

令和3年度第2回健康計画推進委員会会議録

日 時	令和3年10月14日（木）13時30分～15時
場 所	北栄町大栄農村環境改善センター 大研修室
出席者	岡本恒之委員 仲秀典委員 小倉加恵子委員（リモート参加） 荒川辰也委員 椿原香委員 天野亜理沙委員 岩本幸人委員 田中陽子委員 一二三満雄委員 財賀真由美委員 11人 欠席者5名） （事務局）吉岡課長、山口室長、塚本

3 協 議

(1) 健康ほくえい計画(案)について

事務局が説明。(資料は事前配布)

第1章

計画の期間をデータヘルス計画と同様にするため令和10年度とした。

食育推進計画、自死対策計画を健康ほくえい計画の中に入れていたのを明文化した。

取り組む分野について「歯と口の健康づくり」「喫煙・飲酒対策」とわけたため6分野になった

第2章

各分野について現状と課題・目標・目標値を設定した

・運動習慣の定着

運動不足の状態は続けており、今後も継続して取り組む。

・健全な食生活の定着(食育推進計画)

朝食については若い人だけでなく、全体に欠食があり、評価指標は年齢の限定をしていない
高血圧予防のため減塩を目標に取り組む

食育に関する目標と具体的な取り組みを追加

目標の指標を変更した。

・心の健康づくり(自死対策計画)

ゲートキーパー養成研修をしていく

メディアの長時間利用で就寝時間が遅くなる傾向にあり、啓発に取り組む。

・歯と口の健康づくり

分野を改めて作成。子どもの歯科対策も取り組みや目標に挙げた

フッ化物を活用した歯科保健事業を推進する。

・喫煙・飲酒対策

妊婦の禁煙指導にも取り組みをしていく

未成年の飲酒・喫煙防止は引き続きしていくが、評価指標としては上げていない。

・生活習慣病の早期発見・早期治療

特定健診のみでなくがん検診についても受診率の目標値を設定した。

心筋梗塞が多く、高血圧対策に重点的に取り組む

【意見交換】

第1章について:意見なし

第2章

- ①運動:(委員)運動と構えずに、軽体操などでも血液の流れや新陳代謝をよくするので、取り組みやすい。具体的に目標を挙げたのはよい。
(委員)スクワットや肩甲骨周りの運動など気軽に自宅でできる運動を推進するとよい
(委員)取り組みの「プラス10分の運動」を具体的にしたほうがわかりやすい
⇒具体的に伝えるように検討する。
- ②食事:(委員)朝食をとらない子どもがいるのは親が作らないのか
⇒(委員)親が作っても子どもが食べない場合もある。食べていても朝食の内容が、菓子パンとお茶、グラノーラなどの家庭もある。
(委員)朝食が運動や勉強に良いことをもっと啓発したほうがいい
(委員)給食時間にベジファーストに取り組むとあるが、学校の状況はどうか
⇒こども園と連携し給食で取り組んでいる。園だよりでも啓発している
(委員)学校は三角食べをしている。野菜を残さないように指導をしている。
- ③心:(委員)高齢者の居場所づくりについていきいきサロン実施の自治会はどれ位あるか
⇒こけないからだ体操をしている自治会が27くらいあるのもっと多い
(委員)いきいきサロンを拡大するように頑張らしましょう。
(委員)子どもの就寝時間が遅くなっているが理由は
⇒大人の就寝時間が遅くなっているので、その影響だと思う。
具体的には理由はわからない
(委員)就寝時間が遅いと、飲食もあるのではないか。虫歯が多くなっていることと関係していると思う。幼児期からの早寝早起きなどの生活習慣が大切。
- ④歯と口の健康づくり
(委員)確かめ磨きをしていても虫歯になる子やしてなくても虫歯にならない子もいる。いい歯磨き剤について知りたい。
(委員)いろいろな種類があり、もっと関心を持ったほうが良い
(委員)歯磨き剤にフッ化物が入っているものを使ったほうが良い。1歳～使える。
フッ化物洗口は4歳から永久歯が生えそろう14歳までしたほうが良いので、中学校でもできるとよい。ただ、フッ化物洗口をしてからと油断してはいけない。
おやつとの与え方、生活リズムを整えることが歯の質にもつながる。正しいブラッシングの方法などかかりつけ医をつくり指導受け実践することも大切。
学校の歯科健診結果から未処置率が高い。地区での差もみられる。地区の比較はしているか
⇒地区で比較したことはないので、検討したい
- ⑤喫煙・飲酒対策
(委員)未成年の喫煙対策が必要。学校での教育はされているか
⇒学校と連携して実施しているので取り組みに追加する。
(委員)受動喫煙の指導を乳幼児健診でも母親の喫煙率は低く、同居の祖父母には伝わりにくい。健診等で喫煙者に受動喫煙についても伝えるようにしたほうが良い。
⇒禁煙は進んできているが、乳幼児の家庭での喫煙率は思うように低下していない。助言ありがとうございます。
- ⑥生活習慣病の早期発見と早期治療
(委員)メタボリックシンドロームの改善に向け、地域や団体でできることについては健康講座を開催する、料理教室を開催するなど、運動や食事の分野で取り組むことと重なる内容があるのではないか

4 その他

計画策定までのスケジュール

- 11月中旬 : 今回の意見交換後の修正を送付
- 11月中 : 委員から再度意見を伺ったうえで、案を確定
- 11月下旬～12月上旬 : 第3回委員会開催
- 12月中 : パブリックコメント実施
(12月～1月 第4回委員会開催 又は 書面評決)
- 1月中 : 町長に案を提案し、健康計画の確定
- 3月 : 概要版を全戸配布