

議 事 録

公開・一部公開・非公開			非公開 部 分 理 由		
			文書管理責任者	保存期間	30 () ・ 10 ・ 5 ・ 3 ・ 1 ・ 随
				作成日	令和6年11月7日
部長	課長	課長補佐	係長	係	記録者所属 健康推進課保健地域医療係
					職・氏名 主査 加藤 さゆり 印

会議等の名称	令和6年度 第2回東御市健康づくり推進協議会	開催日時	令和6年11月7日（木） 午後 1時15分～ 午後 2時40分
		場 所	総合福祉センター3階講堂
主催者(事務局)	健康推進課	司会者	武井健康推進課長・竹村会長
出席者	五十嵐 英美、松山 久美子、関 健、小林 正悟、五十嵐 壽、花岡 豊一、 中村 至、油井 今朝幸、阿部 由美子、竹村 洋子、荻原 絹枝、山岸 智之、 武田 順子		
	寺田健康福祉部長、武井健康推進課長、柳澤保健地域医療係長、笹井健康増進係長		
	保健地域医療係 笠井、溝端、加藤 健康増進係 小田中、柳澤紀理子、笠井、宮澤		
欠席者	牛山 廣司、井出 直子、羽毛田 有理、古平 幸恵、（オブザーバー岡田真平）		

議 題	(議題) (1) 第3次健康づくり計画(前期計画)(素案)について (2) 第3次健康づくり計画(前期計画)(素案)パブリック コメントについて	(配布資料) 別紙会議資料のとおり
決定事項 (要点を簡条書き)	第3次健康づくり計画(前期計画)(素案)についてパブリックコメントに諮る	
次回への検討 事項	第3次健康づくり計画について(パブリックコメント後)	
次回開催	(日時) 令和7年2月6日 午後 1時 15分から	(場所) 東御市総合福祉センター

討議内容及び経過	(発言者名)	(発言内容)
1 諮問	副市長	諮問
2 開会	事務局	協議会の役割について説明
3 あいさつ	会長	あいさつ
4 議題	進行：会長	
(1) 第3次健康づくり計画(前期計画)(素案)について	事務局	第3次東御市健康づくり計画(前期計画)(素案)について、前回からの変更点について説明
	委員	医療圏ひっ迫している。輪番が機能していなく、二次救急が機能していない。原因として医師不足で今までは木曾圏域が最低だったが、上小圏域が県内でも最低となっている。また看護師不足もある。看護師は大学に行ってしまう。養成学校も定員割れや信州上田医療センターの看護学校が閉鎖された。県や市で奨学金対応しているが、危険な状態の医療圏と報告しておく。
	委員	70～71ページで歯と口の健康重要視していただきありがたい。市の取組で乳幼児健診や保育園・学校での歯磨きの推奨の他にも、本日北御牧小学校で2,4,6年生を対象に歯科講話をしてきた。6年生に対しては歯肉炎、正しい歯磨きの仕方。歯周病が及ぼす全身疾患への悪影響を小学生の時から話している。歯科健診だけでなく、小学校で歯科の予防について指導している。
	委員	自殺対策について、遺された家族が市内に居た場合の心のケアの対策は。
	事務局	直接把握するのが難しい。保健所で遺族会をやっているため広報している。本人から相談あれば保健師が対応している。こころの健康づくり実務者会議内で消防に協力依頼し、消防出動あれば、出動先から相談先の案内してもらっている。何人かは保健師が話を聞いている現状がある。
	委員	遺族会年3回実施している。センシティブな問題、来ることで悲しみが増したり、本当に秘密が守られるのかと当日までに何回も電話をかけて確認される家族もいる。遺族会の参加者は今年は少なめで1人の時もある。開催は継続していく。東御市は相談窓口カードを市で作っている、これからも続けていければ。
	委員	4ページの人口の推移と将来推計だが、東御市も人口3万割った。2040年には26,836人になっているが、国や市の動向はもっと減って来るのでは。色々な統計があると思うが数字の根拠は。8ページの高齢化について、計画に示されているとおり個々の健康づくりが必要と感じている。健診の重要性、早期受診のサイクルを今後も作っていく。人口減少も抑えられるのかなと思う。計画に沿って、医師会と連携をとってやってほしい。
	事務局	4ページについては第3次東御市総合計画からの数字。8ページは介護保険事業計画から数字を出している。
	委員	各種健診申込について以前は健康づくり推進員が配布・回収していたが、現在は郵送になっている。回収等の割合はどうなっているか。
	事務局	R2年度までは推進員をお願いしていた。70%の回収率だった。現在郵送では60%の回収率。回収率は減と言うことだが、推進員の時は無記名もあった。郵送では、必ず受けたいという人が返信してくれている。有効解答率は同等で推移している。

<p>討議内容及び経過</p>	<p>（発言者名）</p>	<p>（発言内容）</p>
	<p>委員</p>	<p>追記されたウェルネスカントリーについてわかりやすいが 内容について具体的に分かりづらい。どういふことをやるのか、概要説明があってもいいのでは。世の中英語表記が増えてきたが、耳に馴染まない人にとっては日本語表記があった方がいい。</p>
	<p>事務局</p>	<p>健康という言葉について、一般的にはヘルスが入口になるが、意味としては体の健康がヘルスであって心の健康が含まれるとウェルネスになるのが一般的な概念。今回は心身の健康維持増進を目指す。最近ではウェルビーイングが出てきている、全てが満たされた状態。地域全体が目指すのはウェルビーイング。調査の中で幸福がウェルビーイングということもある。それを目指す健康ということでウェルネスとなる。補足については検討していく。</p>
	<p>委員</p>	<p>R12年には高齢者人口60%超える。75歳以上の高齢者はがん、筋骨格系の疾患、脳卒中中等になる割合が増えるが、市としては病気の予防としてどのように啓発してやっていくのか。市としては啓発・協働してやっていくか。</p>
	<p>事務局</p>	<p>12ページについては高齢者の医療費をみている。筋骨格系の予防はフレイル予防として福祉課とも連携している。また、治療数が増えて、内服数が増えるとも骨折しやすくなる。生活習慣病予防として健康推進課は健診・早期治療に努めるように伝えている。筋力低下について、R4年度から福祉課と連携し地域に出向き、65歳以上を対象に筋力測定等900人以上の調査をして、必要な人は市民病院の理学療法士につないでいる。</p>
	<p>委員</p>	<p>加沢区でも理学療法士の勉強会をやってもらった。歩き方姿勢についてやっていただいていたよかったです。出前講座がもっと導入できれば啓発できるのでは。</p>
	<p>委員</p>	<p>毎日温泉に行く。温泉のお湯に浸かっていることが健康の秘訣。金井区で週1でホット金井クラブやっている。ずくさち体操をやって、ポッチャ等やっている。20人くらい参加している。脳梗塞後遺症がある人も来ている。</p>
	<p>委員</p>	<p>地域の人と顔を合わせる、交流することも健康の1つ。</p>
	<p>委員</p>	<p>計画の中身の先のこともかもしれないが、自殺の要因として健康問題がある、いつ健康について考えなければならないか。40代に健康のことは保健師の皆さんも大変苦労しないと本人達には入らない。お年召されて病気になって健康を気遣うと時すでに遅し。自殺につなげないためにも、子供達の健康を子供達に教える。子供に伝えながら30代～40代保護者に伝えるという方法でやっていくと、将来60代で自殺者数が減るのかと思う。市のほうで教育や子育て等横の連携をつなぎながらやってかれれば。誰に伝えれば改善していくのか考えるのは大事なかなと思います。</p>
	<p>委員</p>	<p>健康は自分の生活の希望、夢を支えるために大切。家族全体で考えていくことは必要。</p>
	<p>委員</p>	<p>今のところ健康で過ごせている。気をつけていることは週1運動をする。それも激しい運動でバスケットをしている。継続が怪我なく続けられる秘訣。それを皆さんにやれというのは難しい。TVでカラダWeekをやっていて、安曇野市でウォーキングサッカーを特集していた。小学生～60代70代まで一緒にやっていて、歩きながらボールをゴールに持っていくルール。非常に皆さん楽しそうで笑顔でやっていて。市でも取り入れてもらえたら。</p>
	<p>事務局</p>	<p>スポーツ係でも計画をつくっている。身体活動の先に運動・スポーツがある。スポーツの係とも意見交換している。健康づくりのほうで身体活動の促進を図る、さらに運動、スポーツへ働きかけている。</p>

