

令和5年度 朝来市健幸づくり推進協議会分科会（第2回）での意見交換要旨

1 開会

2 報告事項

(1) 前回の健幸づくり推進協議会での意見の回答及び進捗状況についての報告

(報告者：健幸づくり推進課)

① 糖尿病のPR：市長のCATV番組の出演について

- ・糖尿病のPRとして市長の健康情報番組を放送する。
- ・撮影日は、明日10月17日。ケーブルテレビで市長が出演する短時間の健康情報の動画を放映する。まずは、「砂糖の取りすぎには注意しよう」、「脂質の取りすぎには注意しよう」のシリーズ2回を放送する。

② 健診受診者への健康情報のチラシの配布について

(医療機関での特定健診受診者への健康情報の周知)

- ・前回の分科会の会議で市内の医療機関で特定健診を受診されたに健診結果と一緒に健康情報のチラシの送付について医師会の協力ができるかと提案いただいた件について市で検討した。
- ・提案いただいた方向で医師会にお願いしようと考えていた。しかし、国民健康保険加入世帯全員へ市から案内を送る機会があり、約3,700人に配布が可能であるため、そこに併せて健康情報のチラシも入れて送ることとした。

(2) 健幸づくりポイント事業について（報告者：健幸づくり推進課）

- ・現在、アプリの活用で考えている。
- ・デジタル推進課とアプリの内容等について事業所に説明を聞いているところである。実際にアプリを使っている市にも視察と研修ということで行かせていただく予定である。

会 長：報告事項の(1)、(2)について何か質問はあるか。

糖尿病のPR番組は、市長と一緒にちゃすりんは、出演するのか。

事務局：出演する。次回の推進協議会の時には出来上がったものを見ていただけたらと思う。番組は2～3分の内容を考えている。「教えて ちゃすりん」という番組で市長とちゃすりんがクイズをしながら、1日に摂取してもいい砂糖の量や肉の部位によって変わる脂質の量について考えていくもの。(パワーポイントで内容を説明)

会 長：この内容だと砂糖はどういう理解をしたら良いのか。ごはんも糖質であるが、今回の内容からは、抜かれているという理解でよいか。医療機関に来られる方は、ごはんの量を心配され、「ごはんをどのぐらい食べたらよいか」とよく言われ

る。この内容は、「おやつのお砂糖」で考えたら良いということですね。

事務局：今回の内容は、おやつのお砂糖をテーマにしている。

会長：また出来た番組を見せていただくこととする。

会長：配布したチラシの内容はどのようなものなのか。

事務局：特定健診の判定状況、医療費からの朝来市の現状についてまとめたものを配布した。

会長：健診結果を返す時に入れているチラシも同じか。

事務局：健診結果に同封したチラシは、健康セミナーのチラシをベースにしたものである健康セミナーに特定健診の結果も入った内容としている。

会長：イメージしていたチラシと少し違う。前回の会議では、健診結果と一緒に「健康づくりや糖尿病予防」の参考になるチラシを同封するという話だったと思うがどうなっているか。

事務局：「知っていますか わたしのまちの健康課題」というチラシを市内の医療機関で特定健診を受診した国民健康保険の方に配布する予定だったが、それを市から国保世帯約3,700人に配布に変更した。

会長：他市の健康保険の健診結果には、予防のためのいろんな情報が入っている。栄養に関するものなど。朝来市は、現状のデータということですね。健診に引っかけたときに予防になるような資料を配る予定はないのか。

事務局：春の段階では、ネットに上がっている糖尿病や脂質異常症などの既存の動画をQRコードを健康セミナーのチラシに添付して配付したいと思っていたが、権利の部分で載せられなかった。そのため、今年は、今回の形で周知することとした。

会長：今年度は、それとして来年度のことは後から協議する。

会長：健幸ポイントについては、まだ話がまとまっていないのか。

事務局：アプリの内容は、業者2社に説明を聞いている。実際にアプリを使っている市にデジタル戦略課と共に視察に行って、現状を教えてもらう予定である。どこの企業のアプリを使うかはまだ決まっていない。視察を通して導入するかを検討する。

委員：西脇市の活動量計の使用は良いと思うが、朝来市はどう考えているか。

デジタル戦略課：活動量計を用いるとコストがかかる施策になっていくので、どのような形のものに進めていくかを今後検討していく予定である。

会長：アプリ導入のタイムスケジュールはどうなっているのか。

事務局：ポイント事業は、今年度は寄付交換申請をオンラインでできるようにするのは決定している。アプリの導入については、いつ導入するかは、まだ決定していないが、決定したらどこの事業者を使用するか、また予算や補助金の手続きなど準備をしていくので、1年～1年半前にはスケジュールを確定して準備をしていく必要がある。

会 長：導入の決定は、健幸づくり推進協議会になるのか。

事務局：市で決定する。推進協議会には意見をいただく。

会 長：アプリ導入の決定という方向で考えてくださいと市にお願いするのが協議会の役目だと思う。それをするには、導入のスケジュールを提示してもらって、次の代の方々に承諾してもらおうという段取りだと思う。協議会の中で最終報告を受けるのではなく、アプリ2社の業者の内容の検討などその段階で協議会にかけてほしい。

事務局：あくまでも市で決定していくものと考えている。協議会、分科会では意見をいただいて最終的に決定は市が行うものと考えている。予算や補助金についての手続きがあるので、業者の内容などを協議会で意見をいただいて進めていくのは難しい。

会 長：そういうことではなく、推進協議会からアプリの導入をお願いしているので「アプリをします」、「アプリを導入してほしい」という決定を協議会でしたらよいのだと思っている。導入ができなかったらまた協議会で考えたらいい。要は、結果だけを協議会で伝えてもらうのではなく、話し合っていることが傍観者なのか、我々がアプリ導入の提言をするということで良いのか。

事務局：会議で意見をいただいているので提言いただく形でよいと思う。

会 長：どんなものがあるのかということが分からないと市民と市がイメージしているものとは違うものかもしれないので、アプリの情報を提供してもらわないといけない。アプリの情報については、導入決定の手前の段階で協議会に報告してもらいたいので、次の協議会に、アプリ導入のスケジュールを提示してもらいたい。

事務局：アプリ導入した状況などを他市町から情報収集し、アプリ化するとすればスケジュールを組んでその間に協議会で情報提供できるようにする。

助言者：アプリの契約は長期になるのか。1年ごとに変わるのか。

デジタル戦略課：アプリの会社の契約にもよるが、単年契約が良いとは思いますが、5年単位で契約する方が施策も考えやすく事業を進めやすい。

3 協議事項

(1) 令和4年度からの取組実績と課題及び今後の方針

① 周知・啓発について 資料1参照（報告者：健幸づくり推進課）

健康に関するデータ、医療費分析等から、健幸づくり推進協議会で生活習慣病予防及び重症化予防につなげるため、課題を「①市民への効果的な情報提供、周知について」、「②健康教育、保健指導など市の保健事業の効果的な実施について」助言をいただき、実施している。その実施状況を資料1にまとめた。

推進協議会で意見をいただいているからの実施状況をまとめようと思ったが、「ここからの実績」という区切りが難しいので、令和4年度からの実施状況としてまとめた。報告の内容によっては令和5年度の現時点でまだ実施中のものもあり、実績として

まとめられない内容については令和4年度の実績数をあげている。

1 ページ目は、ホームページでの健康情報発信の状況である。ホームページはすでに多くの情報があがっているため、健診結果のフィードバックの内容、糖尿病をテーマとした内容だけに特化してまとめている。少しでも内容に健診結果や糖尿病について記載したものをあげた。ホームページ掲載した効果、反響は分かりにくいですが、引き続き、内容を充実させ、ラインからリンクしてホームページや公式の情報につなぐりやすいようにする。またQRコードを利用するなど工夫をしていく。

2 ページ目は、SNSの活用としてLINEでの情報発信をはじめている。まだLINEでの情報発信を始めたところなので、健診結果のフィードバックや糖尿病に特化した内容はできていない。

資料の健康情報動画「教えて ちゃすりん」は、LINEでも今後周知する。ライン以外では、YouTubeで「ニコッとキッチン」という食育の番組がある。

課題や成果については、がんの健診については周知の反応があり数人の申し込みがあった。LINEでの情報発信については、LINEの健康情報の受信登録を健康教室などですすめたが、LINE登録自体をされていない方もあり、登録支援に時間がかかり、人手も必要だった。

LINEでの情報発信は継続していく。しかし、教室等のLINEの登録の補助は効率的でないため実施しない方向にするが、LINEの健康情報の受信登録についてのチラシの配布は継続していく予定。

3 ページ目はその他の情報発信です。内容は参照ください。引き続き、実施していきたいと思っている。

4 ページ目は、教室等の案内の工夫です。意見をいただいたように興味、目をひく工夫や健康情報につながるような工夫を考えている。参考に令和5年度の男の栄養教室のチラシをつけている。申込定員に対して申し込みが多かったため定員を増やして対応する。またはがきによる勧奨では、はがきの色をカラーにして目を引くような工夫をしている。

市から工夫の点でお願いしたいことがある。西脇市のポイント事業のチラシに医師からのコメントがついている。朝来市も医師会の先生に健康セミナーのチラシなどにコメントをいただくなど、協力いただけないかと思っている。

今年度の糖尿病に特化した取り組みとして、12月に糖尿病をテーマに健康フォーラムの開催と世界糖尿病デーを周知していく予定である。

② 次年度の健康教育について（報告者：健幸づくり推進課）

健康教育について周知啓発のチラシは、目を引くものデザインや工夫をして5月に全戸配布したが、その際の健康セミナーの申し込みは、1桁であった。その後、カラーの勧奨はがきを送り、申し込みが20人台まで増えた。リピーターではなく新規の参加者もおられた。結局、参加者数は20人前後であった。今年度の半年間、周知

の工夫をしたところではあるが、関心を持っていただくのは難しいのが現状である。

次年度の健康教育については、健康セミナーとしてポピュレーションアプローチという形は残すが、規模を縮小して実施する予定で考えている。生活習慣病についてはセミナーとして残し、地域に出て自治協議会単位で、出張版健康セミナーとして実施していきたい。医師会の先生方にもご協力いただけたら、医師と保健師、栄養士で教室を組み立てていきたいと考えている。

会 長：このことについて、なにか意見、質問はあるか。

助 言 者：朝来市の FaceBook の登録者数は 1,715 人で LINE の登録者数は 6,500 人もいて LINE の登録者数が 4 倍多いので、LINE の周知は、成功だと思う。少なくとも FaceBook より効果があると見たほうが良い。家族や周りの人から LINE 登録を増やしていき、全体の登録者数を増やしていくのが大事。もし登録者数が 1 万人になれば、人口の 1/3 が登録していることになり、登録しようと思う人が増えると思う。もっと登録者数を増やすことを考えたほうが良い。ラインの登録が難しい高齢者は、仕方がない部分もあるだろう。ターゲットをどこに絞るかを考えても良いと思う。

健康教室のチラシの方法に関しては、表に今回の 1 回分を書いて、裏に残りの回のことを書いた方が良い。毎回、表紙が違うものが来る方が、受け取る人は、「前とは違うものが来た」と思って意識してもらえるのではないかと。X (旧 Twitter) や Instagram があれば、目にしてもらえることも増えると思う。若い人が対象なら LINE を主として行くのが良い。

男メシのチラシは、1 点だけ気になるところがあった。「できる限り全回参加して」と記載されているが、参加者の数を増やしたかったら「1 回でも良いから参加して」というワードを使うほうが、集客効果があると思う。しかし、行政の立場からは単発の参加が困るのは分かるので、「参加時間に遅れてきても OK」というような参加のハードルが少しでも下がるように記載しておくのが良いだろう。

会 長：ラインの登録数の変化は分かるのか。

デジタル戦略課：秘書広報課で分かる。

事 務 局：市としては LINE の登録をして、健康情報の受信登録をしてほしい。前は 100 人台だったが、増えている。

委 員：もう少し 60~70 代の方に LINE 登録の働きかけが必要だと思う。そうすることで、登録数が上がり、もうひと手間踏み込んでサポートがあれば登録しやすい。

事 務 局：健康セミナーの最後に 5 分くらいで、ライン登録の補助をしたが、参加者 20 人に 15~20 分くらいかかり、健康増進係全員で対応し、人手が必要だった。

「知っていますか わたしのまちの健康課題」というチラシの裏面にラインの登録方法を載せている。これを見て登録できるという人もおられたので、このような形で情報提供をしたいと秘書広報課にも相談した。登録者を増やしていきたいの

で登録の周知をしてほしいということで、担当課としても、ライン登録者を増やしていくために、登録の説明書を活用して市民に登録していただきやすい環境を作っていくことが課題と認識していた。

助言者：登録が苦手な人は、操作間違いで携帯が壊れないかなど怖いと思っている方もいる。登録者数を増やすということが目的の場合、登録ができる人を増やし、住民同士でできる人ができない人に教えるという形ができるのがベストな形だと思う。

助言者：朝来市には、スマホ教室はどれくらいあるのか。高齢者が多いと思うが、その時にLINEを登録することをパッケージにして、連携してみてはどうか。

デジタル推進課：今年度行政のスマホ教室を開催する予定。行政の手続きやラインの登録方法もメニューに入っているのではないかと。ライン登録の中で、健康情報も一緒に登録してもらえるような形を作っても良い。

助言者：スマホ画面のタッチの仕方の練習のアプリがある。アンドロイドのみ対応が可能。

会長：スマホ教室は何人くらい参加できるのか。

デジタル戦略課：100人単位だったと思う。先週の段階で30～40人の応募がある。

助言者：例えば、もしチラシに「定員」、「先着」、「抽選」と書かれていたら、どれに応募したいか。それも考えていくと良い。どう書いて人を集めるか。締め切りが近づいてきて、申し込もうと思っても先着順だと応募を諦める人も出てくるかもしれないので、どんな形が良いかはわからないが。

ふくし相談支援課：高齢者のスマホ教室の補足ですが、社会福祉協議会では、中高生が、高齢者にスマホを教える教室を行っている。中高生のボランティア参加で、社会的貢献を高めるために実施している。5、6人の中高生が15人の高齢者を相手にしている。そこにLINEの登録と健康情報の登録の依頼を社協に協力してもらおうと良いかもしれない。

助言者：まちづくりの視点である。ぜひ進めるべき。

事務局：推進協議会に社協が来られるので、提案しても良いと思う。

会長：こういったことが総合事業にならないかと思う。

助言者：診療所で、LINE登録の操作方法の用紙をコピーして配布しても良いか。市外の方にも配布することになってしまうので、診療所で配布やポスターを貼って周知して良いかまた教えてほしい。

会長：LINEの登録の操作説明書は1回だけでなく、何度も送る方が意識されるのではないかと。医療機関に受診された方に特定健診の結果通知と合わせて送ることはできる。

事務局：国保の方の特定健診の結果は、医療機関から発送になる。医療機関に発送用の操作説明書を準備するのでお願いしたい。

助言者：どんなイベントの時にラインの登録者数が増えたかが分かれば、それを確認するのも良いと思う。

会長：商工会でお知らせするときに、高齢者に向けて気をつけていることはあるか

委員：特にない

事務局：先ほど市から協力をお願いしたチラシに医師のコメントを掲載させていただくことは可能か。

会長：誰でも協力してくれるだろう。依頼してもらったら良い。
健康セミナーについてだが、わざわざ会場に行くのが億劫になっていないか。
最近では、会場に来ていただくより、ZOOMの方が需要があるのではないかと思う。
会場とZOOMのハイブリット型の開催でも良いし、ZOOMだけでもやってみたら良いのではないか。時間外にはなるが、若い方は見られるかもしれない。

事務局：我々がターゲットとしている方たちに参加していただきやすい形だと思う。

会長：CATVの番組だが、健康セミナーの番組を放送しているが、情報を流す頻度を考えた方が良いのではないか。放送頻度が多いという声も聞く。YouTubeのアーカイブとして、そろそろ公開方法を変えていっても良いのではないか。

事務局：ケーブルテレビセンターが放映の時間を決めている。放映回数が多いということであれば、調整はしてもらえるとと思う。

会長：ケーブルテレビだけでなくYouTubeでも公開すれば、見たいときに見られて良いのではないか。

事務局：YouTubeにセミナーそのまま流すので、1時間近くなる。

会長：それは見る人の判断で良いと思う。YouTubeでは早送りもできるので、見たいところだけを見てもらうという形でもよいのではないか。

助言者：YouTubeは再生回数を確認できる。健康セミナーをそのまま、YouTubeに流すためには中身の精査が必要であるだろう。短編の番組を1度お試して流してみても良いのではないか。

(2) 取組の評価方法について（健幸づくり推進課）

取組については、評価を行って推進の方向性を検討する必要があるかと思う。令和4年度に情報共有した健診結果の変化、生活習慣病有病者数、医療費などの成果の数値に関する評価については、長期的にみていく必要があると思っている。

今回は、次期計画が令和8年度からなので令和6～7年度の策定時に情報提供が可能だと思っている。計画策定時には、市民へのアンケートによる意識、行動、食習慣、生活習慣の変化も把握ができる。国や県の健康増進にかかる計画によって計画の期間は変わってくるが、大体5～6年に1回はこうした評価を示すことができる。その時に評価したら良いか。

以前から健康に関するデータを出してほしいという要望もあり、令和4年度に情報共有した健診結果の変化、生活習慣病有病者数、医療費などのデータを情報提供し、取組のテーマを決めた。前回の計画策定後のように2～3年くらいの短い単位で健康に関するデータを確認し、評価していった方がよいのか。

計画策定時は、健康増進の分野に限っておらず、食育・子育てに関する内容についても協議するので、多岐の分野の評価も必要である。

今後、成果をどう見ていくか。

助言者：データを出すのに大きな手間がかからないのなら1年ごとに評価するのが一番良いと思う。

会長：データを出すのにどれくらいの手間がかかるのか、どの範囲で評価するのかということになる。国保のデータは毎年出るので、毎年見てみたいというものはある。

市民課：KDBが毎月更新されていて、令和4年度分の取りまとめが出るのは令和5年の7月である。朝来市の状況をまとめたものは、1枚物で簡単にらせるものあれば、色々なデータを触って作らないといけないものもある。どんなデータを使うか、市で相談する。

助言者：分析する項目を決めて、ピンポイントでターゲットを絞る方が評価しやすいのではないか。例えば、旧4町で比較するような内容にしてみると住民の興味もわくのではないか。文章ではなくグラフでまとめられている方が見やすい。

事務局：糖尿病に関して、どのような変化がみられてきたか内部で検討していく。

(3) 次回の健幸づくり推進協議会への提案事項・役割分担について

事務局：次回の健幸づくり推進協議会で委員が交代になる。2年間の任期の一旦のまとめとして委員や委員の所属団体でできること、感想でもよいので委員の皆さんに何かご意見をいただけたらと思っている。

会長：2年間のまとめを次回の推進協議会で行う。次年度から委員は交代になるが協議内容は続いていく。

(4) その他

会長：今年度の協議会で糖尿病をテーマにすることを決めたが、朝来市が糖尿病をテーマにしていることを市民に理解してもらっているのか。どうしていったら良いか、意見はあるか。

事務局：馬庭先生の言われている通り、市民さんは分かりにくいと思いでどのように伝えていったら良いか課題である。

助言者：なぜ糖尿病をテーマにしたのか。

会長：単純に朝来市の糖尿病の医療費が外来で一番多かったということがあげられる。

助言者：こういう理由があるから、糖尿病に気を付けましょうと伝えていけば良い。健診異常の結果から脂質異常症が多いが、医療費から見ると糖尿病が多いということになるのですね。

事務局：令和1～3年の医療費は、50歳以上になると1位2位が糖尿病を占めているという実態がある。糖に関しては年齢が上がっても上位に入っているので、糖尿病に焦点を当てていかなければいけないと考えている。

助言者：僕の感覚的にも一緒に、当方が所属する団体の中で当方の腹囲の平均値が低い。いわゆるメタボで腹が出ていて糖尿病で引っかかる人が少ないので、非肥満型の糖尿病に焦点を当てるのはとても良いし、朝来市に合っているテーマだと思う。

会長：健康情報のチラシを作るときに、生活習慣病全般のことになっていると思うが、糖尿病がテーマということをもっと前面に出しても良いと思う。他の病気はどうしても良いと捉えられないように注意しないとイケないが。

助言者：旧町単位で健診結果が変わることも興味深いので、そのような情報をもっと市民へ発信していけば興味を引くのではないかな。

事務局：前回、先生が作られた旧町ごとのデータは公開しても良いのか。

助言者：朝来市からもらったデータから作っているので、公開しても良い。

4 閉会