

## 平成29年度南砺市健康づくり推進協議会 会議録

1. 日時 平成29年10月20日（金）午後7時～午後9時
2. 場所 南砺市役所福野庁舎2階201会議室
3. 出席者 ①委員：14名 矢島委員 北川委員 垣内委員 中林委員 才川委員 花島委員  
高見委員 武部委員 根井委員 村澤委員 畠中委員 須川委員  
井口委員 小林委員  
欠席者：松本委員（代理出席）

②傍聴人：0名

③事務局：地域包括医療ケア部長以下 10名

### 4. 会議内容

(1) 開会

(2) 市長挨拶

(3) 委嘱書交付 任期：平成29年4月1日～平成31年3月31日

(4) 会長・副会長選出

事務局一任となり、事務局提案に基づき新会長に南砺市医師会会長の矢島眞委員、副会長に南砺市歯科医師会会長の北川武史委員、南砺市自治振興会連合会会長の松本久介委員（松本委員は欠席でしたが、皆様のご承認が得られれば、お引き受けいただけると伺っていました）を全会一致で選任しました。

(5) 協議事項

1) 各課の健康づくりの取組み状況及び健康プランの現状について（資料1～7）

各課より実績・課題を含め、取り組みについて説明

資料1 妊娠期から乳幼児期の保健事業（保健センター）

資料2 保育園における保健事業（こども課）

資料3 小・中学生の保健事業（教育総務課）

資料4 成人期の保健事業（健康課保健係）

資料5 南砺市国保、医療費の現状（市民生活課国保・年金係）

資料6 高齢期の保健事業（地域包括ケア課）

資料7 南砺市民健康プラン(第2次)進捗状況（健康課保健係）

## 2) ご意見・質疑応答の内容

会長 妊娠しているのに、まだこれだけたばこを吸っている人がいることに驚きました。妊婦や子供の歯科口腔衛生については、歯科の先生が頑張っておられ20年前から比べたらはるかに虫歯の有病率が低くなっており、非常に素晴らしいことです。

3歳6カ月児の肥満が多いのが心配です。保育園では、昔に比べてアトピー性皮膚炎が減ってきていると思います。小学校では、昔は全身皮膚炎の重い児童がいましたが、今の親御さんはしっかり治療に行ってもらってしゃるせいか非常に良い傾向です。昔から比べると、親御さんが子供をしっかり見ていると思います。また、小・中学校で肥満度が少し下がってきているということで、学校でよく運動をしているように思います。子供のアレルギーは大変です。弁当や除去食で対応しているようですが、エピペンは誰が注射することになっているのですか？

事務局 養護の先生です。また、校内の先生は全員講習を受けていますので、症状を見て迷わず打つということになっています。

会長 親御さんの承諾は得ていますか？

事務局 はい、勿論です。

会長 わかりました。

成人期に関しては、やはり肺がんが非常に増えてきています。肺がんは胸の写真を撮れば分かり、意外と簡便な検査のため、検診を多く受診されているようです。大腸がんや前立腺がん検診等は有料で、有料であると、受診率が低いように思います。前立腺がん検診は、今は血液を少し取れば分かるため、特定健診の採血の際に、同時に検診を勧めるのが少し押しつけがましく、言いづらい感じもありますが、私達も努力していかないといけないと感じています。南砺市は特定健診受診率が高く、今後も維持していただきたいです。レセプトが高いのは、南砺市は高齢化率が高いので仕方ないように思います。

みなさま、何かございませんか？

委員 小・中学校の肥満については、学年によって肥満の子の割合が違うようです。遅れている学年とそうでない学年があると思いますが、それに対する対策はどのようなになっているのか気になります。学校ばかりではなく、個人的に思うことはスポーツ少年団に肥満の子はあまり入っていない感じがします。そこをどうにかしていかなくてはならないと思います。それに対する施策をどんな風に作っていくのか、学校ばかりに任せるのではなく、地域みんなで守っていくということも必要であれば、スポーツ少年団に入ってもらいようお願いします、進めていくことも大事だと思います。

健康プランのことになりますが、資料に進捗状況の基本的な方向が4つあり、生活習慣の改善が1番重要だという記述になっています。健康プランの目標、「基本的な方向」が4つあるとすれば、そこに向かって、どんなプランを作って、そのために何をしていくかということの説明がもう少し具体的にあればよかったと思います。もう一つは、健康寿命を延ばすためには、健康な方がいかに健康なまま過ごしていけるかが重要で、健康を支えるための社会整備を重要視していかなければならないと思います。そう思ったときに、資料の「ボランティアの活動をしている人の増加」という指標だけが、社会環境の推進の項目になっていたのも、他の項目での数値目標を作っていられる方法もあるのではないかと思います。

会長

ありがとうございます。事務局から、それぞれのライフステージにおける取り組みの現状課題やその課題に対する取り組みが報告されましたが、ほかにご意見等があれば、どなたからでも結構ですので、ご発言願います。(発言なし)

せっかくの機会ですので、皆さんから一言ずついただきたいと思います。日頃感じていることや団体の活動に関する事など、何でも結構です。

#### (6) 各団体の健康づくりに関する取り組み及び課題等について

委員 (歯科医師会)

歯科医師会では、妊婦から高齢者までのライフステージ順に、歯科健診の事業を市から委託を受けて実施しています。1歳児はお口もぐもぐ教室として、子供とその親を対象に、歯が増えてきたときの対策として、おやつや歯磨きの方法、虫歯予防に関する話をしています。また、保育園から中学まで、全ての園や学校でフッ化物洗口を実施できるようになり、フッ素による虫歯予防の効果が、これからデータとして現れてくるのではないかと期待しています。

成人期では、40歳から5歳刻みで口腔疾患検診をしてはいるものの、口腔疾患検診に来られるのは、高齢の方ばかりで、仕事を持っている40～50代の方は来られないのが現状です。無料で受けられるのにもったいないと思います。仕事があると難しいのかもしれませんが。高校卒業から30代は歯科検診を受ける機会が少ないように思います。職場では大企業でない限り機会が無いと思いますので、できれば、若い方、壮年層の方に歯科検診を受ける機会があればいいと思います。

南砺市と南砺市歯科医師会合同で、南砺市歯科保健推進協議会を作っており、各種団体の方へ出席いただきご意見を伺っています。年に1度、各方面のエキスパートの大学の先生等をお呼びして、歯の健康に関する講演会をしており、実は昨夜講演会を実施していました。内容や先生を選ぶにあたって回を重ねる毎にマンネリ化

してきたので、市民の方がどんな話を聞きたいのかを聞いて、より良いものにしていきたいと思っています。

#### 委員（砺波厚生センター）

とてもたくさんのごことに取り組んでいただいております、感心して聞いていました。少し検討いただければと思うことを2点ほど申し上げさせていただきます。母子保健関係では、最近では虐待予防が主要テーマとなっております。南砺市の全戸訪問の実施率は高く、大変ご協力していただいておりますが、訪問に行けなかった人をどのようにサポートしていくかが重要になってくると思います。1歳6カ月、3歳6カ月児健診の未受診者についてはしっかり把握していただいております。産後うつの子防事業としての質問票実施人数が96.8%と率は高いですが、健診や訪問は、問題のある人は受けないということが常でありますので、そこは漏れがないようにしていただければと思います。

成人・高齢期の方では、健診受診率が県下トップを走っているのです、南砺市がしておられることを勉強して理解を深め、広げさせていただきます。今年から協会けんぽのデータを突合され、データを見ることができました。厚生センターでも、地域職域で共同して現状分析をし、連携事業をしていこうということをしていきますが、なかなか具体的なことができず、良いきっかけがないかなと思っています。

南砺市のデータから、とても課題があることを示していただいたので、実際の共同での取り組みにつままして具体的なものを詰めていただければ有り難いですし、その事業の中で一緒にご協力できることがあれば実施していきたいと思っています。引き継ぎご協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。

#### 委員（富山大学）

資料が良くできており、生まれてから高齢期になるまで、細かなデータで南砺市のことがよく分かりました。思ったことが3つあります。1つは、今の子供を見ていると、その親御さんの教育も大切で、親を巻き込んだ教育をしていただきたいということです。小学校では、家庭を巻き込んでと記載がありましたが、保育園児やもっと小さいお子さんも同じだと思いますので、親に子供の健康について学んでもらうような機会を作ってもらいたいと思います。

次に、働き盛り世代では、協会けんぽに加入している方のデータが見られるようになったのはとても貴重で、働き盛りの世代へ具体的にどのように働きかけていくか課題だと思いました。産業保健推進センターで委員をしていますが、協会けんぽに加入している小規模事業所から健康づくりを主体的に考えることは、なかなか難しい問題です。地域職域の中でも、データを共有するというのをきっかけに、地域がイニシアティブをとらないと働き盛り世代の健康増進は産業からの発信では

難しいと感じています。厚生センターの方にも地域職域連携推進会議があるので、産業と共同して具体的に何か進めていければいいと思います。

それらのことを総合して、南砺市は、高齢期のプランや取り組みが非常に素晴らしいという印象があります。それは、マスコミや新聞でよく目にするからだと思います。本当に素晴らしいのは間違いないですが、成人期や小児期を含めて発信されると、一生懸命実施していることが外から評価され、モチベーションも上がると思います。市民の方や、委員の方のモチベーションが上がれば良いと思います。

#### 委員（自治振興会連合会）

小学生の肥満度の観点から、南砺市全体で見ると全てに当てはまるかはわかりませんが、2 km以上の子はスクールバスで通学しています。小学1年生から6年生まで6年間、バスに乗りっぱなしということで、肥満ということよりも脚・腰が弱くなっていると思います。歩く機会が少なくなり、気になります。

東日本大震災の時に、仮設住宅からスクールバスで送り迎えした結果、肥満度が上がったというテレビを見ました。ある程度の距離を歩いて学校へ行くことは出来ないかなと思います。例えば高学年になればそれなりに歩くというようにするとか、何かいい方法がないかと思います。

健康づくりについての1例として、私は福野南部の自治振興会ですが、健康体操を中心としたサロンを週1回開催しており、合わせてヨガと骨盤体操をしています。ヨガの方は若い子育てママさんが中心となって週1回実施しています。高齢者を中心とした骨盤体操も週1回開催しており、自治振興会として若干の助成金で支援しています。

#### 委員（体育協会）

体育協会としては、トップアスリートの育成を1番の目標にしています。その中で、子供たちへのスポーツに親しむ機会を作っていくことが大切だと思います。先程の肥満の子の話になりますが、スポーツ少年団に入ってくるお子さんはスポーツに親しんでいこうという気持ちが伝わりますが、そうでないお子さんもスポーツ少年団に入るよう指導していただければ、ありがたいと思います。そのことによって、底辺が上がり、トップアスリートが出てくるという将来性につながるのではないかと思います。

もう一つは、体育協会としては市民のみなさんがスポーツに親しむ環境を作ることが重要だと思っています。しかしながら、南砺市の現状を思えば体育施設等々の指定管理についてはスポーツクラブをお願いしていることを考えると、現状ではスポーツクラブが主体となって推進しており、体育協会の立ち位置をどうしていくのかということが大きな課題です。

先日、世界陸上メダリストの為末さんと、桜が池周辺をウォーキングする事業がありました。継続して広がっていくことが重要だと思います。朝や夜に歩いている方がたくさんおられるので、どんな環境づくりをしていけるのか、体育協会としても考えていきたいと思っています。

#### 委員（商工会）

南砺市さんと同時期に富山県商工会連合会が協会けんぽと協定を締結しています。各事業所の実績はまだ出ていませんが、南砺市さんと競い合って頑張りたいと思います。

町内のことになりますが、健康麻雀を昨年から開催しています。麻雀に限らず体操をしたり、おしゃべりをしたり、ということで年会費1,000円で取り組んでいます。健康麻雀はストレス解消の一つでもあります。会話も大切だと思っており、続けていきたいと思っています。

介護予防・生活支援サービス事業について具体的にどんなことをしているか少し教えてほしいのですが。

事務局 介護予防・生活支援サービス事業は、介護予防・日常生活支援総合事業という新しい総合事業の一環として実施している事業で、要支援1・2、チェックリストの方が基本的にこの事業の対象者となります。

委員 ありがとうございます。その場所まで、みなさんどのような交通手段で行かれるのですか？

事務局 事業により異なります。住民主体のB型では、例えば、ひらすんま会や福野北部の、かよわんまいけ会がありますが、これは住民のみなさんの車で会場まで行っていただいています。C型では、タクシーを利用したり、近くの方なら徒歩で行かれることもあります。

一般介護予防ということで、簡単に言えばサロン利用のようなものは、近くの場所で開催されることが多く、徒歩だったり、近所の方と乗り合せて会場まで行っているという場合もあります。A型では、普通のデイサービスや訪問サービスの基準を緩和したものになりますので、プロが送迎しています。色々なパターンがあるということで紹介させていただきました。

委員 ありがとうございます。

#### 委員（老人クラブ連合会）

老人クラブとしては、高齢社会を迎えて、「平均寿命より健康寿命」ということ意識し、努めてきました。今年度より老人クラブにおいても、モットーを「担おう地域社会との繋がり」そして「延ばそう健康寿命」としています。

南砺市老連として、会員みなさまの健康のために心・体も大切であろうと思い、スポーツ関連の部会、趣味の部会を作り、会員の親睦等を行っていると同時に、地域社会の繋がりも大切であろうということで、きめ細やかにサロン事業も行っています。老老介護の時代になろうかと思いますので、老老介護の指導を受けたいという意見もあるため、この場をお借りして、そのような場合、講師等の派遣がいただけるか等お願いし、対応していきたいと思っています。

よろしくお願いいたします。

#### 委員（連合婦人会）

子供から老人まで健康づくりについて、たくさんの事業をしておられるなど聞かせていただきました。中でも、子育ては、肉体・精神的にも「人づくり」という点から、やはり母子保健が1番大切だと思います。今の子供さんを見ていると、体格は良いですが、何となく精神的に未熟であるというか自立ができていないというか、それは大人になっても同じでしょうから、高速道路の事件で見られるように、自己中心的というか、精神的に自立ができていない方が多いと感じます。

昔から「三つ子の魂百まで」と言われるように、子育ての環境が「人」を作り、思いやりを育むというか、人格を育むと思うので、子育てを親だけに任せておくのは今後核家族化が進む中では心配であり、社会全体で支える仕組み、子育てしている親を支える仕組みづくりが必要なのかなと思います。

そこで婦人会として、子育ても介護も女性の問題として大切ですが、如何せん婦人会も会員の減少、地区自体が抜け、今や数地区しか残っていない状況です。しかし、婦人会として何か協力できることがあれば、是非子育て支援という面で協力できればいいなと思います。よろしくお願いいたします。

#### 委員（食生活改善推進協議会）

「私達の健康は私達の手で」をスローガンにして、乳幼児から高齢者の方まで、特に食生活の面で健康づくりの輪を広げるような活動をしています。

会員を対象とした全体研修会は、年2回行っており、1回目の6月では、南先生に「長命社会を長寿社会へ」と題してお話をいただきました。市の高齢化の現象や、私達一般市民ができるお隣さんによる声かけ等、健康寿命の延伸についてお話をお聞きしました。2回目は、12月に予定しており、最近話題になっている「食品ロスと食品廃棄物の削減」についての話を聞き、その後運動実践として、市内の講師の先生より3B体操を学ぶことを予定しています。

会員を対象とした中央研修会は、会員が地元に戻って市民の方に伝達講習会をするための事前研修であり、今年度は3回行いました。私個人としては、市の事情もあると思いますが、4回あったものが3回になり、3回では寂しいなという思いが

あります。それから、城端保健センターの調理室の冷暖房が効かず、夏はすごく暑く、冬は寒いです。どうにかならないかなと思います。

中央研修会では、管理栄養士さんからのお話や、包括支援センターの方の認知症サポーター養成講座も受け、在宅歯科衛生士さんのお話も聞きました。食べることを通して、様々な分野のお話が聞けて、会員のスキルアップに繋がっているのではないかなと思っています。

伝達講習会は、今までは婦人会や老人会など高齢者サロンの方を対象としていましたが、昨年からは、高校生を対象とした研修会を開くことが県からの委託事業となり、平高校で実施しました。今年は、高校の事情もあって年度始めに決まっている行事の中に我々が頼みにくい面もありましたが、幸いに福光高校で受けていただくことになりました。生活習慣病の予防の話は、若いときに聞いた方が効果的だと思いますので、減塩についての話や朝食の重要性、禁煙について、これから11月に行う予定です。授業時間1コマ頂いたので、それなりのことを形にして研修会を行えたらいいなと思っています。

昨年までの食改の会員は348名でしたが、今年度は20名減り328名となりました。若い人が入って来ないので、私達の団体も高齢化しています。若い人や子育て中の人、それこそ壮年期の方に入っていただきたいと思っていますが、そこが悩みです。

#### 委員（ヘルスポランティア連絡会）

私達は高齢者の健康づくり・介護予防を主な活動としていますが、市・行政で色々な研修会、講演会、資料の配布等健康づくりに関する様々な取り組みをしていただき、勉強になり、有り難く思っています。

今度、井口の赤祖父湖周辺で11月2日にウォーキングを行う予定です。南砺市全体で募集していますので、みなさま参加をお願いします。

会員はそれぞれの地域で高齢者サロンのお世話をしており、それなりに役目を果たしていると思います。私の地域でも、月に1度、公民館で高齢者のサロン活動をしています。参加人数は20人前後ですが、だんだん要介護状態になる人がおられ、少なくなりつつあり、とても寂しいです。世話役は、60歳以上の人が年齢順に4～5人ずつ、2年交代で担当するという暗黙の了解のもと続いています。今後、お世話係が不足してくるというのが現実です。60歳以上といっても、今はほとんどの方が、お仕事が現役で、なかなか参加してもらえないという状況です。暗い話になってきますが、この状況をどうするか、来期までの課題として皆で相談していくことにしています。

また、資料にあるようにヘルスポランティアのなり手も年々減ってきています。健康の大切さは誰もが理解していると思いますので、自分もいつかお世話してもら



う立場になるという思いで、広く声かけをしていきたいと思っています。小規模多機能自治が現実化してくる中で、この状況で大丈夫かなという思いが、今の正直な気持ちです。

#### 委員（母子保健推進員連絡協議会）

母子の心の健康・体の健康に少しでも役に立てればと微力ながら取り組んでいます。大きな喜びや幸せと同時に、たくさんの不安や心配が出てくるのが出産だと思います。産後うつや、虐待、母推の活動としては体の健康は勿論、母子の心の健康が、すごく根っこの部分にあるのではないかと思います。

活動としては、生後2カ月までの赤ちゃん訪問や乳児訪問、乳幼児健診の手伝い、支援センターでの身体計測の手伝い、あるいはアンパンマン劇等による歯磨き、手洗い、風邪予防等の啓発活動をしています。

支える場面がなるべくたくさんあるということが、地域の健康状態の向上をもたらすというお話を聞きました。今現在、母推の乳児訪問は南砺市の場合、2カ月以内に1度ということで行っていますが、富山市・朝日町は2～3カ月のときに1度訪問して、同じお子さんを8カ月頃に再度訪問するという取り組みをしているようです。出生数の減少により、母推の訪問も前年度より減少していると聞いています。近所の赤ちゃんに声をかけ、顔を見る機会というのを1回という点ではなくて、線になったり面になったりしていけば、より良い心の健康に少しでも役に立てるのではないかと思います。

支援を必要としている人が、今ある取り組みや制度をうまく受けもらえるようにするということが、すごく大切だと思います。私達が支えたいと思っても、うまく伝わっているか、また、伝わるかどうかが今後の課題になるのではないかと思います。今南砺市ではそんなに大きな問題はないですが、富山市さん等の話を聞いていると、乳児訪問に行こうにも怪しい所から掛かってきたと思われ、電話に出てもらえず訪問に行けないとか、玄関まで行っても主人から知らない人が来たらドアを開けてはいけないと言われているため訪問できない等、昨今の社会情勢から、訪問自体がスムーズに出来ないという地域があると聞いています。今後、南砺市でもこのようなことが心配され、地域のお母さんと繋がる所が少しでも多くなればいいのではないかと、それが健康づくりに繋がるのではないかと思います。

#### 委員（公募委員）

福野のデイサービスで介護の仕事をしています。福野に来て驚いたことは、大変たくさんのデイサービスや、グループホームがあることです。まだまだどんどんできていて、需要があるのだなと感じています。それに比べて私が住んでいる井波にはあまり施設が増えないです。単に、その民間業者さんに魅力があるか、ないか

だけではなく、その地域の介護に対する考え方が関係しているように思います。福野では、介護される方、する方ほとんどの方が、デイサービスやデイケアに行かれて、健康づくりや認知の進行を止めるために一緒に楽しんでいます。朝、送迎に地区を回ると、4～5施設の送迎車が地域に沢山出ており、みなさん利用されている状況があります。私の住んでいる地区では、まだまだ介護や介護施設に対する偏見があるのかなと考えてしまいます。

この協議会に参加して、勉強していきたいと思うので、色々教えてほしいです。

#### 委員（公募委員）

福光スポーツクラブの理事をしており、スポーツクラブの取り組みを紹介させていただきます。体育の日に「スポーツデー」という催しを毎年していましたが、年々親子連れの参加が多く、シニアの方々の参加が減っています。そこで、シニアだけの日を設けたらどうかということで、「シニア健康デー」という催しを昨年から年2回行っています。あまり運動やスポーツといった言葉を使うと参加してもらえないということで、認知症予防、転倒予防、老化予防ということ进行全面に出してシニアの方70～80名位にご参加いただきました。健康運動指導士、貯筋運動指導員、スクエアステップの指導の資格を持った方を中心とし、体力測定をはじめとする諸々のことを半日実施するもので、今後も実施していきたいと思っています。

もうひとつは、貯筋運動ですが、平成25年度に石黒地区の公民館主事の方から、地区のお年寄りに教室を10回ほど開いてもらえないかという要請があり、貯筋運動教室をしたところ、非常に人気がありました。そのため、次の年からスポーツクラブのプログラムに載せたところ、ものすごい反響があり、週に4つの講座を開いています。t o t oの助成を頂いて、西太美公民館の地区を対象とした貯筋運動教室、現在は東太美公民館を中心とした貯筋運動教室を展開しています。貯筋運動教室に来られる方は非常に健康も優秀ですし、「私はこんな所に来ていいがや」と言われます。しかし本当に来て欲しい理由は、みなさん方が我々の指導を受けてその地区の指導者になっていただきたい、引きこもりのお年寄りの方々、車に乗れない方々を、その地域で面倒見てもらいたい、地域のリーダーになってほしいということで、私達は自分たちの地域をくまなく指導して教室の展開をしているところです。

包括さんの方からも要請があり、サロンへ私たちの指導員を派遣していますが、チームを作って南砺市内に広がっていけばいいというのが私達の理想です。通常3千円の受講料をいただくところを、t o t oの助成をいただいて一人千円の受講料で10回開催しています。今後もこういうことを広げて、その地区のことはその地区の方々が指導者になって、引きこもりや車に乗れない方々と一緒にお茶を飲みながら、先生になって実施していただければいいなと思っています。

委員（公募委員）

数年前まで養護教員という立場で学校で、小・中学生の健康増進等に関わっていました。今回の資料で目を向けたのは、朝食の欠食についてです。1歳6カ月、3歳6カ月という乳幼児期にも、わずかではありますが、欠食が見られるということに大変驚きました。乳幼児については、本人の意思というよりも親の意識が全てだと思います。先ほど言われたように、親への教育が必要なのかなと思いました。

また、小学校から中学校にかけて欠食が約2倍となっているということで、これは食育は勿論のこと、不規則な生活習慣とも大きく関わっていると思います。幼稚園、小学校、中学校の各機関でも指導はされていると思いますが、なかなか学校だけの指導では身につかないことも多々あると思います。家庭の協力、意識が大切だと思います。地域での指導や、家庭への啓蒙をこれまで以上に図っていただければいいなと思います。

会長

貴重なご意見をありがとうございました。

年1回の会ではありますが、医師会の人間として色々な団体の方の意見を聞けるのは、生意気な言い方をさせていただければ、非常に楽しみであります。本日は非常にありがとうございました。皆様からの意見を行政の方も活かしていただきたいですし、行政からの説明をそれぞれの団体に持ち帰って説明されると、地域職域でこんなことを考えているんだよ、こういうことをしているんだよ、と伝えていただけると良いと思います。

みなさま、ありがとうございました。

(7) その他

(8) 閉会 森田地域包括医療ケア部長

以上