

会 議 議 事 録

1 会議名	令和5年度第2回なごかヘルシープラン21策定・推進協議会
2 開催日時	令和5年11月24日（金曜日）午後1時から午後2時まで
3 開催場所	長岡市立劇場 3階 中会議室
4 出席者名	<p>(委員) 草間委員長 笠井委員(代理) 上村委員 武井委員 佐藤委員 丸山委員 熊倉委員 室賀委員(代理) 松井委員 五十嵐委員 星野委員 太田委員</p> <p>(事務局) 福祉保健部：水島部長、健康増進課：五百川課長、曾根課長補佐、荒川係長(成人保健担当)、久保係長(生活習慣病予防担当)、田中係長(食育担当)、油谷主査、池田主事、上石保健師、江村保健師</p> <p>※関係課及び支所は、書面会議</p>
5 欠席者名	鈴木委員 小坂委員 丸田委員
6 議題	<p>1 なごかヘルシープラン21策定・推進連絡会議について</p> <p>2 第3次なごかヘルシープラン21計画書の素案について</p>
7 審議結果の概要	<p>議題は承認された。</p> <p>資料を基に意見交換を行った。</p>
8 審議の内容	
事務局	<p>○開会</p> <p>○資料の確認</p>
委員長	<p>○委員長あいさつ</p> <p>「なごかヘルシープラン21」は、国が定めた「健康日本21」に基づいて、様々な取組を行っている。</p> <p>それぞれの自治体の特徴や実態は様々であり、その中で国の要求を達成していくことは、非常に難易度の高いものだと感じている。</p> <p>その中でも、「健康寿命を延ばす」という大きな課題を、長期的に取り組んでいる。</p>

	<p>健康診断や予防策を行っていても、興味関心のある人しか参加しないという現状があるため、より多様な方々を健康指導等に繋げていきたいと長年考えている。</p> <p>長岡の取組が伝わるよう、皆様のご検討をよろしくお願いいたします。</p> <p>○議題 1、2 について、事務局から説明願う。</p>
事務局	<p>(資料「第 3 次ながおかヘルシープラン 21 計画書素案」をもとに説明)</p>
委員長	<p>意見書について、事務局から説明願う。</p>
事務局	<p>(資料「令和 5 年度第 2 回ながおかヘルシープラン 21 策定・推進協議会意見書」をもとに説明)</p>
委員長	<p>ただいまの説明について質問等はあるか。</p> <p>(質問等なし)</p> <p>無ければ、意見交換に進む。</p>
委員	<p>歯の本数が多い人ほど ADL (日常生活を送るために最低限必要な日常的な動作) の評価が高く、その後の個人にかかる医療費も少ないというデータが出ている。</p> <p>歯科医師会は「80 歳になっても自分の歯を 20 本以上保とう」という 8020 運動を行っており、活動開始当初は、80 歳で歯が 20 本以上ある人が 10% 未満だったが、現在では 51% 程度と半数以上を達成している。</p> <p>また、健康寿命の延伸のためには栄養状態も重要であり、歯の本数が少なくなってしまう方も、入れ歯をつける等の対策で栄養の摂取ができて低栄養の対策になるほか、咀嚼することによって脳の血流が良くなり、介護予防にも繋がる。歯の健康のための取組は、高齢者になってからの手当てだけでなく、子どもの頃からの歯の健康教育が非常に大切、今後も継続して取り組んでいきたい。</p> <p>現在歯科医師会の中に「在宅歯科連携室」という組織がある。在宅で療養している方に対して訪問の診療をして、生涯切れ目のない手当てを目標としている。現在、在宅での診療を希望する患者と、開業医をマッチングする活動も行っている。</p>

委員	<p>これらの取組を通じて、これからも歯科の視点から健康の増進に寄与していきたい。</p> <p>我々は、第1次ヘルシープランの時から「健康まちかど相談薬局」と題して、これを軸に様々な取組を継続してきた。</p> <p>しかし現状の取組では、健康サポート薬局や、地域連携薬局等の国の認定制度との整合性が取れてない部分がある。</p> <p>今回の細かな策定にあたっては、計画に即した事業になるように、1から（事業の）内容を見直して良いものなのか、これからどのように各団体は取組を進めていけばよいのか、そして、今後それらは素案にしっかりと織り込まれるのか、お聞かせ願いたい。</p>
事務局	<p>それぞれの事業に対する事務局からの細かな指示は、今までも無かったと思うが、「健康まちかど相談薬局」は、ながおかヘルシープラン21に基づく事業としてやっていたのか。</p>
委員	<p>その通り。</p> <p>「健康まちかど相談薬局」は、第1次ながおかヘルシープラン21に記載した内容を、現在もそのまま踏襲した形で行っている。</p> <p>これまでに行ってきた様々な共催事業等が、次期計画の中に記載されておらず、うまく反映できていないと我々は感じている。</p> <p>実際に長岡市薬剤師会が行っていることを計画文中に記載し、それらを深掘りすることで、より良い成果が出せるのではないだろうか。</p>
事務局	<p>第1次、第2次ながおかヘルシープラン21では、計画の目標達成に向けて、関係団体、関係課から関連する既存事業を記載していただき、進捗を把握していた。</p> <p>次期計画においても、後日、関連事業を照会させていただき、計画本文への記載ではなく、別紙で一覧を添付する形式を予定している。</p> <p>新しい取組があれば、その際には是非ご提出いただきたい。</p>
委員	<p>素案の64ページ「休養・睡眠」の具体的施策の内容に記載がある、「子どもの頃からの規則正しい生活習慣の確立、適切な睡眠」が、今の子どもたちの課題だと感じている。</p> <p>学校ではこの課題の対策として、1週間から10日程度の期間を定</p>

委員	<p>めて生活習慣の振り返る等の取組を行っている。</p> <p>また、睡眠時間や生活習慣には、動画やゲーム等のメディアも大きく関係するため、メディアの使用についても各学校で取組を進めている。</p> <p>やみくもに取り組むだけでは、生活習慣の確立や適切な睡眠の定着には繋がらない。今の子どもたちが、青年期、壮年期を迎えた頃にも健康でいられるように、今後も注力して進めていかなければいけないと思っている。</p> <p>長岡商工会議所としては、青壮年期の健康が特に重要だと思っている。</p> <p>意見書に書かせていただいたが、禁煙は個人の問題でもあるため、団体として禁煙サポーターを募ることが難しい。ただし、禁煙に向けた啓発活動に関して協力をしていきたいので、ぜひお声がけいただきたい。</p>
委員	<p>長岡市社会福祉協議会では、基本方針2の「社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上」という点を重要視している。</p> <p>長岡市社会福祉協議会はボランティアセンターの運営を行っており、ボランティアをしたい人とボランティアのしてほしい団体とのコーディネート等を行っている。ボランティアに参加する人の中には、地域とのつながり、人や社会とのつながりを求めて登録している人も多い。健康状態だけでなく、つながりから生まれる社会環境の質の向上も健康増進には必要だと考える。</p> <p>また、現在長岡市社会福祉協議会は、来年度からの次期活動計画を策定しており、計画を市民にどのように伝えるかが大切だと感じている。</p> <p>第3次ながおかヘルシープラン21においても、策定後、どのようにして市民に伝えていくのが非常に大切になってくると考えている。</p>
委員	<p>いくつか指摘したい箇所がある。</p> <p>①60 ページ「若年女性のやせの減少」の市目標値の矢印は逆ではないか。</p> <p>②数日前に、厚生労働省で飲酒ガイドラインの作成検討会が開催された。そこでの飲酒ガイドライン案は、飲酒量を「純アルコール量」</p>

	<p>としており、単にお酒の量 (ml) だけでなく、お酒に含まれる純アルコール量 (g) についても注目することが重要とされていた。次期計画においても、純アルコール量を補記していただくとより良いのではないか。</p> <p>③83 ページの「計画の評価指標」が非常に細かく、見えにくい。無理に 1 ページに収める必要はないのではと思うので、検討していただきたい。</p> <p>長岡市スポーツ協会は、身体活動や運動という面から健康増進を進めており、ながおかヘルシープラン 21 だけでなく、スポーツ推進計画とも連動しながら取組を進めている。</p> <p>長岡市スポーツ協会では、子どもたちの遊ぶ場が少なくなっていることを課題の 1 つとしている。</p> <p>小学校に関しては、各学校と連携して放課後に運動ができる遊びの場を作ったり、スポーツ少年団等を活用しながらスポーツに親しめる場を広めていきたい。</p> <p>中学校に関しては、現在部活動の地域移行を進めているため、送迎などの諸問題が発生することで、スポーツに携わる子どもがより少なくなると予想している。参加しやすいエリアの設定や、楽しむスポーツ活動、或いは最近流行のアーバンスポーツ等も取り入れながら、子どもたちがスポーツに親しみやすい環境づくりをしていきたい。</p> <p>大人については、健康増進課と連動しながら、健康づくりができるスポーツ教室を、身近なコミュニティセンター等で開催していきたい。また、コミュニティセンターは、多忙で協力をいただけないことがあるので、少しでも協力できる体制を整えたい。</p> <p>加えて、スポーツ指導者の育成についても力を入れていきたい。徐々に支える側の人が増えているため、来年度からの新しい取組として、将来の指導者の人材育成を中高生の時から行う「支えるスポーツの普及活動」という試みを考えている。</p>
委員	<p>長岡市食生活改善推進委員協議会では、多世代健康料理教室を約 10 年にわたって毎年開催しており、合併市町村も含めた各地域で必ず実施している健康料理教室となっている。</p> <p>地域の実情に合わせ、ロコモティブシンドロームやフレイルの予防も含めた健康料理教室や、減塩料理教室を開催するなど、健康行動のための環境づくりを積極的に進めている。</p>

委員	<p>また、素案の 77 ページの「誰もがアクセスできる健康増進のための基盤整備」指標に、多世代健康料理教室を加えていただき感謝している。</p> <p>今後も実情に合わせた料理教室を推進していきたいと思っている。</p> <p>素案 60 ページの「21 時までに寝る子どもの割合」が低くなっていることについて、現在、共働きの家庭が増えており、親の生活リズムが子どもの睡眠時間に大きく影響を与えていることが読み取れる。実際に、「朝 7 時に起きることは可能だが、夜 21 時までに寝ることがなかなかできない」という声もあるので、今後も啓発を行っていきたい。</p> <p>また、母子保健推進協議会の活動対象者には妊婦も該当している。今までは、妊娠 7 か月の妊婦に対して個別に訪問をしていたが、今年の 4 月から廃止された。</p> <p>個別訪問の際には、妊娠中の喫煙が与える様々な影響等についても伝えていたが、現在は伝える手段が無い。そのため、来年度以降は妊婦向けの講座を開き、妊婦と話せる場所を作っていきたいと思っている。</p>
委員	<p>健康づくりに関しては多岐にわたる課題があり、生活習慣病、喫煙、運動習慣などの課題は、長い目で少しずつ改善に向けて取組を進める必要がある。</p> <p>課題解決においては、高齢者の食事や子どもの食育、CKD や糖尿病の重症化予防等について、長岡市や関係機関の皆様と連携して一緒に進めてまいりたい。</p> <p>長期的かつ困難な課題が多いが、一緒に頑張っていけたらと思っている。</p>
委員長	<p>今日ご出席の皆様のご意見を伺い、幅広い内容を踏まえ、どのように長岡市民の健康長寿につなげるかという点は、大変な課題であると感じている。</p> <p>是非、長岡市には、障害者や母子の健康、新生児の聴覚検査等に関する、全国レベルの補助金や助成金の制度を整えていただきたい。課題は具体的である方が対応しやすいので、闇雲に取り組むのではなく、ぜひ問題点を追及いただければと思う。</p> <p>また、特定の疾患での体重減少に関しても、医師会で改善できるものは対処していこうと、現在計画をしている。</p>

事務局	<p>先ほどの委員からの質問に対して、回答させていただく。</p> <p>①「若年女性やせの減少」の市目標値（↑）は、表記誤りであるため、（↓）に修正する。</p> <p>②生活習慣病のリスクを高める飲酒量の表記（「ml」と「g」）について、厚生労働省の「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」に記載されている純アルコール量（g）を補記する等、記載内容を改善する。</p>
委員長	<p>タバコとお酒は身体に悪影響しかないので、積極的に対策していく必要がある。</p> <p>ここまでの先生方の意見を踏まえて、アドバイザーからご意見をいただきたい。</p>
委員	<p>第3次ながおかヘルシープラン21は、国の健康日本21（第三次）に基づき、今まで行ってきたことをしっかり続けていくことが求められる。</p> <p>8020運動や低栄養予防、ボランティアセンターでの活動など様々な具体的取組が上がってきた中で、「どれを指標として活用するか」がこれから重要になってくる。</p> <p>次期計画は、2024年から2036年と、非常に期間が長い。計画終了時まで、継続してとれない指標があるかもしれないが、第2次ながおかヘルシープラン21の関連事業や指標等は引き続き大事にし、今後新たに設定する指標は、事務局へご相談いただきたい。</p> <p>また、笠井委員がおっしゃっていた歯の本数については、健康日本21（第三次）では特に記載がなかったが、指標に入れてもよいのではと考えている。</p> <p>長期の計画ではあるが、日々の活動の中で取組を続けていくという気持ちが、最終的な2036年の結果につながると考えている。</p>
事務局	<p>本日も協議いただいた意見を踏まえて、1月にはパブリックコメントを実施し、市民の皆さまに素案を見ていただくことになる。</p> <p>それに伴い、皆様に再度素案を送付するので、お手数ではあるが改めてご意見を伺いたい。</p> <p>閉会にあたり、福祉保健部長水島からご挨拶を申し上げます。</p>

<p>福祉保健部長</p> <p>事務局 (曾根課長補佐)</p>	<p>本日ご指摘いただいたことを踏まえて、計画の完成に向けて精度を高めて参りたい。</p> <p>次期計画は、これまでのデータや長岡市の傾向等が入っているため、多くの皆さんに内容を知っていただきたいと改めて感じた。データや数字を見ることによって理解、共感してくださる方は一定数いると考えているので、計画策定後は、計画の中身をどのように市民の皆さんに伝えていくかを検討していきたい。</p> <p>また、このながおかヘルシープラン21は、委員の皆様をはじめとした多くの団体の活動によって支えられている計画である。市だけではなく、「様々な関係団体」が「市内の色々なところ」で「多種多様な取組」を行い一緒に盛り上げているという点を強調し、アピールできるよう、機運醸成していきたいと思っている。</p> <p>今後もしもご意見があれば、会議の場に限らず、事務局にお寄せいただきたい。</p> <p>○閉会</p>
<p>9 会議資料</p> <p>(1) 次第</p> <p>(2) 第3次ながおかヘルシープラン21計画書素案</p> <p>(3) 令和5年度第2回ながおかヘルシープラン21策定・推進協議会 意見書</p>	