

会議結果報告書

令和5年2月15日

会議の名称	令和4年度第4回志木市健康づくり市民推進協議会
開催日時	令和5年1月26日(木) 午後1時30分～3時00分
開催場所	志木市役所3階 大会議室3-3
出席委員	山下和彦会長、中村勝義副会長、宮本日出委員、田中節子委員、宮原賢子委員、宮下博委員、荒野壽子委員、細沼明男委員、妙智豊子委員、細川年幸委員、武村久仁子委員、増田康太委員、西和江委員、藤恵子委員、松永みどり委員、飯田順一委員 (計 16人)
欠席委員	鎌田昌和委員、星野賢委員、山本眞由美委員、隅田由香利委員、大熊啓太委員 (計 5人)
説明員氏名	安形喜代美(健康政策課)、熱田美乃里(健康増進センター) (計 2人)
議題	(1) いろは健康21プラン(第5期)、食育推進計画(第3期)、歯と口腔の健康プラン(第3期)策定に向けたアンケート調査結果について (2) 市民のこころと命を守るほっとプラン(自殺対策計画)(第2期)策定に向けたアンケート調査結果について (3) その他
結果	別紙、審議内容の記録のとおり (傍聴者 0人)
事務局職員	大熊克之(子ども・健康部長)、清水裕子(健康政策課参事兼課長)、安形喜代美(健康政策課主幹)、伴恭臣(健康政策課主査)、小林麻有(健康政策課主査)、大野広幸(健康増進センター所長)、杉田明子(健康増進センター副所長)、山田美穂(健康増進センター主査)、熱田美乃里(健康増進センター主事)

審議内容の記録（審議経過、結論等）

1 開 会

2 会長あいさつ

3 議 題

- (1) いろは健康21プラン（第5期）、食育推進計画（第3期）、歯と口腔の健康プラン（第3期）策定に向けたアンケート調査の調査結果について事務局より説明を行った。

会 長：第4期のキャッチフレーズは「みんなで進める健康寿命日本一のまちづくり～人生100年時代！健康で心豊かにくらせるまち 志木市～」ということで、柱を口、足、頭、心の4つに設定した。健康寿命日本一の定義としては2つあり、主観的健康観についてはうまくいったと考えている。客観的健康観は要介護2以上の人を減らすこと。第4期では、ライフステージのうち65歳以上を前期高齢者と後期高齢者に分けており、今回も分けていくのがよいと考える。大目標としてはうまくいったと思うが、細かい部分では課題がある。例えば、低栄養傾向の高齢者が多いが、単にBMIが20以下だからサルコペニアや虚弱ということではなく、筋肉量や活動量を含めて総合的に判断する必要がある。このような方は運動量の低下によりフレイルなどのリスクが高まっていくため、次期計画では、75歳以上の方が元気に過ごしていただけるための環境づくりが必要になってくる。ポリファーマシーの認知度が非常に低いので、広めていくことも次期計画で力を入れていかなければいけない。歯科は全体的によい結果が得られている。食育は産地や生産者を意識して食材・食品を選ぶことが少なかったとのことなので、今後も進める必要がある。1日30分以上の軽い運動については、青年期より壮年期、高齢期の運動啓発が求められる。ストレスの対策は良い結果が出ているが、地域とのつながりが弱いと、アルツハイマーやうつ病、糖尿病などとも関連し孤立していく懸念があるため、壮年期、高齢期などのつながり強化を進める必要がある。

中・高校生のアンケートでは、からだや性について、中絶・HPV・性感染症の認知度が低いとの結果だった。これらは将来の不妊とも関連があり少子化の拡大にもつながるため、性感染症も含めた教育が必

要である。歯科については、歯磨き後から寝るまで間食する人が多いことに驚いた。また、自分らしくいられる場所として一人になれる場を選ぶ割合が他の層より高いという特徴が見られた。

小学生の保護者のアンケートでは、歯磨き回数が1日1回のみの子どもが増えているのなら問題である。

乳幼児の保護者のアンケートでは、運動や外遊びをする子どもが減っているとのことだった。コロナの影響もあると思うが、どのような感染対策をしているのか、調査に加えれば良かった。今後、マスクをしなくなっても手洗いができているのかなど、感染対策が課題になってくると考える。

委員：一般市民のアンケートで、青年期の人が地域との交流が少なく、つながりが弱いと感じている人が約半数いることに課題がある。むし歯予防や歯周病予防等については、歯科医師や歯科衛生士から指導を受けたいという人が減少しているとのことなので、今後、新たなアプローチの検討が必要と考える。また、1日1回しか歯を磨かない子どもが多く、仕上げ磨きをしてる人も減っていることに驚いた。その中でも、例えば一人っ子でもしていないのか、子どもが複数いるためにしてあげたいけどできていないのか、背景の確認も必要である。

委員：歯科衛生士会でも乳幼児や就学前の保護者にはアプローチする機会があるので、その成果を見られればと思っていた。1日3回以上歯磨きをする子どもが減っている理由について、コロナによるものなのか別の理由があるのか考えることも、次につなげるための機会になると思う。壮年期へのアプローチは難しいと感じている。

委員：コロナ前までは給食後の歯磨きに取り組んでいたが、コロナ禍で3密を避けるため、現在は希望者だけが実施している。フッ化物塗布については、志木市は平成24年からスタートしたが小学校ではここ3年間できていない。中学校は朝読書の時間にフッ化物洗口をしている。今後、コロナ前に戻っていけば、小学校期の歯磨きの1回分を給食後の歯磨きで担えるようになると思う。可能であれば、幼稚園や保育園でも4歳くらいからフッ化物塗布を進めていけるとよい。県内でもフッ化物塗布を取り入れている市町村は少なく、塗布を行っている志木市は虫歯の本数が少ない。歯科保健事業に予算を出していただきすごく助かっている。

委員：ポリファーマシーは、市や県でも取り組み始めているが進んでいないと実感していたが、今回の調査で認知度が低いことに驚いた。対象者の人に減薬をすすめても積極的に減らそうとせず、処方されれば症状が改善しても飲み続ける状況が見られるため、薬剤師会として周知の必要性を強く感じている。今後、感染対策はますます重要でありコロナが5類になってもリスクはあるので、手指消毒などの感染対策やワクチン接種の重要性を広めていきたい。また、病気になってから健康を意識する人が多いので、特定健診等の受診率も向上させることができると考える。減塩の意識が低くなったとのことだが、子どもの頃から減塩を意識できるような取組も必要なのではないか。中・高校生では、からだと性の意識が低い、緊急避妊ピルについても、いざという時に自分で判断できるような知識を身につけることが大切なのではないか。評価できる部分と課題が見えてきたと考えている。

会長：かかりつけ薬局を推進する理由は、減薬を進める意味も大きい。中・高校生のからだと性の認知度の低さへの対応については、性感染症の問題もあるため体系的に作っていく必要がある。なぜ、ポリファーマシーが伝わらないのかご意見はないか。

委員：薬の仕入れが非常に大変になっているが、処方箋に書いてあると出さなければならぬ。高齢者は特に、医者から出された薬は症状が改善しても飲まなければならないと思う人も多いので、医者の方にも考えていただければと思う。

委員：小学生が夏休みの宿題などで祖父母の薬の種類を確認することで見直すきっかけとするなど、家族ぐるみで知っていくというのはどうか。高齢者だけでなく、子どもや若い世代への教育も大事なのではと考えている。

委員：非常によい意見である。薬剤師会では、健康まつりなどでキッズファーマシーなどの取組をおこなっているが、子どもたちが薬剤師のように薬に着目するという発想が興味深い。

委員：ノルディックサークルで、高齢者の方と歩く取組や月に1回フレイルや健康寿命などについて勉強会を開いている。ポリファーマシーについても、歩くことで減薬につなげることができないか、実際に8種類以上飲んでいる人は多く、定期的に声かけを行っている。

会長：ポリファーマシーは量だけでなく、飲み続けていることも問題である。

(2) 市民のこころと命を守るほっとプラン（自殺対策計画）（第2期）策定に向けたアンケート調査の調査結果について

事務局より説明を行った。

会長：「市民のこころと命を守るほっとプラン計画」の柱としては、ストレス対策の環境整備、自殺念慮を持っている人の割合を減らす、実際の自殺につながる行動を減らすということがもう一つの達成目標である。ストレスを減らすこと、相談できる場があることを知ること、知っていても相談している人が少ないので、相談することが評価項目になっていた。分析でお願いしたいのは、自殺念慮のある人が相談をためらうのは当然のことなので、その割合がどう変化しているのかを確認してほしい。念慮のある人とない人を比べても意味がない。念慮がない人でも相談できないと言っている人は、自殺につながるリスクが高い人であるため、それがどう変化するのか、またそう言ったことへの対策がこれから必要である。自殺念慮のある人を減らすのも大事だが、その人たちが実際に相談できたのか確認したい。自殺の行動をしてしまった人が相談していたのかしていないのかが評価項目になってくると思う。

19歳以上の自殺念慮のある人は約1割ということだったが、この人たちが実際に相談できるようになることが大事である。皆さんには感想だけでなく、どうしたらいいのかの前向きなご意見をいただきたい。子どもの自殺念慮のある割合は13歳が多く、約4分の1の割合となっている。さらに前回よりは減少しているものの、実際に自殺を試みたことがある子どもも3割いるということである。子どもの自殺率は高く、対策は非常に重要である。

小学生の保護者では、自殺念慮のある人の割合が13.7%となっている。

「経済的な不安」、「育児の協力が得られない」など、育児ノイローゼという言葉もあるが、子育てする上で孤独感を感じている人がいると思うので、安心できる場所があるか、「第三の場所」や「育児の協力」がキーワードとなり、母子保健などを含めたサポート体制が必要と考える。

乳幼児の保護者では自殺念慮のある人は18.7%と増加傾向である。実際に試みた人は前回よりも少ないものの、何らかの対策は必要だと思う。

委員：乳幼児の保護者の訪問に行ったことがあるが、生まれたばかりの赤ちゃんを連れて親の介護に行かなければならない状況にあったため、ストレスもあるだろうと感じた。中学生や小学生でヤングケアラーなどの問題も取り上げられているが、周りの人が気づいてあげられるような取り組みも必要であると思う。

会長：子育てと親の介護、ダブルケアの問題であると思う。

委員：町内会は何もできない。特に高齢者とは接点があるが、乳幼児と接点がない。若い世代が地域とのつながりを求めているため、町内会で何ができるかが課題である。

委員：何日か前に女子中学生が自殺したニュースがあった。友人関係や成績不振、貧困など理由はあると思うが、具体的に何ができるのかが課題である。

会長：志木市の健康づくりの観点からのサポートを考えると、子どもの帰る時間の見守り事業での声掛けは孤立も防げる。自分にも声をかけてくれる人がいるという安心感を伝えていくこと「安心感」がキーワードになる。みんなで声掛けをしていく雰囲気になるまちづくりが重要になると思う。自殺する人は、健康や経済的なことや人間関係が原因になっていると思うが、自殺対策は住みやすいまちづくりにつながると思う。

次回は現行計画の振り返りと次期計画の案について意見をいただくことになる。会議で委員の皆さんにお願いしたいのは、第4期の課題や、それを踏まえた具体的な提案をいただきたい。来年度につなげていくための初めの意見出しとなるが、全体としてはうまくいっているように感じている。委員の皆さんの意見を健康づくりと自殺対策につなげていきたい。

(3) その他

事務局：ヒアリングシート作成について、2月6日頃までに提出をお願いしたい。なお、当事者団体についてもヒアリングを実施する予定である。

4 閉会

事務局：次回の会議は3月23日（木）13:30～を予定している。