

令和4年度第1回宮代町健康づくり推進委員会会議録

開催日	令和4年9月28日(水) 午後1時30分～午後2時30分	会場	宮代町保健センター2階 会議室	
出席者	団体名	氏名	出欠	
	宮代町医師会	鈴木仁志	欠席	
	宮代町歯科医師会	委員長 平山隆志	出席	
	宮代町社会福祉協議会	武井健治	出席	
	宮代町食生活改善推進員協議会	副委員長 吉田シゲ子	出席	
	宮代町立百間中学校	佐藤悠子	出席	
	宮代町立笠原小学校	早乙女理恵	欠席	
	埼玉県幸手保健所	吉田理恵	欠席	
	宮代町民生委員児童委員協議会	加藤明美	欠席	
	宮代町商工会	新井明	出席	
	南彩農業協同組合宮代支店	長谷部守	出席	
	宮代町スポーツ推進委員	泰楽恵子	出席	
	公募	小野里京子	欠席	
事務局	健康介護課 井上課長 竹花所長 山崎主幹 岡本保健師 出居保健師 山岸管理栄養士			
傍聴者	0人			
<p>【会議次第】</p> <p>1 開会</p> <p>2 議事</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・宮代町健康増進計画及び食育推進計画の進捗状況について</li> <li>・宮代町自殺対策計画の進捗状況について</li> <li>・第5次総合計画に基づく若い世代の健康づくり事業について</li> </ul> <p>3 その他</p> <p>4 閉会</p>				
<p>【資料】</p> <p>資料 次第</p> <p>宮代町健康増進計画及び食育推進計画における令和3年度事業実施状況調査結果について</p> <p>宮代町自殺対策計画 事業実施状況調査票（令和3年度分）</p> <p>第5次総合計画に基づく若い世代の健康づくり促進事業について</p> <p>宮代町健康づくり推進委員名簿</p>				

発言者	発言内容・決定事項
事務局（司会）	<p><b>1 開 会</b></p> <p>ただいまから、令和4年度第1回宮代町健康づくり推進委員会を開会いたします。</p> <p>開会にあたり健康介護課長の井上からごあいさつ申し上げます。</p>
健康介護課長	<p>（健康介護課長あいさつ）</p>
事務局（司会）	<p>委員のみなさま自己紹介をお願いいたします。</p> <p>（各委員及び事務局職員自己紹介）</p>
事務局（司会）	<p>委員長、副委員長の選出を行います。</p> <p>（委員長に平山委員、副委員長に吉田委員を選出）</p>
委員長	<p><b>2 議 事</b></p> <p>委員長の平山でございます。円滑な議事進行にご協力ください。</p> <p>・宮代町健康増進計画及び食育推進計画の進捗状況について</p> <p>宮代町健康増進計画及び食育推進計画の進捗状況について事務局から説明願います。</p>
事務局	<p>（宮代町健康増進計画及び食育推進計画における令和3年度事業実施状況について事務局から説明）</p> <p>欠席者からご意見をいただいておりますので紹介します。</p> <p>資料1、5ページ(1)-13「特定保健指導等での歯科指導の実施」についての課題・改善点等に「特定保健指導のプログラムに歯科保健の内容が組み込まれていない」と記載があるが、この点について2ページの(1)-4「40歳の健康教育の実施」、同じく(1)-5「知っ得！けんこう講習の開催」と同時開催を検討されてはどうかとのご意見をいただきました。担当課とも確認し、今後は既存の事業を活用し、同時開催を視野に入れて検討していきたいと考えています。</p>
委員長	<p>議事1についての説明は以上です。</p> <p>ただいまの議事1の事務局からの説明についてご意見がございましたらお願いいたします。</p>
委員	<p>18ページ「ウォーキング教室の開催」について、若い世代にウォーキングを促す事業については時間的に余裕がないと難しいということが現状だと思います。ウォーキングは歩くだけだが、手軽に歩くことがなぜできないのか今も疑問に思っており、皆も思っていると思います。若い方にはネットを使った案内をしていると思いますが、ウォーキング教室などで参加した若い人にアンケートをとっているのでしょうか。子供たちも一緒に参加できるウォーキング教室などもあれば面白いと思います。</p>
委員長 事務局	<p>ただいまの質問に事務局お願いします。</p> <p>若い世代の方が時間的に余裕がないという話は乳幼児健診などでも耳にします。教室となると日時が限定されるため、ご自身のペースで日ごろ取り</p>

	<p>組めるように、健康マイレージの利用を若い世代の方々にも勧めています。子供と一緒に参加したいというアンケート結果もあるため、今週末、小学生の親子を対象としたウォーキング教室を初めて開催します。その時にアンケートをとりますので、事業の充実に役立てていきたいと考えています。</p>
委員長	<p>他に質問はございますか。ないようですので、続いて議事2について、事務局から説明願います。</p>
事務局	<p>・宮代町自殺対策計画の進捗状況について (宮代町自殺対策計画における令和3年度事業実施状況について事務局から説明)</p>
委員長	<p>ただいまの議事2の事務局からの説明についてご意見がございましたらお願いいたします。</p>
委員	<p>宮代町では実際に自殺まで考えてしまうほど悩みを抱えている方はどのくらいいるのでしょうか。良い事業なので、その方たちに寄り添えているのでしょうか。</p>
事務局	<p>自殺者数は一桁ではありますが、精神ケースなどの電話相談や面接、訪問などは以前と比較して増えています。自殺対策で重要なのは本人への対応もそうですが、皆で見守っていただけるような地域づくりも重要です。そのため、全庁的に計画を立てています。</p>
委員	<p>年齢層はどのようになっていますか。</p>
事務局	<p>孤立になりやすいのは、育児をしている方です。集まる機会が減っているため相談が増えている印象はあります。ただし、年齢層は様々です。</p>
委員長	<p>他に質問はございますか。ないようですので、続いて議事3について、事務局から説明願います。</p>
事務局	<p>・第5次総合計画に基づく若い世代の健康づくり事業について (第5次総合計画に基づく若い世代の健治づくり事業について事務局から説明)</p>
委員長	<p>ただいまの議事3の事務局からの説明についてご意見がございましたらお願いいたします。</p>
委員	<p>グラフの中で既に健康づくりに取り組んでいる方が32%いらっしゃいますが、このような方たちは具体的にどのような健康づくりに取り組んでいるのか。また、関心はあるが取り組めないでいるのは何が原因で取り組めないのか疑問に思いました。私の団体でも若い世代の運動する場を提供しているが、なかなか来ていただけないのが現状なので、どのようにしたら来ていただけるのか。</p>
事務局	<p>健康づくりに取り組んでいる方の内容は、ウォーキングが多く、筋トレや散歩、若い方ならではのジョギングという方もいらっしゃいました。また、食生活面については、野菜を多く摂る、中には糖質制限や添加物のないものを選ぶなど食事に配慮しているという方もいらっしゃいました。関心はあるけれども取り組めていない方の原因を伺ったところ、圧倒的に多かったのは気持ちや時間に余裕が持てないという理由で86%いらっしゃり、若い方特有であると感じました。次いで自分に合った健康づくりの場があれば</p>

	<p>という理由が約40%、メリットを感じる事ができればという理由が約20%です。様々なライフスタイルに合わせた事業をこれから試行錯誤で取り組みつつ、反響が大きい事業は継続していきたいと考えています。効果を実感できると次の取組につながっていくという傾向があることもアンケートから分かりましたので、参加者の声を取り入れながらより良い事業にしていきたいと考えております。</p>
委員長	他に意見はございますか。
委員	食生活改善推進員協議会では親子料理教室など、今はコロナの影響で人数を減らして実施しています。資料を見て感じたことは、働いている方が多いので、参加者の対象を平日だけではなく、土日などに開催するなど、様式を変えて展開していくことも考えてもいいと感じました。一歩でも半歩でも進めていきたい。
事務局	アンケートで休日開催がよいという意見もあります。また、保健センターを飛び出してもっと集まりやすい場所など考えながら取組が必要と考えています。
委員長	せっかくの機会なので、一人ずつ意見ををお願いします。
委員	資料3の感想として、運動が習慣とならない理由は？との回答で自分に当てはまることばかりでした。年齢を重ねるにつれ、仕事や育児のほかに親の介護もでてくるので、なかなか時間が取れないのが現状です。健康診断の結果から食事のバランスも気になります。別紙3の運動の取組の中で健康ワードラーやお家でFit！運動オンデマンドレッスンなどに参加してみたいと思います。栄養面では動画で紹介していただくと取り組みやすいと感じました。
委員	小・中学校で自分の健康に関する授業をしていますが、自分が病気にならないと危機感がないようです。以前、病院の管理栄養士をしていたこともあり、中学校で生活習慣病の授業をするときはその時の患者さんの話をしたり、ネットや本で実際に病気になった方の体験談を読んだりして自分に全く関係ないことではないということを伝えていきます。学校で今子供の関心が高いのは一人1台のタブレットです。若い世代にはツイッターやラインといったSNSは有効だと思います。
委員	商工会ではコロナによる経営相談があり、売り上げの減少によりどうしたらよいか、融資が受けられず本当に自殺を考えているような事業者もいます。この自殺対策計画は本当に必要だと感じました。相談に乗れるような人材を育てていくことが大切だと感じました。
委員	町も色々な事業を取り組んでいるなという印象を受けました。健康づくりを身に染みて感じました。スムーズに事業に取り組めるよう引き続きよろしくをお願いします。
委員	若い方たちが個人でウォーキングや筋トレなどに取り組んでいることが分かりました。私が所属している団体は、皆で集まってできる競技的なものに関心を持っていただき、楽しく笑いを交えながら運動ができればいいと思いました。24時間営業しているスポーツジムもあり、資金に余裕がある若

委員	<p>い方たちはそのようなところに通っているのかなと感じました。また、例えば食改さんなどと一緒に事業を展開し、運動して食べることの大切さを一緒に取り組みこともよいと思います。以前、愛育会というものがあり、三世代交流をよく開催しました。みんなで運動し、終わった後に食改で作っていただいた栄養バランスのとれた食事をしながら栄養バランスの話をするという機会がありました。それは地域でできたことでした。今後、コロナが落ち着けば、やっていければいいと思います。</p> <p>食生活改善推進員はできる範囲で活動しています。体操教室に来ている方が食改に入ったり、食改の方は体操教室に入ったりと交流しています。最高齢の方が一番元気で、その人を目標にみんなで頑張っており、仲間がいる、話ができることが元気の源になっています。ゲートキーパーの話は、民生委員もやっていて対象者が数年前におり、苦しい時もあったが、これからもこのような経験を活かして少しでも力になればと思っています。</p>
委員長 事務局	<p>今の各委員の意見を受け、事務局からお願いします。</p> <p>ご意見ありがとうございます。自殺対策計画の関係で、自分で抱えてしまい誰に相談していいのかというところで、町としてゲートキーパーの養成講座を開催させていただいています。周りの方々にもPRしていただき参加していただきたいと思います。また、運動面ではアンケートに答えていただける方は意識が高い方なので、取り組みたいけどできないと思っている方の意見を聞くことも参考になります。「あなたはぜひ取り組んでほしい」と思っている方でも、「自分は健康だから」「自覚症状もないから自分は関係ない」と思っている方も非常に多いと思います。このような方にどういった働きかけをしながら、どのようなニーズをとらえながら今後、町としていろいろな働きかけをしていけばいいのかというところを感じた委員の皆さんの意見でした。今後、計画の見直しの段階で委員のご意見を聞きながら何に向かって進めていけばいいのか整理しながら進めていきたいと思っています。</p>
委員長	<p>事務局ではこのように実際に取り組んでいるので、各委員も確認し、事業が少しでもいい方向に進んでいけばいいと思います。</p> <p>以上で議事を終了させていただきます。議長 の任を降ろさせていただきます。円滑な議事進行にご協力ありがとうございました。</p>
事務局（司会）	<p><b>3 その他</b></p> <p>両計画とも令和5年度までの計画のため、今後事務局でスケジュール等を調整します。来年度は数回開催することになるのでよろしくお願ひします。</p> <p>最後に何かございましたらお願いいたします。</p>
事務局（司会）	<p><b>4 閉会</b></p> <p>以上をもちまして令和4年度第1回宮代町健康づくり推進委員会を閉会いたします。</p>