

会 議 録

会議の名称	平成29年度 第4回西東京市健康づくり推進協議会
開催日時	平成29年10月27日（金） 午後1時30分から
開催場所	住吉ルピナス 2階 研修室
出席者	中澤会長、保谷副会長、馬場委員、永田委員、浅野委員、井出委員、梅田委員、筒井委員、桑原委員、池田委員、前田委員、横山委員、谷戸委員、本名委員
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
会議資料の名称	資料1 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）策定に向けた中間報告（素案） 資料2 健康づくり推進プラン後期計画 重点課題1・重点課題2 資料3 健康づくり推進プラン後期計画（初稿案 一部） 健康づくり推進プラン後期計画 体系関連図 健康づくり推進プラン後期計画 重点課題事項（概略）
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>1 開会 2 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         事務局より配布資料の事務局より配布資料の確認</p> <p>●事務局     初稿案について、質問等あればお願いしたい。</p> <p>●委員     総合目標の4点目「健康的な家族の形成」に、「地域の健康づくり」が追加された。     趣旨は基本的な考え方に基づいていると思うが、策定の背景なのか、計画の理念なのか、推進体制なのか。理念のもとに総合目標についても、追加するとより分かりやすい。     重点課題が中間報告に2点出てきた。これを受けて施策体系が出てくると思うが、重点課題が体系のどこにつながっているのかがわかればよい。</p> <p>●事務局     現行の推進プランにおける基本理念が、表現として明確でない部分がある。     後期計画（健康都市プログラム）を策定するに当たり、明確な基本理念を掲げたい。     前回までの協議において、大きな社会情勢の変化がない限り、現行プランに掲げる総合目標の項目を変更する必要はないのではないかとこの意見があった。ただし、現行プランでは、健康を見据えた「地域づくり」という概念が、プラン策定当時は、あまり触れられていないので、その部分を総合目標の中で加えていきたい。また、その内容も全体の中で調和のとれたものとしたい。</p> <p>●委員     重点課題の項目と施策体系図の文言を合わせていくとわかりやすい。</p>	

ライフステージ別の 20～40 代がポイントになるということであるが、それに整合させた内容が、施策内容に取り込まれればよい。

●事務局

施策を紹介する中で、例えば、食生活で 30 代、40 代ならばどこが欠けているのか、それを改善するには何をすべきか、そのようなことがわかるような流れがあるとわかりやすいと思っている。

●委員

若い世代に焦点が当たっているが、地域包括ケアやフレイル予防、団塊世代の問題は重点課題に含まれているのか。

●事務局

「人生 100 年」を意識するということが、団塊の世代を含むすべての世代において重要課題の 2 の中で取り上げている。団塊世代では、今後の人生にあたり危険信号に気づき、その時に何をしたらいいか、といったものを取り上げることができればと考えている。

●委員

重要課題の 1 では、あえて若い世代にターゲットを合わせているので、重点課題 2 は全体を指すのか。どこを目安にしているのか、わかりやすくするとよい。

●事務局

現在、高齢者の計画も同時期に策定中である。

フレイル予防や地域包括ケアについて、同計画で触れることになると思う。

●委員

人生 100 年を見据えた健康づくりするために、20～40 代も健康づくりに取り組むのか。重点課題をひとつにまとめて、人生 100 年を中心とし、その中の若い世代、とした方がわかりやすい気もする。

●委員

テレビ番組でフレイルを取り上げていた。漠然としか知らなかったが、西東京市は都内でも健康な都市だ。フレイル予防ができないか。フレイルに失敗すると介護が必要になるし、西東京市の医療費も膨らむ。フレイル予防といったようなことを重点項目にできればよい。

●事務局

現在、市が取り組んでいるフレイル（虚弱）予防事業は、主に高齢者を対象に実施している。

フレイルには身体的、精神心理的、社会的な要因があることから、そこを気づくためのきっかけとして、市民同士が両極になって、身体測定等を行っている。

この仕組みこそが、他の年代の事業にも横展開できるのではないかと期待もしている。

市の健康体操「しゃきしゃき体操」も教えるリーダーと教わる方、両者市民であって、西東京市として誇れる体操だ。そういったところで地域づくりがうまれる。健康づくりのテーマの一つとしてフレイルを事業紹介できるとより分かりやすい。

●委員

健康づくり推進プランの後期計画（健康都市プログラム）とは別に高齢者計画の中でもフレイルが取り上げられるのか。

●事務局

高齢者計画・介護計画は 3 年ごとの策定となっている。

フレイル予防に関しては、同計画の中でも示される事業でありと考えている。

●井出委員

重複するところはどのように調整するのか。

●事務局

書き方の問題などはこれから調整する。重複してはいけないわけではないので、高齢者計画と当計画と調和がとれるようにする。次回、高齢者計画の進捗をお伝える。

●委員

私は、高齢者計画の協議にも加わっているが、フレイル予防事業に関しては、高齢者計画で示される予定であり、健康づくり推進プランの後期計画（健康都市プログラム）では、軽く触れる程度でよいと思う。

●会長

全世代全てを網羅するのは無理だが、重点課題において、子育て世代への対応や食・栄養は、

かなり大切な部分だと思う。そこが重点とみていいのではないだろうか。

●委員

基本理念、総合目標については、まだ見直しの余地はあるのか。

●事務局

まだ、初案の段階であり、いずれも、委員の皆様の意見を踏まえ整理していく。

西東京市では、「健康」応援都市を市政運営の基軸に据えることを、市が策定した「総合戦略」において定めている。

健康を地域が支え合う、応援し合うという意味があり、そのような要素を取り入れた計画づくりを進めさせていただきたい。

●委員

取組分野別の項目の中に、地域づくりや地域に関する資料を入れたほうがよいのではないか。

●事務局

「地域づくり」に関しては、何をもちて地域づくりに貢献しているのか、指標を定めるのが難しい項目でもある。あえて指標を設けると、その枠に縛られる可能性もある。

健康づくりをきっかけに、そこで地域活動が盛んになれば良く、その内容も様々かと思う。

目標設定にあう内容があるか検討したい。

●委員

しゃきしゃき体操を、より普及させ、市民が健康づくりとして気軽に体操ができる環境を作っていくことが大事である。

●委員

地域の健康づくりを新たに設定するのは難しいという話があったが、もし地域づくりを入れたとした場合、何か具体的な指標があるのか。例えば地域の体操グループの数や、子育てサークルの数などは把握できるのか。

●事務局

市民アンケートで地域参加の状況をたずねており、過去5年分の統計は取ってある。次の5年でアンケート実施の際、数字の変化を見ることは可能だ。

本日の配布資料に、健康状態、地域とのかかわり、異世代との交流機会等々のグラフがある。東京都全体では、自身の健康状態が「よい」「まあまあ」と答えた人が多い自治体は、ボランティアへの参加や、相談し合える方が近所にいる等の相関関係が一定の傾向があるようだ（東京都調査）。

地域特性もあり、西多摩地区は、その傾向が強い傾向が見て取れる。

お示した資料は、西東京市を含めた近隣市と東京都平均を示している。西東京市の状況は、その結果だけでは一概に言えないが、異世代交流は東京都と比較し低いのが、一方、西東京市の65歳以上の女性では、ボランティアや趣味の活動に関して、東京都や近隣自治体と比べ、高い数値となっている。

後期計画（健康都市プログラム）には、写真やコラム等を盛り込んで、よりわかりやすいものを作っていくたい。

●委員

しゃきしゃき体操を運動会でやったことがあり、今後も期待している。子どもには、まだ浸透が薄いようなので広めてもらいたい。

●委員

実際にどういう体操かわからないのが現状である。しゃきしゃき体操という言葉だけが先に出てしまう。

●委員

子どもは3歳位で運動の好き嫌いが決まり、高齢者になったときの取り組み方が違う。子どもに教えていくことで、小学校を中心に取り組めば将来につながるので、大事だと思う。

子どもたちが見られるものだと良いと思う。親を介護しているが、以前は運動の機会がなく、身体が動かなくなっていたので、とても必要だと思う。

●委員

しゃきしゃき体操は、9月の市報にも掲載されていたが、市報以外でももっとアピールしたほうがよい。

●委員

しゃきしゃき体操の指導者は増えているのか。

●委員

ラジオ体操では、市内7会場で指導者を集めて年2回の講習会を実施している。

ラジオ体操を含め、しゃきしゃき体操を必ず行うこととしている。

近隣小学校の夏休みには、ラジオ体操を中心に、しゃきしゃき体操も行うようにしている。

しゃきしゃき体操は、市の歌を流しながら取り組む体操であり、より多くの人に認知してもらいたい。スポーツまつりや市民まつり等で参加を呼び掛けているが、まだまだ周知不足だと思っている。

●委員

食・栄養について、「孤食」に関しての記述がない。学童期はあるが、全体に考慮いただければと思う。

●事務局

国勢調査の結果では、西東京市約9万世帯のうち、65歳以上の単身高齢世帯が約1割だ。単身でも、地域とのつながりを損なわないよう、その場の提供に努める必要がある。

「孤食」も、地域での活動が増えることで、食事を皆で楽しむ機会が少しでも増えればよいと考える。しゃきしゃき体操に関しては、小学校での運動会の準備体操として取り入れている学校も多くある。しゃきしゃき体操には、子供向けをはじめ、様々なバージョンがある。この体操は、早稲田大学に監修をお願いしており、科学的根拠のある体操でもある。市が実施する出前講座の大半は、しゃきしゃき体操であるが、今後も積極的に普及啓発に取り組む。

●委員

健康づくりは概念が広い。しゃきしゃき体操は身体活動・運動の具体的な取り組みとして挙がっている。それぞれの分野で具体的な目標がないと、概念ばかりでは、それだけで終わってしまう。具体的に何を提示するかを議論した方がよい。

●事務局

市民に対し課題を提示し、わかりやすいデータを示すことで行動変容を促せるよう工夫したい。

行政が策定する計画として、策定後は、財政的な面でも計画にある事業としての優先度にも違いがでてくるので、特に重要であると考ええるものは、この後期計画（健康都市プログラム）で書き込む必要がある。

●委員

例えば、受動喫煙に関するものであれば、歩きたばこを行政による条例で規制する等、具体的なことが必要だ。

●委員

後期計画（健康都市プログラム）の策定期間における、今後の重点課題として、「働き世代や子育て世代の健康」や「人生100年を見据えた健康づくり」については、非常に重要だ。医療費も増加しており、重点課題として取り組むべき課題だと思う。

●事務局

本日、お示しした案は、現時点で、全体的にどの程度のボリュームとなるか示した内容である。内容は、本日の意見も踏まえ、今後、事務局内でも精査していく。

●会長

総合目標の中に、重点課題をどのように入れるか検討していただく。ほかに意見があれば事務局までお願いしたい。

### 3 その他

次回の日程は以下のとおり。

11月29日（水）午後1時30分～

### 4 閉会

以上