

平成 24 年度 第 1 回 「健康くるめ 2 1」計画協議会 議事録

日 時：平成 24 年 8 月 2 日（木）19 時 00 分～20 時 30 分

会 場：職員会館メルクス 2 階中会議室

出席者：松石委員、大石委員、友安委員、満園委員、三隅委員、道井委員、野田委員、荻野委員、宮本委員、戸田委員、吉田委員、木下委員、吉田委員、大塚委員、松田委員、竹下委員、柄本委員、行徳委員

欠席者：日高委員、西田委員

【配布資料】

資料① 次期計画の策定と基本的考え方について

資料② 今後のスケジュール（案）について

資料③ 現行計画における指標の現状（実績）について

資料④ 健康に関する実態調査の実施について

参考資料① 「健康くるめ 2 1（概要版）」

参考資料② 「健康くるめ 2 1」計画推進協議会設置要綱

参考資料③ 国民の健康の推進の総合的な推進を図るための基本的な方針「健康日本 2 1（第 2 次）」

参考資料④ 「健康日本 2 1」最終評価

別添① 【資料③】現行計画における指標の現状（実績）について 正誤表

別添② 【資料③】カラー印刷グラフ

別添③ 「健康くるめ 2 1」計画推進協議会委員名簿

別添④ 第 1 回「健康くるめ 2 1」計画推進委員会 座席表

【議事】

1. 開会

○事務局

定刻になりましたので、これより平成 24 年度第 1 回「健康くるめ 2 1」計画推進協議会を開催いたします。

本日はお暑い中、「健康くるめ 2 1」計画推進協議会にご出席いただきましてありがとうございます。

なお、本協議会委員の委嘱につきましては、事前に各関係団体からのご推薦、及び市民公募によりまして、20 名の方を委嘱させていただいております。

本来であれば、お一人おひとりに委嘱状を交付させていただくところではございますが、時間の関係もございまして、お手元への配布により、これに代えさせていただきたいと思っておりますので、なにとぞご了承願います。

また、各関係団体や委員の方のお名前等につきましては、既にお送りしております委員名簿、及び本日配布いたしました座席表にて確認をお願いいたします。

本日、久留米医師会の日高委員、久留米大学医学部看護学科の西田委員からご欠席のご連絡をいただいておりますので、久留米大学健康スポーツ科学センターの満園委員は、遅れて参加される旨、ご連絡いただいておりますので、ご報告申し上げます。

それでは、開会に先立ちまして、本来であれば榑原市長よりご挨拶申し上げますところではございますが、別の公務のため本日は出席ができませんでしたので、徳永健康福祉部長より、市長あいさつを代読させていただき、ご挨拶とさせていただきます。

○徳永部長

ただ今、紹介がありました、健康福祉部長の徳永と申します。司会より申し上げましたように、本来ならば市長が参りまして、お一人おひとりに委嘱状を公布して、御礼のご挨拶をするところでございますが、あいにく別の公務と重なっておりますので、私の方から市長のメッセージを代読させていただきたいと思っております。

「本日はお忙しい中、平成 24 年度第 1 回「健康くるめ 2 1」計画推進協議会にご出席いただきまして、誠にありがとうございます。協議会の開催にあたり、ご挨拶を申し上げます。

まずはじめに、この度の九州北部を襲いました記録的豪雨は、筑後地方の各地に甚大な被害をもたらしました。久留米市におきましても、一時は 1 万 2 千人を超える市民の皆さまに避難勧告を発令する事態になるなど、多数の被害が発生いたしました。改めまして被災されました皆さまに心よりお見舞い申し上げます。現在久留米市におきましても、一日も早い復旧に向けて職員全員一丸となって取り組んでおりますので、皆さま方のご支援やご協力のほど、よろしくお願いいたします。

さて、本日皆さま方に「健康くるめ 2 1」計画推進協議会の委員を委嘱させていただきました。本協議会では、本市の健康増進計画であります「健康くるめ 2 1」計画の策定・推進にあたり、各分野から様々なご意見をいただきたいと思っております。現行の「健康くるめ 2 1」計画は、平成 15 年年度から平成 24 年度までを計画期間としておりまして、この間、市民の皆さまの健康づくりを推進するために、ウォーキングなどを通じた健康づくりや、朝食の摂取、心の健康づくりなどを推進してきたところです。今年度、現行計画の最終年度を迎え、これからの取り組みの評価などを行いながら、平成 25 年度を初年度とする、2 次計画の策定を進めていく必要がございます。近年の我が国の状況をみますと、生活習慣の変化や、急速な高齢化の進展により、疾病構造が変化し、生活習慣病が増加しております。また、日本人の平均寿命は、厚生労働省の統計によりますと男性で 79.44 年、女性で 85.90 年となっております。国際的な比較におきましても、高い水準で推移しております。こうした状況の中、国におきましては健康寿命の延伸と健康格差の縮小という大きな目標を掲げ、「第 2 次健康日本 21」を今年度 7 月に策定し、また、県におきましても次期計画の策定が進められているところでございます。本市といたしましては、これらの計画との整合性をはかりつつ、本市の実情にあった健康増進計画「健康くるめ 2 1」の次期計画を策定していきたいと考えております。今回策定します計画が、市民の皆さまの健康づくりを一層促し、実効性のあるものとなりますよう、委員の皆さま方の活発なご意見をたまわりたいと思っておりますので、なにとぞよろしくお願いいたします。

結びになりましたが、本日ご出席いただきました委員の皆さまの更なるご健勝とご活躍を祈念いたしまして、ご挨拶とさせていただきます。平成 24 年 8 月 2 日 久留米市長 檜原利則」代読。以上、ありがとうございます。

○事務局

ありがとうございました。なお、本協議会は、本年度新たに委員の皆さまを委嘱させていただきましたので、協議会を招集し、会議の進行を行う議長となる会長、及びこれを補佐する副会長が、現在空席となっております。会長及び副会長は、お手元の参考資料②「「健康くるめ 2 1」計画推進協議会設置要綱」第 5 条の規定に基づき、委員の皆さまの互選により選出することとなっておりますが、いかがいたしましょうか。

○A 委員

事務局に一任したいと思います。

○事務局

ありがとうございます。他の委員の皆さま、よろしいでしょうか。

○異議なし（拍手）

○事務局

それでは、事務局といたしましては、現行の「健康くるめ21」計画策定時に計画推進協議会の会長を務めていただきました、久留米大学医学部の松石委員を会長に、副会長に本日はご欠席でございますが、久留米医師会ご推薦の日高委員にお願いしたいと考えております。

委員の皆さま、よろしいでしょうか。

○異議なし（の声）

○事務局

ありがとうございました。それでは、松石委員を会長に、日高委員を副会長に決定させていただきます。

松石会長、前の席にご移動をお願いいたします。

それでは松石会長、今後の進行をよろしくをお願いいたします。

○会長

皆さまこんばんは。ただいま会長を仰せつかりました、久留米大学小児科の松石と申します。私は、この「健康くるめ21」計画は非常に重要な会議だと思っております、当初からずっと関わってまいりました。どうぞよろしくお願いいたします。

それから、先ほど市からのご挨拶にもありましたように、本年度は市の健康増進計画であります「健康くるめ21」の計画最終年度となっており、現行計画の最終評価を踏まえた、次期計画の策定年度となっております。この会議は私自身にも非常に役に立っております、今日は大学から歩いてきました。自分の健康から意識を変えてまいりたいと思っております。

皆さまには、今回策定する計画が、市民の健康づくりを促し、健康な状態で皆さまに長生きしていただくという事は重要なことですし、次の時代に通じる計画だと思っておりますので、活発なご議論をお願いいたします。

では、議題に入ります前に、本日の協議会の傍聴希望者はいらっしゃいますか。

○事務局

本日の傍聴希望者はいらっしゃいません。

○会長

傍聴希望者はいらっしゃらないということです。

2 次期計画の策定と基本的考え方について

3 今後のスケジュール（案）について

○会長

それでは次第に沿いまして、2の「次期計画の策定と基本的考え方について」と「今後のスケジュール（案）」について、一括して事務局よりご説明をお願いいたします。

○事務局

久留米市保健所健康推進課長の井上と申します。私の方から、「次期計画の策定と基本的考え方について」及び「今後のスケジュール（案）」について、ご説明いたします。

～中略（資料1、2及び参考資料説明）～

○会長

非常にわかりやすい説明をありがとうございました。

ただいまの事務局からの説明に際しまして、委員の皆さまからご質問、ご意見等ございますか。

○B委員

平成15年からのこの計画に当初携わっておりまして、途中抜けて、また委員として参加させていただくことになったのですが。前市長の時、各校区において健康づくりの推進委員を設置して、取り組んでいたかと思えます。それは今どうなっているのでしょうか。

また、その際に前市長が各校区を回られて、お話いただいたのですが、久留米市は保険料が高く、それを押さえるためにも市民の皆さまに健康になってほしいという大きな目標があったかと思えます。そのために、市長自ら長野県に行って勉強してきたと言っておられました。本日の議題とは別ですが、そのあたりの推移というのはどのようになっているのでしょうか。

それが達成されているのであれば、非常に良いことで、このスケジュールはおおいに進めるべきだと思いますが、達成されていないのであれば、フィードバックが必要なのではないかと思います。

○会長

重要なご質問だと思いますが、事務局いかがでしょうか。

○事務局

健康づくり推進委員につきましては、4年間ほど継続させていただきました。自分の健康を守りながら、家族や周囲に広めていただくという事業でございました。その中で、前市長も講習会をした際にお話をさせていただいておりました。実施する中で、人を集めるのが難しいなどの問題や、地域の方でもある程度常に参加していただいているような状況もあり、健康づくりについての考え方はある一定程度は広まったのではないかとということで、昨年度から見直しをさせていただき、「血压改善支援事業」という形に中身を変えさせていただきました。広く食事、運動などの一般的な話をするよりも、血压が高い方々を健診の中でピックアップして、その方々に個別にアプローチする形にスタイルを変えさせていただいております。また、定期的に保健師が個別にお話をさせていただくとともに、集団教育という形で、お医者さんなど専門家の方のお話を伺ったり、管理栄養士などが具体的な話をさせていただいたりという形式となっております。少しずつ模様替えをしながら、結果として医療費などの適正化につなげるにはどのようにするのが最も効果的かなどを考えながら、対応をさせていただいているところでございます。

○B委員

わかりました。その事業内容の変更などについての周知徹底については、どのようになさっているのでしょうか。

○事務局

その変更につきましては、地域コミュニティへもお話をさせていただいているところでございます。

○会長

校区ごとに特色があるので、それを確認して、ということになりますね。具体的な次のステップに移っている、とご理解いただければと思います。

他にいかがでしょうか。よろしいでしょうか。それでは次の議題に移りたいと思います。何かございましたら、最後にまたご発言の機会を設けたいと思いますので、よろしく願いいたします。

4：議題

(1) 現行計画における指標の現状（実績）について

○会長

それでは、議題1の「現行計画に指標の現状（実績）について」、事務局より説明をお願いいたします。

○事務局

それでは、引き続き議題1についてご説明いたします。

～中略（資料3 説明）～

○会長

ありがとうございました。ただ今事務局よりご説明がございましたが、ストレスが増えている、ストレスの背景には睡眠障害などがあるというご説明等がございました。悪化したところでは、意外なところもございましたが、ご意見、ご質問等ございますか。

○C委員

運動指導の仕事をしておりますが、6ページのストレスに感じる部分で、ストレスを感じている方はなかなか眠れず、睡眠不足やうつ病が影響しているという課題が書かれています。確かにそういう傾向はあるかと思いますが、運動指導の現場で結構聞く言葉では、運動をこれまでしてこられなかった方が運動を始めたら、よく眠れるようになったということです。それによって、気分的な部分も非常に明るくなりましたとか、そういうことも聞きましたので、身体的な活動量が睡眠の質を低下させてしまっ、その結果精神的なストレス耐性が低下してしまっているというようなこともあるのではないかなど、現場で感じているところです。

もう一点あるのですが、がん検診のところで、3年前に出産して、子どもが今2歳なのですが。乳がん検診の該当年齢の時、ちょうど授乳中で、乳がん検診を受けられない、受けても結果が出ないということで、受診できませんでした。せっかくタイミングが回ってきたのに受けられないという状況でしたので、そういう方については、次年度に受診できるようにするなどしていただけると非常にありがたいと感じました。以上です。

○会長

ありがとうございました。非常に重要なご指摘だと思います。タイミングの問題で受診できない検診などについては、ぜひご検討いただきたいと思います。また、ウォーキングなど運動をされている方は、睡眠も十分にとれている傾向があるというお話ですが、確かに私も歩きだしてから良く眠れるようになったと思います。非常に重要なご意見だったと思います。

○事務局

検討させていただきたいと思います。

○会長

他にございませんか。生活習慣病予防健診も「D」の評価なのですね。これはちょっと意外だったのですが。

○事務局

対象となる方が 35～39 歳と若い世代であり、仕事が忙しくて受けられないとか、体力的に、健康面では比較的自信をお持ちの世代でもありますので、何かあったらすぐに医療機関にかかるというお答えもいただいております。久留米市独自で5歳前倒しにして健診を行っており、必要性を訴えはしているのですが、なかなか受診していただかず、「D」という結果になってしまっております。

○会長

若い方達の意識というのものもあるかと思いますが、忙しすぎて受けにくい環境というものもありますね。いかがでしょうか。他にございませんか。簡潔にまとめていただいたと思いますが。

よろしいでしょうか。それでは次の議題に移りたいと思います。

(2) 健康に関する実態調査の実施について

○会長

それでは、議題2「健康に関する実態調査の実施について」、事務局より説明をお願いいたします。

○事務局

久留米市保健所健康推進課の轟と申します。それでは私からご説明いたします。

～中略（資料4説明）～

○会長

ありがとうございました。バランスよくまとめられていると思いますが、ご意見等ございませんか。

○B委員

大変よい質問項目だと思いますが、まず 20 歳以上の市民は何名程度いらっしゃるのでしょうか。それから、なぜ 20 歳以上なのか。成人ということかと思いますが、目的のところに「市民の健康に関する考えや行動」とありますが、成人以外の市民の健康についてはどうなのか、また、20 歳に近い 18 歳や 19 歳の人達の健康は気にしないで良いのか。また、子ども達の健康についてはどうするのか。「市民」というからには、「おぎゃあ」と産まれてからが市民かと思っておりますので、そのあたりをどうされるのかと思っております。

○事務局

はい。大変申し訳ありません。成人の人口につきましては、現在手元に数値を持ち合わせておりません。調べてからご回答したいと思います。

○B委員

というのも、標本数 3,000 人というのが、果たしてどれくらいの割合で、参考となる数値に成りうるものなのかどうか。

○事務局

通常、久留米市で、年間の出生数が約 3,000 人程度ですので、概算で 20 歳未満がおおよそ約 6 万人。久留米市全体の人口が 30 万人の人口となっておりますので、20 歳以上はおおよそ 24 万人程度かと思っております。その中で、3,000 人の標本数ということなのですが、統計学という観点からいいますと、回答数は 1,000 以上あれば概ね、信頼性があると言われております。平成 13 年度に実施した調査の回答がおおよそ 6 割であることから、回答数 1,800 程度を目標としていますので、3,000 という数については十分かと思っております。

○事務局

20 歳以上という設定についてなのですが、前回の計画時の実態調査も 20 歳以上とさせていただいており、比較をとるという意味もございませし、10 代の方の調査を行った場合の回収率というものも難しいものがあるのかなと思っております。しかし一番大きいところでは、生活習慣病予防の観点から申し上げますと、20 歳からの体重変動のお話を先ほどさせていただきましたが、そのあたりから生活習慣病予防に関して、私どもがターゲットとして捉えさせていただいていることもございませので、そういったもろもろの要因を押さえまして、20 歳以上とさせていただいているところでございませ。

○B委員

飲酒の問題とかも出てきますよね。若い子たちも飲酒の問題などがありますので、若い人達の健康についても考える必要はあるのではないかと思うのです。若年層にどんどん広がっているようです。年よりは自分で健康管理を考えるとと思いますが、若い子たちはある程度みてやらないといけないのではないかと思います。

○会長

他にございませか。

○D委員

問 14-1 なのですが、「はい」と「いいえ」の 2 択になってはいますが、週 2 回以上しているのかどうかを尋ねてはいますので、「はい」と回答させるのであれば、() を設けて、回数を尋ねるようにされてはいかがでしょうか。

それから、問 14-2 ですが、ウォーキング、ジョギング、ハイキング、これは運動処方という、エアロビクス運動の御三家なのですが、そうすると 3 番に「エアロビクス」という項目が入っていますが、これは「エアロビダンス」のことですか。基本的に「エアロビクス」を有酸素運動としてとらえるのであれば、1、2、10 は重複しますので、「エアロビダンス」と記載した方が良いと思います。個人的には「エアロビダンス」という言い方はしなくても良いかなという気はしますが。逆に、この標本は障害者の方達を区別してサンプリングするわけではないですよね。ですから、アダクティブスポーツという項目を入れてもらうと、障害者の方達の身体運動についても、ある範囲の中ではありますが、みえると思います。アダクティブスポーツは、ここ数年の言い方ですので、以前は「ハンディキャップスポーツ」という言い方をしておりました。ですから、書き方を工夫していただくと、答えやすいと思います。

特にある年齢層の方にはわかりにくいですから。エアロビクスを削除して、アダクティブスポーツを入れてい

ただければと思います。それから、8番の「球技」ですが、これも（ ）書きで種目を記載してもらえるようにしていただければと思います。一口に球技と言っても、明らかに野球とサッカーでは種目特性が異なりますので。使うか使わないかは別として、種目名を書いていただければ、情報にはなるとと思います。

○会長

専門的な観点からのご意見をありがとうございました。確かに球技は、種目によって全く違いますね。

○事務局

使う部位も確かに異なっていますので、先ほどのご意見のように、（ ）書きで記載していただくようにしたいと思います。

○会長

他にございますか。

○E委員

問21についてですが、「入れ歯」のところに「インプラント」という言葉を入れていただければと思います。それから問25の、点線の説明書きのところで、「全身疾患」、「心臓疾患」など記載されているのですが、ここはもう少し分かりやすい表現をしていただければと思います。「誤嚥性肺炎」を追加するなどされてはいかがでしょうか。

○事務局

ありがとうございます。「誤嚥性肺炎」を追加する方向で検討させていただくようにしたいと思います。

○会長

具体的にありがとうございます。他にございますか。

○F委員

1 ページのところですが。私自身、実際にこのアンケートをやってみたのですが、F1～F3まではすらすら記入できたのですが、F4は1～3のいずれもあてはまらないのです。「日常のほとんどを座って過ごしており、あまり動かない」、動いています。2は「事務の仕事をしている方」、3は「身体を使った仕事をしている方」ということになっています。これは別に、働いていない人も対象になりますよね。65歳以上の働いていない人でも「3」にあてはまるということなのですか？仕事をしていなくて、趣味で動き回ったり、ボランティア活動をしている人はどこに入るのかなと思いました。

○事務局

これはどちらかというと、日常的に生活されている状況をお尋ねするための項目であって、仕事とかそういうことにこだわったものではありません。身体を動かしていらっしゃるのか、それともあまり身体を動かさずに生活をされているのかという設問でございます。ただ今言われたように、実際に回答していただくと難しい部分があるとわかりましたので、ちょっと表現の仕方を考えてみたいと思います。

○会長

貴重なご意見をありがとうございました。実際に回答されてみてわかることはありますね。他にありますか。

○G委員

同じく1ページなのですが、ご自身のことについてということなのですが、子育て中なのか、子育て中じゃないのかを入れると、年齢層もかなり広いと思うのです。今は出産年齢も20歳ごろから40代で出産される方など幅広いです。ストレスや肉体的な部分も、専業主婦だったり、仕事をしながら子育てをしている方にとっては健康の状態もかなり変わってくると思いますので、そういうところも入れられてはいいのかなと思いました。

○会長

他にございませんか。

○C委員

3ページの間食のところなのですが、これは間食をしているかどうかを聞きたいということですよ。それによって食事にどう影響があるかということですよ。全く参考にはならないかもしれませんが、運動指導の仕事をしていると、「間食されていますか」と聞くと、「いいえ、間食は一切していません」と言うけれど、毎食後必ずデザートを出してあげて、それを間食とはご本人は思っていないからいいやという方もいらっしゃる。「間食毎日しています」とか「毎日3回間食しています」とか、毎日間食されている方の頻度とかも結構バラツキがあったので、間食はしていないという認識でも、実はお菓子をたくさん食べているとかいう方もいるので、食事ではないものを召しあがることに対する食事への影響をお知りになりたいのであれば、もうちょっと聞き方が違うと良いのかなと思いました。

それから先ほども出ていたのですが、問14-1で「1回30分以上の運動」ということなのですが、ステップ運動とか久留米市でもよく取り組みされていて、1回10分、1日3回が良いですよとされているのが、1回30分以上だと対象にならないなとなるかと思しますので、「1日30分」とか、聞きかたで違うのではないかなと思いました。踏み台を頑張ってされている方も多と思いますので。

それと問29で、先ほどのご説明でCOPDとかの認知度を調査したいということだったと思うのですが、ロコモティブシンドロームについては、本当にたくさんの方に知っていただきたいのですが「運動器症候群」と日本語訳がされているのですが、そもそも「運動器」がそもそもお分かりにならないと思うのです。運動器（何々）みたいな感じで書いてあげた方が、認知度を調べたいのであればもう少しわかりやすくと思います。

○会長

非常に丁寧なご意見をありがとうございました。間食については、人それぞれで感覚が異なるということですね。

○C委員

デザートの間食と違っていらっしゃるなかったり、お食事でメロンパンを食べても食事だと思われていたりするのです。

○H委員

間食の件ですが、これで何を知りたいのかにもよると思うのですが、間食と違っていらっしゃる方については、管理栄養士からすると、ジュースなども間食に入るのですが、間食として考えておられない方も多そうです。

○D委員

何をみたいかによりますよね。1回30分か、1日30分か。個人的には1回30分でも良いかなとは思いますが・・・。

○事務局

検討させていただきます。国の指針で、週60分程度の運動が生活習慣病を予防する最低基準とされておりまして、そういう聞き方をさせていただいているところです。

○D委員

今言われた基準に合わせると、20分ということになりますかね。

○事務局

このあたりは少し事務局の方でも検討させていただきまして、委員の中には専門の先生もいらっしゃいますので、アドバイスをいただきながら、とさせていただきたいと思います。

○会長

ご意見をいただいた方にも聞いてください。他にございますか。今回は60.4%の回収率ということですが、それは非常に高い数値ですね。今回も60%あると良いですね。今回は93問ということですが、かなり減りますが、今回は一部前回とは比較できなくなるということですね。定時的にとっているデータがなくなる可能性もあるのですね。

○事務局

今回は、行政や関連機関、市民に働きかけることができるような項目だけ抜き出しをさせていただいております。前の調査では、食品の関係でいいますと、「バラ肉」、「ひき肉」、「ハンバーグ」とか、併せてどれくらい食べていますかなど、非常に細かい設問まであったものですから。そういうところについては、除外させていただきました。

○会長

他にご意見はございませんか。

どうもありがとうございます。非常に貴重なご意見をたくさんいただいたと思います。バランスの良い質問構成となっていると思いますので、委員の皆さんに相談していただき、スケジュール通りに行っていただきたいと思います。

全体を通して何かございますか。よろしいでしょうか。それでは議事はこれで終了となりますが。

○B委員

この会議は夜でないといけないのでしょうか？

○会長

すみません、私が19時以降でないと言ったものですから。早寝早起きと言いながら、夜に仕事をさせてしまってすみません。

○B委員

わかりました。

○会長

スケジュールについては、皆さまのご都合から柔軟に組んでいただければと思います。それでは、事務局、他に何かございますか。

○事務局

次回の開催は9月を予定しております。細かい日程については、この後調整させていただき、お知らせしたいと思います。時間につきましては、先ほどお話にもありましたように夜間になると思われます。よろしく願いいたします。

○会長

ありがとうございました。皆さまのおかげで、非常に効率よく進めることができたかと思ひます。では、これで第1回計画推進協議会を終了いたします。