

令和6年度 倉敷市健康増進計画・食育推進計画審議会議事録

日時：令和6年7月25日（木）15:00～17:00

場所：倉敷市保健所 201・202研修室

出席者 小野寺会長、藤澤副会長、秋田委員、井上委員、奥田委員、乙井委員、
国府委員、小谷委員、兒山委員、田辺委員、田野委員、戸田委員、中濱委員、
浪尾委員、西村委員、新田委員、久本委員、藤原委員、三宅委員
以上 19名

欠席者 堀内委員
以上 1名

市側出席者

倉敷市保健所 吉岡所長、種本参事
健康づくり課 河本課長、森川課長代理、片山課長主幹、末澤係長、高木係長、家守主幹、
永禮主任、福井主任、小川主任、塩田副主任、乙倉副主任、杉村副主任
倉敷保健推進室 檜垣室長
児島保健推進室 平子室長
玉島保健推進室 東山室長
真備保健推進室 吾郷室長
水島保健推進室 柴山室長
健康長寿課 妹尾主任
農林水産課 武課長主幹
以上 21名

傍聴者・報道機関 なし

事務局 それでは、定刻がまいりましたので、会議を始めさせていただきます。本日は、皆様方
にはお忙しいところ御出席いただきまして、誠にありがとうございます。私は、本日の司会
進行を務めさせていただきます保健所健康づくり課の森川でございます。よろしくお願
いします。本日の出席委員は19名で、半数以上の出席がありますので、倉敷市健康増進
計画・食育推進計画審議会条例第五条第2項の規定により、会議が成立することをまず
御報告申し上げます。

また、本審議会は公開となっておりますが、本日、傍聴の方は来られていません。報道
機関の方も来られていません。

それでは、開会挨拶にうつりますが、本来であれば保健所長の吉岡より御挨拶を申し
上げるところ、所長は別の会議に出席した後、ただいまこちらに向かっている最中での

で、保健所参事種本より開会の御挨拶を申し上げます。

事務局

令和 6 年度倉敷市健康増進計画・食育推進計画審議会に御出席いただき、誠にありがとうございます。

倉敷市では昨年度、健康増進計画審議会委員及び食育推進計画審議会委員の皆様方に審議を重ねていただき、第二次計画の最終評価から健康づくりの施策をより総合的、効果的に推進していくために、両計画を一体化することとし、令和 6 年 3 月に倉敷市健康増進計画・食育推進計画「くらしき健康プラン」を策定いたしました。

「くらしき健康プラン」は、「みんなでつくる元気なくらしき～誰ひとり取り残さない健康づくり」を基本理念に掲げ、「健康寿命の延伸」、「健康格差の縮小」、「食を通じた豊かな生活の実現」の 3 つの基本目標を設定しております。本計画では、一人ひとりの健康づくりとともに、それを支える「地域の環境づくり」を推進し、あらゆる世代の切れ目ない健康づくりや食育の推進に取り組めます。

今年度は、いよいよ新たな計画をスタートする年であり、計画の推進に当たりましては、関係団体や市民の方々との協働により、各地区の特性に合わせた事業展開を図ることを重視し、毎年、事業計画の策定と評価を行うことで、より効果的に地域に健康づくりや食育の輪が広がるように取り組んでまいりたいと考えております。

本日は、本計画を効果的に推進するためには、地域においてどのような活動展開が必要であるかなど、ぜひ委員の皆様方の様々なお立場から、忌憚のない御意見をいただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

最後になりましたが、今後とも、本計画の推進について、皆様方の御支援、御協力を心からお願い申し上げて、開会の挨拶とさせていただきます。本日はよろしくお願いいたします。

事務局

続きまして、委嘱状の交付についてです。本来ならば、委員の皆様にはお一人ずつ委嘱状の交付をさせていただくところですが、本日は進行の都合上、委嘱状を皆様のお席に置かせていただいておりますので、ご確認ください。

それでは、委員のご紹介をさせていただきます。お手元の会議次第の裏面をご覧ください。こちらの 50 音順の名簿順に、今回はお名前のみ紹介させていただきます。なお本日の席は、この名簿の順となっておりますので、あわせて御了承いただきますようお願いいたします。それでは紹介いたします。

(名簿順に読み上げ、紹介)

続きまして、事務局の職員の紹介をいたします。

(事務局職員の紹介)

続きまして、庁内関連部署の職員の紹介をいたします。

(農林水産課、健康長寿課の順に紹介)

以上でございます。

続きまして、会長及び副会長の選出に移りたいと思います。お手元にご覧いただけます審議会条例をご覧ください。第 3 条第 4 項の規定により、委員の任期は 2 年となっておりますが、附則の第 3 項、任期の特例の規定によりまして、今回委嘱された委員の方々の任期は令

和8年3月31日までとなります。

同第4条、第1項に会長及び副会長各1人を置き、委員の互選によってこれを定めると規定されておりますので、会長1名、副会長1名を委員の皆様方の御推薦によりお願いしたいと思います。御意見、ございますでしょうか。では、お願いします。

委員 計画が統合し、多くの委員が交替していますので、事務局一任でお願いできませんでしょうか。

事務局 ただいま事務局一任との声をいただきました。皆様、いかがでしょうか。賛成の方は拍手をお願いいたします。(拍手)

それでは、会長に小野寺委員、副会長に藤澤委員を推薦いたします。皆様、いかがでしょうか。賛成の方は拍手をお願いいたします。(拍手)

ありがとうございます。それでは、本審議会の会長は小野寺委員、副会長は藤澤委員に決定いたしました。それでは小野寺会長、藤澤副会長、前のお席へお移りください。

それでは小野寺会長と、藤澤副会長より一言ずつ、御挨拶をいただきたいと思います。それでは小野寺会長からお願いいたします。

会長 川崎医療福祉大学の小野寺と申します。この会は、皆様方一人ひとりの御意見を直接反映するというような趣旨で進めてまいります。御出席の皆さん、必ず一言、今日は御意見を発してお帰りいただきたいと思います。どうぞよろしくをお願いいたします。

事務局 ありがとうございます。続きまして、藤澤副会長、よろしくをお願いいたします。

副会長 失礼いたします。くらしき作陽大学の藤澤と申します。副会長ということで、小野寺会長と同じく、大学教員として、中立的な立場としての御意見等を言わせていただいて、会の進行の向上ができたらと思っております。よろしくをお願いいたします。

事務局 ありがとうございます。それでは協議に入る前に、資料の確認をさせていただきます。お手元の資料をご覧ください。

(資料の確認)

では、これより議事に移るにあたり、司会進行を小野寺会長にお願いしたいと思います。それでは会長、よろしくをお願いいたします。

会長 それでは会議次第に従いまして議事を進めて参ります。よろしくをお願いいたします。御発言の際はマイクを使用してください。最初にお名前をおっしゃっていただいてから御発言いただきますようお願いいたします。活発な御意見をいただいて、議事の円滑な進行に御協力をお願いしたいと思います。

それでは議事の(1)、第二次倉敷市健康増進計画「健康くらしき 21・II」及び第二次倉敷市食育推進計画について、令和5年度の事業評価報告を事務局から御説明をお願いいたします。

それでは、令和5年度事業評価報告の前に、第二次倉敷市健康増進計画「健康くらしき 21・Ⅱ」及び、第二次倉敷市食育推進計画、それぞれの概要について御説明いたします。

第二次倉敷市健康増進計画「健康くらしき 21・Ⅱ」は、“みんなでつくろう 元氣なくらしき”を基本理念とし、倉敷市の健康課題に対して、一次予防の観点から、特に重要と考えられる視点として、「運動」、「栄養」、「休養」、「歯の健康」、「たばこ・アルコール」、「健康管理」の6分野を中心に、健康寿命の延伸を目指し、様々な関係団体と協働し、取り組んでまいりました。

また、第二次倉敷市食育推進計画は、「食の知識・体験」、「食を通じての健康づくり」、「食文化の継承、交流」、「食の安全、安心」の4つの柱を重要な視点とし、“食で育もう元氣なくらしき”を基本理念に、様々な取り組みを通じて食育を推進してまいりました。

いずれの計画も、推進にあたっては、まず市民一人ひとりが自らの健康に関心を持ち、自分の健康は自分で守りつくるという基本的な考えをもとに、効果的に地域の健康づくりの輪が広がるよう、関係団体との連携、協働による活動を展開してまいりました。

両計画はともに平成 23 年度からスタートし、平成 27 年度に中間評価を行い、中間評価以降は、「健康くらしき 21・Ⅱ」の「栄養分野」と、第二次倉敷市食育推進計画の「食を通じての健康づくり」の指標をそろえ、自然に健康になれる環境づくりを一体的に推進してまいりました。また、昨年度、両計画の最終評価を行い、今後も糖尿病予防と高血圧症予防の啓発の強化が必要であることと、若年層から働き盛り世代への啓発の強化が必要であること等が明らかになりました。

それでは、両計画の概要を説明させていただきましたので、倉敷市健康増進計画「健康くらしき 21・Ⅱ」の令和5年度の事業評価報告をいたします。

令和5年度の活動計画です。1 つ目は、高血圧、糖尿病について、あらゆる機会を通じて普及啓発を行います。2 つ目は、心の健康づくりについて、あらゆる機会を通じて普及啓発を行います。3 つ目、自然に健康になれる食事ができる環境づくりに向けた取り組みを行います。4 つ目、働き盛り世代、子育て中等の若い世代への働きかけを強化します。5 つ目、「くらしき健康応援事業」を活用した健康的な生活習慣づくりの実践と定着化への働きかけを行います。最後に、市内 5 地区で「健康くらしき 21・Ⅱ」推進会議を開催し、健康課題を共有しながら、地区特性に合わせた健康づくりを推進します。この6つの活動計画の中から、今回は時間の都合上、抜粋して報告させていただきます。

まずは、「くらしき健康応援事業」を活用した健康的な生活習慣づくりの実践と定着化への働きかけです。特に若者や働き盛り世代など、これまで健康づくりに関心が向きにくい方にも、健康に関心を持っていただき、健康行動の実践への後押しとなるようなきっかけづくりとして、実施いたしました。健康に関心を持ち、学んだ知識を生かして、健康づくりができるよう、健康について広く学べる「くらしき健康応援団講座」、ご自身の身体の状態を知り、健康づくりのきっかけとなる測定体験、ウォーキングなどの健康行動への取り組みや、健康増進に繋がるイベントへの参加、けんしん受診等にポイントを付与する「くらしき健康ポイント」などの事業を展開いたしました。特に測定体験は講座内だけでなく、商業施設でのイベントや各地区推進会議により、様々な地域の事業で実施したことで、令

和4年度と比べ、実施回数も実施人数も増加いたしました。今後は、健康づくりに関心が向きにくい人にも、健康づくりのきっかけとなる機会をより提供できるよう、商業施設での測定体験やICTの活用等、情報発信の工夫を図っていきます。

続いて、心の健康づくりについて、あらゆる機会を通じた普及啓発については、働き世代の心の健康について、ストレスへの対処方法や、身近な人への援助希求力、いわゆる苦しいときや、困ったときに助けを求める力の大切さについて、フォーラムを開催するとともに、多職種と連携を図りながら、あらゆる機会を活用し、メンタルヘルスの向上に向けて啓発を行いました。くらしき心ほっとサポーターは、フォーラムの協働だけでなく、身近な地域での心の健康づくり等の啓発活動を行っております。今後も、より多くの市民に心の健康づくりについての理解を深めていただけるよう啓発を継続してまいります。

最後に、働き盛り、子育て中等の若い世代への働きかけの強化については、職域連携や幼児健診など、あらゆる機会に、働き世代や子育て世代へ、他職種連携し、健康づくりの知識の普及やけんしんの受診勧奨を行いました。倉敷市生活習慣病予防健診、がん検診の受診勧奨については、既存の媒体をより市民の目にとまりやすい内容に変更し、市公式ホームページやインスタグラムなど、ICTを活用して啓発しました。

今後も、関連団体や職域・園等、様々な関係機関と連携し、若い世代や働き世代、健康に関心が向きにくい層など、幅広く健康づくりについての知識の普及啓発を行うとともに、けんしんの受診、特に国民皆歯科健診に向けた歯科健診の受診勧奨も強化する必要があります。

事務局

失礼します。それでは、第二次倉敷市食育推進計画の令和5年度事業評価報告についてご説明させていただきます。

平成27年度中間評価の結果から、食への関心が向きにくいと思われる若い世代や男性を対象に、活動計画に従って、関連団体、職域、学校等がそれぞれ主体的にかつ連携・協働し、推進してまいりました。

事業について御報告いたします。世代に応じた生活習慣病の予防、特に糖尿病、高血圧症予防対策、及びフレイル予防、感染症予防のための食を通じての健康づくりの主な取り組みでは、ライフコースアプローチの視点を持ち、多職種連携により、胎児期からの生活習慣病予防及びフレイル予防に向けた子育て世代への働きかけを強化しました。乳幼児期は、健康で豊かな生活を送る基礎がつくられる時期で、離乳食を段階的に進め、口の機能の獲得から発達が必要な時期であるにもかかわらず、噛むことに問題を抱える児が増えているため、保健所で実施している離乳食教室に歯科が加わり、離乳食と歯の教室として拡充を図りました。

続いて、産学官協働事業を拡大した若い世代への啓発強化についてです。「イオン de くら★けん」では、産学官が連携し、回数、内容ともに充実を図ることができました。また、コロナ禍で中止をしていた「こどものための食育フェア」を3年ぶりに再開しました。企画の段階から食育推進会議委員の所属団体と協議し、若い世代や健康に関心の向きにくい層への働きかけを強化するために、開催場所をくらしき健康福祉プラザから大型商業施設である、アリオ倉敷店に移しました。両イベントともに、若い世代や健康に関心の向きにくい層に、買い物ついでに気軽に食育や健康づくりに関心を持ってもらう機会となり、

目的に合った事業を展開することができました。今後も、地域の関係団体や関連部署と連携し、社会的背景も考慮しながら、特に若い世代や各地域における食に関する課題の解決及び地域づくりの推進に向けて、継続して取り組んでいく必要があると考えております。

続いて、くらしき3ベジプロジェクトを通じた食育の推進についてです。給食での展開では、「みんなで同じように食べる」といったナッジを生かし、給食を通じた3ベジの定着に向けて、環境整備を進めています。子どもから高齢者まで、誰もが3ベジの内容を理解しやすくするために、くらしき作陽大学様に作詞作曲いただいた3ベジソングに、倉敷市保育協議会様に振り付けいただいた3ベジダンスを活用し、健康づくり課のInstagram等で発信し、市内の学校・園や関連団体とともに啓発を行いました。まだまだ3ベジの認知度が低いため、今後も、関連団体等と協働により、日常生活の中で3ベジの実践が当たり前になるように、環境の整備を継続してまいります。

外食での展開では、飲食店で、3ベジに沿ったメニューの提供など、3ベジプロジェクトとともに推進する店「3ベジ推進店」登録制度の構築に向けて、食育推進会議委員の所属団体である食品衛生協会様と検討を重ね、モデル店を指定し、取り組みました。今後は、3ベジを理解していただく飲食店が増え、市民が意識しなくても、3ベジが実践できるような環境を整えます。

食育の推進にあたっては、関連団体等の積極的な働きかけや、地域に根差した取り組みが不可欠であると考えております。今後も連携・協働し、推進してまいりたいと思っておりますのでよろしく願いいたします。ただいま報告させていただいた取り組み以外にも、皆様からいただいた取り組みに関しては、冊子に記載しておりますので、詳細は御目通しください。ありがとうございました。

会長

ありがとうございました。どちらの計画も市民の皆さまと協働しながら工夫し、昨年度最終評価を迎えた中で、関連団体とともに、様々な取り組みにより、両計画を推進されていた様子がうかがえました。両計画の令和5年度事業報告を受けまして、何かご質問等ございましたら、どうぞお願いいたします。突然ですから、ないですよ。またお願いします。

それでは進めます。また振り返りますので、どうぞよろしく願いいたします。それでは次の議事(2)倉敷市健康増進計画・食育推進計画「くらしき健幸プラン」につきましてどうぞ御説明をお願いいたします。

事務局

では、今年度からスタートいたしました「くらしき健幸プラン」について御説明をさせていただきます。スライド番号は20です。資料の方をご覧ください。

まず、議事(1)の中でも御説明いたしましたが、昨年度第二次倉敷市健康増進計画及び第二次食育推進計画の最終評価を行いました。その結果、倉敷市は、国と比べて、急性心筋梗塞及び心不全で亡くなる方が多く、倉敷市の国民健康保険加入者におきまして、急性心筋梗塞等の要因となる生活習慣病、特に糖尿病や高血圧症に関する検査結果について、倉敷市は、国や岡山県と比べまして、有所見者の割合が多いことから、引き続き、糖尿病・高血圧症への対策が、市の重点的な健康課題と言えます。

倉敷市では、平成27年度の計画の中間評価から、健康増進計画の「栄養・歯の健康

分野」と、食育推進計画の「食を通じての健康づくり」の指標をそろえ、倉敷市の健康課題である糖尿病、高血圧症の予防に向けた取り組みを、両計画で一体的に推進していくことに力を入れてまいりました。昨年度の最終評価では、さらに両計画が相互に連携し、実効性をより強化した施策展開を図ることができるよう、令和6年度、両計画を統合し、「くらしき健幸プラン」を策定いたしました。

「くらしき健幸プラン」の名称は、健康のこうを「幸」という字にすることで、身体健康だけでなく、人々が幸せで、満足している状態を表しております。この計画を通じて、一人ひとりが健康で、豊かな生活に繋がるように推進してまいります。

本計画の体系図はこのようになっております。「みんなで作る 元気なくらしき～誰ひとり取り残さない健康づくり～」を理念に掲げております。その実現のため、「健康寿命の延伸」、「健康格差の縮小」、「食を通じた豊かな生活の実現」の3つの基本目標を設定しております。この基本目標や理念を達成する取り組みとして、中央の一人ひとりの健康づくりとその土台となる地域の環境づくりに取り組んでいきます。新計画を推進するための取り組みは、大きく3つのポイントがあります。

新たな計画を推進するための取り組みのポイントの1つ目は、ライフコースアプローチの視点です。こちらについて御説明いたします。現在の健康状態は、これまでの生活習慣や社会環境等の影響を受けたものであるとともに、次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があるものです。計画策定時に実施した倉敷市民への無作為アンケートから、男性においては、40歳から60歳代の肥満、女性においては全年齢で男性よりもやせの割合が多いことがわかりました。やせの女性は、低出生体重児の出産リスクが高くなることが明らかになっており、また、低出生体重児は、成人期の2型糖尿病や冠動脈疾患の発症リスクが高くなることが報告されております。現在の健康状態が将来の、そして次世代の健康に影響を及ぼす可能性があり、生涯にわたる生活習慣病予防を進めるためには、ライフコースを意識し、将来を見据えた健康づくりの推進が必要です。

また、倉敷市では、ライフコースアプローチに加えまして、前計画の最終評価で明らかになった、思春期を含めた若い女性のやせ、子どもの肥満、成人男性の肥満、喫煙と飲酒、高齢者の低栄養という健康問題から、4つのライフステージ、「女性」、「子ども」、「40～60歳代男性」、「高齢者」に重点を置き取り組みます。ライフステージ別の適正なアプローチを行い、胎児から高齢期まで健やかであるために、学校、職域、地域における切れ目のない支援を進める必要があります。

ポイントの2つ目です。健康寿命の延伸には、自ら健康づくりに積極的に取り組む人だけでなく、健康に関心の向きにくい人を含む、幅広い層に対してアプローチを行うことが重要です。

野菜を食べる、3つの習慣「ベジわん、ベジもぐ、ベジもり」を自然に身につけることで、生活習慣病の予防につながる環境を整える取り組み「くらしき3ベジプロジェクト」の推進や、地域の身近な場所で気軽にウォーキングがきえるよう、運動を始めるきっかけづくりとして、「くらしき まち歩き さと歩きマップ」の作成や、愛育委員さんによるウォーキングイベントの実施など、市民の皆様が無理なく自然に健康的な行動をとることができるような環境づくりを推進してまいります。

また、心身ともに健康であるためには、健全な食生活が前提となります。健全な食生活

を送るためには、その基盤となる持続可能な環境が不可欠です。そして、食料の生産から消費等に至るまでの食の循環は、多くの人々の様々な活動に支えられており、そのことに感謝の気持ちを持って理解を深めることが大切です。地産地消、食品ロス削減、食の安全性等について、関連団体や関係部署と連携して、総合的な啓発を行い、市民の取り組みの輪を広げてまいります。

加えまして、就労、就学、ボランティア通いの場といった居場所づくり、社会参加等の社会的な繋がりを持つことは、心身の健康や生活習慣の改善に良い影響を与えることが分かっております。また、地域との繋がりが豊かな方は、様々な人々と交流する機会や社会活動に参加する等のきっかけがあることから、健康状態が良いとされております。こうしたことから、すでに地域活動に参加している人は継続し、地域との関わりが薄い方は、外出する機会や地域と交流する機会をつくり、年齢を問わず、地域の人々が繋がりを持てるよう、市民の地域参加を推進します。そして、食は生産者をはじめとして、多くの関係者に支えられていますが、特に地産地消は、生産者と消費者の距離が近いため交流を深めやすく、顔の見える関係性を築くことで、人と社会のつながりを豊かにし、地域の活性化にも繋がります。

ポイントの3つ目です。今回、両計画を統合し、取り組むべき分野を7つに整理いたしました。それぞれの分野にあるべき姿を設定しつつ、糖尿病や高血圧症予防のため、分野同士が連動・作用し合いながら、健康づくりを推進いたします。

「くらしき健幸プラン」の推進体制としましては、市内5地区に、愛育委員会や栄養改善協議会等の関連団体、市民、各保健推進室等で構成する地区推進会議を設置し、各地区の現状や本計画の目指す姿を共有し、それぞれの強みを生かし合った健康づくり活動を展開いたします。地区推進会議の活動から見えた住民の声や反応を共有し、事業評価や地域事業につなげてまいります。また、行政の関係部署とともに、事業実施に関する企画の立案や、本計画の進行管理を行います。本計画においては、学識経験者、関連団体、公募の市民によって構成される本審議会におきまして、進行管理、評価に関する審議を毎年行ってまいります。

なお、本計画の期間は令和6年度から令和17年度までの12年間といたします。前期、令和6年度から令和12年度と、後期、令和13年度から令和17年度に分けて推進し、前期計画の評価(中間評価)の結果や社会情勢や制度の変化、関連計画等との整合を図る必要がある場合等は、状況に応じて計画の見直しを行ってまいります。以上でございます。

会長

ありがとうございました。それではただいまの御説明につきまして、委員の皆様から、何か御質問や御意見ございましたら、お伺いしますが、いかがでしょうか。これも後にしましょう。それでは進めましょう。

議事の(3)、これが案として出ていますので、今日の議題となります。「くらしき健幸プラン」の概要を大体ご理解いただいたと思いますので、議事の3番目の内容で、倉敷市健康増進計画・食育推進計画「くらしき健幸プラン」令和6年度事業計画案、こちらにつきまして事務局の方から御説明をお願いいたします。

それでは、「くらしき健幸プラン」の令和6年度の事業計画について御説明いたします。

生涯にわたる切れ目ない健康づくりの推進として、1 つ目、糖尿病、高血圧症等の生活習慣病について、あらゆる機会を通じて普及啓発を行います。2 つ目、ライフコースアプローチの視点を持ち、胎児期からの生活習慣病予防及びフレイル予防に向け、各ライフステージの課題へ働きかけます。3 つ目、若い世代や健康づくりに関心が向きにくい層への働きかけを強化します。次に、健康づくりを支える地域の環境づくりの推進として、1 つ目、自然に健康になれる環境づくりを推進します。2 つ目、持続可能な食環境づくりを推進します。3 つ目、一人ひとりが心身の健康づくりに関心を持てるよう、身近な地域での健康づくりや社会参加を推進します。としております。

いずれも、地域の関係団体や関係部署と連携・協働して推進していきます。

特に今年度重点的に行う活動を次のスライドから説明させていただきます。

まず、健康課題である糖尿病、高血圧症等の生活習慣病予防のために、7分野の連携を図りながら、各種事業やイベント、健康教育など、地域での啓発を強化するとともに、くらしき3ベジプロジェクトなどを通じて、自然に健康になれる環境整備を図ります。3ベジプロジェクトでは、今年度は特に外食分野において、食品衛生協会様の御協力のもと、飲食店を利用した人が、意識しなくても、3ベジが実践できる環境づくりを目指して、7月1日から「3ベジ推進店キャンペーン」を実施しております。自然に健康になれる環境づくりとしてのくらしき3ベジプロジェクトですが、昨年の審議会で認知度が低いとの御指摘をいただき、その後、公用車への3ベジマグネット掲示や、倉敷市公式アプリを通じた啓発など、周知を強化しております。さらなる周知が必要と考えておりますので、後ほど御助言いただけるとありがたく思います。

続いて、ライフコースアプローチの視点を持ち、胎児期からの生活習慣病予防及びフレイル予防に向けた取り組みについてです。将来を見据えて、乳幼児期からの望ましい生活習慣の確立に向けて、「離乳食と歯の教室」などの乳幼児期の教室や幼児健診などで、子育て世代への働きかけを強化していきます。また、愛育委員会連合会や、栄養改善協議会などの関係団体とともに連携し、幼児健診の場を活用して、若い世代へ啓発を行います。

次に、若い世代や健康づくりに関心の向きにくい層への働きかけの強化及び持続可能な食環境づくりについてです。イオンやアリオ倉敷店の商業地において、買い物ついでに気軽に7分野に関する健康づくりについて学んでもらえるよう、「イオン de くら★けん」などのイベントを実施しております。特に、アリオ倉敷店で実施する「こどものための食育フェア」では、食育分野の全指標を網羅したイベントを企画しており、総合的な食育の推進を目指すとともに、関係団体や関係部署と協働して、地域への波及を目指します。

最後に、一人ひとりが心身の健康づくりに関心を持てるよう、身近な地域での健康づくりや社会参加の推進について、です。各地区推進会議における「くらしき健幸プラン」の推進を通じて、地域での社会活動の推進を図ります。各地区推進会議の取り組みについて、各保健推進室長さんの方から、昨年度の活動を踏まえて、今年度の活動計画を説明していただこうと思います。はじめに、倉敷地区の計画からお願いします。

栄養、心ほっとサポーター、つきいち会の4団体が話し合いにより、相互の活動の理解と連携を大切に、働きかけの方向性を共有し、健康づくりの旗振り役として、それぞれの団体の活動を通じて、地域ぐるみで健康づくりの環境づくりへと取り組みを広げています。

定例会では、様々な健康課題を取り上げ、共有、企画、実践、啓発を繰り返しています。昨年度からは、倉敷市でも、大腸がんの罹患者数、死亡数が多いものの、大腸がん検診の受診率は低いことや、老若男女が共通して、関心が高い健康課題として、腸の健康に着目した腸活キャンペーンを開催しています。腸活レシピや腸モデルなど、啓発媒体を作成し、見て、さわって、味わって、体感することで、健康に関心が向きにくい層にも働きかけを強めています。

今年度は新たな計画の周知にも取り組み、大腸を切り口に新計画の7分野を連動させたライフコースアプローチにも意識して、様々な年代の組織団体に協働の声かけを広げ、より倉敷地区の健康づくりの推進力を上げていきたいと考えています。

続きまして、児島地区の計画をお願いします。

事務局

児島保健推進室です。児島地区の推進会議メンバーは、愛育委員会、栄養改善協議会、心ほっとサポーター、地区社協、コミュニティ協議会、自治会連合会、青少年を育てる会、親子クラブOGの総勢9名です。

運動不足の方が多いという地域課題を解決するため、平成25年度からラジオ体操の普及に力を入れ、令和2年度には、児島版ラジオ体操第一を作成しました。地域の会合のときには、まずラジオ体操を行うなど、定着してきています。

また、昨年度に乳幼児期から健康づくりについて、切れ目なく繰り返し伝え続けることの大切さをメンバーで共有し、運動の大切さとともに、食生活の大切さも併せて、若い世代から啓発していきたいと話しました。今年度、親子クラブのオープンデーで、くらしき3ベジプロジェクトの啓発を行いました。啓発にはメンバーで話し合っ作成した3ベジランチョンシートを活用し、野菜のお面を使ったクイズを行うなど、親子で楽しみながら理解してもらえるよう工夫しました。

また、今年度は児島版ラジオ体操第一のCDの配布先を対象に、活用状況を確認するとともに、けんしんデータなどもあわせて、地域の健康課題を検討し続けながら、人が集まったときには、児島版ラジオ体操第一をし、家庭には3ベジランチョンシートがあり、自然に健康について考えることができる、児島地区の健康づくり、地域づくりを目指していきたいと考えています。今後も、メンバーのネットワークや強み、柔軟な発想から生まれるアイデアを生かしていきたいと考えています。

続きまして、玉島地区の計画をお願いします。

事務局

玉島保健推進室です。玉島地区は、人口約7万900人、高齢化率は29.8%と、年々人口が減少し、高齢化が進んでいる地域です。玉島地区の健康くらしき21推進会議は、平成24年度設立以降、医師会、歯科医師会、薬剤師会、商工会議所青年部を含む地元メディアやスポーツクラブ、地区組織や推進室OBである「絆メンバー」など13団体と活動しております。

令和3年度の話し合いから、「子どもがいる保護者が、塩分や糖分の適正量を理解で

きるようになる」という目標に向かって、令和4年度から2歳児歯科健診の受診後の保護者に対し、血圧、血流、体組成、ベジチェックなどの測定体験、また、高血圧・糖尿病予防の啓発を行い、本年度はその当時対象だった親子の3歳児健診にて再度啓発を行っています。その結果、野菜の摂取に気をつけている、糖分より塩分を意識していると答える人が多く、自分たちの活動が住民の健康的な生活習慣に良い影響を与えているということ、メンバーが実感としてとらえることができている。特に今年度実施するにあたって、自分たちの目標としてきた活動が、このたびの「くらしき健幸プラン」のライフコースアプローチの視点に立っての活動であることをメンバー全員で確認し、この活動の自信にも繋がっています。今後も、住民の視点で住民から住民へ伝える健康づくりを継続できるよう働きかけていきます。

続きまして、真備地区の計画をお願いします。

事務局

真備保健推進室です。真備地区推進会議の名称について、今年度企画会議メンバーで話し合いをしました。これから「くらしき健幸プラン」を推進していくことや、真備地区で重点的に進めてきたテーマを考慮して、名称を「まびを健幸にしよう会」とし、目指す姿を子供から大人まで声をかけ合って、いきいきと笑顔溢れる真備地区ということで決めました。

今年度は、子育て世代への啓発にも力を入れるため、愛育、栄養、心ほっとサポーターの企画会議メンバーに、子育て支援機関を加えました。また、企画会議メンバーを中心に、協働による健康づくり、さらに真備地区は被災の経験から、眠れないと感じている人が多いことから、今年度から、睡眠を切り口として新プランの7分野と連動しながら推進しているところです。7月13日の真備船穂総おどりにおいて、睡眠をテーマに、啓発ブースを企画し、健康づくりや睡眠の大切さを、たくさんの来場者に働きかけました。

まびを健幸にしよう会の会議自体は、14団体で年1回会議を実施しています。真備地区は、コミュニティ活動が活発で、横の連携が強いという特徴を生かし、顔の見える関係づくり、繋がりを大切に、連携・協働をしながら推進していきたいと思っています。

続きまして、水島地区の計画をお願いします。

事務局

水島保健推進室です。水島地区では、市民に健康づくりを広く啓発、広めていきたいと、平成25年度から水島地区推進会議「ひろめ隊」を設置開催しております。メンバーの構成は、愛育委員会、栄養改善協議会、心ほっとサポーター、エンジョイスポーツの会、高齢者支援センター、岡山県薬剤師会倉敷支部、社会福祉協議会、令和5年度より、水島地域訪問看護ステーション、子育て支援機関の社会福祉法人クムレが加わり、9団体と協働して活動を展開しております。

令和5年度は、健康増進計画・食育推進計画が評価年であり、ひろめ隊の設置から10年を経過し、その間メンバーの顔ぶれも入れ替わりましたので、これまでのひろめ隊の取り組みや、各団体の活動を整理し、お互いの活動を再度知り、協働できることを探ることに時間をかけました。その話し合いの中で、大切なのは、健康づくりを考えるきっかけを提供することと意見も出て、ひろめ隊の活動の原点を再確認することができ、また、各団体の活動にひろめ隊が応援に入り、活動内容を充実させています。

今年度は4月にプランの読み込みをし、水島地区の健康課題を共有、具体的な活動計画を立案しているところです。妊婦、乳幼児から高齢者まで幅広い層にアプローチできるという、ひろめ隊の特徴を生かし、ライフステージごとに応じたアプローチ方法を考え、将来を見据えた健康づくりの活動を進めていきたいと考えています。また、健康に関する知識を広める、各団体の活動を広めるためのツールにもなっています「ひろめ隊新聞」の発行も続けていきたいと思っております。

事務局

令和6年度の事業計画について、以上でございます。計画についての御審議いただきますようよろしくお願いします。

会長

ありがとうございました。令和6年度事業計画案について、これから御意見をうかがってまいりたいと思います。特に健康づくりに関心の低い層への働きかけを頑張っていたいただいておりますが、なかなか難しいということでございます。地域の社会資源の活用なども含め、皆様方の忌憚のない御意見をお願いしたいと思っております。また、自然に健康になれる環境づくりとしてのくらしき3ベジプロジェクトですが、認知度が低いということで、こちらについても普及効果がねらえるような方策と御意見をお願いしたいと思っております。

どこの地域もすばらしい活動をしていますね。計画もそうですし、昨年度お伺いいたしましたけども、昨年度以上にパワーアップしているような感じを受けました。今日はせっかくですので、所属団体での普及啓発や連携についても御意見を加えていただきたいというふうに思います。

突破口がないと話にくいですもんね。それでは、食品衛生経営協会さん、お願いいたしますでしょうか。

委員

はい。失礼いたします。倉敷市食品衛生協会です。昨年度より「3ベジ推進店」ということで、参加させていただいていますが、会長のおっしゃるような知名度が低いというお声も出てきています。

今年度の取り組みとして、「3ベジ推進店キャンペーン」ということで、期間を限定して7月1日から8月23日までキャンペーンを行っております。中身としましては、倉敷市内の16店舗の飲食店に参加していただきまして、お客様に自然に野菜を摂っていただきながら、摂っていただいた方には、食育フェアという、アリオで行われるイベントとタイアップさせていただいて、そちらの方で景品が当たるくじを引いていただけるようなチャンスを市民の方に、経験して、体験していただきます。このようなキャンペーンで、3ベジ推進をやっていくと計画しております。今期間中ですので、実行しております。以上です。

会長

はい、ありがとうございます。積極的な、団体の介入をありがとうございます。

それでは、たくさん出てきました栄養改善協議会さんの方から、取り組みをお聞かせいただきたいと思っております。

委員

若い世代や健康づくりに関心が向きにくい方への取り組みですが、やっぱり出てこない人へのアプローチです。食育栄養まつりを各地区でしていますが、それはやはり健康に

関心のある人しか来ないです。去年のアリオ倉敷で行った食育フェアに参加し、アリオ倉敷へ集まる、そういう若い人だと無関心層の方もおられるということもありまして、栄養委員も食育栄養まつりをアリオ倉敷で同時開催させていただくように計画しております。それから昨年度、食育栄養まつりを支所でやったときに、書類をもらうために待合で待っている方がたくさんいらっしゃるの、そこへ声をかけまして、今日持ってきていました「ベジチェック」というものがあるのですが、手をかざすだけで野菜がどのくらい摂れているかというのを測るのをやってみませんかということで、ご夫婦の方を誘いました。ただ旦那さんは、「俺は行かない」と言って、旦那さん来られませんでした。奥さんを引っ張って連れていったら、350g 摂れているという値が出て、「よかったよ〜」と言って旦那さんに報告し、「ほんならわしも行く」ということで来られましたけど、旦那さんは175gで、「同じものを食べるとのらにどうしてなら」ということもありました。やっぱり数値化されることで、野菜を摂ってないということ意識してもらいたいなと思っています。今年は半年間借りていろんなところで、学校でやり、看護学校でやり、職域でやり、いろんなイベントとかで使わせていただいて、意識の変容を考えております。

それと同時に3ベジの推進について、認知度が低いことは、去年も食育推進会議で話も出ましたが、それには私たちがもう会議の前とか、料理教室の前に、それこそ保育協議会が作られた3ベジソングを活用しています。CDを水島地区栄養改善協議会の10学区全部に配らせていただきました。踊り方も、全部配っています。その活用がまだできてないかなと思っています。会議の前とか、料理の前には、1回踊ってから、やるようにしたら実は違うと思う。少しでもいいので、私たちが自分で広めていかないと、やっぱり3ベジ、3ベジっていうだけではなかなか伝わらないのかなと思、曲をイベントなんかでも流しています。小学生の子どもたちは、聞いたことはある、3ベジって言ったなら知っているよっていうことが多いのですが、やっぱり親にまでは届いておらず、そして、おじいちゃん、おばあちゃん全然知らない。だから、今、周知する方法を探っているところです。

それから、ターゲットに合わせて、どういうふうに媒体を作っていくといいのかなと思うのですが、お年寄りにはやっぱり紙媒体がいいのかなあ、若い世代には、この前も子育ての会合に出席した時にも話が出ましたが、やはりQRコードで何でもぱっぱとされていますね。その辺のターゲットのことも考えて、今後はやらないといけないのかなと思っています。以上です。

会長

ありがとうございます。たくさんの方策ですね。もう、栄養改善協議会さん、たくさんお世話になっております。今後も中心的な活動をお願いいたします。

子どもたちが3ベジを、知っているということですけど、どうでしょうか。学校のところで。

委員

学校の方では、食育は栄養教諭がいますので、給食に絡めて、実際しっかり食べようとか、よく噛んで食べましょうという話はさせてもらっています。それがもう本当に中心かな。私もそうですけど、給食指導している立場なので、給食を食べることができます。子どもたちの分で給食を作っているの、やっぱり塩分量が薄い。それに子どもたちが慣れているのは本当にいいなあと。私もこの歳になるまで給食をずっと食べていて、それに慣

れてしまっているの、家庭、さらに外食すると、やっぱり濃いなあと思ってしまいます。1食だけですが、そういう適正な塩分量で、食事をとれるっていうのは、とても大切なのかなと日々思っています。

会長 ライフコースに直結するような、高血圧のところに出てきましたが、栄養士会さんどうですか。小学生の味の薄い給食について。

委員 私も小学校の給食を食べさせていただく機会があったのですが、本当に薄いですよ。薄いけれども、やっぱり慣れるっていうことがとても大事だということを感じます。心不全とか、高血圧症で入院される患者さん、腎臓病で入院される患者さん、はじめは本当にまずくて食べられないとおっしゃいます。ですが、少しずつその薄味に慣れていくので、やはり減塩っていうのは非常に大事だなと思っております。ぜひ減塩に慣れていただくようよろしくお願いします。

会長 先生この点についてはいかがですか。

委員 いろいろ話はしたりしますが、なかなか減塩は難しいかなと思います。本当に慣れてくるというのはいろんな方から聞いて思うところなので、そういう減塩をしている店を増やしていくというのが、今まさに挙がっていて、それはすごく大事なことであって、いいことかなと思うところでは。

特に今、健康無関心層ということで、まさに私たちそうです。栄養について教えている立場ですけども、何人の学生が食に興味があって、何人それでやっていくのかというと、現実 10%いるのかいないのかと思ってしまうような現状になっているので、その部分をどうしていくかというのは常に悩みながらです。そういう中で、学生でも、日々の中で給食を食べて、こういう味が正しいっていうことを理解していければ、やっぱり健康にはつながっていくのかなあと思うところですので、取り組みとしてはすごく大事なかなと思います。

会長 ありがとうございます。それでは、倉敷市連合医師会さん、お医者さんの立場から、ただいまのディスカッションについてどうぞお願いいたします。

委員 我々の方はどちらかという調子を崩された方を対応しています。その前の段階というのは皆様をお願いをしているところなんです。先ほど、特定健診の話も出ていましたが、実際会社にお勤めの方は、企業健診ということで、強制的に受けさせられています。自営の方とか、定年退職後はやはり受けしてもらえないということですね。医療機関に来てくれる人はまだ関心が高いということで、来ない方、そういう層の方にどうやって認知していただけるか考えているところですが、なかなかいい方法が見つからないなど。保健所の方も特定健診受診率向上に向けていろいろしてくださり、効果が上がってきているところで、我々も例えば、ワンストップでけんしんできないかというアイデアもあるんですが、いろいろ医療行為であるとか、クリアすべき課題はあると思うので、そういったところが検討の対象となればかなと思います。

- 会長 ありがとうございます。先生それ実現したら、とてもいいですね。
- 委員 そうですね。先ほど言われたように例えば奥さんが買い物で、その間お父さんがフラフラしているので、そういうところをつかまえて関心を持っていただけたらと思います。
- 会長 先生お忙しいところありがとうございます。ご意見いただきました。先ほどタイアップしているところに薬剤師会っていうところが出てきたんですけども。なかなか難しい、伝わりにくい人達にどうやって伝えていますか。
- 委員 健康診断についてはお薬を出すときに、「コレステロール測られていますか」、「血压測られていますか」というふうにお伺いします。血压は測っている方が多いんですけど、コレステロールを測ってらっしゃらない方が多いので、「一度健診を受けてみられたらどうですか。」って言うと、「そうね、行ってみようかなあ。」と言う方もおられます。
友達で、誕生日に何をプレゼントしようかなと思って、「そうだ。健康診断にしよう。」と思って、健康診断をプレゼントしたんです。それで行ったら胃が悪くなっていて、胃カメラを飲んでまた再検査っていうふうになったんですけど、それをきっかけに、もう毎年健康診断に行かれるようになりました。そういうプレゼントもいいんじゃないかなと個人的には思っています。
- 会長 突飛なアイデア、どうですか。倉敷市保健所の方で、何かのプレゼントに。吉岡所長どうですか。
- 事務局 ありがとうございます。面白いアイデアだなと思っております。健診の費用が、どの程度かかるか、少なく見積もっても大体1万円以上はかかるのだらうと思いますので、項目をどうするのかとか、そういうことになると、なかなか行政として、それを例えば誕生日プレゼントという形で市民に配るといわけにはいかないかなと思います。
市民の方が、そういう意味で何かいろいろ選べるカタログを送ってどれにしようか迷うぐらいであれば、健診をプレゼントするっていうのは非常にいいアイデアだなと思っております。何らかの機会にまたこういうことも発信していきたいなと思っております。ありがとうございます。
- 会長 ありがとうございます無理やり振ったんですが、倉敷市保健所の所長が良いアイデアだということです。あとは広げてください。ありがとうございます。健診っていうふうなことで言いますと、なかなか受診率が上がらない分野があるわけですけども、事務局の方で今、受診率の状況としてはどうなんでしょう。
- 事務局 国保特定健診につきましては、確定値がまだ出ていないんですけど、大体30%前後でございます。年々上がってきておまして、ずっと20%台だったんですけども、今年度は多分30%になるということです。これは普通に受けていただく方もありますし、今日戸田

先生も来てくださっておりますけれども、医療機関で同じような項目を受診のときに検査されていまして、その結果を、医療機関の先生の方から市へ情報提供いただくみなし健診というのがものすごく数が上がってきております。国保の方ですけど、大体 30%前後までは上がってきております。

会長 具体的な方策が見えてきているということですね。10%も上がったらすごいでしょうね。だんだんと上がってきておりますので、倉敷市保健所でちゃんとこんなふうにしていますよっていう成果をもう少しアピールしたらよいかと。

事務局 はい。また今後とも頑張ってもらいたいと思います。

会長 ありがとうございます。ディスカッションをたくさんしていただきたいので、それぞれの立場のところということですが、小さな子どもがライフコースの課題のところに出てきていますので、保育協議会さん。食育でも結構ですし、取り組みとして、今、ライフコースというふうなことになっていますので、保育の立場から、将来的なものに繋がるというようなことでも結構です。

委員 食育推進として、アリオなどのイベントにも保育協議会として出させていただいていますし、食に関する部会というものが研究をしまして、野菜好きな子どもを増やすにはどうしたらいいかというような取り組みも栄養士や保育士が集まって考えて、食育に力入れていこうということで、各園で行っています。あとは保護者も巻き込んで行わないと、園だけやってもいけないかなということで、保護者の方にアンケートをとったり、こういう食材でこういうふうにすると子どもが喜ぶ料理ができるよというようなお知らせを配ったりしています。また、研修部というのもありまして、給食調理の従事者が集まって、いろんな野菜を使った子どもが喜びそうな料理を作ったりという取り組みも行って、市の方にも試食もしていただいたりしています。参加できなかった園にもレシピを配ったりして、作ってみてくださいっていうこともやって、食育も力を入れています。ライフコースアプローチということですかね、外遊びなど、しっかり行おうということで、各園で、今は熱中症アラートなどが出て熱中症に気をつけないといけないのですが、しっかり体を動かして、健康な身体づくりができるように各園で取り組んでいるところです。

会長 ありがとうございます。小さな子に3ベジって言ってもわかりませんからね。こういうふうな流れで進めていっていますけれども、今、食育の方にだいぶ焦点が移って流れていっています。どうでしょうか。先ほどの健康診断のアイデアっていうようなことも含めまして、なかなか分かってもらえないというところで何をしているという報告が出てきています。それぞれの団体のところで、例えばですね、倉敷商工会議所さん。どうでしょうか。なかなか届きにくい人たちの集まりのような気がします。

委員 倉敷商工会議所です。今、会長がおっしゃった通りですね。私どもは今まで皆さんが議論されてきた、幼児とか小学生とかお子様がターゲットといいますが、お客さんじゃござい

ません。社会人ですから18からおそらく60、70を超えるような方もお勤めかもわかりませんが、働かされている世代の方々が対象となります。今ずっと聞いていまして、果たしてどれだけ働いている社長さんをはじめ、その従業員さんにご理解いただけるか。7つの項目は本当に成人男性、女性でもすべて網羅し、心がけてやるべきことだなあと感じて聞いていたけれども。

先ほどあった3ページにしてももう成人していますからやっぱり伝わっていないですよね。おそらく多分知らないと思います。10人中10人かもしれないし、よく知っていても…っていうところかなあと感じています。かといってご存じ通り、人手不足ということで、健康寿命を延ばして、働き手を確保しないと、この先日本はちょっと非常にまずい状態になるというのが分かっています。なるべく健康管理をしていただきながら、長く、生き生きと、幸せに、お仕事も生活もっていうところを我々も心がけて健康経営というのを掲げています。なるべく経営者の方にご理解いただいて、従業員さんの健康管理をどんどんしていただくことは、企業の繁栄とともに生活に潤いまたは幸せをもたらすということを浸透させたいけれど、これに関してなかなか本当に難しく。そういったことが可能になってくれば3ページも浸透させやすくなるのかなあと感じております。

ただ、今日もちょうど時間かぶってしまったのですが、私どもで健康経営というセミナーをやっています。メール、SNSを使ってやるんですが、30人の募集に対して10社ぐらいしか来ないんですね。今、いろんな諸問題があるので、職員、従業員さんの健康というのは結局、お金についてということになるのかなあと感じます。売り上げとか利益とかそういうものと比べると後回しになってしまうのかなあと。やっぱりなかなか目にしづらい、効果もあらわれにくい。長く時間もかかると思うので、いやそうじゃないんだよ、というところを何とかご理解いただき、浸透させられないかと思っています。これはもう私どもも考えてなかなかいい案がないので、皆様にいただいたり、保健所さんにいただいたりしないといけないかなあと感じている点と、あとは、メンタルヘルスも長く、我々も取り組んでいまして、従業員さんは働かれています上で、ご家庭のこともさることながら、お仕事上でいろんな悩みを抱えてられて自傷行為に走るなどなどの諸問題というのは発生しています。それに対応するためのセミナー、個別相談、また出前のセミナーや個別相談もやっております。やはりこれはコンスタントにご相談等があるので、これについても非常に大事な取り組みであるなど。これは続けていきたいと思っておりますし、広げられたと思っています。

最大は先ほど言ったようにどういうふうに会社の経営者等々従業員に伝播させるのか。それさえできれば、ご家庭に持って帰ったら、一気に「お父ちゃんこういうのを習ってきたからどう？」とかいうことで広がっていけばいいかなというふうには思っているんですけど。さあどうしたものかと思うので、皆さんいい知恵があればぜひ商工会議所の方にご一報いただけたらと思います。以上です。

会長

ありがとうございます。本当に答えにくいことを答えていただきましてありがとうございます。本当にそうですよね。その通りだというふうに思います。何か持ち帰られるようなパンフレット等っていうのはたくさん作っていると思うのですが、そういうふうなものが配布は保健所の方ではしているのでしょうか。

- 事務局 商工会議所だよりの方にも啓発のコーナーをいただいています。あとパンフレット等を提供できるものは、3ページのものとかがいっぱいあるかと思いますので、活用していただけたら、こちらもありがたいです。
- 会長 はい、ありがとうございます。こういうふうな審議会でいろんな御意見等を伺っている様子、初めての市民公募の方、気になったかもしれませんので、感想も含めて、どんなことを活動としているのか、御提案でも結構ですので、どうぞお話しください。
- 委員 今回市民公募もさせていただきました。実は私、スポーツクラブネサンス玉島で社員をしております。私の施設には健康に興味のある方が、ほとんど集まってくるような状況です。今、健康くらしき 21 の推進会議にも参加させていただいて、スポーツクラブの中だけでなく、弊社としても、地域を健康にを掲げておりますので、もっともっと地域と繋がりを密にしていきながら、何かしら貢献できることがないかなと思って、今回この審議会委員の方にも応募させていただきました。
- スポーツクラブは、大人の方はやはり健康に興味のある人が通ってらっしゃいます。小さいお子様は、6ヶ月から中学・高校生ぐらいまでの方が通われているんですけども、送迎される保護者の方もたくさん来ていただいています。3ページとか、もし可能ならうちの施設の方にお越しいただいて、ベジチェックをしていただいたら。保護者の方は見ている間の時間は結構暇にされていて、スマホを触ったりとかされているので、その間に体力測定みたいなのをすると参加していただける方も多いので、何かしらコラボじゃないんですけども、うちの施設の中でしていただくっていうのも1ついいのかなっていうふうに感じております。
- 会長 ありがとうございます。具体的なお提案をいただきました。いいですね。子どもたちがやっている暇な時間で、健康づくり、食育、やってもらおうと。これ、どうですか保健所の方で、具体化するアイデア、持っていけそうですか。
- 事務局 いつもありがとうございます。うちの推進会議のメンバーさんで、いつも大変お世話になって、うちがイベントをするときも、体組成計を持ってきてくださったりしています。
- 今お話をいただきましたが、そちらだけですというのがいいのかどうかっていうところもあります。何かそういう発案っていうのが、また違う視点をいただけたと思いますので、うちのメンバーとも一緒にまた考えていけたらありがたいなと思います。
- 会長 ありがとうございます。モデル事業とかがっていう名前をつけることができます。まずはモデル事業みたいな名称で、いいアイデアありがとうございます。もうお一方市民公募でおいでになっています。どうですか。
- 委員 はじめまして。私は岡山市内のスポーツクラブに3月末まで勤務しておりました。岡山市の健康づくりのモデルとしては、先ほどのアプリとかがあるんですが、認識が私もないぐらいの倉敷市の取り組みだなというのを感じています。岡山市は、もう少し簡単にアプリでピ

んですけど、私がいるのが下津井高齢者支援センターです。下津井地区は、倉敷市内でも、高齢者の人口が結構高い地域になっていて、あと1つ、やっぱり海が近いので、味が濃い食事になっています。なので、地域の方々が高血圧を気にされています。また、下津井ウォーキングっていうのを地域住民の方が主催でされていて、今3世代の方で参加されたりしています。下津井高齢者支援センターも年に1回開催しているので、参加させていただいて情報共有をさせていただいています。また地域の方々が主体で働かれていますので、それを継続して支えるような、倉敷の高齢者支援センターでありたいと考えています。以上です。

事務局

ありがとうございます。高齢者の方の支援、具体的なものがモデルとしてでき上がると、広がっていくというようなことですので、どうぞ、今後もよろしく願いいたします。大分議論が出てきましたけども、まだ言っていないのが子どもの歯とかですね。ぜひ話題にしていきたいのですが、突然のご指名、すいません。

委員

この度初めてこちらの方に参加させていただきます、岡山県歯科衛生士会です。どうぞよろしく願いいたします。今まで聞かせていただいて、地区によって、かなり重点課題が分かれています、それが取り込まれて、素晴らしいなと思っています。

歯科の健診では本当に受診率が上がらないんですね。というのが会社で、健診を受けない人はいないと言っても、歯科がそこにつながっていないので、やはり歯科の受診率はかなり低いです。

私は普段岡山市内の一般歯科の方に勤務しております。岡山市も一応節目健診ということで、受診券とプラスで持ってこられる方いらっしゃるんですが、本当に少ないですよ。もう本当にかなり少なくてですね、やっぱり働き世帯も含め、本当に受診していただきたい方の受診が低くて。そういう方がどういうときに来るのかというと、本当に困ったときです。歯がかなり痛いとか、もう噛めないとなってから来られます。あとはもう退職された方とかですね。その方たちが皆さん口をそろえて言われるのが、「もっと早く来とけばよかった」。

やはり一番に食べ物が入るのはお口です。ですから私たちがいつも言っているのが、「お口は命の入口です」ということです。そこのところをきちっとお伝えいただいて、歯周病菌が全身に与える影響というのはかなり今世間で言われるようになっていきますので、それも皆様にお伝えいただけたら、少しはいいのかなあとと思います。ですがなかなかうちの会としても伝わりにくいところでもあります。以上です。

会長

ありがとうございました。それじゃ、先生、お願いいたします。

委員

倉敷市内歯科医師会協議会です。先ほどお話があったとおり、歯科の歯周病検診は受診率が結構低いです。ただ歯科に「行きましたか」という、倉敷市のデータがあるんですけど、1年間で歯科に受診したかっていうのは67.5%で、結構な数字が出てきております。そこでは治療が必要になってから来る方もいます。歯科は治療よりも予防の方に舵を切って、「国民皆歯科健診」の時代になっています。お口の健康が身体健康だということで、お口は健康づくりの入口になります。消化管の入口でもあります。糖尿病、高血圧、

運動、いろんなキーワードが出ていますが、栄養を摂るのも、お口が大事になります。

小学生の味覚の話があったんですけども、やっぱりだんだんお年寄りになってくるにしたがって、味に対して鈍感になってきます。小さいときには結構敏感だと思いますので、そこからやっぱりライフコースアプローチではないんですけど、ちゃんとした塩分量、適正な量をしっかり覚えていても、だんだん塩分も増えてきて、それに慣れてします。そういうのがあって増えてしまうのかなと思います。先ほど話したように、治療よりも予防なんですけども、この運動をしようと思うと、3ベジプロジェクトと同じで、3世代ぐらいかかると言われています。おじいちゃんおばあちゃん、お父さんお母さん、その子どもたちに、「予防が大事だよ、お口が大事だよ」としっかり指導することによって、その下の子どもにやっとな花が咲く。小さい頃から歯科に行って、ちゃんとケアしていると歯はそんなに悪くなりません。悪くなってから治すっていうのはすごく、大変な作業になりますので、やはり予防が大切です。以上です。

会長

ありがとうございました。予防が大事ということですね。子どもの話が出てきていますが、まだ中学校が出てないので、中学校のほうはどうですか。

委員

倉敷市立船穂中学校から参りました。よろしくお願いいたします。先ほどからいろんなお話が出ていますが、私は給食がとても大切だと思っていて、多分ここにいらっしゃる皆さんも給食を召し上がっていたと思います。給食って確かに味が薄いかもしれないですが、私はあまり薄いと思わなくて、その分いろんな工夫がされています。それから今ごろの倉敷の給食は季節のものであるとか、ぬたとか木の芽和えとか、もう家庭ではお母さんが作らなくなったのではないであろうかというような献立がたくさん出ます。それから地産地消献立というのがあってとても工夫されていて、ありがたいなと思っています。ただ、自校給食とセンター給食というのがありまして、自校給食だと栄養士さんがいて、七夕には笹を飾ったり、月見には月見団子を飾ったりと、いろいろして下さいます。その3ベジの旗も立てて、説明して下さるんです。でも今だんだんセンターになってしまっているの、各校に1人ずつ、栄養教諭の先生がいらっしゃるなくなって、そういう指導も遠のいてしまるのが残念だなと思っています。でも給食はありがたいと思っています。以上です。

会長

はい、ありがとうございました。地産地消が出てきましたので、どうぞ。

委員

失礼いたします。皆様方のいろんな取り組みを聞かせていただき、大変参考になっています。私はJA晴れの国おかやまで勤務しております。JAとしては生産物を収穫して消費者に食べていただくということをしております。連島ごぼうが有名なんですけれど、最近、山手直売所旬感広場いうところでごぼうドレッシングとかごぼうのお茶を提供したところ非常に好評ということです。

先ほどからの話で、健康に対して皆さん非常に関心を持っておられることで、昨年、私もこういう場に出席させていただいたんですけど、朝食を食べない、学校給食の話もありましたが、残している人が多いという話を聞いております。一番根本的に何が大切か。健康のためには食事もしないといけないと思います。そういった面で具体的にどうふうに取り

り組んでいくか、健康のために体重を測らないといけない、高血圧予防で血圧も測らないといけない。具体的なことで、この1年間、取り組みをしていきたいと思っております。皆さん、各団体の方、各関係者の方がよくやっていたのはよくわかりました。その中で今日児島地区ラジオ体操ですが、その内容をお教えていただけたらと思うんですけど。

会長 はい、児島の室長さんお願いします。

事務局 はい、ありがとうございます。児島弁で歌を変えております。子どもの声から始まりまして、児島弁で歌が流れまして、最後に「今日も1日頑張ろうや」っていう、掛け声で終わるような形です。体を動かして気持ちが良いのはもちろんなんですが、方言で笑いもあったりとか、心身ともに健康になれるような体操になっております。ちょっと今日持ってきてないんですが、YouTubeとかでも見ていただいて、聞いていただけるようになっております。ぜひ、ご活用いただければと思います。

委員 ありがとうございます。JAでは津山の方の女性部で方言を使ったラジオ体操が非常に好評です。先ほど言った笑いとか、ただ単に体操するじゃなしに楽しみながら運動することが大切です。うちとしても南部玉島地区から、倉敷地区の女性部300名ぐらいで大運動会を今回初めてするんですけど、方言を使ったラジオ体操しようと取り組みます。ちょうど児島の話聞かせていただいて、参考にさせてもらえたらと思っております。

とにかく年寄りも運動しないといけない。若い人も運動したいけど、なかなかする機会がない。30代は働き盛りで運動したいができない。という私のような体型になってしまいます。食に対して本当にどうしたらいいか具体的に考えていきましょう。よろしくをお願いします。

会長 はい、ありがとうございました。具体的な活用方法がもう見つかったっていうふうなことで、どうぞ連携を強めていっていただきたいと思います。それでは次に、愛育委員会、お願いいたします。

委員 愛育委員会です。今年度、市の愛育委員会連合会で、小野寺先生に講師として来ていただきました。愛育委員会の役割ということで、ものすごく詳しく私たちの活動を知ってらっしゃったので、皆で感心していました。その節はありがとうございました。

私たちは、各小学校区にそれぞれの愛育委員会があるので、ミニ健康展という形で、栄養委員さんと一緒に3ページのプロジェクトのことをしたり、高齢者支援センターさんとタッグを組んで地域の方の健康を支えていくことをやっております。あとは幼児健診に参加させていただいたり、健診を受けづらい小学校中学校の保護者の方に健診を受けたいなというので、地区によってなんですけど、小学校中学校に出向いて「健診を受けてくださいね」という健診受診勧奨運動みたいなものさせていただいています。あと水島の方なんですけど、思春期講演会ということで、思春期のお子さんを持たれている保護者の方を対象に講演会をしたりと、地域の方にいろいろと参加してもらうような形で

活動させていただいております。

会長

ありがとうございます。愛育委員会さんにはたくさんお世話になっています。倉敷の健康づくりを推進していただいておりますので、今後ともどうぞよろしくお願ひいたします。一応ですね、お一方をのぞいて全員に御発言いただけるようにまわしたんですが、お一人だけ最後に残しといたんですよ。何か議会で具体化していただけることがございますでしょうか。

委員

議会の保健福祉委員会です。先ほどから出ています健康アプリの話ですね。先日、保健福祉委員会で山形市に行きまして、そのときに健康増進のための1つの施策として、ポイント貯めて、そしていろいろな業者さんにもご協力をいただいて、そのポイントで商品券だったり、いろいろあるんですけども、そういう取り組みをされていると聞いて帰りました。先ほども「倉敷市の健康アプリの認知度が低いよ」って言われていたんですけど、私たちが山形市に行くまで、「倉敷にあったの？」って言って、帰りにみんなで「あるある登録してみよう」みたいな。実際、保健福祉委員の議員でさえそんな感じだったんです。それで、すぐですね、6月の議会の補正予算でこのアプリのバージョンアップの予算を上げていただいて、多分、関係部署のところで検討中だと思います、やっぱり特に若い方なんかはアプリを使われていて、それから若い方だけでなく、皆さん、今日は何歩歩いたとかっていうのは結構見られて、「今日は1万歩歩いた」だとか「今日は4000歩だ」とかって言って、歩くことについてはすごく関心がおありだと思うんです。それをもっと広げて、それこそ、3ページも作りこんでいただきながらですね、楽しんでポイントも貯めて、それが地域のいろいろな野菜だったり、商品だったり、お得感があったりってことで、広まっていったらいいなあというふうに思っています。いいアプリをつくっていただいて、それをまたみんなで広げて、登録してもらって、楽しんで、健康づくりをしてもらったらいいかなあと 생각합니다。

会長

はい、ありがとうございました。それでは審議会の皆さんが、まずは登録してくださいませように、委員の方から広げていただきたいというふうに思います。

たくさんご意見いただきまして、団体団体に連携するというのが、社会資源の発掘になると今日感じました。各団体と連携を深めることによって、健康なまちづくりになると考えていますので、どうぞ今後とも御支援のほどお願ひしたいと思ひます。それではこれで、御意見をお伺ひしたってということでよろしいでしょうか。

では、皆様、令和6年度実施計画案について、これでよければ拍手でどうぞ御承認いただけますでしょうか。（拍手）

ありがとうございます。もうこれで情報提供はよろしいでしょうか。皆さん満足でしょうか。足りなかったら、終わった後、保健所の担当者の方にお話していただきたいと思ひます。事務局からの情報提供お願ひします。

事務局

事務局から失礼いたします。本日の事業計画でも紹介させていただきました、「こども

