にご協力いただいた健康に関するアンケート調査に基づいて、集計をしたものを活用しているものです。</p>
<p>会長</p>	<p>他に何かご意見ございませんでしょうか。よろしいですか。ありがとうございました。</p> <p>新型コロナという本当に大変な経験をして、皆さん本当に健康の大切さということを痛感してみえると思います。ですので、皆さんの関心も高いと思います。また最近制度として、保険証とマイナンバーカードの一体化という話もありましたが、いろんな仕組みも変わってきているということで、健康に対する関心というのが高まっていると思います。今日の意見では、やはりせつかくアンケートをとりましたし、いろんな課題も出てきたということで、ぜひ、江南市に合った計画になるようにお願いしたいという意見が多かった気がしましたので、よろしくお願ひしたいと思います。</p>

<p>委 員</p>	<p>もう1つ意見を述べさせてください。資料1の27ページです。年代別自殺者数、特に70代が多く無職の男性が多いということですが、実は私思い当たることがあります。高齢者生きがい課の講座をしていますが、男性の申込みがありません。ですので、男性が退職したころ、再雇用もありますので65歳くらいだと思っのですが、一旦社会と切り離されてしまうと、今度また社会に入っていくことが苦手な方が多いように感じています。女性以上に真面目で失敗をしたくない、恐れるので、失敗して笑ってしまうようなことを男性は避けたいんですね。そういった四角四面と申しますか、とにかく真面目な方が多い印象があります。それがサラリーマンなど社会では有益だったんですが、意識が高い方はウォーキングなどをされていますが、人間は体だけではダメで、頭も心も健康でないといけません。そちらの方は全く考えていない方が多く、例えば脳はストレスを感じると、手を掻きむしると赤くなるようなことが脳内で起こるらしいです。何かストレスを感じると、脳に炎症が起こってしまうそうです。ストレスを下げるのはなかなか難しいので、ストレス耐性を上げていくことが必要になるのですが、そのためには仲間や家族の力が必要だと思うんですが、なかなか特に60歳過ぎの男性が新たなどこかに入るといのはとてもハードルが高いように感じています。</p> <p>また個人的な意見ですが、65歳になった方を対象に、成人式のような、何か会みたいなのを開いて、そこで高齢者のいろんなサロンの発表会も兼ねて、どこかに参加されるよう促すような社会に取り組んで、1人も見捨てないということがどこかに書いてありましたので、再度社会の中に入っただくということも必要だと思います。広報などでそういったご案内はあるかなと思うんですが、どうしても足が重くなっていると思うので、65歳以上全体の方を対象にした催しがあれば参加しやすいと思いました。</p>
<p>事 務 局</p>	<p>貴重なご意見ありがとうございました。こちらのお知らせしているところではそこまで細かく書いていないですが、全国的な話でいきますと、やはり男性の方が自殺で亡くなっている方が多いです。女性の倍ぐらい、全国的には男性の方が多く亡くなっています。高齢期にあたる男性が結構亡くなる率が高いというご指摘も全くその通りで、意外なのは独居の方に限らず東京の場合は家族と暮らしている方で亡くなっている方もみえるという形になっています。なぜそういう形になっているかという、仕事の関係がある一定の区切りがついた方も中にはお</p>

	<p>みえでしょうし、江南市のプロフィールになりますけども、仕事をされている40代くらいの男性が亡くなっている率も高い、そういったところもあるので、やはり男性の方にとっては仕事というところが、在職時にもそうですし、それが終わってからふと気が抜けたところでも自殺に結びついているところがあるかもしれません。そういった分析を踏まえながら次期計画にはどのような取り組みをしていくか考えていきたいと思っています。もう1つ、福祉課では各福祉部門と連携しながら作っている地域福祉計画がありますが、これがまさに地域づくりを踏まえながら、高齢者の方も含めて、皆さんが地域で自立した生活が送れるような体制を考える、そういったものにもなっていますので、自殺という最悪な結末が起こらないような地域づくりを、両計画をリンクさせながら今後策定していきたいと思っています。</p>
<p>事務局</p>	<p>キーワードとして、誰一人取り残さないというキーワードがあります。これは、SDGsの視点を取り入れたというところでもあります。国の健康日本21（第3次）の計画の方にも誰一人取り残さない健康づくりといったところがありますので、小さいお子様からお年寄りまで全ての世代の方、誰一人取り残さないような、そういった計画にしていきたいと思っています。</p> <p>今後、次回開く協議会などで、論点整理をしながらご提案できればと思います。また会議終了後でも構いませんので、ご意見ありましたら、事務局までお願いします。</p>
<p>会長</p>	<p>それでは協議事項1につきましてはこの程度とさせていただきます、次に協議事項2のその他に移りたいと思います。</p> <p>事務局から何かございますか。</p>
<p>事務局</p>	<p>スケジュールについての説明</p> <p>10月頃：次回会議予定…全体案（目標値、計画書等）の検討</p> <p>11月下旬～12月頭頃：パブリックコメント</p> <p>2月下旬：次々回会議…計画書完成</p>
<p>会長</p>	<p>ありがとうございました。</p> <p>委員の方から何かございますか。ご意見もないようですので、以上で本日本日予定しておりました協議事項は全て終了いたしました。皆様方には協議進行にご協力いただき、ありがとうございました。これをもち</p>

	<p>まして第1回江南市健康づくり推進協議会を終了させていただきます。ありがとうございました。</p>
--	---