

## 会 議 録

会議の名称	平成29年度 第1回西東京市健康づくり推進協議会
開催日時	平成29年6月21日（水） 午後1時27分から
開催場所	西東京市田無庁舎3階 庁議室
出席者	石田会長、保谷副会長、中澤委員、永田委員、浅野委員、井出委員、桑原委員、池田委員、前田委員、横山委員、谷戸委員
議 題	(1) 西東京市健康づくり推進プラン後期計画の策定について（諮問） (2) 西東京市健康づくり推進プラン後期計画に関する協議・検討
会議資料の名称	事前資料 昨年度アンケート調査結果からみえる傾向（抜粋）（株式会社インテージリサーチ作成） 資料1 西東京市 第2次健康づくり推進プラン（平成25年度-34年度）達成度評価指標経過報告 資料2 西東京市第2次健康づくり推進プラン 後期計画策定検討資料 資料3 西東京市健康づくり推進プラン後期計画（健康都市プログラム）骨子案
記録方法	<input type="checkbox"/> 全文記録 <input checked="" type="checkbox"/> 発言者の発言内容ごとの要点記録 <input type="checkbox"/> 会議内容の要点記録
会 議 内 容	
<p><b>1 開会</b></p> <p><b>2 議題</b></p> <p>(1) 西東京市健康づくり推進プラン後期計画の策定について（諮問） 副市長より諮問、挨拶。</p> <p>(2) 西東京市健康づくり推進プラン後期計画に関する協議・検討 事務局（健康課）より配布資料の説明 事務局（インテージリサーチ）より西東京市健康づくり推進プラン 評価・分析のためのアンケート調査結果（概要版）及び昨年度アンケート調査結果からみえる傾向（抜粋） 説明 事務局（健康課）より資料2及び資料3 説明</p> <p>●会長 各種データで5年間の結果がある程度出てきた。西東京市健康づくり推進プラン後期計画（西東京市健康都市プログラム 計画開始年度 平成30年度）の策定にあたり、これまでのデータや新たな知見をもとに、行政において後期計画が策定されると思う。 現行プランの重点的取組5項目（「健康把握」「食・栄養」「運動・スポーツ」「こころ・休養」「学び・創造」）と、今後策定する後期計画との関係性はどのように理解すればよいか。</p> <p>●事務局 現行プランの重点的取組5項目は、プラン策定時の平成25年度から平成29年度ま</p>	

での5カ年の前期の取組項目である。

したがって、平成30年度以降の新たな取組み内容についてご意見をいただきたい。

また、現行プランの周知が、地域住民に行き渡っていないとのご意見も委員からいただいている。平成28年11月に実施した市民アンケートでも同様の結果となっており、今後の取組内容は、より「わかりやすい」表現にしていきたい。

●会長

後期計画でも、前期の重点項目を引き続き継承するのか。

●事務局

現行プランでは、最初の5年間は「健康把握」を含めた5つの重点項目で進めるという内容になっている。今後策定する後期計画における重点取組については、この協議会からもご意見をいただきたく、必ずしも前期の項目に拘束されるものではない。

●会長

資料2の12ページ「健康都市プログラムに盛り込むもの」2番目の「『健康づくり』のきっかけとなる健康データの紹介」とは、具体的にはどういうことか。

●事務局

読み手からすると、現行プランはどこを見ればよいのかわからないということが反省点である。今後策定する後期計画は、市民、もしくは行政職員が見た時に、分かりやすい健康データ、活用できるものを掲載していきたいと考えている。計画を見て、具体的な行動に移したいと思えるようなものにしたい。

●会長

今までの反省点としてもう少し分かりやすく作ろう、誰が見ても分かるように健康データも紹介したい、ということだ。

●事務局

特に西東京市（行政）のみが保有する情報は、掲載していきたい（全国、東京都あるいは類似自治体との比較等）。

●会長

それは次の「誰にもわかる成果指標目標の設定」も変えて、単純化するということか。

●事務局

単純化というよりも明確に分かりやすく、この課題があるからこの指標があり、その指標をクリアするからこそ、課題が解決できる、というような内容にしたい。今までの健康づくり推進プランは、様々な成果指標が入り込んでおり、この項目は達成しているがこの項目は達成できていない、とかなり複雑だった。現状の成果指標では結果を振り返りづらいので、成果指標をコンパクトにし、この項目を解決できると付随して他の項目も良くなるのではないかという見立てとしたい。

●会長

もう少し単純化して取り組んでは、ということは以前から指摘しており、どのような形が望ましいか、この協議会でも考えていきたい。

●委員

「喫煙」について、どのように考えていくべきか。

●事務局

現行プランにおける指標の一つとして「喫煙者の減少」という項目がある。

喫煙による健康被害等の周知の向上等のほか、たばこを吸うのは「いけない」と思う中高生の割合を高めること等を指標としている。

今後策定する後期計画の中では、市民の方々の喫煙の現状等を明らかにするととも

に、受動喫煙がもたらす健康被害等、科学的根拠により明らかになっている疾病等との関係をわかりやすく情報掲載する等、工夫していきたい。

現在、国や東京都における受動喫煙対策の一つとして法律・条例化の動きもあるが、条例ができたならばこに関する考え方が変わるかということ、健康に対する意識も含めなかなか難しい問題もあると思う。

●委員

飲酒頻度について、下げるとどういう効果があるのか、エビデンスがあると行政は考えているのか。

●事務局

飲酒頻度は、毎日の飲酒だけではなく、毎日飲む人でも男性で3合以上、女性で2合以上飲む人の割合が一定程度ある。そのあたりの健康への悪影響、体への負担の啓発が必要ではないかと思っている。

●会長

アルコールに関しては様々なデータがある。少量であればよいという説が多い。大量に飲酒することはよくないと啓発するのであって、飲酒そのものを否定するわけではない。

●事務局

アンケートでは、アルコールの量についても聞いている。飲酒にしても、目安をしっかりと、例えば数字ではなく、イラストで適切な飲酒量を示していけるとよい。誰が手に取っても目で見て分かる内容にできればよいと考えている。

●委員

目で見て分かりやすいほうが、子どもが見ても分かりやすい。これはやはりいけないと確認できるような、分かりやすい絵のほうがよい。

●委員

口腔機能の低下に口の渇きがあるが、服薬している人では薬の副作用で口が渇くことがある。このアンケートの24%の該当者のうち、どの程度の人が服薬しているかを調べると具体的な数字が出てくると思う。

●委員

資料2の4ページ 健康都市プログラムの基本理念、5つの健康応援アクションの考え方について。

●事務局

今後、現状における課題を明らかにする中で、その解決のための具体的な行動を考えていきたい。

資料では、「5つの」「アクション」と明示しているが、これはあくまでイメージであって、文言は確定したものでなく、その数も同様である。

健康づくりに取り組んでいただくための、よりわかりやすい、メッセージ性のあるものにしていきたい。

●委員

歯科関係では「8020運動」を歯科医師会が進めている。

市民アンケートの結果から運動に対する周知が、まだまだ進んでいない状況にある。

ただし、地域によっては、「8020運動」の達成率が高いところもある。

●事務局

今後、口腔機能や栄養関係は、後期計画を策定する上で、必須のテーマになると思う。

単に「8020運動」を認知しているだけではなく、口腔機能と健康状態の維持につい

て、わかりやすい周知・啓発が重要である。

市民アンケートの結果からも、高齢者の半数以上が「8020 運動の認知」について、知らないと答えており、かつ、女性と男性の認知率に大きな差がある（男性の認知率が低い）。

●会長

健康づくり推進プランの基本は、市民の行動目標と行政の施策目標なので、その結果が成果目標になる。行政の施策としてどういうことやるか、これをしっかりやれば、市民の行動目標もクリアできる。もう少し綿密に何をやるのか行政が施策目標を出す。今までは何かをやった、やらないという目標が多い。実際、何をやるかを具体的な目標として出さないと成果は上がらないと思う。それを次期の計画に盛り込んでいただきたい。

●委員

資料3「4. 計画の位置づけ」だが、「食育推進計画を包含」となっている。その辺りの資料も次回には見せていただければ、計画一覧について案が出しやすいと思う。食育推進計画の協議会はあるのか。

●事務局

現行の西東京市食育推進計画（計画期間 平成 26 年度から平成 30 年度まで）は、この協議会で検討いただき、策定したものである。

現行の食育推進計画の終期が近づいているので、次期食育推進計画の内容を、今回の健康づくり推進プランの後期計画に包含したかたちで策定を考えている。

●委員

市民アンケートの結果から、健診受診率（がん検診を除く。）のパーセンテージが挙げられている。西東京市が実施する公的な健診では、このような高い受診率ではない。あくまで、アンケートにおける自己回答であって、実態と照らしてみていく必要がある。

●会長

これはあくまでもアンケート調査の結果であり、実際の受診による正確な数値ではない。

●事務局

市で正確に受診率が把握できているものは、西東京市が保険者として実施している特定健診等である。

市民アンケートでは、他の保険者が実施した特定健診のほか、人間ドック等の受診が含まれるものであって、あくまでアンケート回答者の申出による集計結果である。

何かしらの健康把握をした者が、84.5%であったという、あくまでアンケート結果である。

●会長

健（検）診受診は、市民・地域・行政それぞれの取組みとして現行プランに記載している（指標項目としての設定はない。）

行政として正確につかめる健診受診率は、今後経年で比較し、受診率の向上も成果として検証していくべきだ。

●委員

今後策定する後期計画における重点的な取組を考える上で、これまでの成果が比較的思わしくない項目について、的を絞った取組みを考えてはどうか。

資料1において、「健康都市宣言の各種健康づくりに取り組んでいる人の割合」において、「運動・スポーツ」「学び・創造」は、成果指標における目標を達成できているが、「健康把握」「食・栄養」「こころ・休養」に取り組む人の割合は、向上し

ていない。今後の取組みにも優先度をつけてみてはどうか。

●事務局

5項目のうち「健康把握」「食・栄養」「こころ・休養」の3つの評価は「未到達(X)」である。

この3項目それぞれに、「取り組めていない」人が、他のアンケート項目でどのように回答しているか、可能な範囲で分析してみたい。

●会長

具体的な内容の何が悪いのかを精査する必要がある。

●事務局

市民アンケートなので、質問自体が詳細な聞き方をしていないものもある。

関連付けができるものがあるかどうか、検討する。

●委員

口腔ケアを扱うなかで、単なる「むせる」ことがあるかだけでなく、摂食嚥下機能についても触れていく必要がある。

●委員

自分の口腔内を知ることが大事である。

「口の渇き」「のみこみ」「むせ」の3つがアンケート項目としてあるが、その原因をきちんと調べないと、効果が出てこないと思う。

●委員

全ての面において、基本的には病気・疾病が関わってくる。

病気についての正しい知識や把握の仕方も今後必要となってくる。

病気に関する情報を一般向けに伝える工夫も、後期計画の中で取り入れていくべきだ(病気に関する豆知識のような記事の掲載)。

●会長

確かに健康把握はできても、実際の病気がどういうものかが詳しく分からない。それを分かりやすく市民に周知して、行動を起こしてもらうことが大事だ。

●会長

糖尿病にしても、どういう病気なのか、詳しく分からないと思う。実際に何が悪いのか。それが分からないと行動変容は起きない。医師にかかれば説明はするが、そうでなければ、良くわからないのが普通ではないか。どう伝えるか、工夫が必要だ。

●委員

子どもも大人も肥満が増えている傾向がある。運動・スポーツ、栄養等、消費カロリーとの関係性も、よりわかりやすい情報が出せると良い。

●会長

最終目標は、健康寿命を伸ばすことだと思う。そのためには病気をしないことと、介護にかからないということが重要である。何らかの病気によって、介護が必要となること、その期間をなるべく減らすことが大きな目標だ。東京都医師会では大きくは2つ、「たばこ対策」と「フレイル(虚弱)対策」を掲げている。

今後は、的を絞った重点的な施策が必要だ。

また、ある程度の年齢に応じた対策も必要である。高齢者と若年層が同じ対策ではないはずである。

最近、高齢者のメタボはあまり触らないほうがよいという概念も出てきている。その概念を取り入れず、今まで通りメタボはよくないとすると、高齢者がどんどんフレイル(虚弱)になる。概念をはっきり出すことが、後期5年間は必要だ。分かりやすく出さないと、市民が戸惑うので、検討していただきたい。

●委員

運動を中心に経験してやってきたが、確かに年齢差は大きい。年齢的なものもあるほか、どこまでが適当な運動なのか自分で判断するのが難しい。客観的に数字が表せるとよいのではないか。また個人差も大きい。自分のできる範囲とやりすぎの範囲をつかめるような数字があるとよい。自分の中で体験的に習得できると、より健康的な体になれると思う。

●委員

目標設定というと定量的な目標が多い。その目標に向けて取り組んだことによって、どのような影響があったかといった、定性的な目標が書ければよいのではないか。市民も、ただ健康になればよいという行動目標だけではなく、その先に文化的な楽しい生活ができるかといった市民にとってよいことが起こるということを書いておいたほうが、市民は目標にできると思う。今後の議論で、その辺りを書き込むことができれば、市民の行動目標になると思う。

●委員

最近、口腔機能に関する情報に触れる機会が多くなっていると感じる。誤嚥や肺炎防止など、後期計画に口腔機能の維持・向上に関する運動などを入れてはどうか。

●会長

市のフレイル予防事業において、口や舌の筋肉の状態を見るために滑舌の検査をしている。

このような検査を「フレイルチェック」と称して、住民同士がチェックをしあう仕組みにしている。

住民同士もコミュニティ作りもねらいである。

このような取り組みは、今後も必要となっていており、市民周知も含め、今後の重点項目に入れてよいのではないか。

●委員

スポーツジム等では、年配の男性も多いが、なかなか横の交流がない場合もある。

交流のきっかけの一つとして、全員で取り組むような簡単な体操があってもいいのではと感じることがある。

### 3 その他

(1) 西東京市健康づくり推進協議会委員の任期について  
事務局より協議会委員の任期および募集について連絡と案内

(2) 今後のスケジュールについて  
次回：7月25日（火）13:30～／住吉会館  
9月以降の日程は別途調整

### 4 閉会