

会 議 事 録

1 会議名	令和7年度ながおかヘルシープラン21策定・推進協議会
2 開催日時	令和7年12月23日（火曜日）午後1時から午後2時まで
3 開催場所	さいわいプラザ 6階 大会議室
4 出席者名	<p>(委員) 草間委員長 笠井委員 上村委員 渡邊(綾)委員 丸山委員 中俣委員 室賀委員 石原委員 五十嵐委員 角田委員 丸田委員 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、山村係長（成人保健担当）、久保係長（生活習慣病予防担当）、西脇係長（こころの健康担当）、田中係長（食育担当）、横山係長（健康増進・介護予防担当）、高木主査、久保主査、田端主査、榎本主任、江村保健師、小川保健師、小見主事、廣井保健師、渡邊保健師、宮島保健師</p> <p>※関係課及び地域事務所は書面会議</p>
5 欠席者名	佐藤委員 鈴木委員 渡邊(和)委員
6 議題	<p>1 第3次ながおかヘルシープラン21進捗状況調査、策定・推進連絡会議報告</p> <p>2 青壮年期への健康づくり支援の取組について</p> <p>3 意見交換</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	○開会
委員長	○委員長挨拶 「ヘルシープラン 21」は、長岡市のこれから 10 年の総合計画の素案にもなる重要な取り組みである。本日は、皆様から忌憚のないご意見をいただきたいと考えている。
	○委員自己紹介
	○議題 1 について事務局から説明願う。
事務局	(資料 1「令和 7 年度ながおかヘルシープラン 21 策定・推進協議会意見一覧」、事前配布資料 1「第 3 次ながおかヘルシープラン 21 進捗状況調査結果」事前配布資料 2「第 3 次ながおかヘルシープラン 21 策定・推進連絡会議 検討結果まとめ」にて説明)
	○議題 2 について事務局から説明願う。
事務局	(資料 2「令和 7 年度ながおかウェルネスチャレンジ実施状況について」にて説明)
委員長	○意見交換 長岡医師会としては、健康経営と産業保健と連動した、若年・壮年層への働きかけが大事だと思っている。 個人事業主や若者たちの反応が鈍いということがあるため、産業医などと連携し認知度を上げていきたいと思っている。 長岡市の健康事業に関しても、定年後に参加するグループがあっても、いつも同じ人が同じ会に参加しているということで、新しい人の堀起こしになっていないのではないかと感じている。一般の診療所の先生方や病院の先生方にも認識を深めていただき、こうした輪に引き込んでいただければ、少し状況が変わるのではないかと考えている。

委員	<p>大きく来年度から変わる点についてご報告する。</p> <p>公立の小中学校では、これまで春と秋の年2回歯科健診を行っていた。1回目は法定健診、2回目は長岡市独自の事業として、う蝕や歯周病の健診を実施していた。今年度までフッ化物洗口が未実施だった中学校2校についても、来年度から実施できることになり、100%達成となる。</p> <p>フッ化物洗口の実施によりう蝕の減少は効果が見られているが、歯周病については、歯磨きの徹底が難しく、治療勧告が出ている現状であるが、う蝕が減っているため来年度から秋の健診は見送りとし、その分、ブラッシング指導や口腔衛生指導に力を入れていく方針であると聞いている。</p> <p>次に、青年期について、歯周病検診は10歳刻みで実施しており、数年前から30代にも対象を広げて、今年からは20代にも対象を広げたが、受診率は非常に低く、特に20代では一桁台、全体でも13%強にとどまり、明らかに少ない状況である。若い頃は歯の問題について「痛くなければいいや」と、後で困ることに気づいていない現状がある。一方、高齢者は受診率が20%を超え、健診開始時期になると受診が集中するが、歯周病検診は関心が低く、受診がだらだらと続く傾向がある。</p> <p>こうした現状から、成人式などの機会を活用し、歯周病予防の重要性を周知することが必要だと考えている。今後、国民皆歯科健診が始まる予定もあり、その動きによって変化が生じることを期待している。</p>
委員	<p>私たち養護教諭は、学童期・思春期の子どもたちに対応している。学校のため、どちらかというと教育的な取り組みが中心となる。</p> <p>事前資料にも記載したが、学校では専門的な知識を持つ方々からご指導いただく機会を設けている。専門家の方からご指導いただくことで、児童生徒は正しい知識をもつことができ、その知識が青年期、さらには壮年期へとつながっていくことを期待している。</p> <p>関係機関の皆様からご支援をいただきながら、専門家による保健指導を継続していきたいと考えている。</p>
委員	<p>高齢女性の低栄養や、女性の喫煙が増えている傾向が見られる。こうした状況を踏まえ、栄養相談を通じて、原因を把握し、どのような対策が有効かを検討していきたいと考えている。</p> <p>また、壮年期の方については、多忙で健康への気遣いが難しい現状があり、どうやって健康行動を促していくか、システム体制も相談しながら、考えていきたいと思っている。</p>

委員	<p>食生活改善推進委員協議会としては、どこかと協働した活動ができないかということで、健康増進課からもご協力いただき、JA えちご中越様と連携し、「ファミリークッキング」という親子で料理を楽しむ教室を開催することができた。</p> <p>また、食生活改善推進委員協議会の活動を知らない方も多いため、SNSを通じて広く知っていただくことを目的としInstagramを活用した活動の発信を始めている。会員自身にも活動の理解を深めてほしいが会員の年齢層が高く、Instagramの利用が難しいという課題がある。</p> <p>さらに、現在「おかず手帳」を作成中である。これは長岡市の郷土料理を後世に伝えるための取り組みで、来年度は完成した手帳を持って地域を回り、普及活動を進めたいと考えている。</p> <p>また、中学生や高校生に対してもっと料理の楽しさを伝えていきたいが、アプローチの仕方が分からない。当会はボランティア団体であるため、料理教室を開催できたとしても、資金面での課題もある。市や県の協力をいただければと思う。</p> <p>今年は非常にアクティブに活動できたが、来年度もさらに積極的に取り組んでいきたいと考えている。関係機関の皆様には、ぜひ温かいご支援をお願いしたい。</p>
委員	<p>アプリの登録者数が2,393人という点は非常に評価できると思う。私どももLINEやメールマガジンで案内を行っているため、引き続き協力していければと考えている。</p> <p>協会けんぽも、健康経営などを行っているが、意識の高い方に偏りがちで、一定程度以上の取り込みが難しい。一方で、BMI改善率のデータを見ると、一定の効果が出ていることがわかった。</p> <p>次に、協会けんぽとしての課題として新潟県は脳血管疾患の死亡率が高いという現状があり、これを抑えるために血圧を4mmHg下げる活動を進めている。今年9月から、県、医師会、にいがた脳心センター、新潟大学などと連携しながら、「STOP 高血圧」ということで、県民全体に血圧測定を促進する取り組みを行っている。</p> <p>体重計に乗る習慣があれば体重が減ると同様に、血圧も、測定を習慣化することが大事であるため、意識づけを進めている。この取り組みについても関係機関にも協力をお願いしたい。</p>

委員	<p>母子保健推進員協議会は、妊婦さんから3歳未満のお子さんを対象に活動している。具体的には、赤ちゃんが生まれて4か月目に行う訪問時に、母親向けの資料を配布している。その資料には、「お母さん自身も食事に気をつけましょう」という内容を記載し、コンビニや冷凍食品でもバランスを取る方法など、簡単にできる工夫を紹介している。訪問時には、こうした内容について直接お話しするようにしている。</p> <p>また、昨年から妊婦向けの講座を開催しており、今年度も飲酒と喫煙のリスクについて実施した。参加者は少ないものの、講座の最後にアンケートを取ったところ、「今日からタバコをやめます」と回答した父親がいた。このことから、こうした地道な活動が必要であると改めて感じている。</p> <p>ただ、講座の参加者確保が依然として課題となっている。今後は、他の団体と協力しながら、一緒に活動できる仕組みを作っていければと思っている。</p>
委員	<p>スポーツ協会では、競技スポーツの振興のほかにも、健康体操や体力づくりのための各種運動を広めている。スポーツ指導員や地域の運動指導員と取り組んでいるところだが、青壮年期の体力づくりについては、この協議会をきっかけに商工会議所と連携し、企業へスポーツインストラクターを派遣して健康講座・運動講座を行う機会も増えている。</p> <p>一方で、身近な場所で青壮年が参加できる運動の機会づくりは課題である。コミュニティセンターや学校体育施設などがあり、こうしたところに広めていきたいと考えているが、なかなか広められていない。健康増進課が行っている運動機能向上事業などのように、地区担当者がコミュニティ協議会等に働きかけ、地域単位でスポーツのビジョンを描く仕組みづくりが必要だと思う。スポーツ協会としては、派遣する指導員、用具のレンタルなどの支援体制としては整っていると考えているため、連携につながればと考えている。</p> <p>また、コミュニティセンターで出来る運動を考えた時に、場所も限られる中で、インディアカ、ソフトバレーなど熱心な人が中心になりがちで、初心者が入りにくい状況がある。初めての方でも参加しやすい仕組みづくり、ユニバーサルスポーツなどの気軽に参加できるスポーツを広めていきたいと考えている。</p>

委員	<p>社会福祉協議会では、地域福祉を推進する団体として、年に8回ほど、コミュニティセンターで働く福祉主事を対象に、研修会や情報交換会を開催している。話題は高齢者や障害者に関するものが多いが、今年10月には健康増進課の協力を得て、心の健康をテーマに「ゲートキーパー研修」を実施した。研修では、ゲートキーパーの基本や「味方になるコミュニケーション」などを学び、参加した福祉主事からは「非常に勉強になった」という感想が寄せられている。</p> <p>私たちは、高齢者や障害者に限定せず、長岡に住むすべての人を福祉の対象と考えており、今後も様々な団体と協働しながら取り組みを進めたいと思っている。また、福祉の担い手として地域で活動するボランティアの養成にも力を入れているが、青壮年期の参加は少なく、今後は集め方を工夫する必要があると感じている。</p> <p>職場内では、職員を対象としたメンタルヘルス研修も年1~2回実施している。今年度は市の健康増進課による出前講座をお願いし、大変好評だった。来年度以降も定期的に取り入れていきたいと考えている。</p> <p>最後に、ウェルネスチャレンジの説明を聞いて、スマホで自分の利用状況を確認したところ月に1回開いたかどうかという程度だったため、今後はもっと意識して活用していきたいと思う。</p>
委員	<p>当会は、長岡・見附・出雲崎町あわせて約150件の薬局（ドラッグストア併設薬局を含む）を中心に構成されており、勤務薬剤師や病院薬剤師も所属している。薬局窓口では、処方箋対応だけでなく、幅広い年齢層の方々から健康相談を受ける機会が多く、日常的に地域の健康づくりに関わっている。</p> <p>また、小中高や幼稚園・保育園での学校薬剤師活動を通じて、検査に加え、児童生徒に薬の適正使用や睡眠の重要性を伝える取り組みも行っている。さらに、青壮年期他、幅広い年齢層への取り組みとして、健康増進課と連携し、12月14日に道の駅ながおか花火館で「薬剤師と学べる健康貯金の秘訣」として、セルフメディケーションをテーマにイベントを実施した。薬や健康に関する相談、生活習慣病豆知識のクイズ大会などを実施し、幅広い世代に参加いただいた。今年で9回目の開催となる。</p> <p>今後の課題としては、様々な活動をしていても、青壮年期の健康管理に関する普及・啓蒙はまだ十分とは言えないため、医師会、歯科医師会との連携に加え、他団体とも連携を密にし、研修やイベントをさらに強化していく必要があると考えている。</p>

<p>アドバイザー</p>	<p>また、ウェルネスチャレンジについては、当会の薬局でもチラシを配布し、12月14日のイベントでも健康増進課にブースを設けていただいた。今後でもできる限り協力していく。</p> <p>各団体の皆様がリーダーとして積極的に取り組んでいることを伺えた。その中で時代的に物価高の影響を強く受け、健康づくりの取り組みに参加する層とそうでない層の間に、経済的な格差があることも意識する必要があると思う。</p> <p>所得の低い層にとっては、健康づくりにお金や手間がかかると参加が難しくなる。従って、楽しいことや美味しいことなど、魅力的な要素を取り入れたプランを提示し、「なぜ参加するのか」が明確になる工夫が必要である。</p> <p>特に若い世代については、無料で楽しめる、気軽に参加できる取り組みでなければ、なかなか行動につながらない現状がある。こうした層へのアプローチを考える際、若い人たち自身にもリーダーを担ってもらうことが重要だと思う。</p> <p>また、企業や学校、中小企業など、健康経営まで手が届かない現場こそ、アプローチが必要であり、こうした現場にどう働きかけるか、次世代にバトンを渡す仕組みと併せて検討していただければと思う。</p>
<p>アドバイザー</p>	<p>最初に、事務局にお礼を申し上げる。事務局においてデータ分析を行い、その結果に基づいて現状の課題を整理し、さらに連絡会議で検討を重ね、関係機関からの意見を集約して進捗管理に反映していただいたことは、大変感謝している。特に、連絡会議で地域の視点を重視し、コミュニティセンター関係者に参加いただいて意見交換を行ったことは、特徴的な取り組みだったと思う。</p> <p>ここからは、今後の進捗管理について意見を申し上げる。現在の進捗管理は、どうしても全市的な視点からの分析や評価が中心になり、マクロレベルでの課題整理に偏りがちである。今後はそれに加えて、メゾレベルやミクロレベル、すなわち個人や家族単位での課題を分析・評価する方法を検討してほしい。</p> <p>例えば、青壮年期の健康づくり支援における代表的な取り組みであるアプリについても、現状では職域単位での活用が中心になっている。メゾの視点からすれば、コミュニティセンターなど小地域での活用方法や、いろいろ</p>

<p>委員長</p>	<p>ろなことが個人化してしまっている現状を踏まえ、個人レベルにどのように働きかけるかという視点があっても良いと思う。</p> <p>全市的な視点での課題整理や効果的な取組の推進に加え、地域や個人レベルでの働きかけをどう組み込むか、検討することでさらに効果的な計画の推進につながると思う。</p> <p>(議事終了・承認)</p> <p>本日の議事内容は以上である。</p> <p>議事内容について、ご承認いただけるようなら拍手を持って承認をお願いしたい。</p> <p>(拍手)</p> <p>拍手多数ということで、承認されたということで、協議は以上のため進行を事務局にお返りする。</p>
<p>福祉保健部長</p>	<p>○閉会</p> <p>本日はお忙しい中、ご出席いただき、また多岐にわたるご意見をいただき、感謝申し上げます。</p> <p>本日の協議を通じて、特に印象に残ったことが二つある。</p> <p>一つは、各団体の皆様が市民の健康のために、イベントや相談会などを積極的に開催し、長岡市を活発にしてくださっているということである。その中で、参加者の減少という課題は、どの会議でも共通して聞かれるようになってきた。人口減少の影響もあるが、今後は団体の枠を超えた協働の視点で取り組まなければ、行政の事業も含めて成り立たなくなるのではないかと感じている。</p> <p>もう一つは、アドバイザーからご指摘いただいたメゾレベル、ミクロレベルの視点である。ヘルシープランでは、年代別や男女別、分野別に分析を行っているが、市民の課題が多様化する中で、大きな括りの指標や分析だけでは現状を十分に把握できないことを改めて認識した。近年は、指標や成果が強く求められている。「なぜ増えたのか」「なぜ減ったのか」という問いに答えるためにも、様々な角度から考えることが重要である。</p> <p>本日のご意見を踏まえ、今後も多面的な視点で検討を進め、引き続き、</p>

	皆様のご協力をいただきながら、市民の健康増進に全力で取り組んでいく。
<p>9 会議資料</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) 次第 (2) 出席者名簿 (3) 座席表 (4) 資料1：令和7年度ながおかヘルシープラン21策定・推進協議会意見一覧 (5) 資料2：令和7年度ながおかウェルネスチャレンジ実施状況について (6) 事前配布：第3次ながおかヘルシープラン21進捗状況調査結果報告書 (7) 事前配布資料1：第3次ながおかヘルシープラン21進捗状況調査結果 (8) 事前配布資料2：第3次ながおかヘルシープラン21策定・推進連絡会議検討結果まとめ 	