

会議録（案）

会議の名称	令和5年度 第2回西東京市健康づくり推進協議会
開催日時	令和5年8月23日（水曜日）午後1時30分から2時30分まで
開催場所	保谷保健福祉総合センター 3階 運動指導室（WEB会議を併用）
出席者	中澤委員（会長）、片白委員（副会長）、馬場委員、中条委員、浅野委員、井出委員、伊集院委員、早田委員、肥沼委員、青柳委員、平山委員、渡辺委員、篠塚委員、石坂委員、前田委員
欠席者	
議題	(1) 令和5年度第1回会議録の承認について (2) 第2次西東京市健康づくり推進プラン 達成度評価報告 (3) 母子保健事業について
会議資料の名称	資料1 令和5年度 第1回西東京市健康づくり推進協議会 会議録 資料2 第2次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）達成度評価報告 資料3 母子保健事業について
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</p> <p>2. 議題</p> <p>(1) 令和5年度第1回会議録の承認について</p> <p>○会長 「令和5年度第1回会議録の承認について」について事務局より説明をお願いします。</p> <p>●事務局 事前に郵送でお送りした第1回議事録について何か質問、意見はあるか。</p> <p>○委員 特になし</p> <p>●事務局 特にないようなので、これで確定とし、市のホームページ上で公開させていただく。</p> <p>(2) 第2次西東京市健康づくり推進プラン 達成度評価報告</p> <p>○会長 「第2次西東京市健康づくり推進プラン 達成度評価報告」について事務局より説明をお願いします。</p>	

●事務局

資料2に基づき説明

○会長

今回は、コロナの感染が健診や運動機能などに影響を与えたことが非常に大きい。また、これからの健康寿命の延伸や生活習慣病の改善、発症予防及び重症化予防、社会参加、こころの健康の全てについて、フレイルになる前に対策を取ることが重要と考える。

資料について、また総合目標である健康寿命などについてご意見をうかがいたい。

○A委員

資料はとても良くまとまっていた。高齢者に特化していうと、基礎疾患が多い方がフレイルになっていく傾向が強いと感じる。若い頃からどれだけコントロールしていくかという話があったが、生活習慣病を早めに捉えて、コントロールしていくことが大切。実際、90歳を越えている方は、若い頃からきちんと自重されている方が多い。いかに早く生活習慣を整え、疾患を発見し、治療していくかが大事である。

もう一点は、高齢になるとフレイルの問題が出てくるが、若い頃からの運動習慣がある方は元気である。運動習慣は今後の課題としていくことが大事である。

○会長

コロナ禍の外出自粛により、市民の運動への取組が減少してしまったが、それについて今までの状況や、今後の課題についてご意見をいただきたい。

○B委員

私は週に3、4回、自転車で多摩湖まで走ったり、散歩したりしている。やはりコロナの最中は減ってはいたものの、運動している方は、特に土・日は若い人が多く、平日は高齢者が多かった。マスクをしている人がほとんどで、お互いに避けてすれ違う感じではあったが、運動しようとして外に出てきていると感じた。

最近では、平日も土・日もたくさんの方がいて、健康を達成していくという意味では、良い傾向だと感じている。運動しようという意識は皆さん持っているのではないかと思うので、その気持ちを出せる場所がもっとあると良い。散歩ができる公園のような場所が身近にあると行きやすい。

○会長

ありがとうございます。感染に気を付けながらも、運動不足になっているとの自覚を持ち、積極的に運動している方も多いのかなと少し安心した。

(3) 母子保健事業について

○会長

「母子保健事業について」について事務局より説明をお願いします。

●事務局

資料3に基づき説明

○会長

質問・意見はあるか。

○C委員

「子育て応援アプリいこいこ」を始めたということだが、利用状況を教えてほしい。

●事務局

妊娠届を出してもらおう際、保健師が色々と助言をする中で、このアプリについても説明している。子育て情報をスマートフォンなどから、いつでもどこにいても確認できるアプリである。現在の登録者数は1万超である。予防接種スケジュールの作成などに使用いただいているほか、子育て支援施設や医療機関の検索や、成長記録をグラフで確認することができ、市のイベントや子育て情報の情報発信もしており、子育てに関する他の部署からの情報提供にも活用してもらっている。

○会長

先ほどの、第2次西東京市健康づくり推進プランの達成度評価報告も含め、他に質問のある方はいるか。

○D委員

推進プランの策定にあたり、4点意見がある。1点目は、健康増進の意識改革がやはり必要ではないかということ。2点目は運動習慣の継続が大切であるということ。3点目は健康マイレージ及び健康ポイントの導入、4点目は健康増進活動への参加の対価として全国共通のギフトカードなどの導入を検討してほしい。

●事務局

ご提案として受け取らせていただく。

○E委員

コロナの感染拡大に伴い、医療機関の受診控えや、生活習慣病の方も少し通院から離れるということが見受けられた。医院では、待ち合いの混雑緩和のために色々な工夫をし、処方期間を長くしたりもした。5類になってからの最近の傾向としては、診察も混みあい、発熱患者も多い。最初の頃は感染症のかけこみ受診は減っていたが、最近が増えてきた印象がある。健診で指摘された結果を持参される方も増えた。健診などで、受診控えが改善されれば、生活習慣病の指導がコロナ前のようにできてくるのではないかと感じている。

○会長

認知症に関していうと、2025年には700万人になるだろうと言われているが、コロナの影響で外出控えやコミュニケーション不足が進み、予測をはるかに上回るような結果になってしまうのではないかと残念に感じている。これからは感染防止も考えつつ、より積極的に行動していくことが大事だと思っている。我々医師が、患者に積極的にサポート・奨励していくことも重要と考えている。

また、口腔ケアは全身疾患にも影響することがあるので、ご意見をうかがいたい。

○F委員

コロナでマスクを強いられた生活が3年間続いており、コロナ前と比べて口の中の環境にかなり違いがでてきているのが現状である。口呼吸が多くなり、虫歯よりも、かなり進行した状態の歯周炎がよく見受けられる。改善するためには健診が有効。自分の口の中の状態を知ること、治療につながる。市の健診をうまく利用し、受診してほしいと感じている。

○会長

こころの健康に関する説明が途中にあったが、これから夏休みが明けて、18歳以下のお子さんは悩みを抱える方も多くなると思う。お子さんと関わる先生方や、学校の先生方には対応をお願いできればと思っている。

○G委員

先ほど会長からもフレイルに関し、社会参加という話があったが、このコロナ禍で地

域活動がかなり制限され、これまで集っていた方たちが出てこられなくなった。

社会福祉協議会では、西東京市から委託を受けて様々なサロン活動をしている。社会参加がフレイル予防に効果があるため、高齢の方たちが孤立しないよう、地域サポートリンクという事業を、高齢者支援課と一緒にやっている。

また、地域共生課と一緒に、ほっとネットステーションに地域福祉コーディネーターを配置している。そちらでは、地域の方が「やりたいことがあるが、どこに行ったらよいか分からない」というときに、ほっとネットステーションの地域福祉コーディネーターに相談すれば、適切などころにつなげる。

来週、田無駅前のアスタビルで地域福祉コーディネーターと、「みんなの居場所、サードプレイス展」を開く。様々な方に、自宅以外の居場所を作っていただくよう紹介する催しである。高齢の方に限らず参加していただき、社会参加を通じて健康づくりに関係していただければよいと思う。

○会長

質疑応答はこれで終了とする。事務局から報告があればお願いしたい。

●事務局

本計画は、次の10年間の西東京市の健康づくりの基礎となる計画である。本日のご意見に加えて、日頃の生活の中で感じていて、これが大事と思うことをぜひお聞かせ願いたい。行政とは違った視点での考えや見方から教えられることが多々あるので、何かご意見があれば、事務局にメールを送っていただきたい。

現在集計中のアンケートについては、速報や分析結果などにより、市民の皆様の生活の実態を報告させていただき、次の10年間の計画の資料としてまとめていきたい。

○会長

健康づくりは、乳幼児から高齢者の市民全員に関わる問題なので、健康課だけでなく市全体が一つになって達成していかなければならないと思っている。

これにて第2回健康づくり推進協議会を終了する。

3. 閉会