

令和7年度第2回健康計画推進委員会会議録

| | |
|--|---|
| 日 時 | 令和7年12月4日（木）13時30分～15時 |
| 場 所 | 大栄農村環境改善センター 大会議室 |
| 出席者 | <p>【委員】（敬称略） 仲、荒川、永田、岡本、新名、多田、宍戸、田中、三ツ圀、遠藤、竹原、 荒木、加藤 13名（欠席3名）</p> <p>【事務局】 前田課長、塚本主幹、前田</p> |
| <p>1. 開会 2. あいさつ 健康推進課 前田課長 3. 報告 (1)令和7年度事業について（P1～4） (2)健康計画6つの項目に対する行政の取り組み(P5～9) ※(1)(2)をあわせて説明</p> <p>①特定健診および各種がん検診の受診状況、がん発見の推移</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ R6 年度の確定値報告。大腸がん検診は、他の検診との同時受診による受診率向上や医療機関検診の開始による利便性の向上を目的に方法を変更したが、受診率が低下した。長寿健診は、保健事業と介護予防の一体的実施事業により、個別訪問や地域の教室で受診勧奨を行い、受診率が向上した。 ・ 集団健診は予約制、受付時間の分散を継続実施。集団健診の開催回数を昨年度より2回減らしたが、受診者は前年度と同等。 ・ 受診勧奨は、集団健診は1週間前に再通知したり、当日受診がなかった方に電話連絡を行っている。町報・放送・通知などで実施。 ・ R7 年度は、大腸がん、子宮がん、乳がん検診の受診率が向上の見込み。胃がん検診、肺がん検診は低下の見込み。 ・ R6 年度、がん検診精密検査対象者に対し、個別訪問を実施。精検受診率が向上。 <p>②運動習慣の定着</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 運動教室として、北栄スポーツクラブと連携しバランスボールとノルディックウォークを実施。バランスボール 16 名、ノルディックウォーク 12 名、計 28 名。 ・ 健診会場や運動教室会場で、体組成測定・骨量測定を実施。個別で結果を説明し、食事と運動について助言を行った。 <p>③健全な食生活</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 各園での食育年間計画に基づき食育を実施。食生活改善推進員と連携して、2 園で、子どもが主役のクッキング活動を実施。 ・ 保健師による健診結果説明と活用や、理学療法士による運動について実践を含んだ講座、栄養士による試食体験を健活教室で行った。長寿健診対象者 11 名、特定健診対象者 14 名が受講。 ・ 食事バランス・減塩について 8 自治会、低栄養について 6 自治会 3 団体に講座を実施。 ・ R8 年度、食生活改善推進員養成講座を開催予定。 <p>④心の健康づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ いきいき健康講座「眠れてますか？」に含めてゲートキーパー研修を実施。2 自治会実施（29 人参加）、1 自治会予定。R8 年度は未定。 <p>⑤歯と口の健康づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 妊婦歯科健診は受診率 68.7%。 ・ 歯周病予防事業としてふしめ歯科検診を実施。20 歳から 70 歳まで 10 歳毎に刻んで | |

受診。R7 年度 62 人受診。個別受診勧奨及び TCC 文字放送により周知した。

- ・ 個別歯科相談を、健診会場で 269 人に実施。

⑥喫煙・飲酒対策

- ・ 健診時や母子手帳交付時に指導実施。
- ・ 小学 6 年生と保護者を対象に、医師の生活習慣病予防講演会を開催し、喫煙の害について学習した。

⑦生活習慣病の早期発見・早期治療

- ・ 人間ドックを 40.45.50.55.61.65.70 歳を対象に実施。これまで、退職された後も健診習慣をもっていたため 61 歳としていたが、定年の年齢がかわってきており、R8 年度は 61 歳を 60 歳に変更予定で、R8 年度は 61 歳・60 歳共対象。
- ・ 集団健診における健診 WEB 予約を継続し、24 時間予約可能にしている。
- ・ 大腸がん検診は、代理受診や検体容器の事前送付による利便性の向上を図った。
- ・ 健診後の支援として、特定健診受診後に保健指導を実施。R7 年度は集団健診の会場で初回面接を実施。
- ・ 糖尿病性腎症重症化予防事業は、糖尿病の重症化・合併症予防、透析移行の防止をテーマにしている。医師や管理栄養士、理学療法士の講演、冬の採血検査を実施。健康相談はよりリスクの高い方にご本人とかかりつけ医のご了解をいただいて鳥取県栄養士会から栄養士派遣され、2 名の方が対象となった。
- ・ 保健事業と介護予防の一体的実施事業は後期高齢者の方を対象に、ハイリスクアプローチでは、「口腔」のケアとして歯科衛生士派遣事業を追加。ポピュレーションアプローチでは、通いの場への積極的に関与し、健診受診勧奨、フレイル予防、服薬指導などを実施した。
- ・ 生活習慣病予防として中学 3 年生を対象にピロリ菌検査実施。今年度の初回の検査の受診率 68.9。陽性者には除菌治療を実施。
- ・ 健康講座は 9 つのテーマで講座を実施し 36 自治会で開催。新規に「薬との上手なつき合い方」をテーマに薬剤師会にもご協力いただいている。R8 年度はメニューの一つである「まちの保健室」を北条地区・大栄地区で希望をとり、自治会を統合し実施する予定。
- ・ 血圧講演会は、のぐち内科クリニック野口圭太郎院長を講師とし、11 月 27 日に実施。127 名に個別勧奨を実施。56 名参加。R8 年度は、より多くの方に聞いてもらえるよう、健康推進員等の合同研修会にあわせて開催を予定している。
- ・ ポイントラリーは、頑張りカードの実践など自主的な取り組みにつながっている。

【意見等】

(委員) 健康計画推進員に薬剤師にも入ってもらい、意見をもらってもいいのではないか。

(事務局) 健康計画推進員は定員 20 名に対し、現在 16 名。今任期は始まったばかりだが、薬剤師会に確認し、可能であれば次年度から委嘱する。

(委員) 倉吉市の同会議と日程が重なり、推進員の欠席につながっている。

(事務局) 承知した。

(委員) ピロリ菌検査の希望者が R6 年度は 79.3%であったのに対し下がっている。何か原因はあるか？

(事務局) 開催時期や受診勧奨の内容は、R6 年度と同様に実施。希望者が少なかった。

(委員) 小・中学校の講演会で保護者さんも対象とされているが参加状況や反応はどうだったか？

(事務局) 人数は少なかったと聞いている。

(委員) まちの保健室を合同で開催するのはなぜか？自治会では開催しにくいのか？

(事務局) 複数の自治会から開催の希望を受け取るが、鳥取看護大学の開催可能日数も限られており、2 年間連続でお断りしている。また、予算的にも、これ以上開催回数を増やすための増額は困難。限られた回数で、より多くの自治会に開催してもらえるように

変更する。

(3)各組織・団体の取り組みについて (P9)

○北栄スポーツクラブ

- ・ バランスボールの教室を 3 回/週、平日に参加できない方のために土曜日に月 2 回開催。毎回 60～70 人参加あり。ヨガ教室を 1 回/週、15 人程度参加あり。
- ・ 健康推進課と合同の運動教室を年 2 回開催。今年は定員に達したためお断りする方もあった。
- ・ 自治会対抗のスポーツ大会を開催。今後は 12 月にバドミントン、1 月卓球、2 月バスケットを予定。
- ・ ジュニア指導者を対象とした研修会を 12 月 27 日に予定。清水病院の管理栄養士によるスポーツ栄養学や北栄町出身の岩垣氏によるストレッチに関する講話。
- ・ 初動負荷トレーニングのマシーンを導入予定。可動域を広げるトレーニングができ、リハビリなどにも利用できる。

○中学校

- ・ 基礎体力の向上として、体力テストで平均以下の内容を体育の時間に行ったり、休憩時間を使い 5 分間走を実施。食育は残菜減に取り組んでいる。自分に合った量を知り、残さず食べる、苦手な物も一口は食べるという事を伝えている。生活習慣の確立として、メディア対策に取り組んだが、タブレットを 1 人 1 台が持ち帰り学習にも活用する状況で 2 時間以内に制限する事が難しい。R8 年度は、睡眠や朝食摂取、メディアは寝る 1 時間前はしないといった内容で検討している。治療率の向上については、視力と齲歯について取り組んでいる。大栄中では、生徒の 1/2 が眼鏡又はコンタクトを使用している。齲歯は全国平均相当であるが、昼食後の歯みがきは 1 割程度。R8 年度の課題。

○小学校 PTA

- ・ 歯科受診率は学校としても危機感をもって進めている。受診率 9 割を目指し、受診後と学期末に受診勧告書を配布している。R8 年度は 5 年生に全国歯みがき大会へ参加してもらったり、受診勧奨として懇談で個人的に伝えていく予定。健康やメディアの取り組みとして、児童健康委員会が、ハンカチ、爪、手洗い、うがいについて集計をしている。学年をまたいで遊べる企画を実施し、外遊びを推奨している。メディアについては、小学生もタブレット学習をしており、生活と切り離すことができず課題。メディア講演会を開催し、R8 年度も開催予定。

○こども園

- ・ 4～5 歳を対象に、毎日フッ化物洗口を実施。由良こども園は朝の会の後に実施。1 月に歯みがき教室を開催し保護者にも参加を呼びかける。

○こども園保護者会

- ・ 11 月末にメディアコントロールの取り組みを行い、平日は 1 時間/日に抑えれた。親子で絵本などの時間を過ごせた。

○自治会長会

- ・ 高齢者が多い集落で、高齢者向けの講座の開催回数を増やした。健康講座も開催した。

○老人クラブ連合会

- ・ グランドゴルフ等、例年とおりに実施。R7 年度の新たな取り組みとして、中部圏域で料理教室を開催。男性の参加もあり、簡単にできるレシピで調理をした。

○健康推進員

- ・ 11 月に肺がんの巡回検診について自治会放送を行った。住民の方から「忘れていたが放送のおかげで受診できた」と声をかけられ、放送の効果を感じた。集団健診の呼びかけの放送も行った。

○商工会

- ・ 減塩を考える機会として、町職員に来てもらい、みそ汁の塩分測定や体組成測定を

行った。

○食生活改善連絡協議会

- ・健診会場（大栄・北条）で減塩と「野菜を 350 g 食べましょう」と呼びかけた。小学 5 年生を対象にだしのうま味体験として「だし博士になろう」事業を実施した。

○住民代表

- ・自治会で健康講座を開催され、関節痛について学んだ。この会場で食推さんによる塩分測定や健康によい食品を紹介してもらった。
- ・頑張りカードは受診券と一緒に郵送されるか？
（事務局）郵送されない
- ・湯梨浜町に「ヘルシーくらぶ」という事業があり、万歩計を配布し公民館等でチャージしごみ袋などと引き換えができる。若い世代には、カードよりデータで登録して送信できる方が参加しやすいと思うが、アプリなどの活用はどうか。
（事務局）健康ポイントラリーの応募者は増えているが、同じ方の複数応募もある。高齢者が多く、若い世代の方は少ない傾向であり、アプリよりカードの方が参加しやすい。アプリ導入には経費もかかり、県が推奨する「あるくと」キャンペーンもあり複数の活用になるため、町費をかけず連携してやっていく方がいいと考えている。
- ・住民の動機づけとなるように、広く周知してほしい。

(4) その他

○仲齒科医師からコメント

- ・B&G の初動負荷トレーニングのマシンはぜひ導入をしてほしい。
- ・北栄町は健診が充実しているが、肺・大腸のがん検診では精密検査を受診されていない人もあり、受診してもらう事が必要。
- ・小学校まではフッ化物洗口を行っているが中学校ではしていない。ぜひ歯みがきの取り組みは頑張ってもらいたい。
- ・これからの季節、冬のヒートショックに注意。高血圧の方は脳卒中を起こしやすく、食事・運動が大切。気をつけて健康寿命につなげる。

○質問

（委員）中央公民館大栄分館が新しくなるが健康器具は新しく導入されるか。気軽に立ち寄りちょっと健康チェックができるような健康コーナーの計画があるか。誰でも気軽に自分の健康が測れるような器具を導入し、コーナー的なものを作ってもらいたい。

（事務局）現時点で、担当課から健康コーナー設置についての話は聞いていない。これまで通り血圧計の設置はできたらと思っている。担当課へ、要望について情報共有をしていく。

（委員）B&G の教室は参加は何人まで可能か。

（北栄スポーツクラブ）これまで最大 93 人。100 人を超えると厳しいかもしれない。

4. その他

(1) 今後の予定について

- ・R4～11 年度までの 8 年間の計画に基づき取り組んでいるところ。R8 年度も 2 回の開催予定。次回は 8 月頃を予定。組織団体から出てきていただいている方は 12 月や 3 月で交代の方もするため、委員交代については事務局から各組織団体へ確認する。現委員の任期は、来年 5 月 31 日まで。
- ・来年度の第 1 回委員会は 8 月に予定しているが、アンケートについて、任期中に意見を伺うかもしれない。