

平成30年度 北杜市健康づくり推進協議会委員委嘱式

及び第1回北杜市健康づくり推進協議会会議録

- 1 会議名：第1回北杜市健康づくり推進協議会
- 2 開催日時：平成30年7月11日(水) 午後3時～午後5時20分
- 3 開催場所：北杜市役所 西会議室
- 4 出席委員
吉田和徳 岩佐敏(代理 篠原正之) 土屋小春 五十嵐咲子 原藤進 桜井彰一
村田美代子 原かつみ 小林行広 浅川隆 赤羽久
- 5 欠席委員
浅川栄司 三井勇 加藤桃子 功刀孝次郎
- 6 事務局
市民部長 篠原直樹
健康増進課 堀内典子 皆川賢也 興水秀子 清水悦子 藤原友美 桜井直美
堀内真理子
介護支援課 伴野法子 廣瀬佐智子
ほくとっこ元気課 三井ひろみ 浅川享子 川端下正往
子育て応援課 中田治仁
- 7 会議録署名委員の選出
土屋小春委員 五十嵐咲子委員
- 8 議題
 - (1) 健康づくり推進協議会の役割について
 - (2) 第2次北杜市健康増進計画及び北杜市民の様子について
 - (3) 北杜市健康増進計画平成29年度事業実績及び平成30年度事業計画について
 - (4) 特定健診未受診者の実態について
 - (5) お宝いっぱい健幸北杜「若者世代からの健康プロジェクト事業」について
 - (6) こころの健康づくり(自殺対策計画)について

(7) その他

9 公開・非公開の別：公開

10 傍聴人の人数：0人

———— 午後3時開会 ————

1. 開会

2. 委嘱状交付

新規委員に委嘱状を交付

3. 市長あいさつ

4. 委員及び職員自己紹介

5. 会長あいさつ

6. 副会長の選出

食生活改善推進員 五十嵐咲子委員

7. 議事

(1) 健康づくり推進協議会の役割について説明する

質疑なし

(2) 第2次北杜市健康増進計画及び北杜市民の様子について説明する

(委員)

この特定健診受診率は、国民健康保険加入者のデータですよね。そうすると、市民全体の3分の1か4分の1くらいでしょうか、なので、全体の指標とまではいかないけれども、国保加入の一部高齢者とサラリーマンでない方たち対象のデータであって、働き盛りの人たちは、事業所での健診を受けている可能性が高いと考えていいわけです。

(事務局)

100%そうとも申し上げられません。本市では、例年、1月頃に健診の受診状況の個別調査を行っています。概ね全世帯2万世帯に個別発送にて、受診場所の把握を目的として行っています。この提出状況が、毎年、推進協議会でもお話をいただいています

が、5～6割の提出状況となっています。企業にお勤めの方が100%受診されているかどうか、となると市では把握できないところであるので、特定健診という形で評価させていただいております。

(委員)

市民全体の数値ではないと、我々は頭に入れておくといいですね。

(委員)

町別の高齢化率で、白州町の高齢化率が、他と比べて著しく高いのですが、何か特徴や傾向などがありますか。

(事務局)

単純に高齢者が多い、また出生者数が少ないということです。資料No.3-2にもあるように、平成29年の白州町の出生数は、9人となっている状況です。そして、65歳以上の高齢者が多いということになります。

(委員)

若い人が少ない、という見方もありますね。

(委員)

資料No.3-3に各町高齢者通いの場開催状況がありますけれど、例えば、高根には、7会場あるけれども、年間どのくらい開催しているかという具体的なことがわかりますか。

(事務局)

通いの場とは、地域のボランティアの方が開催しているものでありまして、概ね、高根町の場合ですと、現在のところ月1回の開催のところが多いですので、年間12回ですね。中には、ほかの町ですが、週1回開催しているところもあるので、そうすると年間50回ですね。そういった形でやっているところもありますが、週1回というところはまだまだ少ないですので、今後増やしていきたいと考えております。

ここに載っているのは、あくまで介護支援課で把握しているもので、これ以外に自主的に各地区で行っているものについては、把握しきれていません。高根町においても、もっと他にやっているところはあると思います。

(議長)

町別の高齢化率ですが、この棒グラフを見て、私も驚いたのですが、ただ、始まりが30%ですから、このグラフでは倍に見えてしまうけれども、他が36とかでそれが42だから、ずば抜けてというわけでもないかもしれない。私の診療所でも90歳以上の方がぞろぞろいらっしゃいますから、高齢化には高齢化だとは思いますが、やっぱり生まれる数も少ないですし、今後数年間は、この傾向が強くなっていくのかなと。須玉が数年前、高齢化率が高かったですね。須玉が少し下がってきて、他と肩を並べられるようになってきた。今、北杜市で亡くなる方が600で、生まれるのが200っていうのがここ数年続いているので、自然減だと400となります。この傾向でおそらく進んでいくだろうなと思います。

(委員)

須玉では、子育て支援住宅が数年前に建って、多分、そこで赤ちゃんが生まれているのではないかと。今度白州にもできますから、多分、いいのでは。

(議長)

期待します。

(委員)

白州町は、高齢化率に比べて、介護保険の認定率が大分低いが、元気だからというのではなく、認定申請率が少ないということも要因のひとつにあるのですか。

(事務局)

元気な高齢者が多いということは、他と比べれば、申請する方が少ないということになると思います。言ってみれば、元気で頑張っている方が多いと私たちは捉えています。介護の申請については、おいでいただいた方には、みなさん、必要があれば申請していただいております。中には、こちらが、もう申請されてもいいのではないですかと勧めても、もうちょっと頑張ると頑張っている方もいらっしゃいます。特に一人暮らしの方に多い傾向があります。

(委員)

がん検診の受診率ですが、50%以上を目標としているのですよね。それにしても、受診率が低いですが、この傾向がずっと続いているのか、受診率が下がってきて、今の受診率なのか、実際に上げていくためには課題があると思いますが、その要因は何と考えていますか。

(事務局)

がん検診受診率につきましては、母数となっているのは対象となっているすべての年齢者数であります。子数は、市で把握している数で算出するため、実際にはもう少し高い可能性があるというのが現状のところですよ。

市としても、希望調査票の回収率を高め、きちっとした受診率をお示しできるようにしていきたいと考えております。

(3) 北杜市保健事業計画平成 29 年度事業実績及び平成 30 年度事業計画について説明する

(委員)

産後 2 週間で新規に健診を行うとのことでしたが、医療機関で行う健診なのか、北杜市で行う健診なのか教えてください。

(事務局)

出産した医療機関に出向いていただきます。

(委員)

0 歳から 18 歳までの重点目標の早寝早起きをしようということで、5 歳児までは資料と

して目標が達成されている状況ですが、18歳までというくりの中で5歳児以上の方についての問題点等は、学校などと連携をとって協議検討しているのかお聞きしたいと思います。

(事務局)

各学校の学校保健委員会に出席させていただくと、それぞれの学校でいろんなデータをとっています。北杜市全体として調べていきたいと考えており、各学校のデータをいただいて、ほくとっこ元気課で市として分析をしていこうというところです。まだ、お示しはできないのですが、学校と連携して、実施していく予定です。

(委員)

学校の現場のほうで、何か問題点等あれば、お願いします。

(委員)

自分の学校のことしかわかりませんが、9時前に就寝する子は少なくなってきていると思います。自分の学校において言うと、ほとんど子が7時前に起きています。学区が広いので、朝早く起きて、朝ごはんをしっかり食べて、歩いて登校してくる子が多いため、早く起きています。

保護者が夜型になっているので、子どもも夜型になってきているというのが現実で、ただ、小学生はいいのですが、中学生になるともっと、勉強もある、部活もある、塾もあるということで夜型になってきていると思います。中学校のことは、詳しくはわからないのですけれど…。各学校でも調査はしていますが、それを学校保健委員会の資料に載せている学校とない学校とあるので、全てがほくとっこ元気課のほうにデータ集約されているわけではないので、今年は改めて学校とほくとっこ元気課とでデータを共有して、市としてよい方向に考えうる資料になればいいかなと思っています。

(委員)

保健所では、若年層へのメンタルヘルス事業ということで、ここ3年くらい中学校を対象として精神保健に関する啓発普及事業をやるようになっていきます。最初、南アルプス市で、30・31年度が韮崎市です。その中で見えてくるのは、メンタルヘルスの健康度と規則正しい生活は密接に結びついていて、文科省のデータですが、朝寝坊、夜更かしの方は、成績の問題であるとか、不登校の問題が、そうでない子と明らかに差が出ているようです。だから、ご飯を食べて、体や脳に栄養をあげることも大事ですが、もう世の中が夜型になっているのでなかなか難しいところですけども、大きな問題だと思っています。

(議長)

今、世の中が夜型という話で、24時間営業はやめるっていう話も出てきていますし、例えば、真夜中にコンビニが開いていると、防犯上は、安全に寄与しているという話もあります。僕らも小さい頃は、夜、ものがなくなっても明日まで我慢すればいいって感じで。今、僕は、時々白州町の体育館に卓球に行っているのですが、8時半くらいま

で小学生も卓球をやっていますし、それから、国道 20 号線を通ると、ナイター設備でサッカーをやっている子どもたちもいるので、もう世の中が明かりをつけて夜になっても何かするっていうシステムになってしまっているのかな。8 時過ぎまで卓球やサッカーをしている子どもたちが、家に帰って、9 時に寝るなんて絶対あり得ないので、そういう意味でも夜型になっている世の中の仕組みを変えない限り解決しない問題なのかな、と思って、半分諦めてしまっているところがあります。確かに眠っている時間に成長ホルモンは出るとか言うことはあるので、子どもの頃から早寝早起きの癖をつけないと、ダメですが、親の生活に引きずられているところが結構あるのかなと思ったりします。

(委員)

妊娠期から保育園の頃までは手厚く事業がありますが、小学生特に中学生の頃の事業は、特に考えていらっしゃらないのでしょうか。中学生、高校生、特に精神面では本当にもろい時期なので、その時は、身体は健康でも、こころの面で。こころは、目に見えない部分ですので、不安があったりすると思うので、そこをもっと充実してもらえたらな、と思うのですが、どうでしょうか。

(事務局)

資料No.2-1 を見ると、小学校、中・高校の欄が少ないと感じられると思います。ほくとっこ元気課は昨年度設置されたばかりで、現在、母子保健を中心に進めています。小中学校とは連携の強化を軸に取り組みを始めていて、学校保健委員会で課題を養教の先生方と検討する中で、課題が見えたらまたそれに向かって改善できるような事業を考えていきたいと思っています。

今、取り組んでいるものとしては、いのちの授業で、思春期を迎える中学 3 年生にいのちの大切さを学ぶために事業展開しています。教育委員会との連携を今後も図ってまいります。

(委員)

平成 29 年度の事業報告で評価をしているわけですから、平成 30 年度の事業計画の中でただ単にそのまま事業継続というのではなく、評価した段階でその評価自体を取り入れるような事業計画がもう少し文面に入ってきてもいいのではないかと思います。継続事業であっても評価をした部分を取り込んだ中での事業計画として、文言を少しでも変えていったほうがいいのではないかと思います。

(委員)

公民館カフェが 29 ヶ所、コミュニティカフェが 8 ヶ所など、市全体の数かどうかはわかりませんが、高齢者の通いの場があるので、この通いの場でこんなことがあったとか、こういうことをすると元気な老人が多くなりますみたいな活動を知らせるような形をとられるといいのではないかと思います。

(事務局)

高齢者の通いの場につきましては、平成 29 年度に高齢者の通いの場立ち上げガイドブ

ックということで、実際に通いの場を立ち上げようとする方のための冊子を作っております。それから、本年度立ち上げを予定しております WEB サイトに関しましては、こうした情報ですとか、元気に活動している高齢者の様子などもこちらの WEB サイトに載せる予定となっておりますので、そうしたことで事業を展開していく予定です。

(委員)

どこに行けば、その冊子はいただけますか。各家庭に配られたのでしょうか。

(事務局)

いえ、これは実際に事業をやろうと考えている方に対してお渡ししているものです。

(議長)

ひとつ前の委員のご意見について、事務局からお願いします。

(事務局)

継続事業につきましてもきちんと評価をした上での継続となっておりますので、来年度以降につきましては、詳細を記していきたいと思っております。

(議長)

(4) につきましては、担当の方が席を外しているため、(5) を先にさせていただきます。

(5) お宝いっぱい健幸北杜「若者世代からの健幸づくりプロジェクト事業」ワークショップについて説明する

(議長)

ワークショップの1回目は終わったのですね。みなさん、何かございますか。委員のみなさんは、健診を受診されていらっしゃる方が多いとは思いますが、いかがでしょうか。面倒くさいから行かないという方が、結構、私の後輩にもいます。小さい会社でも健康診断に行っているところはかなりあるので、自営の方などで行かない方が中にはいらっしゃるのかなとは思いますがけれど。今回初めてワークショップを企画して、第1回目が終わったところですが、こういうことを続けていって健康づくりに対する関心を植えつけるというのが大切だと思います。よろしいでしょうか。

(委員)

私、去年は健診を受診しませんでした。でも1ヶ月に1度、薬をもらいに行くのですが、前は先生から2～3ヶ月分のお薬をいただいたのですが、今度、受診をしないと処方箋を書いてもらえない。1ヶ月に1度、病院を受診しなければならなくなりました。すると、病院に行かなければならないと思うようになりました。ちょっと体が悪くなって初めて病院や健診、健康に目を向けるようになるのではないのでしょうか。

(議長)

根拠もなく、自分は多分大丈夫だと思っているのです。20歳台30歳台の人の方が自分は大丈夫だって言って、大丈夫な確率が高いと思うのですよ。80歳になって自分は

大丈夫だって思う人はあんまりいないですよ。病気になる確率って言うことになれば、たまたま健康診断で大変な病気が見つかってよかったねっていうことはあります。2・3年受けない間に、俺は3年ぐらい前に胃カメラやって大丈夫だって言われたけど2年もたまたま受けなかったら胃がんが見つかったという人も、本当に確立は少ないですけどもいますから。気まぐれでもいいから1回受けてみたら助かったって言う人もいますから。受けるきっかけを植えつけるって言うのは、今のお話からしたら大事なのかなと思いますけれど。

(委員)

資料7-1と資料3-2の受診率の数値が異なっていますが、何が違うのですか。

(事務局)

資料7-1の数値が確定数値で、資料3-2は暫定の数値になります。資料3-2のグラフの修正がされておりませんでした。訂正になります。申し訳ありませんでした。

(委員)

受診率の低い明野町で、平成29年度に話し合いを行ったということで、この明野町の成果を平成30年度の健診に活かす対策などはなされたのでしょうか。

(事務局)

モデル地区の男性の無尽に参加させていただいたときに意見として、40歳代以下の方は、健診を市で受けるのか会社で受けるのかを調査する希望調査票が、自分宛でなく、世帯主宛に届いているため、自分も関係しているという認識がなかったという話がありました。自分宛でないとは通知を確認しないという話もありました。50歳代の方は、周りの方からどこそこが悪くなってきたという話を聞いているので、関心は出始めるのだけれども、会社で健診を受けているので、市役所から来ている希望調査票は関係ないと思って、捨ててしまっている方もいたということ。今回のモデル地区に出て、私達も始めて状況を知りました。また、しっかり説明を書かないと文書もわかりにくいと思い、チラシの中にたくさん説明を入れさせていただいたのですが、いろいろ書いても読まないと言われてまして、私達も工夫して書いているつもりでしたが、そうならば、さっぱりしたチラシをつくらうということで、平成30年度の今から間に合うチラシについては、わかりやすく、必要最低限で記載していこう、希望調査票についても世帯主で届いているので、ご覧くださいということ。問い合わせのあったときには一言声をかけていこう、と本当に小さいことなのですが、そういうところから変えていこうと、やっているところです。

(事務局)

補足をさせていただきます。宛名も個別で来ないと見ないということ。聞き取りの中から伺いました。ただいま分析中なのですが、今年度も受診者数の増加のために、未受診者に個別に健診キットを発送しようと考えております。若い方は調査票を見ていないので、個別にすれば見るだろうということで、そのようなことを今年度は計画してお

ります。

(4) 特定健診未受診者の実態について説明する

(委員)

未受診者にアンケートという個別の投げかけが次年度受診につながったという成果だと思しますので、とてもよい取り組みだったのではないかと思います。

(議長)

アンケートの1,058人の中の129名が受診したということによいですか。

(事務局)

はい、そうです。

(議長)

アンケートの297人中の何人かということはわかっていないのですか。

(事務局)

無記名で回収をしたので、回答した方が誰かということはありません。

(議長)

297人のうち何人がということがわかれば、毎年、アンケートを実施すれば、受診者は増えていくかなと思ったのですが、そういう話はわかりません。

(委員)

今、医療費の話が出ましたが、資料3-2に一人当たりの医療費が32万円とありますよね。これは、多いのですか、普通なのですか。他の市と比べるとどうなのですか。

(事務局)

他市との比較はできておりませんので、次回の推進協議会の折に回答させていただきます。

(委員)

言にくいのですが、市役所に来ると周りでタバコを吸っています。もっと見えないように吸えないのですか。もっと隔離して。いろんな人からまたタバコを吸っているという話をよく聞きます。市の職員の品位を汚しますね。

東京によく行くのですが、禁煙が広まり、電車がきれいになりました。小池知事の指示で東京は変わりました。会議に行っても合間の休憩にタバコ通の人は非常階段に向かう。何をしているのかと思ったら、タバコです。タバコ通の人はやめられないのだろうけど。

以上です。

(6) こころの健康づくり（自殺対策計画）について説明する

(委員)

私が京都で働いていた頃、真面目で口数の少ない同期と共に同じ時間を過ごしたのですが、私が山梨に戻ってから、話し相手もいなくなったからでしょう。自ら命を絶ったそうです。友達がいないとダメなのかなと感じました。

(委員)

国では、自殺についてきちんと対策をとらないと、行き先どうなるかわからないということで、国でも計画を作りましたし、各都道府県、各市町村にも来年の3月までに計画を作りなさいと法律に則ってやることになりました。日本はご存知のように先進国の中では自殺で亡くなる方が非常に多いです。欧米先進国とか韓国などを入れても、一番多いのは韓国だと思いますけれども、韓国、ロシア、東ヨーロッパが多いのですが、日本は、韓国、ロシアくらいです。減ったとはいえ、3万人を切って、今、2万人を切るところまで来たと思いますけれども、この10年でいろんな対策が功を奏したのではないかということですが、まあ、3万人は異常でした。2万人まで下がってくると、10年15年前くらいの数値に戻ってきたのかなというところですよ。その数値でも対外的には大変自殺の多い国です。いろんな学識者が研究しておりますけれども、中高年齢層の方に絶対的な自殺者が多いと。女性の中には高齢で70歳80歳を過ぎた方の自殺が多いと。その辺は、全国共通です。ひとつには、働き盛りの人の自殺をなくしていくことと、高齢者の女性の方、大変困ったことに絶対数は少ないのですが20歳以下の方の自殺者数については、3万人から2万人に減りましたが、あまり減っていない、と言うか若干増えています。学校の方でも文科省の方でも力を入れるようになりましたし、私共も及ばずながら中学校のモデル授業を行うようにしております。結局、自己肯定感がすごく低いのです。自分が何もできない、世の中であまり役に立たない有用ではないというような感じを持ってしまっていて、そういう点でも欧米諸国と比較するとお子さんたちの意識が全然低いのですよね。自分が大したことができない、自信がないって子が以前と比べて多くなりました。そこから考え直して行って、未来に希望が持てる、自分の人生に希望が持てるような感じで小さい頃から育てていくというのが必要なのかなと思います。いずれ市役所にはご苦労をおかけすると思いますが、保健所もできるだけ援助はいたしますので、委員のみなさんにもそういうことをちょっと頭においていただいております。

(議長)

2017年は、日本全体でなくなった方が134万人だそうです。生まれた方は90万人。44万人が自然減です。昭和47年頃に交通事故でなくなる方が1万数千人いたのですが、今は交通事故でなくなる方が4千から5千人位だと思うんです。多分、車の構造とか命を落とさないようにする装備がしっかりしてきたのでしょうけれど、ただ日本の統計は24時間を過ぎて亡くなった場合には交通事故にカウントしていないという変なところはあるのですが、4千人台だそうです。余計な話になりますが、お風呂で亡くなる人は、1万5千人以上いるのだそうです。熱い風呂に入りすぎてお風呂で亡くなる人、

結構多いです。全体で 134 万人が亡くなっていて、自分で命を絶つ方が 2 万人もいらっしやるというのは、先進国では非常に多いというお話ですので、全国的な問題ですが、継続的に身近なところから考えて、少しでもよくなるように、ここでみなさんで意見を出し合ったりすることが大事なのかなと思います。

(委員)

私の勤め先で先日、19 歳の男の子が「また明日来ます」と帰って、その夜亡くなったという知らせを聞きました。全然悩んでいるような様子もなかったのですが、どんな原因があったのかなと思いました。お母さんがとても悲しんでいました。身近にそんなことがありました。

(議長)

原因をすべて追究することはできないと思います。大人だと経済的な理由とか、治らない病気ということなどが多いと思うのですが、解明しにくいところもいっぱいあって難しいとは思いますが、継続的にこの場で問題にしていくのも大事なかなと思います。

(委員)

実際的に小中学校という部分であるならば、その関係課、教育委員会も含めてはどうかと思いますがいかがでしょうか。

(事務局)

次回には、教育委員会にも声をかけていければと思っております。

(委員)

小学校は難しいかもしれませんが、中学校ではよいのではないかと思います。

(事務局)

ほくところ元気課の事業の中で中学校に出向いて思春期教育の中でいのちの学習を現在も実施しております。北杜高校でも命の大切さだけではなく、本当に困っているときに相談をしたり、周りの人に投げかけていくといったそこから一歩進んだ行動が取れるようなことを目的に、現在高校と連携して取り組んでいるところで、次回の推進協議会については、若年層の自殺もあるという現状もありますので、学校教育担当にも声をかけていきたいと思っております。

———— 議事終了 ————

8. 閉会

———— 午後 5 時 20 分閉会 ————

会議録署名委員

氏名

氏名