

平成26年度南砺市健康づくり推進協議会 会議録

日時	平成26年10月28日(火) 19:00~20:25 場所: 南砺市役所福野庁舎
出席者	①南砺市健康づくり協議会委員 : 佐伯会長、中山委員、(代理)若杉委員、中村委員、高田委員、武田委員 河合清明委員、河合英子委員、中島委員、仲村委員、長谷川委員 欠席者: 島田委員、西村委員、富井委員、中林委員 ②民生部長 ③事務局(6名) 計 18名
配布資料	・南砺市健康づくり推進協議会資料10月28日 資料1~5 ・南砺市健康づくり推進協議会設置要綱
番号	議事内容
1. 開会	
2. 挨拶	田中市長
3. 委嘱書交付	
4. 会長、副会長選出	副会長 中山委員・島田委員を選出 会長挨拶
5. 報告事項	(1)健康プランの現状について ・資料1~4について事務局より説明
	質疑応答 委員 協議会資料の自殺の関係について、自殺は南砺市が多かったが減ってきているという感じはする。この資料は平成24年度はSMRで書いてあり平成25年度が実人数で書いてある。実人数では比較しづらいのでこの数値(SMR)で比較したい。南砺市のこの数値はいくつか。 事務局 平成24年度のSMRが調べられなかったもので単位の違うものを並べてしまっすみませんでした。 委員 難しい計算式なのかな。どれくらいの比較になっているのか知りたかったので聞いた。 事務局 平成21年度の実人数は男女あわせて21人で、平成24年は14人でした。それでは半減しているのですね。わかりました。 委員 協議会資料の朝食を一人で食べる子どもの割合の減少についてですが、私は食育推進計画にも携わっている。その中でも意見としてでたのだが、全国学力学習状況調査あるいは元気ツズ作戦の結果をみると、朝食摂取率は95%よりまだ上でかなり高い。ここで%を求めるのがいいのか、むしろどんなものを食べているかが大事ではないかというご指摘を一昨日いただいた。確かにそのとおりで、中にはスナック菓子を食べて朝食を食べていると回答している子がいるかもしれない、それでは調査の趣旨が生かされない。そういった調査を学校現場あるいは教育委員会でタイアップしながらする必要がある。学校現場では何かなかったですか。 委員 どんなものを食べているかについては学校実態調査をしている。南砺市は100%近く朝食を食べているのでいいほうです。ただ、食べている中身は市町村によって違う。南砺市はまだしっかりごはんを食べている。その辺を吟味してどう啓発していくか考えていかないといけない。保護者にもどう啓発していくか課題だと思う。 委員 おそらく今が(朝食を食べる子どもの率としては)マックスだと思う。これを更にあげることに市として健康づくりの視点から効果があるのか。そういう面での検討もあわせて行っていただければありがたい。 委員 スポーツの面から言うと、科学的根拠から朝食を摂らなくてもスポーツはできるという反論的な意見もでてきている。教育委員会で調査するのか健康課で栄養指導をしながらしていくのか今後調整が必要に思う。 会長 学校医をやっていて同じようなことが議題になったことがある。健康課は%まで出すこととして、中身は学校サイドで吟味したほうが話がまとまりやすいのではという気がします。 委員 私は4ページの④の幼児のほうで、1歳6ヶ月児の8%(H20)がこわいと思う。本当にこんなことがあるのですか？(幼児の朝食の欠食状況) 事務局 1歳6ヶ月児健診のときの質問項目でみるとこんな結果が出てくる。食べさせていないのか食べないのかは分からない。これではいけないということで良くなってはきていますが、お母さんが実際に問診で書いておられるものを集計した結果です。今は2.9%(H25年)だけど。

委員	これは2.9%なんですか。表の一番上は10.0で100ではないのでいいんですね。1歳6ヶ月児は何回にもわけて食事をするので、中間食も重ねて数字をだしたほうがよいと思う。
委員	資料2ページ⑤の妊婦歯科健診の受診状況をみると受診率は35.2%でなかなか伸びないなど思っている。その中で歯周病が占める割合が高い。歯周病は単に口の中だけの問題でなくて糖尿病とも精神科とも関係している。下に書いてある低体重児出産、これも重度の糖尿病でひとつの要因になることが明らかになっている。こういうことも妊婦に啓発して、少しでも受診率をあげてほしい。喫煙もひとつの要因ですし、重度の歯周病の方も結構いらっしやいますので、その方にも注意して管理していかないといけない。
事務局	妊娠届のときには、妊婦歯科健診の重要性を伝えるちらしも作って話もしています。これから受診率向上に努めていきたいと考えています。
代理委員	所長からコメントを預かってきているのでお伝えしたい。7Pにある女性のがん検診の受診率、若い人・勤務世代のがん検診の受診率をあげることが大事。いろいろ取り組んでいると思うが、休日・夜間の実施について検診車の配車が難しいというのもあると思うが冬季は余裕があるようなので検討されたらよい。厚生労働省のほうで3月1日から3月8日まで女性の健康週間というものをしている。その期間にあわせて配車するのもひとつの方法ではないか。
会長	がん検診については、行政の方がいろいろ努力しているがなかなか受診率があがっていない現状がある。胸部レントゲンのような写真をとるだけとかPSAのように血液をとるだけといった簡単に受けれる検査しかあがっていない。便潜血検査を受けても二次検診になかなか行かないということもある。一生懸命やっているがなかなか追いつかないという現実があるが行政の方には地道にやっていただきたい。がん検診の前のところで死亡率について、1位悪性新生物、2位心疾患、3位脳血管疾患となっている。この2位と3位にあがっている疾患が結構長い間介護に関わって長い間患うので、やっぱりこのところをどうにかしないといけない。死亡率云々ではなく、この方達をいかに健康にしていこうかということを考えていかなければならない。ちょっと抽象的な話でしたが、例えば、健康寿命を考えたとき、歯の問題がある。今の子は徹底的に歯磨きの指導を受けて虫歯の子が非常に減っている。これは非常にうまくいっているが、自分たちのような健康寿命をどんどんあげなくてはいけない年代が早期に虫歯や歯周病にかかって、自分の歯を若いうちからなくしてしまう。これは健康寿命に大きく関わってくると思う。高齢者にも歯周病の指導とか、歯に関することも行政指導していかないといけないのではないかと。あまりない気がする。具体的に言うと子どもはすごくうまくいって、虫歯の数も減っているのだから大人の歯周疾患や虫歯の指導をしていく必要があるのではないかと思う。こういう年代を虫歯にしないようにしていくことが健康寿命の延伸につながると思うのでそっちの方向も考えてほしい。
委員	この間開催したばかりですが、10/23に歯科保健協議会主催の講演会があった。テーマは「咀嚼能力の維持で健康寿命は延びる」というもので日大の教授に講演していただいた。自分の口でちゃんとものを噛んで食べることが大事。ちゃんと噛めるということは調べてみると、寿命は延びないが、健康寿命は間違いなく延びることが分かっている。食べるということは、えり好みせず何でも食べる、いろいろなものを食べるということが健康寿命につながるのではないかというお話をされた。
会長	自分のことを考えると子どものころに歯磨きの指導をちゃんと受けていない。そうすると歯周病が進んで気づいたときには抜くしかないと言われる。そうならないためにも40～50代の人に指導が行き渡れば自分のように歯を抜かなくてすむのではないかと。そういうところの指導が抜けているのではないかと。どういう方向で市から進めていいのか、歯科の医師会からアドバイスをいただければいいのではと思う。そうすれば良い方向に向かうと思う。
委員	さっきのがん検診のところでもありましたが、若い健康な人は健診を受けにくいんですね。成人の口腔疾患検診も事業として行っているが若い方の受診がない。
会長	まずいと思ってからはじめて来るんだろうね。
委員	私は逆にあれだけ無茶をしても全部自分の歯でいられるんだと思う。がん検診も受けていない。バリウムも胃カメラものめないので胃がんになったらそのままにしておいてくれと言っている。
会長	歯科のところをなんかうまいこといかないですかね。
委員	若い人にどう教育していくか非常に難しい。
委員	歯に限らず全部そうだよ。でも噛むということは非常に大事なんだよ。

委員 市報にも去年からいろいろ書いているが、なかなか読んでもらえない。インプラントでも噛めることは噛める。ただ、インプラントは受容体がなくて骨と直接つなげるので、刺激が伝わる。柔らかいものは噛めるけど固いものは噛めない。自分の歯に勝るものはないので大事にしてもらうのが一番いい。でもどうしてもダメなら入れ歯をいれて噛めるようにしたらよい。再生医療で歯を増やせる時代がくると思う。まだ先の話で夢のような話だけど、早くそのときがくればいいなと思う。

会長 行政と歯科医師会と話して年とった人達も歯周病にならないようにうまくやってほしい。講演会も若い人が直接聞けるようなのが分かりやすいのかな。そういう設定があればおもしろいと思うのかな。また考えてみます。

委員 さきほどから健康寿命の延伸ということだったが、全国的に健康寿命はのびているんですね。南砺市のそういう数字もできるものですか。

事務局 これは国と県で比べるものではなくて、実は国はアンケート調査から出しています。南砺市がその数値を出そうとすると3000件のアンケートがいることになってしまいます。健康プランで出したものは、国が示す人口が少ないところは要介護状況で出したらどうかという指摘があったものでそれで出しました。平成17年と平成22年のもの、5年後の健康寿命を計算で65歳の人口と出したものがあります。男性は改善したが女性は改善できませんでした。平成17年は男性77.02歳から77.97歳に改善、女性83.29歳から82.97歳へ減少(悪化)しました。ただ、これは決して国と比較するものではないということ・・・。

委員 私が言いたいのは平均寿命と健康寿命の差を縮めることが大事なのではないかということ。健康寿命を延ばすことが大事だと思ったもので、そのあたりの課題、平均寿命が伸びても寝たきりではいかなののではないかということをお願いしたかったです。

事務局 この女性の健康寿命が改善できなかったというのは、平均寿命の延びに沿って改善できなかったということもある。南砺市の現状としては糖尿病や高血圧から脳卒中になられる方も多いという課題もあり、子どものころからの生活習慣を改善することも大事。まずは検診を受けていただいて、健康状態を見ていただき、生活習慣をかえていただくということを重点課題として考えています。それと、さきほどの自殺の数ですが、21人が平成21年で、平成24年は14人でした。

(2)南砺市の国保、医療費の現状について

会長 まずこれは何の目的で作成した資料か。

事務局 国保データベースから健康課題、どんなところに取り組めばよいかが見えてくるということでやっているものです。検診と国保の医療のレセプトと介護のデータが取り込めるというもの。それによってどんな病気で入院したり治療したりしている方が多いか、どんなところに医療がかかっているか、どんな病気で介護が必要になっているかも分かります。

会長 分かりました。ではお願いします。

・資料5について事務局より説明

会長 介護保険認定された人と病気をもった人をつきあわせて作ったものか。

事務局 そうです。

会長 筋骨格系というのはだんだん歩けなくなること。高齢によるもので病気でない部分も入っているということか。

事務局 そうです。

代理委員 大江所長から預かってきたコメントをお伝えします。資料5は大変重要なデータで頑張ってよく出されたと思う。12p 高額と生活習慣病の状況について長期入院は精神疾患が多い。これについては今年度から精神保健法が改正されていまして入院診療計画とか退院支援委員会を開催することになっていますので今後この数字を見てほしい。その下の人工透析については、先ほど報告がありましたとおり、糖尿病の重症化予防は透析に大きく関与するので今後も頑張って取り組んでほしい。その下の生活習慣病との関連のところですが、脳卒中、心筋梗塞、高血圧、糖尿病の重症化予防は重ならないようにということで重症化予防に是非取り組んでいってほしい。13p介護保険の状況ですが、今後分析してほしいこととして、介護で行われている日常生活圏域ニーズ調査の分析結果もあわせて検討されたらよいとのこと。

(3)各団体による健康づくり活動の紹介

	会長	順番で紹介していると時間が足りなくなるので、紹介したい団体さんありましたらお願いします。
	会長	医師会は在宅や介護ばかりやっていた。こういうところも考えないといけない。
	委員	健康課はロコモは関係ないのか。
	事務局	健康教育の依頼があればそのような話もしています。
	委員	地域包括支援センターでやっている柔道整復師の高齢者の体操も関係ないのかな。小学生の栄養教室で保護者も入れてやっていきさきほどの朝食について改善していければよい。運動をしている子であれば栄養学やいろいろなことを年に何回かやっているが、そういうこともこれからはやっていかなくてはいけないのではないか。
	会長	聞いたところによると学校保健の健康診断にもそういう方面が入って来るような話もあるようだが、聞いたことありますか。
	委員	運動器に関する要素を含めた健診が課されるとか。
	委員	ただロコモは高齢者だけでない。乳幼児からロコモの子がいる。そういうところにも対処すれば今後人口増につながるのではないか。
	委員	何を食べているかという質の問題だと思う。そこに伴う体力・学力に影響する。何を食べるかによって持続力も違って来る。保護者も交えながら子どものためにどうあるべきかを大人が真剣に考えて取り組んでいくべき。とても大事なことだと思う。
	会長	今は食べすぎて不健康になっている。じいちゃん、ばあちゃんは孫の残りを食べて食べすぎて不健康になっている。今は捨てる勇気を待たないと健康にはなれないのかも。
	委員	もったいないと言っていると早死にしてしまう。考え方をかえないといけない時代かも。食生活改善推進協議会です。健康プラン第二次計画の実現に向け高血圧、糖尿病、を予防するために私たちはできることに日々取り組んでいます。昨年より味噌汁の塩分測定を実施していて、中央研修会で自分自身の家の味噌汁の塩分測定をした。普通とか薄いとか判定された委員がほとんどだった。そのときにインスタント味噌汁と比較したら2倍近く濃い味だったのにはびっくりした。各地で行なっている伝達講習でも塩分測定を実施している。現在は200件以上実施し、今年度中に南砺市の現状を把握し塩分の低下を目指していくよう計画しています。野菜を摂取増加させ南砺市地産の消費拡大するため、毎月1回市報に地域の産物、旬の食材で栄養バランスのとれたレシピを掲載、一口メモもつけてあるので是非ご覧ください。以上PRでした。
6. 閉会	会長	この会議は何かを決めるものではなく意見を出しあってこれからに向けて取り組んでいく会合なので今日の意見を参考にして健康づくりに励んでいってほしいと思います。ではこれで閉じたいと思います。どうもありがとうございました。