

令和8年度第1回健康計画推進委員会会議録

日 時	令和8年9月3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)</p> <p>仲、小倉、中塩、荒川、永田、竹本、松井、田中、平信、竹原、荒木、加藤 (欠席4名)</p> <p><事務局>前田課長、原田室長、塚本、前田日(傍聴:杉谷栄養士)</p>
<p>レジメに沿って進行。</p> <p>1. 開会</p> <p>2. あいさつ 健康推進課 前田課長</p> <p>3. 自己紹介</p> <p>4. 協議および報告</p> <p>(1)令和 7 年度保健事業について(P1～4)</p> <p>①特定健診及びがん検診の受診状況について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・長寿健診と乳がん検診の受診率が向上。長寿健診については、令和 5 年度から保健事業と介護予防の一体的実施による受診勧奨の強化による。 ・大腸がん検診については、令和 6 年度から方法を変更し、来場1回でできたり、代理受診ができるようになり、利便性が向上した。 ・がん検診で、毎年、がんが発見されている。精密検査の受診率は令和 6 年度から訪問や電話で勧奨し受診率は向上。しかし、まだ未受診者はいる。 <p>②運動教室</p> <ul style="list-style-type: none"> ・北栄スポーツクラブと連携し、運動教室を開催。参加しやすいよう休日や夜間の日程でも開催した。 <p>③健活教室</p> <ul style="list-style-type: none"> ・長寿健診対象者と特定健診対象者で日にちを分けて実施した。 <p>④自死対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゲートキーパー研修とは、支援を必要としている人に気づいて声をかけて専門機関に繋げる役割に関する研修。いきいき健康講座「眠れてますか？」として 3 自治会で実施ができた。 <p>⑤歯科対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ・個別勧奨や TCC 文字放送により周知し、R7 年度は受診者が増加した。 <p>⑥ヘルスアップ教室(糖尿病性腎症重症化予防事業)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・医師の講演会や血液検査(無料)等を実施。 <p>⑦いきいき健康講座</p> <ul style="list-style-type: none"> ・34 自治会で開催。新規で、薬剤師会に依頼し「おくすりの話」の講座を実施。食習慣については、R6 年度の申し込みは 0 件であったが、テーマをかえたところ、7 件申し込みがあった。 <p>⑧高血圧対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ・医師講演会について町全体への周知に加えて、血圧 140mmHg 以上の方に個別勧奨を行った。 <p><意見・質問></p> <p>小倉所長)大腸がん検診は、受診率が低下しているが、自治会で説明をしていた事を別の形にしたという</p>	

事か？

事務局)自治会で説明会、容器の配布、料金の徴収などを行ってもらっていたが、これまで発行していた受診券が出せない等の事情もあり、集団健診で実施する方法に大幅に変更した。また、医療機関で受診ができなかったが、受診できるようになった。

小倉所長)受診しやすい体制を工夫されているが、結果的に受診率が低下している。他の検診も受診できる体制に変更しているが、他の検診も特にあがっていないので、今後何かできると良い。

(2)健康計画6つの項目に対する行政の取り組み(P5～8)

①運動習慣の定着

- ・R8 運動教室は、ノルディックウォークを休日の日中に開催予定。また、体組成測定も実施する。
- ・体組成測定や骨量測定の実施により、運動を行っている方の頑張りや継続支援につながる。

②健全な食生活の定着

- ・食生活改善推進員にお世話になり、子どもが主役のクッキングを2園開催。R8は3園へ拡大。

③心の健康づくり

- ・ゲートキーパー研修は、R8年度は食生活改善推進員養成講座で実施。

④歯と口の健康づくり

- ・後期高齢者医療歯科健康診査では、歯の状態だけでなく、口腔機能全般の検診になっており、個別または健康教育の場で啓発している。

⑤喫煙・飲酒対策

- ・母子健康手帳交付時、乳幼児健診等、機会を捉えて禁煙、受動喫煙防止について啓発。
- ・小学6年生を対象に、医師による生活習慣病予防講演会で喫煙の害やアルコール依存症について学習。

⑥生活習慣病の早期発見・早期治療

- ・人間ドックを40～70歳の5歳刻みで行っているが、60歳については退職後の健診習慣につながるようにと61歳を対象としていた。近年、退職年齢も様々になってきたため、わかりやすく60歳へ変更する。R8は経過措置として、60歳と61歳の両方を対象としているが、R9からは60歳のみ。
- ・特定健診の受診勧奨については、R7は6、8、11月の3回だったが、5月に受診券と健診の手引きを送付するため、6月は早いという事で、R8からは7、10月の2回に変更した。
- ・特定健診後の保健指導は、R7からは健診会場でわかるBMIや腹囲や服薬状況を確認して、該当する方には健診会場で初回の面談を行い、保健指導の実施に繋げている。
- ・大腸がん検診は、他の健(検)診も同時に受診してもらえるように他の検診と同じ取り扱いとした。R7年度から、集団健診を予約された方へ、事前に検体容器を郵送し健診当日に提出していただく流れとし、来場回数を1回とした。
- ・「保健事業と介護予防の一体的実施事業」として、R7年度は、口腔を追加し歯科衛生士派遣事業を実施。ポピュレーションアプローチでは、いきいきサロンに加え、社協の健康体操教室、北栄スポーツクラブの健康運動教室などで、骨量測定や体組成測定を実施。
- ・令和8年度は健康教育内容として、目と耳のフレイルのこについて追加。
- ・生活習慣病予防として、中学3年生のピロリ菌検査を希望者に実施し、将来のがん予防に取り組んでい

る。

- ・健康講座「まちの保健室」では、R8 は北条、大栄地区といった地区ごとに開催。
- ・血圧講演会は、R8 は健康推進員等の合同研修会と併せて開催した。
- ・健康ポイントラリーのがんばりカードに「体重測定」を追加し、ご自身の体重への関心を高めている。

<意見等>

仲医師)P6のふしめ歯科検診は10歳刻みで実施しているが、来年度から5歳刻みに変わってくる。本来は国民皆歯科検診という方向で毎年に行っていきたいが、まだそこまで進んでいない。また、P8に目・耳のフレイルを追加とあるが、誤嚥性肺炎の予防もふまえ喉のフレイルも入れていただきたい。

田中氏)P1、大腸がん検診の受診率が低下しているが、方法を元に戻す事はできないか？

事務局)大腸がん検診の受診率50%は誇れる数字であったが、他の検診の受診率と同様の受診率に低下した。これまでの方法を続けたかったが、システム標準化により帳票が出せなくなるなど事務的な部分や、個人情報を含むの名簿を健康推進員さんに渡し取りまとめていただいていた事、自己負担金を一旦お預かりいただく難しさ、自治会の在り方も変わってきているため、元に戻す事は難しい。受診率を1%でも上げる、1人でも多くの方に受診してもらえよう考えている。R7は、来場回数を1回にし、代理受診を呼びかけたが、思うように受診率は上がらなかった。代理受診は38人利用があった。今後も周知に努めたい。

中塩薬剤師)町民さんも意識が高くなり、検便による検診ではなく、医療で大腸がんのカメラや肺のレントゲンなどを受けている方もある。医療機関で定期的に見てもらってるから大丈夫と検診を受診せず「未受診」につながっている件数も多いと思う。

小倉所長)P8のピロリ菌検査は、将来のがん発症予防に直結することで、非常にいい取り組みだと思うが、3割の生徒が受けていないのはなぜか？

事務局)原因は限定できていない。R8は、保護者が使用しているマチコミアプリでも配信したり通知内容を見直したとことで受診率は上昇した。受診率は年ごとに上昇や低下を繰り返している。ピロリ菌検査だけに関わらず、提出物が出にくい学年もあり受診率への影響もあるのではないかと。

小倉所長)自分の健康は自分で守るというヘルスリテラシーが、全員が同じように教育を受けられる小中学生の時期にしっかり受けてもらいたい。自分で健康を作っていくという意識ができると、その後20～30歳代になった時に次の世代へも繋がっていく。非常に重要な取り組み。

事務局)生活習慣病予防講演会の医師講演会でも紹介してもらっており、生徒の受診につながっている。

(3)各組織、団体の今後の取り組み

①鳥取県薬剤師会

- ・お薬手帳を推進し処方重複を防いでいる。災害時にもお薬手帳が処方に役立つ。残薬を確認し、処方数を調整し医療費の削減している。加齢とともに腎機能は低下するため、長年同じ量を内服している場合は医師に問い合わせている。

②北栄スポーツクラブ

- ・高齢者対象の健康運動教室を週3回実施。女性向けにヨガ、働き盛り向けにバランスボールを土曜日に実施。健康推進課と連携して運動教室を実施。
- ・各種スポーツ大会を予定(ソフトボール、駅伝、野球、バトミントン、バスケなど)。

③大栄中学校

- ・体力テストは、今年度結果がよく、48 項目中 41 項目が全国平均以上だった。生徒の一生懸命取り組む姿勢がみられ、日々の積み重ねが結果につながった。
- ・生活習慣では、1 学期にアンケート内容を変更し実施。大栄中の約 7 割の生徒が自分専用のスマホを持ち、家族との共有を含めると約 9 割の生徒が自由に端末を使える環境であった。23 時以降に就寝する生徒が 4 割、睡眠不足を自覚している生徒が 5 割、寝る直前までメディアを使用している生徒が 6 割であった。また、1 日 10 時間以上使用や 24 時以降に就寝する生徒もあった。メディアが睡眠不足の原因となっており、望ましい使い方の指導が必要。
- ・自分の健康課題は何かという質問に対し「姿勢」という回答が多かった。これもスマホと関係がある。
- ・心の教育として、ストレスを抱えてしまった時に、どうやって SOS を出すかといった事を授業や講演会、健康相談などで積み重ねていきたい。

③北条こども園

- ・食育に力を入れている。給食はこれまでは自園で調理していたが外部委託になった。昨年度に比べ残菜が少し増えている。好き嫌いのために食べれない食材も、自分でクッキングする事で食べれて喜んでいく姿もあった。
- ・むし歯の率が高いといわれているが、3歳まではほとんどなく、4～5歳で増える。むし歯が出始めた時に早めに対応する事が大事だと思い、担任から積極的に声をかけてもらっている。
- ・視力低下も多く、スマホなどのメディアの影響があるのではないかな。

④北条こども園保護者

- ・なるべく車を使わずに歩くようにしている。
- ・スマホの利用は多くなりがちだが、早めに寝るように習慣づけている。

⑤老人クラブ

- ・運動会、グランドゴルフ、ペタンクなどの活動を実施。
- ・医師や栄養士に来てもらい、健康講座を年に1回開催している。

⑥JA鳥取中央大栄支所

- ・職員向けに、年に1回健康診断を行っている。人間ドックは正職員向けに互助会組織が助成を行っている。
- ・食育を推進している企業なので、職員も食事内容を意識していきたい。
- ・組合員向けには人間ドックの助成(2 万円)を 5 年おきに行っている。

⑦食生活改善推進員

- ・減塩や野菜摂取についての啓発を健診会場で行う予定。
- ・食育活動として、子ども料理教室を開催。メニューを変更したところ、参加者が増加した。

⑧住民代表

- ・退職後すぐは健診の予約も早めにはしていたが、だんだんと遅くなっている。アンケートをみると若い方の受診が少ないため、スポーツクラブが開催する各種スポーツ大会で、若い方の受診に関する啓発ができればいいと思う。

⑨自治会長会(事前資料提供)

- ・健康講座を年 1 回開催。参加者が少ない事が課題であり、他の事業と合わせられないか検討中。

- ・自治会内ではグループラインや放送で呼びかけをしている。受診率の低下が気になり、本人の意識にもよるが、放送とグループラインで呼びかける事もできる。

(4)健康計画中間評価について

○「暮らしと健康に関するアンケート」について(資料1)

- ・令和2年度までは20歳以上の住民の方を対象とし、約8000人(回収率66%)の結果を集約した。今回から対象者を1,000人抽出し、395人(回収率39.5%)の回答を反映させている。回答者数が違う集団を比較する事になり、統計学に詳しい先生に相談をしながら、グラフを作成した。
- ・グラフを見る時の注意点として、単年の年代別・性別の結果をグラフは単純集計をした数値を記載しており、経年比較をするためのグラフでは年齢調整をした数値を記載している。

○健康計画中間評価について(資料2)

- ・「中間評価の概要」では、R11年度【目標値】に対するR7年度【現状値】を載せており、ABCの評価判定基準を記載している。現状値が届いていない項目や、すでに目標を達成している項目もあるが、事務局としては中間評価の段階では大きく変えずにいきたいと考えている。
- ・「分析及び課題」の部分で、本日の皆さんの意見を参考にして、今後、提示させていただく。

<意見>

荒木氏)「1 運動習慣の定着」の評価指標で「30分以上の運動を週2日以上する人の割合」が現状38.8%という事だが、現役世代の人には非常に難しい。仕事や子育てなど家庭の事もあり難しいと思う。運動を継続するためには、モチベーションが必要。ラジオで紹介されていた事例として、桜の木を食い荒らす外来虫を捕まえたなら1匹10円を支給する取り組みをしたら、外来虫をたくさん捕まえる人が増え、いなくなったという事だった。運動も数字的に結果出すと何かゲットできるような取組を増やすといいと思う。

田中氏)介護をしても30分継続は難しい。個人的には、ながら運動に取り組んでいる。

小倉所長)統計をとるために「30分以上」と記されているが、現在、小分けにして運動をする事も、医学的に効果があると評価されるようになってきている。働いているとわざわざどこかで運動をするというのは難しいので、仕事中にも遠いトイレに行くといった事で運動できる。そういった運動もアンケートに反映できると実際の数値はよいのかもしれない。本来の目的としては、体を動かす習慣を身につける事が目標だと思う。

荒木氏)現在の設問では「運動をしていない」と捉えてしまう人も多くなる。

小倉所長)現在は経年比較をしている最中なので、途中の定義変更はできないが、次回アンケートの設問を作る時には、運動習慣として何を図りたいのかを検討したり、積み重ねの運動習慣も含まれるような内容を検討するとよい。

今回、アンケートの実施方法が変更になり、前回調査に比べると5%しかとれていないため、直接比較は難しい。バイアスがかかるため、小さな変動については「変化なし」と評価してもよい。傾向や年代ごとの違いは見れる。中年層と退職後の方では違いも見え、情報の伝え方(ピロリ菌ならSNS、自治会内ならラインや自治会放送など)や伝える内容も変わってくると思う。

P13、生活習慣病について医療機関に診てもらっているかを問う設問について、狭い範囲でのデータになるため、データヘルス計画など別の計画で捉えているデータも併せて参考にすると、より実際に近い情

報になる。

(5)その他

仲歯科医師より

- ・メンタルトレーニングやハラスメント、救急蘇生などの研修をスポーツクラブの実習としてされているか。指導する側に関しては、ハラスメントの問題がある。部活動なども外部指導や地域移行しているため、一度スポーツクラブで取組まれたらどうかと思った。
- ・子どもの健康課題で「姿勢の悪さ」があがっていたが、大栄小学校の学校保健委員会でも、姿勢やメディアについて話がでる。
- ・おくすり手帳が医療費の削減になるとの事であったが、歯科の分野では、フッ化物洗口を取り組んでおりむし歯の数が減ってきている。それでも、むし歯の罹患者は他の病気に比べても多い。フッ化物洗口の取組は高齢者になった時の健康維持につながる。誰 1 人取り残さず、健康格差が縮小するように、フッ化物洗口もピロリ菌検査も 100%になってほしい。町の方でお願いします。

小倉所長

- ・大栄中学校が話された課題はこれからの次世代の人たちがみんな持っている課題だと感じる。体作り、心の健康、メディアに浸食され睡眠時間の確保やメンタルヘルスも大きくなってきますので、現場の話を聞いて大事な事だと思った。
- ・がん検診などの受診率が上がり悩んでいる。工夫のしどころが問われる。町が取組、関係団体の取組とでコラボ企画や今行っている事を整理してはどうか。新しく企画する事はエネルギーがいる。ターゲット年齢層の分析や、ナッジを使った効率的、効果的な取組を検討してはどうか。

6. その他 次回日程 11月中旬から12月を予定。