

## 会議録

会議の名称	平成28年度 第2回西東京市健康づくり推進協議会
開催日時	平成28年8月1日（月曜日） 午後1時30分から
開催場所	住吉会館 2階 研修室
出席者	石田会長、保谷副会長、永田委員、浅野委員、井出委員、梅田委員、山口委員、桑原委員、池田委員、本田委員、前田委員、本名委員
議題	（報告） 「市民の健康に関するアンケート」内容について
会議資料の名称	資料1 西東京市健康都市プログラム策定のための市民アンケート （検討資料） 資料2 平成27年度東京都における学校給食の実態（抜粋）
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> 開催挨拶（健康課長） 事務局から欠席委員の連絡、会議の内容・進行について説明</p> <p><b>2 報告</b> 「健康づくりに関する市民アンケートの実施」 事務局から報告・説明</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●委員 運動等に関して、ストレッチや運動に関する項目を増やす、食事、栄養分野に牛乳・小麦のアレルギーに関する問題を入れてはどうか。また、血糖値を上昇させない食べ方を知っているかという内容はどうか。</li> <li>●会長 アンケートに関し、他に意見等はないか。</li> <li>●委員 13ページ9-3 3「薬の処方をしてもらう」は適当でなく、「市販薬や健康食品について相談する」はどうか。2の「薬の飲み方について」は「薬の副作用について」に変えたらどうか。</li> <li>●会長 9-3 3は確かに適当でない。</li> <li>●委員 9-2 1「定期的に受けている（年1回）」の年1回は削除がよい。</li> <li>●委員 成人の調査で、糖質についての質問はあるが塩分の質問はあったか。また、11ページの「あなたの健康状態」でクロス集計を行うか。</li> <li>●事務局</li> </ul>	

塩分に関する項目は確認する。アンケートで疾病名を聞くという意見があったが、アンケートの性質及び回答率への影響等から、具体的な疾病名までは避けた方が無難と考える。

●委員

クロス集計をかけたことによりわかることは何か。

●事務局

健康でないと答えた方が、どのような病気に関心があるか傾向がわかる。

●委員

クロス集計では、その年代がどの病気に関心があるか分かるが、その人たちがどういう疾病に関連があるかは導き出せない。ここでは40代の方ががんに関心があるということが分かる。75歳以上では1～3位にがんが入っていないという非常に興味深い結果が出ている。それがなぜなのかというところまで考察して欲しい。

●委員

70歳以上の高齢者支援課の調査では疾病名を書き込む欄がある。70歳未満についても無記名のアンケートなので疾病名を書くことに抵抗はないのでは。

●会長

アンケートの目的は、健康状態について、本人が感じる健康感であって、実際に病気があるかではない。問題なのは健康寿命である。関心のある病気、予防は自身の健康状態とは関係がありそうで無関係な場合もあるのではないか。

●事務局

自身の健康状態について、主観的健康観を調査したい。

●会長

主観的健康観を推進するのが健康づくりの目的であり、多少疾病に罹患していても自分で健康だと思っている人を増やすことがよい。この部分の設問については検討が必要である。

●事務局

主観的な健康観は元々の健康づくり推進プランの指標でもあるので継続する。疾病と健康観についての設問は全体のバランスを見て決めたい。

●委員

60歳以上から5歳きざみにしているのはなぜか。

●事務局

他のデータとの比較のためである。

●委員

健康状態を健康ではないと回答した者が、なぜそう思うか問う項目を入れるのはどうか。精神状態なのかふるい分けができる。

●会長

健康だと思っていない人の理由の項目を何種類か作って、気持ちの問題なのか、一人暮らしだからだとか選択肢を設けるのはいかがか。

●委員

16ページの食事について、糖質ではなく炭水化物としてはいかがか。

●会長

7ページにも糖質があるが、糖質という言葉は一般の人は誤解する可能性がある。糖質は甘いものだけだと思ってしまう人もいるが、炭水化物は糖質が多く炭水化物を入れる必要がある。甘いものではなく炭水化物を多く摂取している人もいる。

●事務局

併記する形でよいか。

●会長

甘いもの、炭水化物と書くか、麺・パン・ご飯と書いてもいい。果物も糖質が多い。一般の人が、糖質が何かわかりやすいように書いてほしい。また、「歩数」について、30分で3,000歩とあるが、歩き方は多様なので時間または歩数の一方のみにした方がよい。

●事務局

前回のアンケートでは時間だが、歩数の提案があったため時間と歩数とした。

●会長

前回が時間であれば時間に統一で歩数はなくてよい。  
運動に関する内容も大切である。ストレッチや筋トレは大事である。

●委員

運動をしているか、また、1日5分、10分しているかなど。

●会長

スポーツジムに行っているかなど入れるのもよい。

●事務局

アンケート全体のバランスから調整させていただく。

●会長

本日の内容を踏まえ、アンケート内容については、事務局に一任する。

●事務局

アンケートについては委託事業者と連携しながら進める。事業者は、すでに決定している。実施は11月を考えている。2月に集計結果の速報を報告したい。11月のアンケート実施前に会長に確認いただく。

●委員

4ページで、前回は小中学校や保護者は回収率が高く、成人・母子調査は半分くらいの回収率だが、前もって市報で協力依頼を掲載できないか。

●事務局

アンケートの回答期限前に礼状兼督促状を郵送する予定であり、回答を促し回収率を上げる予定である。

●会長

現プランを作成した当時と現在はかなり状況が変わってきている。国の対策が多く面で変化してきている。10年というより5年で次の策を早めに打たないと。前回のアンケートで効果があったものはそのまま、さらに新たな対策を2, 3考えるべき。

●委員

高齢になって筋力が低下してくることなどをフレイルというが、健康づくりの面では厚労省はスマートライフプロジェクトを発信している。健康づくりは介護予防につながると感じている。健康づくりと介護予防は部署がそれぞれ分かれているが、西東京市でも健康づくりの連携がもっと広がっていくといいと思う。

●会長

おそらくフレイル予防として、高齢者では栄養不足が一番問題だと感じる。次回のプランにはそれを盛り込まないといけない。一律に成人をひとくくりにして、カロリーは減らせというのは通用しない。高齢者は高齢者なりの栄養を摂らなくてはならない。5年前はその観点がなかった。今回は現在に即したものを作る必要がある。

3. その他

給食について

資料「学校給食の実態」を参考に意見交換

以上で閉会