

平成30年度 第2回古賀市健康づくり推進協議会議事録（要旨）

1. 開催日時 平成30年11月21日（水）19時～21時

2. 開催場所 サンコスモ古賀 206会議室

3. 会議次第

1) 保健福祉部長あいさつ

2) 協議事項

①ヘルスアップぷらん（古賀市健康増進計画（第二次）及び古賀市食育推進計画）の推進状況について

②自殺対策計画（案）について

3) その他

4. 出席委員 古賀市健康づくり推進協議会委員 出席委員：12名 欠席委員：4名

5. 傍聴者 無

6. 議事概要

①ヘルスアップぷらん（古賀市健康増進計画（第二次）及び古賀市食育推進計画）の推進状況について

- ・ヘルスアップぷらん（古賀市健康増進計画（第二次））の推進状況について（資料1）
- ・ヘルスアップぷらん（古賀市食育推進計画）の推進状況について（資料2-1）
- ・特定健診・がん検診の受診状況について（資料3）
- ・健康チャレンジ10か条普及啓発実施状況について（資料4）
- ・健康チャレンジ10か条ポスター、広報掲載資料の紹介（資料5）
- ・健康チャレンジ10か条推進委員会（概要）について（資料6）
- ・健康チャレンジ10か条推進委員会 啓発状況調査まとめ（資料7）
- ・ヘルス・ステーションの考え方について（資料8）
- ・ヘルス・ステーション設置事業（概要）について（資料9）
- ・ヘルス・ステーション設置補助事業における活動及び設置状況について（資料10）

②自殺対策計画（案）について

- ・古賀市いのち支える自殺対策計画（案）について（資料11）
- ・今後の計画策定スケジュールについて（当日配布資料）

健康づくり推進協議会における質疑応答・意見交換

	ヘルスアップぷらんの推進状況について (資料1～7)
事務局	当日配布資料確認後、資料1～7を説明。【～19:25】
委員	<p>(ヘルスアップぷらんの取組を) 皆さん、よく頑張っていると思う。</p> <p>多くの場面で説明やPRをしている。</p> <p>初めは知らない人も多い。しつこく、しつこく言っていくことが必要。</p> <p>特定健診受診時も10か条を紹介していくとよいと思う。</p>
委員	<p>(行政からではなく) 市民から周囲に広めることがポイント。</p> <p>(健康チャレンジ) 10か条のチェックシートとは?</p>
事務局	<p>ヘルスアップぷらんの概要版裏表紙に印刷している資料。</p> <p>複数枚コピーの希望があり、需要がある。</p>
委員	特定健診の受診率が低いとその理由は。
事務局	<p>天候不良(台風・大雨)で3回中止になっており、その影響が大きい。</p> <p>11月までの実施となっているので、医療機関の協力を得て受診率の向上を図っているところ。</p>
委員	今後、いつ災害が起こってもおかしくない。天候による影響も想定した上で推進方法の検討が必要。
委員	前回も提案したが、活動している人の紹介を広報等で行っていないか。
事務局	健康づくり等関連サポーター等、団体を取り上げることはしてきたが、個人についてはまだできていない。ぜひ検討していきたい。
委員	<p>もっと市民に焦点を当てることで「承認欲求」を刺激することができ、無関心層への働きかけにもなる。「ナッジ(Nudge)」という。背中を押す、肘で突っつくという意味がある。</p> <p>例えば、階段がピアノの鍵盤になっていると上りたくなる。ついつい健康づくりをしちゃうという心理を活用できる。</p> <p>自身を含め、講師を知っているので紹介可能。</p>

委員	<p>知らず知らずに楽しみながらというのが良い。 まさに、健康づくり推進員の活動もそうではないか。</p>
委員	<p>健康づくり推進員が行う測定の中には、他課と一緒に活動することもある。その際、(健康チャレンジ) 10 か条のチラシを渡すも、説明する機会がないままに終わることがある。ぜひ他の課の職員からもチラシの紹介をして欲しい。</p>
事務局	<p>介護支援課の職員からも誰でも 10 か条について説明ができるようにしてはという提案をもらっている。進めていきたい。</p>
委員	<p>歯科医の立場から、食べることと噛むことを連携させて 10 か条を推進していきたい。</p>
委員	<p>減塩の他に野菜をたくさん食べることを進めているが、これはよく噛むことにつながっている。 長寿の秘訣はよく噛むことであると元しいのみ学園長の鼻地 三郎(しょうち さぶろう)先生の講演を聞いた。 「噛む」との連携は食進会の会員から要望もある。ぜひ実現したい。</p>
委員	<p>野菜もりもり応援店をもっと増やして野菜摂取量を増やしていくとよいのでは。学食での工夫では、目の高さに野菜を配置している。目の高さにあるものを手に取る習性がある。これもナッジの一つ。 また、居酒屋のつきだしも野菜にするなどの方法も考えられる。</p>
委員	<p>小学生に対して年に1回お口についての話をする。 「よく噛むとお米が甘くなるの知ってる？」と尋ねても知らないとの返答。 あまり噛んでいない状況が伺える。</p>
事務局	<p>クロスパルこがでのフレイル対策について、利用状況も含めて教えて欲しい。</p>
委員	<p>利用している人は自身の健康づくりに関心がある人。 高齢者向けの健康教室を実施しているが、平均年齢 70 歳くらいの方が 50 名程参加している。 研究で(年齢が)いくつになっても筋力アップできることが分かっている。 そのことを伝えている。</p>

委員	ぜひその事例も取材をし、広報等に取り上げて欲しい。
委員	自分よりも年上の方が頑張っていると自分も負けてられないと励みになる。
	ヘルス・ステーションについて (資料 8~10)
事務局	資料 8~10 を説明。【~19:51】
委員	補助金で購入できる健康機器とはどんなものか。
事務局	血圧計や体重計等。
委員	補助金の使い方について。お茶やお菓子ダメなのか。 無関心層を誘い込むためにも“おしゃべり会”に参加することで何となく健康になってしまったという状況が理想的。
事務局	ひとり一人に配布するお茶やお菓子は補助金の対象外となる。 区によっては（食事やお菓子等の費用のため）参加費を徴収しているところもある。
委員	「オーラルフレイル」という状況がある。 おしゃべりやカラオケはオーラルフレイル予防に効果的。 花鶴丘 3 丁目のうどん屋さんのような食事やおしゃべりができる場はよい例。
事務局	（花鶴丘 3 丁目うどん屋さんについて補足） 福祉会主催、1 杯 200 円でうどんを提供している。 食べながら会話をする機会が得られる。 民生委員が一人暮らし等の区民を誘い、区民同士が関わりを持つことができる。
委員	区の活動など、音頭を取ってくれる人材がいるかどうか大切。
	自殺対策計画について (資料)
事務局	資料 11 を説明。【~20:20】
委員	自殺か事故かを判断する際はどのようにしているのか。 高校生や学生の場合は遺書が必ずあるわけではないと思われる。

委員	<p>検視（警察と医師による）を行い、判断する。 例えば、第三者の介入の有無、遺書の有無の確認、 家庭の状況等を確認したり、病院へ問い合わせをしたりと総合的に判断する。</p> <p>今後、うつを含む病気関係を要因とした高齢者の自殺が予測される。 また、（統計から）独居よりも同居の方が多い現状がある。 中には家族への当てつけを考えられるケースもある。</p>
委員	<p>数字に踊らされることがないようにしないといけないだろう。 広い視点で現状・要因を把握する必要がある。</p>
委員	<p>中には同居だけど家庭内で孤立している場合もある。 おしゃべりサロンなどの家庭外での居場所づくりが大切。 計画の中には“リスクの管理”の視点が多い。 加えて“アセット（資源・資産）”の視点を持つ。 人は、ひとつの不満が解消したら、次の不満を探してしまうもの。 仲間づくりや地域づくりによって自殺対策を行うことも検討が必要。</p>
委員	<p>学校における子どもたちへの SOS の出し方教育についての現状は。</p>
委員	<p>小学生の不登校の原因として、以前は友人関係が原因であることが主であったが、今は家庭内での人間関係の影響を受けている。 （自らの現状について）話すことを苦手になっている子どもが多いため、コミュニケーションづくりを学校でも大切にしている。</p>
委員	<p>高校生になると学校を変わることができるなど置かれている状況が変わる。 「逃げること」も教えている。 しかし、現実社会ではなくネットなどの非現実へ逃げている。 教員等の大人が改善の手を入れることが難しい。 生徒には生身の世界での体験や居場所づくりができるように支援している。</p>
委員	<p>人が喜びを感じることができる居場所として、お寺や教会が存在する。 しかし、日本人は宗教等タブー視している傾向にある。 情報発信の機会があっても良いのではないかな。</p>
事務局	<p>宗教分離の点から行政からの情報発信は難しい。</p>

委員	教育現場において、メディアリテラシーについて学ぶ機会があるか。
委員	<p>高校では NPO 法人や電話会社による講演会を開催している。</p> <p>高校入学のお祝いとして携帯電話を購入する生徒も多く、新学期の早い時期に実施。個人に対する感情（例「〇〇が嫌いだね」）も SNS を通じてクラス全員に伝わってしまう現状がある。</p> <p>情報の授業の中でも扱っている。</p>
事務局	中学生は性教育の中でメディアリテラシーを伝えている。
委員	小学校でも NPO 法人の講話を開催している。
委員	保育所では携帯電話を見ながら迎えに来る親の姿を目にすることもあり、親に対してメディアの使い方（例：園児にさせるゲームの内容や使用時間を決めるなど）を啓発している。
委員	保護者に対する教育（支援）を地域で行うことは必要。
委員	家庭の事情による不登校とは具体的にどんな状況があるのか。
委員	<p>家庭内不和や片親家庭、親の生活リズムの乱れやゴミ屋敷の問題等、様々。</p> <p>家庭内で虐待を受けていたとしても、小学生のうちはまだ家庭の外に助けを求めるよりも親に頼ったり、中には親をかばう場合もある。</p>
委員	<p>つまり「ネグレクト状態」であり、今増えてきているようにも思う。</p> <p>家庭から逃げる必要があるという状況は非常に辛いこと。</p>
委員	<p>地域に逃げ場はあるのか。</p> <p>親戚や近所の人に頼ることができないのか。</p>
事務局	<p>行政における一時保護がある。</p> <p>要保護ネットワークにおいて見守り体制がなされている。</p>
委員	通学合宿は古賀市で実施されているか。
委員	青柳校区では年間 30 名程度の参加がある。

委員	<p>保護者などの大人たちも1週間ごとに当番を決め、子どもも大人も顔見知りになる機会となる。</p> <p>地域力を上げる絶好の機会だが、近年この地域力が下がっているように思う。</p> <p>例えば、挨拶ができない親（特に若い母親）がいる。</p> <p>些細なことだろうが、子どもを任せる側も、任せられる側も気持ちが違う。</p> <p>あいさつも「アセット」になる。</p>
委員	<p>（通学合宿）に参加させようとするだけ親の意識は高いと思うが、子どもに挨拶を促す声かけをすることで親も学んでいくのではないか。</p> <p>今、地域のスタッフも高齢化等で減少している。</p> <p>イベントの時には参加者が多いのだが。</p>
委員	<p>イベントは「祭り」が効果的。</p> <p>現在、働き方改革として、早く帰って地域の活動に参加し、地域の活動の中でストレスを発散させようとする動きもある。</p> <p>統計では、60歳以上の40%はまだ働きたいと回答しており、まだまだ働ける、動ける60歳以上は多い。</p>
委員	<p>定年しても元気な方が多いということ。</p> <p>では、時間となりましたので、事務局へお返しします。</p>
事務局	<p>貴重なご意見ありがとうございました。</p> <p>今後のスケジュールですが、11月30日までに委員の皆様からご意見をいただきたい。その後1月9日～2月8日にパブリックコメントを募集し、第3回の会議にてその結果についてご検討をお願いしたい。</p> <p>以上で第2回古賀市健康づくり推進協議会議を終了します。</p>