

## 令和2年度第2回北杜市健康づくり推進協議会会議録

- 1 開催日時 令和2年11月11日（水） 午後3時半から
- 2 開催場所 北杜市役所3階 大会議室
- 3 出席委員 吉田和徳、清水正樹、天野多美子、小宮山幸枝、湯本高士、坂本仁、清水政英、浅川正人、
- 4 欠席委員 津金永二、原真樹子、小林初男、雨宮智博、広瀬寿夫、佐々木衛赤羽久
- 5 出席職員 浅川健幸市民部長、伴野福祉部長、白倉介護支援課長、山田福祉課長、中澤子育て応援課長、中田ほくとっこ元気課長、興水介護支援課指導監、白倉ほくとっこ元気課指導監、篠原こども元気担当L
- 6 事務局 浅川健康増進課長、中田保健指導監、佐藤栄養指導監  
健康づくり担当 有賀、小池、志村、浅利
- 7 会議録署名 天野多美子委員、小宮山幸枝委員
- 8 公開・非公開の別 公開
- 9 傍聴人 0人

1. 開 会

2. 会長あいさつ

3. 健幸市民部長あいさつ

4. 議 事（議長 吉田会長）

(1) 第3次北杜市健康増進計画の策定について事務局より説明する。

質疑応答

委 員

まず、2次から3次が変わるところで、テーマから基本方針が変わっていますが、それについて、どのような違いというか、どういうふうな形で検討したかを教えていただきたい。3ページの子ども期の関係で、21時までに就寝し7時までに起床することをアンケートで確認したいとありますが、むしろ、どのくらい就寝しているか、例えば7時間、8時間とか、こういう書き方のほうがいいのではないか。家庭によっては仕事の関係で帰りが遅いとかありますので、何時に寝て何時に起きるよりも、十分な睡眠時間がとれているかというアンケートの方がいいかと思います。次のページの健康増進課で確認したいというところで、健診関係の「どうして未受診なのか」、ということですが、それも必要なことですが、どうして未受診なのかということとどうしたらいいか、どうしてもらいたいか、例えば時期を早めてもらいたいとか、最後の健診が11月ですが、中間で一回入れてもらいたいという意見もあるかもしれない、その辺をどうしたらいいのかを、逆に、されない方がいればその理由を書いてもらうなり、こちらの方でいくつか設定して選んでももらうなりするといいと思います。その中で、資料1-②の3ページの総合健診のところうたっていないって感じがするんですが、どうでしょう。どうして未受診なのかをアンケートで聞きたいと資料1-①にはありますけど、資料1-②の方にはないなと思います。

中田指導監

まず、第3次計画の概念図の関係で、どういう形で計画に至ったかということになりますが、今、いろいろなところで健康増進計画の第3次が、他県や他市で出されています。いくつかの自治体を確認させていただきましたが、今までの2次についてはライフステージごとに立

ているところが多かったのですが、私たちが第3次を立てるにあたって評価がしづらいという部分がありました。資料のような形の基本方針やカテゴリーごとに分けて、その中で重要な施策は何かということをしかりとデータ分析して、評価をして、その中から優先順位でどんな事業をすることが大事かということをしかりと私たち自身も見えやすく、市民の皆さまにも見やすいという形にするには、こちらのほうがいいのではないかとということで、今回ご提案させていただきました。次に健診の関係ですが、未受診の理由については資料1-②の2番のところで「どうして健診を受けないんですか」、「1. 健康だから、2. 忙しいから、3. 時間がかかるから、4. 主治医がいるから」受けないよということはここで把握させていただきますので、今委員さんからご意見いただいた、どうしたら受けられるのかをもう一回聞くと、もしかしたら、時期をずらして欲しいとか、もう少しまとめの健診の日を設けて欲しいとか意見が聞かれると、私たちも受診率が上がるように、市民も受けやすいように一つの案がいただけると感じましたので、生かしていきたいと思います。

白倉指導監

子どもの睡眠のことについてお答えしたいと思います。ここに書かれている21時に寝て7時に起きるという時間帯は、睡眠の長さではなく、この時間に寝ることによって子どもの成長ホルモンがよく出る、このリズムがいいということで、この時間の指定をしているところです。乳幼児健診においてもお母さんたちに「何時に寝て何時に起きるの」と問診で毎回聞いているところです。お母さんたち自身は守ってがんばっているところがありますが、今まで健診では、7時に起こして21時に寝かしている割合を確認していたのですが、核家族が進んだりお勤めをしたりするとなかなかやりきれないというところなので、次回の計画に向けては、お母さんたちはがんばっているのですが、子どもの就寝時間を把握している人たちが市民の中でどのくらいいるのかを、対象を変えて聞いてみたいと思ったところです。

委員

資料1-②のアンケートですが、対象者は「市内全域20歳以上の市民2,000人を無作為抽出で選出」とありますが、20歳以上の市民で区切ってしまうと、子どもたちのいる親の世代の意見をきちんと拾えるのかという疑問があります。概念図でも、第2次健康増進計画ではテーマが各期に別れているのですが、このアンケートも各期でそれぞれ取り組むべき聞くべき項目が違ってくるのではないかと感じました。なので、対象者をもう一度考え直すというか、対象者に沿った設問の仕方があるのではないかなと思いました。

中田指導監

私たちが20歳以上で2,000人となると、どういう人たちがあがってくるかがわからないので、委員さんのご指摘のとおり、本来は、選定したり、分けたりしたほうが正確な値や意見がでるかなと考えていたところでしたので、今ご意見いただいて、少し組み立てを考えてみようと思っております。今回は、健康増進計画の中でアンケートを取らせていただきますけど、先ほどもご説明をさせていただきましたが、関連するそれぞれの計画の中でアンケートをとっている部分もあります。食育関係や子育ての関係でもアンケートを取っているという部分もありますので、そこもしっかりと連携を取らせていただいて、その中で活用できるデータは活用して、反映をさせたいと思っております。

委員

特に青年期・実年期は大変ご苦労されているようですが、例えば、他行事との抱き合わせなんて考えられますか。一例挙げますと、成人式の時に「皆さん20歳になったんだからこれから自分の健康には責任持って」というようなちょっとしたある種のお話を混ぜるとか。いかがでしょうか。

中田指導監

それもとてもいい案だと思います。いろいろところで、やはり声を挙げて普及啓発していかなければいけないと思っておりますので、教育委員会とも連携を取らせていただきたいなと思っております。成人式の時には一度、子宮頸がん検診の普及啓発のためにちらしを配布したという経緯もありますので、あらゆる場面を通じてということで、ご意見を伺えてありがたかったです。ありがとうございます。

委員

普段感じている北杜市の健康課題について何かあればと文書をいただいておりますので、学校のことについて、本校のことだけになりますがこの程度の年齢であれば、だいたい子どもたちの傾向といえは同じなので、参考にしていただければとお話しさせていただきますが、子ども期のところを見せていただいた中で、睡眠や食事については、取り組んで下さっていると感じましたが、そこに関連して、子どもたち結構排便のリズムが小学生になってもついていなくて、そのせいでお腹が痛くて帰って病院に行ったということがあったり、学校の中でも、朝しっかり家ででなくて、学校へ来てトイレに行ったり、排便のリズムが生活習慣としては気になっています。次に、今まで北杜市で取り組んでいただいていた学校の子どもたちへの口腔の健康については、歯磨き指導をしていただいている、すごくありがたかったです

が、う歯は減っているんですが小学校の健診から、歯肉炎が多くなっているかなというのがあります。もう一点、電子機器を使うことがすごく増えたということで、生活リズムにも視力にも心にも社会性にも影響している、一番課題かなと感じていますので、参考にさせていただければと思います。

白倉指導監

今、学校でこんなこともあるよ、とご意見いただきましたので、また学校の養護の先生と連携しながら、計画の方へもデータを取り込んだり、親御さんに資料を送ったり、アンケートの方で聞けたりできることがあると思いますので、意見交換しながらやっていきたいと思えます。ありがとうございました。

(2) 北杜市の自殺対策の現状について事務局より説明をする。

質疑応答

議長

資料2-②は非常に字が細かくて、委員さんも若い人はいいのでしょうけど、僕ら以上の年齢にはなかなか見えにくいので、次からもっと字を大きくしてもらえればいいと思います。

委員

北杜市の事業が本当によくわかりました。もしよろしければ、このいろいろな事業に基づいた検証的なもの、こういうことをやっているから少なくなっているとか、こういうことが効果的だった、そういう検証的なものをちょっと聞かせていただければありがたいです。

中田指導監

この自殺対策の計画が、今2年目を迎えております。今やっといういろいろなデータを集計して、やっという検証しはじめておまして、なかなかちょっと成果が1・2年ですぐ出るものではなく、やはり、長いスパンで見なければいけないということがあります。第2次計画を立てるときには成果をきちんとお示しさせていただいて、見ていただければと思っておりますので、申し訳ございません。

議長

この、亡くなっている自殺をされた方は、北杜市以外の方が北杜市内で、っていうのは入ってないですね。本当に北杜市民だけの話ですよ。北杜市は高齢化率が高いと思いますので、年齢の補正等をしないと正確な数字はでないと思うのですが、やはり、全国平均からすると少ないのですか。(事務局より：少ないです。)全国平均よりは下回っていますよね。なかなかデータが出しにくい問題だと思います。例

えば交通事故だったら、これこれこういうような事情で交通事故が起きました、と解析ができますが、自殺で亡くなった方については、個人的な理由があったり、いろいろな経済的な理由とか心に問題を抱えているので、一例一例みんな違うでしょうし、あと、あからさまにみんなでも話し合うこともできない問題なので、難しい問題があるかなと思います。ゲートキーパーとか北杜市ではいい取組を行っているので、もっと取り組んで、亡くなる方が減ることを祈るばかりです。

## 委 員

ゲートキーパーの研修会を受けたことがあります。今、ゲートキーパーの研修を受けて、実際に活動をしている方はどのくらいいるのでしょうか。それから、先ほど北杜市は全国に比べて少ないとありましたが、6ページの表を見るとあながちそうとは言えないような。「全国平均を上回っており20歳未満においては全国の5倍以上の自殺率となっています」なんてあるので。今、コロナ禍で、非常に声かけがしづらい、あるいは活動とかがしづらい状態になっているとは思いますが、自殺防止には私が思うに、先日、ちょっと話が飛びますが、タレントさんが幾人か連続して自殺しましたよね、そういう中で、やっぱり近くの方がちょっと声かけしてあげれば、気づいて声をかけてあげれば、そこまで至らなかったということがあるのではないかと思います。声かけとか見守りがすごく大事になるのではないかと、そこが一番のベースかなと思います。地域の方とか友達とか親戚とか、あるいは組織の中ではゲートキーパー、愛育班、健康増進課とか地域の保健委員会とか、民生委員、いろいろな方々が組織で気をつけてはいますが、全体を捉えた上手い横の繋がりを持ちながら声かけ運動をできるだけして行くっていうのが、自殺の防止につながっていくのかなと思います。先ほど、北杜市以外は入ってないってことですが、北杜市には自殺の名所がありますよね。清里から下ってくる黄色い橋、それは入ってないですか。(事務局：入っていません) 北杜市の方がこんなにたくさんいるっていうのは、びっくりしていますけど、やっぱり、私たちができることっていうのは、ゲートキーパーをはじめ、民生委員、いろいろな組織が上手く機能しながら声かけしていくことが一番大事だと思います。そういう繋がりが上手く機能していけば、コロナ禍で大変でしょうけれども自殺が減っていくのかな、と、それがすごく大事なんじゃないかと、資料を見させていただいて感じたところです。また、そういうところへの呼びかけ働きかけなんかも是非、よろしくをお願いします。

## 中田指導監

貴重なご意見ありがとうございます。本当に今、隣近所の関係が薄く

なっているという時代ですので、やはり、先ほども委員さんが言われたとおり、いろいろな組織がたくさんありますので、横のつながりの中で、一人ひとりが声かけをしたり見守ったりという地域が作れば、誰かが見守っているよ、誰かが気にしているよというところがあれば、一歩をおさえられるのかなと思いますので、市としましても課としましてもそういう地域づくりを今後も続けて行っていきたいと思います。ありがとうございました。

(3) その他として、母子健康手帳交付日の変更について、乳幼児健診・相談の見直しについて事務局より説明をする。

#### 質疑応答

委員

ほくとっこ元気課の案はいいと思います。愛育班では頻繁にほくとっこ元気課に出入りしますが、かなり保健師の方々、消毒から始まって子どもたちのいろいろな世話とかを見ながら、大変ご苦労なさっていると、見て感じております。そういう意味で、母子手帳の交付を曜日が多い日にするとか、健診のない日にするとか、とってもこれからの新しい生活様式の中で大事だと感じます。健診なんかも愛育班はお手伝いをしてきました。今年はできませんけど、そういう中で、やはり歯の健診はリスクを伴うので、他の健診と一緒に合わせてやるのは、一つのいい案だと思いました。保健師の負担軽減のためにも、子どもたちやお母さんたちの安全のためにもとても大事なことだと思います。すばらしいと思います。

委員

一点確認させていただきたいのですが、ほくとっこ元気課の母子手帳の交付の窓口は本庁ですか。(事務局：保健センターのほくとっこ元気課です) 保健センター、箕輪の。母子手帳を受け取りにくるのは、お母さんですか、お父さんですか。(事務局：ほとんどがお母さんですが、最近では、つわりで体調が悪くてどうしても動けないという方は、ご主人が来ることもあります) 気になったのは、おそらくお母さんが母子手帳を受け取りに行くときって、病院に行って妊娠が確定した後に、その足で行かれると思います。その時に、母子手帳ってどこでもらえるか調べたら、ほくとっこ元気課です、ほくとっこ元気課ってどこにあるのかと調べたら、保健センターだった。それで行った時に、今日は受け取れないんです、予約制なんですと言われてしまうと、せっかく来たのに、となってしまうので、予約制にして三密を避けるというのはとてもいい案だと思いますが、逆に妊婦さんの負担が増えな

いように、令和3年度からは、母子手帳の受け取りは予約制ですよという周知徹底が、ホームページ上などでしっかりされるっていうことが大事だと思いました。

白倉指導監

ありがとうございます。私たちも妊婦さんに不便があってはいけないというところは考えさせていただいて、早めに検討をさせていただいて、これから決まっていけば、早めに産科とかいろいろなところに周知させていただいて、北杜市では交付が予約制になったよと半年前くらいには、早めに周知させていただこうということは計画しております。病院には全部ちらしを配らせていただいて、婚姻届とか戸籍のところでも早めにお知らせしていこうと思います。

議 長

2歳児の歯科検診は、全国的に中止になっているのですか。中止にしようという発案はどこからでたのかなど。たぶん感染を恐れての話でしょうけど、その辺を教えてください。

白倉指導監

2歳児健診は、市独自の健診で、1歳半と3歳は法定の健診なので、気をつけてやっっていこうということになっています。2歳の方は、全国的にも口腔ケアなので見合わせようというところが多くなっていることは確認していますが、全部が中止になっているかはわかりません。

議 長

エアロゾルの感染ということが言われていますが、赤ちゃんは泣くだけでもエアロゾルが発生するので、小児科なんか大変だと思いますが、せっかくやっていた2歳児歯科健診が、実績もあるでしょうから、もし中止するならばきちんと根拠のある状態で、もし2歳児の歯科検診程度で感染が拡大するとはっきりしなければ、ぜひ復活させていいのかなという気がします。新型コロナウイルス対策について北巨摩医師会でも一生懸命やっているところですが、一週間くらい立つと厚生労働省の言うことががらっと変わったりします。一時、唾液がいいんじゃないかと言われていて、唾液を採った容器を梱包する時に、唾液を採るのは患者さんだから医療者は安全だと思っていたら、容器を触った人が感染したって話も出てきまして、今唾液はあまり推奨されていない状況です。結果的に、これから医療機関で行うのは、インフルエンザと同じように抗原定性検査、鼻から棒に挿して採るといような形に流れていて、大きな病院ではPCRとかいろいろな検査がありますけど、鼻から採る方向で進んでいます。ということで、きちんとした防止法というか、口を開けて歯の健診すること自体にどの程度の危険があるのかということは、はっきりさせて、これからするとは思いま



すが、その辺は一応注意してみてもらって、せっかくやっていた健診なので復活するようにできればいいと思いましたが、ぜひよろしくお願いいたします。

委員

各所属団体の諸課題をとということで、もう時間も押してますので、簡単にまとめてきましたので、提出ということでよろしいでしょうか。

浅川課長

時間の関係もありますので、この場で発表ということではなく、書面で書いていただければ、お帰りの際に提出していただければ、またまとめたものは後日報告させていただきますのでよろしくお願いいたします。

## 5. 閉 会

以上、令和2年度第2回北杜市健康づくり推進協議会の内容を記載し、その内容に相違がないことを証するため、ここに署名する。

署名委員 \_\_\_\_\_

署名委員 \_\_\_\_\_