

## 会議録

1. 名称 令和5年度 第4回 かほく市健康づくり推進協議会
2. 日時 令和6年1月11日(木) 開会：19時00分 閉会：20時31分
3. 場所 ほのぼの健康館 2階 検診ホール
4. 出席委員 11名
5. 事務局 8名
6. 議題(会議に付した事項)
  - かほく市健康プラン21(第三次)の策定
  - (資料1) 前回の「たばこ」まとめ
  - (資料2) 前回の「アルコール」まとめ
  - (資料3) 前回の「休養・こころの健康」まとめ
  - (資料4) 食育計画について
7. 提出資料 別添資料
8. 議事質疑等の大要 別紙のとおり

## 議事質疑等の大要

時間		内容
19:00		開会
	事務局	ただいまから「第4回かほく市健康づくり推進協議会」を始めさせていただきます。 本日の出席委員数は、全13名中11名の出席をいただいております。かほく市健康づくり推進協議会要綱第6条第1項に規定されております過半数の定数を従属しており、本会議は成立することをご報告させていただきます。
19:01	健康福祉部長	部長挨拶
19:02	事務局	会議を進めるにあたり、議長はかほく市健康づくり推進協議会要綱第6条第2項の規定によりまして、会長が務めることになっております。よろしくお願いたします。
19:03	会長	かほく市健康プラン21(第三次)の策定ということで前回の「たばこ」「アルコール」「休養・こころの健康」について、事務局よりご説明をお願いいたします。
19:04	事務局	前回の「たばこ」のまとめ(資料1)について説明。
19:09	事務局	前回の「アルコール」のまとめ(資料2)について説明。
19:09	事務局	前回の「休養・こころの健康」のまとめ(資料3)について説明。
		質疑応答
19:24	会長 委員	商工会の中で何か「たばこ」に関する取り組みなどがありますか。 商工会の建物の中では吸わないことになっている、吸うときは必ず外で吸うことになっている。 アルコールについては、いろいろな会合が増えてきてはいるが、無茶な飲み方はしていないように思う。
	委員	たばこ、アルコールの弊害については、ある程度周知されているので、市の取り組みもこのまま続けていただければよいと思う。 地震がおきると、「こころのケア」というものが大事になってくる。働いている方であれば、「働き方改革」などの取り組みがあり、以前と比べれば働き方も変わってきている。 市の取り組みとして「イベントを活用」とのこと、どのようなイベントを考えているか。
	事務局	健康福祉課では月1回、イオンのグリーンコートで「健康レッスン」を開催しています。内容としては、看護大の先生を講師で招いて「ストレスと上手な付き合い方」や企業を招いて「快眠」などの健康に関するイベントとしてミニ講話を実施しています。たくさんの方が参加できるわけではありませんが、聴ける方に聴いてもらっています。
	委員 事務局	その時に、聴きに行けなかった場合、何か聴ける方法がありますか。 現在、対応できていない現状のため、検討させていただきます。貴重なご意見をありがとうございます。
	会長	認知症シンポジウム(長寿介護課が開催)については、市のケーブルテレビで流れていますね。
	委員	「認知症の方を支える認知症カフェ」とありますが、かほく市内でも公民館などでサロンのような活動をしていると思います。家で閉じこもりがちの方を誘って外に出てもらうという趣旨もあると思いますが、市でやっているところはありますか。
	事務局	高松のまちかど交流館で、「オレンジカフェ」をしており、認知症当事者を含めてその家族、支援する方も含めて集まってお話をしています。現在、お休み中のカフェもありますが、認知症の方を支えるカフェが市内でもいくつか

あります。

副会長                    また、別の話になりますが、市でいろいろな健診（検診）を実施していて、そのあとに結果の指導をしてもらっているが、その受診率（指導率）はどうか。

事務局                    今年度の集団健診受診者のうち、結果が「異常なし」「有所見正常」の方は郵送、それらの方以外の方 1,095 名に結果相談会または訪問、来所などで保健指導を実施しています。集団健診を受けた方については、たくさんの方に指導が実施できていますが、医療機関受診者については、健診結果の返し方は、先生方をお願いしています。

副会長                    ただし、医療機関受診者でもメタボリックシンドローム該当の方、特定保健指導対象の方に関しては、一部の方にはなってしまいますが市の方でフォローさせていただいています。

副会長                    自分のために健診を受け、指導を受ける、自分の健康は自分で守るという考えにもっていただけたらよい。

委員                        アルコールについて、「2合」という記載がありますが、これは日本酒を想定しているのかと思う。日本酒の記載に加え、「焼酎」だったらこう、「ウイスキー」ならこう、「ビール」ならこうと具体的な記載があるとわかりやすい。もうひとつ、市の取り組みとして「保護者等へ飲酒に関する知識の普及を図る」とあるが、どのようなタイミングを考えているか。「アルコールの選び方の周知」という記載もあるが、このあたりは自分としても難しいと感じる。

委員                        日本酒だけでなく、醸造と蒸留でもまた違ってくると思うなと感じた。  
事務局                    アルコールの基準量の表記については、「ビール」だったらこのくらい、「焼酎」だったらこのくらい、というリーフレットも準備できていますので、アルコール摂取の多い方には積極的にリーフレットを活用していきたいと思

委員                        20 歳未満の方の飲酒についてですが、「児童・生徒、その保護者」に会う機会が非常に少ないため、学校の栄養士と会うことも多々ありますので、そういう機会を捉えて、こういう問題があるということを相談していけたらと思います。

委員                        先ほどのサロンや認知症カフェ、100 歳体操の場も増えているということなので、そういう機会を通じて周知すると、普及もしやすいのでは。

会長                        こころの健康について、正月に地震がおこり、こころのケアが必要な方も増えてくると思うので、「現状と課題」の部分に地震が起きた事実とそれに対するこころのケアが重要だということも記述していただきたい。

会長                        続いて食育計画について事務局よりご説明をお願いいたします。

19:52    事務局                    食育計画（資料 4）について説明。

#### 質疑応答

委員                        市民の方にどう伝えていくことが大切である。例えば国保の方への健診の案内に、全国や県と比較してかほく市はこうだという紙を 1 枚入れてみてはどうか。

漠然と「肥満は良くない」と言うと、市民は「それはわかっている」という反応になってしまうので、「かほく市は肥満が多い」、「その肥満が心疾患につながる」、「腎症につながる」ってくっつけると意味があるものになるのではないか。しっかりしたものを作ろうと思うと時間がかかってしまうので、最初は簡単なもので良い。かほく市の現状を健康な人もそうでない人にも伝えておくとういのは、

より詳しく知りたい人向けに、QRコードを貼っておくとさらにより資料となると思う。

学校の献立の案内に、朝食の大事さや肥満に関することなどを載せたら、家庭やお子さんにも情報が届くのではないかな。

委員

食生活改善推進員の活動として、生涯学習フェスティバルの中で「家族と一緒にご飯を食べましょう」「朝ご飯を必ず食べましょう」と啓発普及のため、ポケットティッシュを配ることもしている。

他にも小学生を対象に「こどもクッキング」「親子クッキング」を開催している。クッキング後、こどもたちが家庭で簡単な食事を作った話も聞いている。小さな活動ではあるが、積み重ねが大事だと感じており、市の栄養士さんたちと相談しながらやっていることを知って欲しい。

事務局

その他 かほく市健康プラン 21（第三次）の進め方、計画全体の流れについて説明し、委員会より承認を得る。

20:26

事務局

今年度の健康づくり推進協議会は終了になります。また、皆様の任期は令和6年3月末までとなっております。2年間ありがとうございました。来年度に入りましたら、新たに委員の選出をお願いすることになりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

20:31

閉会