

令和5年度 健幸づくり推進協議会（第1回）での意見交換要旨

- 1 開会
- 2 委嘱状の交付
- 3 委員紹介
- 4 挨拶
- 5 情報提供及び報告事項

(1) 令和4年度 朝来市健康増進計画・食育推進計画についての事業取組実績

(報告：健幸づくり推進課)

- ① 資料1-①～④についての説明を行う。
- ② 令和3年度・4年度の評価に変化があった個所と新規の箇所のみ説明する。

◆資料1-① 子どもの健やかな成長への支援

- ・評価については変化なし。
- ・令和4年度の新規の事業として令和5年2月から出産子育て応援事業（伴走型支援と経済的支援の一体的実施）を実施している。

◆資料1-② 生活習慣の改善

- ・項目6番：高齢者の集いの場については、令和3年度は、コロナ禍で実施が十分にできず、中止していたところもあったが、令和4年度は、再開された地域が増えた。また「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」の事業については、今年度の開始に向け、準備を進めてきた。この項目は、「ほぼ実施できた」と評価している。

◆資料1-③ 生活習慣病等の発症予防と重症化予防の徹底：参照

◆資料1-④ 健全な食生活の推進

- ・評価については、変化なし。

会 長：令和4年度の健康増進計画と食育推進計画の取り組み実績の評価について、ご意見ご質問はないか。評価は庁内の評価は基準があるのか。

事 務 局：担当者で個々に評価をしている。評価が2課にまたがる場合は、評価が低い方に合わせている。これが出来たら「すべてできた」というような基準はないが、担当者でまずは評価し、それを当課で確認し、最終は担当者でもう一度確認してもらっている。

委 員：令和3年、4年の評価では、アクションの今後の方向性の評価の基準はあるのか。

事 務 局：方向性についても担当者がつけている。2課にまたがる場合は、高いほうに合わせている。

委 員：資料1-④の39番の評価が「まったく実施できていなかった」のが2年連続となっている。しかし、今後の方向性は、「継続」となっている。こういう場合は、拡大とか他の方法にならないのか。

事 務 局：令和4年度からの実施内容が同じ方向性になっているので、実施内容、方向性について「継続」としている。「実施できていない」という評価であれば、確かに他の方法で考えるべきかと思う。これについては、担当者と具体的に検討していく。

会 長：医療の立場から行くと、高齢者の施策は現状できていれば、評価としては「実施できた」としてもよいが、そもそもその現状が足りない場合は評価しにくいのではないか。例えば、資料1-③のところで、健康教室をするにしても参加者が少ないという問題があるのに、評価は実施できたということになり、今後の方向性は継続となっていることに違和感がある。

事務局：担当者の主観が入っているが、できていない内容については、担当者だけでなく係内等で評価をつけるほうが良いかもしれない。委員の皆さんのご意見をもとに評価の仕方を検討していく。

会 長：資料に目を通していただき、なにか質問等あれば健幸づくり推進課にご連絡いただけるとありがたい。その意見をもとに今年度の施策に活かしていく。

(2) 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施について（報告：健幸づくり推進課）

資料1-⑤ 参照

会 長：ご意見ご質問はあるか。

委 員：「ぴあっと栄養教室」の実施についてだが、老人クラブがなかった場合は、どのように募集しているのか。決まったところに行っているのか。

事務局：老人クラブがない地区は、全地区の民生委員に同じ案内をしているため、そこから実施の希望の有無を確認している。30地区に選定する場合、新規の地区や久しく実施していなかった地区を選ぶなど、様々なところに出向くようにしている。

委 員：今のご意見を聞いて、民生委員と連携が必要と感じた。民生委員にもこういう会議に参加してもらうことが大切ではないかと感じたので、ご意見させてもらう。私たちは、こういう会議に出ても民生委員や地域の方に伝える機会がないので、民生委員に来てもらうのが良いのではないか。

事務局：民生委員の参加については、民生委員と連絡する場があり、個別にお知らせもしているので出ていただく必要があるのかどうか。内部で民生委員の参加について検討する。

会 長：民生委員も大切な立場であるが、忙しいためこのような会議に呼んでも良いのかは検討していただきたい。ポピュレーションアプローチの具体的な内容（質問票の内容、フロー）を協議会で教えてもらえるのか。

ふくし相談支援課：内容については、この協議会で説明をすることが適切と判断された場合は説明させてもらう。

会 長：「ぴあっと栄養教室」は、どのようなものなのか。

ふくし相談支援課：「ぴあっと栄養教室」とは、「ぴあっと健康サポート」という管理栄養士の組織があり、地域に出かけて指導を行った経験のある管理栄養士がいるので、そこに業務を委託して、高齢者の事業をお願いしている。今回はリニューアルをして、市民へ健康に関するアンケートをしたり、身体計測をして、その内容から管理栄養士から講座をしてもらう予定にしている。

会 長：「フレイル予防」は、大切なことであり、市としてどのようなことをするのか教えてい

ただきたい。我々の目から見て適切な内容なのか、または、医療と協力できることは協力して、市だけの事業だけでなく医療と連携していきたい。

委員：いずみ会で日々活動しているが、「ぴあっと栄養教室」を初めて聞いた。そこでは何人の栄養士がいてどんな活動をしているのか知らないので、教えてほしい。

ふくし相談支援課：内容については、この会議で報告をしていけるよう検討していく。

委員：「フレイル予防」に焦点を当てて取り組まれるということだが、「フレイル」といえば口腔関係もあるが、栄養とどのように関連付けてしていくのか。

事務局：ポピュレーションアプローチについては、今年度は低栄養に焦点をあてて実施していく。今年度が初年度なので、社会参加や、口腔関係などほかの分野についてもあるが、まずは低栄養から実施していくこととしている。

助言者：孤食についてはアプローチしていくのか。

事務局：低栄養の防止については、まずは栄養状態の維持と各家庭で実施してもらえるような取り組みを進めていくのが低栄養の防止の事業の主になっている。ポピュレーションの教室では、コロナ前は調理実習や試食をしていたが、まだ調理は控えて状況を見ながら事業者と相談していく。今後は、口腔のことについても介護予防に盛り込んで実施していこうと考えている。初年度である今年度は、まずは低栄養から取り組んでいきたいと考えている。

委員：老人クラブの申し込みが一番多いと思う。自分の地区でも以前来てもらった。「ぴあっと栄養教室」では、健康面では血圧を測ってもらったり、食事のバランスについての話をしてもらってありがたいことと思っている。今回初めて申し込みのあるところを優先的によろしくをお願いします。

会長：一体的実施の考え方は、一つのことをやるのではなく、今年度はモデル的な事業として、庁内の横の連携をする仕方に慣れながら、将来的に縦割りにならないように連携していくという概念だと思う。ポピュレーションアプローチというのに、50か所希望があっても30か所しか実施しないのは、良いのか？

ふくし相談支援課：「ぴあっと栄養教室」は、介護保険の予防事業として10年くらい実施している。これまでに頻回に利用しているところをご遠慮いただき、新規のところや久しぶりに利用するところで実施することとしている。次年度についても継続予定だが、どのような事業展開をするのかを今後検討し、この場でお知らせしていく。

委員：同じ場所に重なるかもしれないので、次年度からは、年度内に回る地区を決めて、数年かけて全体的に回れるようにするということはできないのか。

ふくし相談支援課：今後内部で検討を重ねて、できるだけ多くの方へ関わられるようにしていく。

会長：そもそも一体的実施というのは、高齢者と若い人の施策の関係課が連携できておらず一体的になっていなかったため、それぞれが連携して切れ目のないような施策を作っていくという理解で良いか。

事務局：はい。

会長：単年の事業ではなく、これからの「フレイル予防」は、各課連携して継続的に考えていく事業として、全体で行えるような方法を考えてほしい。事業の進捗状況や内容を

具体的に我々に伝えていってほしい。これは、介護保険とか高齢の分野に関係してくるが、ポピュレーションアプローチやハイリスクアプローチを介護保険事業に反映させるにはどのような形ですか。

ふくし相談支援課：第9期の介護保険事業計画、高齢者の福祉計画の審議中であり、一体的実施についてのコラム等や進捗状況や方向性について示していきたい。

会長：健幸づくり推進協議会の中で、「フレイル予防」を大きな柱のひとつとしている。高齢者の分野でも「フレイル予防」が柱になるという理解で良いのか。健幸づくり推進課が対象とする世代とふくし相談支援課が対象とする世代を一体化して考えていかないといけない。

ふくし相談支援課：第9期介護保険事業計画の柱は、介護保険の中身の話が柱になる。介護予防は、その中の重要な柱のひとつであり、「一体的実施事業」は、たくさんある介護予防事業の中のひとつの柱として位置付けていく予定としている。介護予防の一つの概念として考えている。

会長：健幸づくり推進課の介護予防についてのコメントはないか。若い人と高齢者の元気づくりの施策が一致しておかないといけない。

事務局：若い世代だけでなく高齢者も事業のターゲットになるため、フレイル予防は健康づくりとしてひとつの柱になると認識している。ふくし相談支援課と連携して事業展開をしていきたいと考えている。

会長：フレイル予防も一つの柱ではあると思うが、流れがわかりにくい。整理していただけるといい。

委員：フレイルは若い世代には認識がないので、市の健診等で若い人へもフレイルの情報発信をしていってほしい。

会長：様々な取り組みが始まったばかりなので、進めながら内容を考えていってほしい。

(3) 令和4年度健幸づくり推進協議会からの引き続き検討事項及び

令和5年度健幸づくり推進協議会分科会（第1回）での意見、提案

（報告：健幸づくり推進課）

分科会を令和5年6月26日に開催し、検討を行った。分科会であった意見を報告する。

◆SNSを活用した健康情報の発信について

- ・ 様々なSNSのうち、何を選択して情報発信するかを協議した。
- ・ 朝来市の情報発信手段は、広報、ホームページ、公式ライン、ケーブルテレビがある。そのうち、朝来市の公式ラインの登録者は、約7,000人。幅広い年齢層が登録しているため、朝来市のLINEの活用がよいのではないかと検討した。
- ・ 朝来市のLINEを活用するとして情報をいくつでも発信できるとはならない現状がある。多くの情報を発信すると市民からLINEをブロックされる可能性があり、担当である秘書広報課からはLINEの情報の「医療・保健・健康」受け取り設定をされている人に発信するよう助言があった。現在、「医療・保健・健康」の情報の受信設定をしている人は200人。

この受信登録されている人に情報発信することとした。同時に LINE 登録者を増やすよう、周知を行っていくことを分科会で提案した。しかし、分科会では、関心のない人への情報発信としてそれでよいのかという議論になった。

- ・市民への情報発信を行う必要もあるが、ほしい情報が LINE やホームページを見てすぐにたどり着くようにする必要があるという意見があった。

◆健幸づくりポイント事業について

- ・健幸づくりポイント事業の現状について説明。
- ・申請にわざわざ支所や保健センターに足を運ぶことが大変ではないかという意見があった。
- ・ポイント事業のデジタル化について分科会で協議した。

◆糖尿病の PR について

- ・周知啓発内容は、短時間で目をひくものがよい。
- ・市長やちゃすりんに出演してもらい、啓発していくのはどうか。

会 長：報告に関して質問はあるか。

委 員：8 ページのカレンダーの入手方法についてですが、カレンダーが歯科医院に届いたので待合に置かせてもらっているが、各医療機関でも配布するという形をとっているのか。

事 務 局：今回、市内の医療機関に送らせていただいたのは、それぞれの医療機関の職員に取り組んでいただくために、カレンダーを送っている。ポスターも一緒に同封しているので、受診に来られる方には、ポスターを通じて健幸づくりポイント事業を広く周知していただきたい。

6 協議事項

(1) 今後の健康情報の発信等に関する取組方針について

① 情報発信について（報告：健幸づくり推進課）

◆市のホームページ

- ・少しでも簡単に健康情報にたどり着くための操作説明を実施。
- ・市ホームページのトップページの上部に、健康情報にすぐにたどり着けるようなアイコンを設置することを秘書広報課と協議しており、すぐに実施が可能である。
- ・ホームページの内容も充実させたい。

◆SNS（LINE）

- ・ラインの登録方法、健康情報の受信設定の説明を実施。
- ・秘書広報課とも分科会の意見を受けて協議を行ったが、やはり朝来市のラインで「医療・保健・健康」を選択した方に健康情報を発信することとなった。「医療・保健・健康」の登録を増やしてもらうよう、チラシ（資料3）を作成した。健診や教室などで配布し、周知する。

- ・食育の情報として「ニコッとキッチン」から情報発信していく。「ニコッとキッチン」のこれまでの経過については、資料3参照。これまでYoutube などでも周知してきた。
- ・今後はLINE の画面に例えば今画面にある「子育て」のように「医療・健康」のアイコンをつかって健康情報にたどり着けるよう秘書広報課と協議している。

② 糖尿病のPRについて（報告：健幸づくり推進課）

- ・ケーブルテレビに市長やちゃすりんに出演してもらって、周知をする。
7月に市長と協議し、依頼する。
- ・番組内容は、「飲料水に含まれる糖分」、「ばら肉と赤身肉に含まれる脂質の違い」についてなど目でみて分かるような内容で短時間のものを作成する。
- ・健康フォーラムは11月から12月に糖尿病をテーマに講演する。現在講師の先生を選定しているところである。
- ・糖尿病をPRするチラシの配布は、健診で糖尿病の周知として5,000人に配付予定である。ライン登録の資料（資料2）も一緒に配付する。
- ・資料4のチラシについては、市内医療機関での特定健診受診者に配布を考えている。400人程度配付できる予定。あわせてこの資料4の裏面にライン登録の資料を載せる予定である。

③ 健幸づくりポイント事業について

（報告：健幸づくり推進課、デジタル戦略課）

- ・令和5年度は、デジタル化を進める1歩として、ポイントの寄付や交換についてはオンライン申請の方法を追加する。オンライン申請の方法は、今後市ホームページや広報などで周知していく。
- ・ポイント事業について、デジタル化の実施の検討を今後はデジタル戦略課や市民課と連携して検討していく。随時、分科会や推進協議会で報告していく。
- ・加西市のデジタルを活用したポイント事業について紹介。（資料6 - ①、②参照）
 - ・歩数に応じてポイントを得られる（携帯で歩数をカウントする）
 - ・健康に関するイベントに参加するとポイントが加算される
 - ・地域の電子マネーを組み合わせ、そこに健康ポイントが入っていくことで、経済対策、健康づくりにもなるよう、いろんな分野で対策がなされている。

会 長：朝来市として情報発信は、LINE という方向性で実施していく。

糖尿病のPRとしては、朝来市で一番多い病気ということで、今年度のテーマを糖尿病を選択した。市長やちゃすりんは出演できそうなのか。

事 務 局：7月に市長協議をする予定。ちゃすりんは、予約制なので、出演可能。

数分程度の動画をケーブルテレビに作成してもらい、Youtube で配信する。

会 長：健康情報のチラシなどは健診結果に入れるのか。

- 事務局：健診の最後で受診票を回収する際に、健康情報を載せたチラシを配布する。5,000枚程度配付予定である。健診結果をお返しする封筒の中に健康セミナーの案内や健康情報や厚労省の健康情報サイトの情報が載ったチラシを作製して送る。
- 会長：医療機関で特定健診をしているので、その結果と一緒に医療機関からチラシを送るのは可能と思うが。
- 事務局：結果の返却方法が医療機関によって異なる。医療機関から市へ返してもらい、そこから受診者へ返す方法と、医療機関から直接受診者へ返す方法があるので、それに応じてチラシを医療機関に置かせてもらったり、市からチラシを送る方法を考えている。
- 会長：必ずしも統一する必要はないと思う。健診の結果とあわせてチラシが健診受診者に届くようにすればよいこと。一度、市と医療機関とで調整させていただいてはどうか。市から健診受診者に結果が返しているところは、医療機関が市に結果を返し、市が結果と一緒にチラシを送る。医療機関が直接、結果を返しているところは医療機関が結果とチラシをあわせて送ったらよい話だろう。
- 市民課：以前は医療機関から市に結果が返ってきていたが、今は医療機関から市民へ結果が送られるので、医療機関から健康情報を同封してもらえるとありがたい。
- 会長：それは可能である。できるだけ市民に糖尿病が情報として入っていけばよい。では次にポイント事業については、いかがですか。委員はほとんど参加したことがないということだったが。
- 委員：私は、いきいき百歳体操を6年している。民生委員が中心にカレンダーを配布していて、私ももらった。月に4回いきいき百歳体操をしているが、その他は何をしたら良いか。歩くことを勧められたが、私は足が痛いのでできない。どの程度の運動をしたなら〇をつけてもいいのか、目安があれば教えてほしい。
- 事務局：朝来市では、運動をする方が多くないという現状があり、ハードルの高いことではなく、まずは、何でも良いから体を動かすことをしてもらいたかった。自身の体に合わせて目標設定をしていただきたい。足が痛い方なら、座っている時間を減らして、1日に5,000歩という目標でも良い。体を動かすきっかけ作りをしていただきたい。普段体を動かしている人や若い人向けの対策も考えていきたい。
- 委員：私個人の意見ですが、いずれにしても物事を決めるときは地元の人が行うので、地元の人が興味を持ってもらうことが大切であり、加西市の方法は良いと思う。将来的に実施されるように考えていただければよい。携帯を常に持っていれば、運動の嘘の申告も無い。毎日仕事ができていることは健康だと思うし、歩いている人は健康を認識しているから歩いているということもある。農業などしていると7,000歩くらいカウントされると、日々の生活の中で自然に運動をしていることになるので、携帯でのカウントは良いと思う。
- 会長：デジタル化が今回のポイント。次の協議会までに煮詰めて、次回みなさんにご意見いただきたい。情報提供ということで、健診の情報提供ということで山口先生からコメントをお願いします。

7 その他

情報提供 健診のデータ分析について

助言者：朝来市医師会 健康教育担当 山口 宏茂 氏

朝来市の特定健診を受けられた方のデータを個人が特定されない状態で市から情報提供を受け、「朝来市は非肥満型糖尿病が多いかどうか」というデータ分析を行った。

- ・肥満の基準は、BMI が 25 を超えているかいないかで決めている。
血糖値と HbA1c の基準は日本人間ドック学会の基準値を採用して分析をした。
- ・旧町単位でデータ分析を行った。表を参照。グラフの青い部分が正常の人である。

〔血糖値・HbA1c〕

山東は血糖値の数値が正常の方が多い。生野が正常の方が少ない。(理由不明)

〔肥満型、非肥満型と血糖値〕

生野町は、女性も男性も肥満型の方は血糖値の値が悪い。(理由不明)。

〔肥満型、非肥満型と血糖値、性別〕

男性は非肥満型の方が糖のデータが悪い。

女性は肥満型の方が糖のデータが悪い。

- ・朝来市の場合は、地域や測定項目によって非肥満型であっても糖尿病のリスクがある。
- ・全体的に血糖値よりも HbA1c の方のデータが悪く出ているため、食後血糖が高いか、早食いの人が多い、炭水化物摂取が多い方が多いのではないかと予測できる。

会長：ありがとうございました。男性の方がやせていても糖尿病に気を付けなければいけない。市のデータから太っていなくても糖尿病が多いという結果が出ていたので報告していただいた。では、協議会は以上で終わります。

8 閉会