

会議録

会議の名称	平成24年度西東京市健康づくり推進プラン策定検討委員会 第2回成人専門委員会議事録
開催日時	平成24年8月3日（金曜日） 午後7時30分から
開催場所	西東京市役所田無庁舎1階 102会議室
出演者	永田座長、志藤副座長、嶋津委員、新出委員、小林委員、高西委員、高橋委員
議題	(1) 平成24年度西東京市健康づくり推進プラン策定検討委員会議事録について (2) 第1回2回健康づくり推進プラン策定検討委員会検討内容について
会議資料の名称	資料1 西東京市健康づくり推進プラン策定検討委員会第2回専門委員会に向けた各委員からの事前意見とりまとめ 資料2 5分野への当てはめ 資料3 国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針（改正案）
記録方法	☐ 全文記録 ☐ 発言者の発言内容ごとの要点記録 ■会議内容の要点記録

会議内容

1 開会

座長挨拶

事務局より出欠の報告と資料確認

2 議事

(1) 平成24年度西東京市健康づくり推進プラン策定検討委員会議事録について
第2回西東京市健康づくり推進協議会及び第1回健康づくり推進プラン策定検討委員会議事録（案）、第1回西東京市健康づくり推進プラン策定検討委員会成人専門委員会議事録（案）について修正、意見等の確認。
（意見等なく、承認された。）

(2) 第1回2回健康づくり推進プラン策定検討委員会検討内容について
事務局より資料説明

事務局より母子専門委員会（7月27日開催）の報告（重点項目について）

- ・「食・栄養」 重点項目として、朝食・共食をキーワードとする。特に「共食」については、家族や仲間と食べることが重要である。また妊婦のやせ防止は子どものメタボリックシンドローム予防になることから、妊婦の栄養管理が重要である。
- ・「運動・スポーツ」 親子・友達と一緒に体を動かす遊びをする。

・「健康把握」 かかりつけ小児科医を持つこと。子どもだけでなく、母子ともに定期的に健康診査を受け、健康状態を把握することが大切である。

・「こころ・休養」 大目標：「誉める子育て」、「誉める子育てをしよう」 市民の取組：「子育ての悩みを相談できる場所を持つこと」、「人とのつながりを大事にすること」 地域の取組：「相談場所を周知すること」、「気になる親子を見かけたら（見つけたら）しかるべきところへ知らせること」、「地域のイベントを開催し、話をする機会を増やすことを行政として支援する必要がある」

・「学び・創造」 大目標：「心豊かに人生を送ろう。」 具体的には「学校で学べる環境づくり」、「市民祭りでの取組が重要」、「公民館等で開催される市民講座への参加」、「たばこについて正しい知識を身につけよう」「喫煙による健康の害を知る」

・その他 「アレルギーの減少」は「アレルギーの軽減」が適切。「子どもの事故防止」 西東京市では自転車事故が都内で一位であり、自転車事故の予防が重要。また母親が救急方法を学べる地域の取組が重要。

こころ・休養

（※飲酒・喫煙について、検討の結果「こころ・休養」ではなく、「その他」に入れることとした。）

○座長：

市民と地域の取組について検討する。前回資料2には市民の取組として3つの項目が挙げられている。資料1では事前意見として4つの項目が挙げられている。「こころ・休養」の内容は難しいと思うが、それぞれの内容と優先順位について、また追加項目など意見があればお願いしたい。

○委員：

「ストレスへの対応、たばこの害に対する基礎知識を持つ」だが、基礎知識も大事だが、その一歩先として、「自分に適したストレス解消方法やリフレッシュ方法を身につける」という行動まで入ってもいいのではないだろうか。表現として休養やストレス対策もあるが、積極的な休養という視点での言葉が入るといい。

○座長：

今の意見も取り込みたい。

「人とのつながりを大切にする（孤独、引きこもりにならない対策を検討する）。」は総論的でわかりやすい。最初に持ってくるにはいいキャッチフレーズだ。これを基本にしてはどうか。

○小林委員：

健康日本21でも基盤整備、地域づくりが挙げられているのでいいと思う。

○座長：

前回資料2では市民の取組として、具体的な内容が並んでいる。概略的なキャッチフレーズとして「人とのつながりを大切にする」、「心にゆとりを持ち、休養を心がける。」を上位にしてはどうだろうか。その下に具体的な取組（「ふだんから十分な休養を心がける」、「十分な睡眠をとる」、「悩みを相談できる場所・人を持つ」）を並べ

るほうがわかりやすいだろう。

○座長：

睡眠については非常に大事だが、文言の変更や気になる点はあるか。（意見なし。）
「悩みを相談する場所、人を持つ」について。

○委員：

「悩みを相談する場所、人を持つ」は「人とのつながりを大切にする」にも含まれると思う。

○座長：

並びとして相談場所、人は「人とのつながりを大切にする」の下がいいだろうか。
（「人とのつながりを大切にする」→「悩みや相談場所、人を持つ」→「心にゆとりを持ち、休養を心がける」→「十分な睡眠をとる」）

○副座長：

順番としてはいいが、「人とのつながりを大切にし、悩みを相談をできる場所、人を持つ」とひとつにしてはどうか。大きな目的はそれだと思う。つながりとはただ単に遊び仲間ではなくて、悩みを相談したり、コミュニケーションをとることが大事ではないだろうか。

○委員：

自分なりに相談する場合もあるが、「人とのつながりを大切にする」ことは、声を掛け合い、知り合いになり、日ごろからやり取りができる関係を作るという深い意味があると感じる。具体的なこととして相談できるとは逆方向の「声を掛け合える」が入ってもいいのではないだろうか。

○座長：

「人とのつながりを大切にする」を単独項目とし、下位に「悩みを相談できる場所・人を持つ」としたい。

○委員：

「声を掛け合うこと」が2番目にあると、悩みを相談しやすくなると思うので、「悩みを相談できる場所・人」は3番目でもいいのではないだろうか。

○座長：

「声を掛け合う」は、地域と関連すると思うので、地域の取組に入れてはどうか。

○委員：

認知症や自殺がいきなりあるより、その前に「つながり」という意味合いの項目として、「地域において人が集まる取組が増える」が必要ではないだろうか。

○座長：

大事なことは「地域における人と人とのコミュニケーション」だと思うが、いい案はないだろうか。

○事務局：

「人が集まる取組が増える」という意見があったが、母子委員会でも「イベントの支援をしてほしい」との意見が挙がっており、成人における地域にもつながってくると思う。また「人とのつながりを大事にする」ことは母子でも出ている。言葉としては事務局でまとめるので、大事にしたいところを挙げていただきたい。

○委員：

地域の取組では「集まる機会が増える」、市民の取組では「人とのつながりを大切にする」という両方向がいいかもしれない。

○座長：

地域の取組に「コミュニケーション」という言葉を入れ、事務局でまとめてほしい。

「こころ・休養」に関しては、地域での取組は難しいと思うが、「今後増加する認知症患者への地域での取り組み」など挙がっている。自殺に関しても2点あるが、地域に入れるものなのだろうか。

○事務局：

大きな目標として「市民に周知する」こととして入れるか、指標で細かく評価するところの基準として、使っていくことでもいいと思う。

○座長：

「認知症患者への地域での取り組み」と「自殺を防ぐための取り組み」をひとつにして「認知症患者への支援と自殺を防ぐための取り組みを行う」ことを入れてはどうか。認知症と自殺という言葉は唐突だと思う。

○委員：

基本的には「助け合っていきましょう」ということだと思う。例として認知症や自殺とあるだけで、他にも障害者や子育て中の母親など色々あるので、「助け合い」という文言がいいのではないだろうか。

○委員：

「助け合う、支えあう」などがいいと思う。

○委員：

「集まる」、「相談」という言葉が出てきているので、さらにお互いが補え合えるようなものがあればいいと思う。

○座長：

「あらゆることを地域で助け合う」ことが大事だろう。

○委員：

今後、認知症も自殺も増えると考えられるので、重点的に取り組まなければいけない。どう扱い、どういう中に入れていくかを考えていく方がいいだろう。

○委員：

質問だが、地域の取組としての「自殺の防止」とは、何をすることなのだろう。

○委員：

認知症サポーターと同様のものとする、ゲートキーパーなどの活動への参加が考えられる。

○委員：

極端になるが、どの人が自殺するかは誰にもわからない。認知症の人はある程度わかるが、自殺となると衝動的なものも多い。

○小林委員：

自殺する人は何らかのサインを出しているとも言われている。そのサインを察知する、理解することが大事ではないだろうか。

○委員：

察知すること、理解することが大事となると、やはり人とのつながりが重要だと思う。

○委員：

地域全体の大きな目標として、「支えあうこと、助け合うこと」が大事だろう。特に自殺を防ぐような地域のネットワークや気がついて支えあうことが考えられる。さらに認知症の人への支援が必要ということを加えてはどうだろうか。

○座長：

自殺と認知症を重点項目にして、「特に自殺や認知症に対する取り組みを地域で進めていく」などとしてはどうだろうか。

○事務局：

助け合う、支え合うという意見があったが、孤独にしないことが大切ではないだろうか。「人とのつながりを大切にする」ことに近いと思う。自殺、認知症とすると、自殺予防や認知症の支援になってくるが、「人とのつながり」と考えれば「孤独にしない」ことが大きな目標ではないだろうか。自殺、認知症を重点項目とし、どういった言葉がいいかを検討していただきたい。

○座長：

デリケートな言葉なので、唐突に出すのはどうかと思う。行政の取組には「認知症」とはっきり入っているが、ふたつの言葉を入れるべきか、入れないべきか、どうだろうか。母子では自殺に関してはどのような意見があったか。

○事務局：

母子では具体的な言葉として「自殺」とあるが、その言葉自体の目標ではない。「人とのつながりを大事にすること」、地域としては「気になる親子がいたら知らせる」、「相談場所を知る」、「イベントの機会を増やしてつながりを強く持とう」という意見があった。

○副座長：

「地域でのコミュニケーションを大事にし」という言葉がないから、認知症、自殺が唐突にあると感じるのだろう。最初に文言を入れるか入れないかの違いだと思う。「地域におけるコミュニケーションを大切にし、自殺の予防に取り組む」などとしてはどうか。

○委員：

健康づくりプランなので、市民や地域の取組には明るいメッセージを使ったほうがいい。どうしても重点的に入れたいものは行政機関で特出しをしてはどうだろうか。高齢者保健福祉計画では、計画の特徴から認知症サポーターと明確にしているが、健康づくりでは明るいイメージにできればいいと思う。

○副座長：

それならば地域の取組ではなく、行政の取組に入れるほうがいいのではないか。

○座長：

具体的な表現を避け、地域の取組には「コミュニケーションを大切にして助け合っていこう」というひとつに絞り込むとしたい。

○委員：

「明るいイメージで」という話があったが、逆の言葉として「生きる意欲、いきいき」という文言を入れてもいいのではないだろうか。「いきいきと毎日を楽しく、（満足して、感謝してなど）過ごせる」といったニュアンスがあればと思う。

ストレス対策についてだが、悩みを溜め込んでから対策するのではなく、自分で元気になるための取組として、「リフレッシュ方法やストレス解消方法を身につける」ことはどうだろうか。

○座長：

健康づくり都市宣言では「こころ・休養」はどう宣言しているか。

○事務局：

宣言には「休養を上手にとり、心穏やかな生活を楽しみます」とし、25年度までの取組として「家族や友人とおしゃべりできる場を持とう」とある。

○座長：

健康都市宣言の文言を使用して、2つ目として「休養を上手にとり、心穏やかな生活

を楽しみます」を入れたい。

学び・創造

○座長：

市民の取組について、意見があればお願いしたい。

○副座長：

「健康づくりについて学び、正しい知識を身につける」は大事なことだと思うので、「学び・創造」のTOPがいいと思う。

○委員：

「長く続けられる趣味を持つ」だが、趣味は変わることもあるので長くなくてもいいので、「趣味を楽しむようにする」などがいいと思う。

○委員：

健康都市宣言では取組目標として「社会参加や趣味活動を行うことで、生きる力を育むことにつながります」とあるので、外に出ることをイメージした表現になっている。「生きる力を育みます」でもいいのではないだろうか。「積極的に社会参加する」と重複するので、ひとつにしてはどうか。

○座長：

「長く続けられる趣味を持つ」、「積極的に社会参加する」をひとつにし、健康宣言都市宣言の取組目標を参考に「社会参加や趣味活動を行うことで、生きる力を育みましょう」に変更する。

「健康づくり推進プランを知っている」だが、知らない人が多いので、「健康づくり推進プランを知りましょう」ではないだろうか。健康づくり推進プランを読み、活用してもらうことが必要だろう。

○委員：

「健康づくり推進プランを意識して、自分の生活に取り入れる」などがいいのではないだろうか。

○副座長：

あるいは「自らの目標を持つ」など強い口調でもいいと思う。

○座長：

地域の取組では何が必要だろうか。

○委員：

「世代を超えて交流しましょう」はどうか。また市民が身につけた健康に関する知識を地域の組織から発信してほしいと思うので、市民自らが創造や学びが広がるようなものを取組として入れてほしい。

○副座長：

ボランティアや自主活動を行っている市民の中には、趣味や活動内容をまとめたパンフレットなどをつくっている団体や人がいる。そういった活動をうまく取り入れていく方法や接点を作れないだろうか。市民活動、地域活動の両方になると思うが、そういった活動を周知できればと思う。

○座長：

市民活動やボランティアを通じて知識を得る、発信していくといったことなので「学び・創造」としてはいいことだ。

○副座長：

学ぶだけでなく、お互いに学びあい、伝え合えるような活動を増やすことはいいと思う。市民活動として「学び・創造」の2つがセットになっていることは非常にいいことだ。

○委員：

健康都市宣言にも「身近なところから学び、創造的な生活を楽しみます」とあるので、市民活動や地域活動、ボランティア活動が入ってもいいと思う。

○座長：

「市民活動、地域活動、ボランティアを活用して、学び、創造しましょう」というニュアンスで、事務局に検討してほしい。「ボランティアを活用しましょう」など具体的にに入れてもいいかもしれない。

○副座長：

行政として活動を提供できるかもしれないが、市民や地域で取組むには、誰かがリードしなければ難しい。行政が市民活動などを奨励するならば、行政の取組に入れてもいいと思う。

○事務局：

支援したいと思うが、全ての活動やネットワーク等を行政では把握できない。自ら活力を持って動ける地域の方を増やすことは必要だと感じている。

福祉分野の団体では自主的な取組が多い。バリアフリーマップや子育てマップなど福祉分野の計画に活用させていただいている。健康づくりの視点で自主的なものという、なかなか難しいところがある。

○副座長：

行政の取組に「既存グループ等の自主活動に対し、支援の依頼に積極的に対応するなど、自主活動を継続的に行えるよう支援及び情報提供を行う」、「学習情報提供に関する総合的な窓口を開設し、市民への生涯学習に関する幅広い情報の収集・提供と相談に対応できるようにする」とあるが、2項目をうまく利用すれば、地域の取組にできるのではないだろうか。

○委員：

基本は市民主体の活動が活性化するように、行政がきっかけ作りや自主グループに必要なときに支援をしていけばいいと思う。「学びあい、伝え合う市民活動により、豊かな地域を作る」などの文言で、市民が主体であることが伝わればいいと思う。

○座長：

地域の取組だが、「既存のグループ等の自主活動に対して～」という項目の言葉を使い、主語を変え市民側から「学んでいきます」としてはどうだろうか。ボランティアとするよりも、「既存グループ等の自主活動」のほうがわかりやすい言葉だと思う。（「既存のグループ等の自主活動に参加し、学んでいきます」）

また母子の地域の取組に記載のある「市民の講演会、勉強会」は成人でも必要な項目だ。具体的には「医師会、歯科医師会、薬剤師会等の市民講演会、勉強会などに参加しましょう」などを入れてほしい。ボランティアや既存グループの自主活動の上位にしてもいいだろう。他に市民講演会等あれば、教えてほしい。

○事務局：

母子の専門委員会では公民館主催の市民講座は回数が多くあると話に出た。ただ平日開催が多く、浸透していないイメージがある。できるだけ参加できるように働きかけなくてはいけないし、意識も高めていかななくてはならない。（※母子の取組に「公民館等で開催される市民講座への参加」は入っている。）

○委員：

「公民館だより」に各公民館の講座や行事などを掲載してある。公民館の講座は人気があり、参加者は時間のある方や高齢者が多い。母子関係の講座や催しも夏休みなどは活発にある。

○座長：

公民館主催の講座等を母子と連携し、医師会等の講座の上位または下位に入れてほしい。スポーツ会館でも講座を開催しているので同様に入れる。

○委員：

旧東大農場で市民も参加できるイベントなどを行っているが、地域の資源として上手に利用できないだろうか。食育などのイベントも行っていたと思うので、「地域の資源を上手に利用しましょう」など入れてはどうか。

（※平成24年度の健康づくり事業に、旧東大農場での「ひまわりプロジェクト DE OIL 2012」がある。）

○委員：

「ひまわりプロジェクト」は東大生態調和農学機構と西東京市の協働事業だ。こういった事業やイベントを市民に周知することが大事ではないだろうか。いろいろな企画があっても、市民に伝わらないことが問題だ。健康づくりのプランも集まって考えても、市民が知らないと何もならない。健康づくり推進協議会で市民への周知方法を考えるとあったが、ここでも一考が必要ではないか。

○座長：

広報に関係してくるが、何か絡めて入れる文言があるだろうか。

○委員：

地域の取組として「地元の催しを知り、声をかけあって参加しましょう」といったニュアンスだろうか。

○座長：

先ほどの「市民活動やボランティアなどを積極的に声をかけて参加しましょう」、「イベントに参加しましょう」などがいいだろう。

その他の内容（喫煙、飲酒、感染症の減少、アレルギーの減少、子どもの事故防止、子育て不安の減少について「市民」「地域」の取組について）

（※これまでの議論を経て「飲酒・喫煙」は「その他」の項目とした。）

○座長：

健康年宣言の5分野には収めにくい「その他」の内容について、市民、地域の取組について、意見をお願いしたい。

喫煙

○座長：

「喫煙者・喫煙量を減らす」について。喫煙量はどの程度なのだろうか。

○副座長：

喫煙量については、1本でも10本でも害があることは同じだ。周囲の人からすれば、量に関係なく迷惑なことには変わりない。喫煙者を減らすほうが大事だ。取組として、受動喫煙、副流煙の影響について周知が大事ではないか。

○座長：

根拠の問題もあるので、とりあえず「喫煙者・喫煙量を減らす」としたい。

「たばこが健康に与える害を知る」は大事な項目だが何か意見はあるか。

○委員：

「たばこが健康に与える害を知る」と「受動喫煙あるいは副流煙による影響」は項目を分けてほしい。受動喫煙と副流煙は正確には違う。副流煙は受動喫煙より20倍以上の害がある。

○座長：

喉頭がん検診でも家族に喫煙者がいると受動喫煙者もがんに罹る危険が高いとしている。受動喫煙に関して組み込みたい項目だ。

○委員：

受動喫煙は地域の取組に入れてもいいのではないだろうか。

○座長：

街中では喫煙エリアなどを設けており、喫煙に関して規制もあるので、地域の取組に入れてもいいだろう。いいキャッチフレーズはないだろうか。

○委員：

市民の取組としては「たばこを吸わない」という方向性にし、地域の取組としては「たばこのマナー、ルールを守る」ではないだろうか。そして行政の取組として「たばこの害についての指導を担う」としてはどうだろうか。本人が喫煙する場合、受動喫煙の場合、妊婦が喫煙する場合もあるので、各役割のところで、きちんと周知していけばいいと思う。

○座長：

地域の取組として「喫煙のマナーやルールを守る」としてはどうか。

○委員：

新宿区では路上喫煙禁止の措置が取られている。行政の取組として、路上喫煙（街中での喫煙）の禁止を推進し、個人では害について理解し、個々に考えることが大事だろう。

○座長：

行政の取組として「市民に対して、喫煙・受動喫煙が健康に及ぼす影響に関する意識啓発、喫煙マナーの向上のための意識啓発を行い、公共施設等における分煙・禁煙ルールの徹底に努めます。」とあるので、地域でも取組むようにしてはどうだろうか。

○委員：

たばこについては、以前は行政がリードしていたが、今は地域の飲食店や公共施設などでは全面禁煙や完全分煙になっており、取組が進んでいるようだ。地域の取組を強化するようなニュアンスがいいかもしれない。

○委員：

受動喫煙による影響を知った上で、受動喫煙のない場所を選べることも必要になるだろう。ルールとして分煙、禁煙があり、分煙場所、喫煙場所が明示されることで、市民が受動喫煙のない場所を選択できる。地域としては、禁煙場所と喫煙場所を明確にすることを加えるといいのではないだろうか。

○座長

「市民と地域が一体となって、喫煙・受動喫煙が健康に及ぼす影響を意識啓発し、喫煙マナーの向上を目指しましょう」としてはどうだろう。そうすれば、市民、地域の両方向からの取組になる。主語を変更して、喫煙に関して文言を事務局で検討してほしい。

飲酒

○座長：

「適度な飲酒量」と「節度ある飲酒量」が重複しているのではないか。

○委員：

適度な飲酒量は健康日本21に、「1合」とはっきり示されているので、具体的に「適度な飲酒量は1合程度」、または「1合程度を意識して飲酒する」などとしてはどうか。厚労省の資料（基本的な方針）には、1日平均純アルコール量が20グラム程度、女性はそれより少ない量が適当であるとされている。

○座長：

具体的になりすぎてもよくないと思うが、文言としてどうだろうか。

○委員：

「適度な飲酒量を知る」、「節度ある飲酒量を心がける」の2つになっているが、「適度な飲酒量を心がける」とひとつにして、具体的なプランの中に適切な量を知識として示してはどうだろうか。

○副座長：

「節度ある飲酒」とは、どういう意味なのだろうか。人に迷惑をかけないというようなマナーのことなのだろうか。

○座長：

周囲の人への影響も含めた意味なのだろう。飲酒については「適度な飲酒量を心がける」とする。

感染症の減少、アレルギーの減少、子どもの事故防止、子育て不安の減少について

○座長：

「感染症の減少」、「アレルギーの減少」、「子どもの事故防止」、「子育て不安の減少について」について意見をお願いしたい。

○委員：

健康日本21の地方計画と考えると、基本的には健康づくりや生活習慣病の予防が中心だと思う。感染症、アレルギー、事故防止をあえて健康づくりに加えるとしたら、どこまでが範囲になるのだろうか。あまり適さない気がする。

○座長：

「その他」の4項目について母子ではどのようにしているのか。

○事務局：

成人で関係があるものとしては「事故防止」だろう。母子では子どもを乗せて自転車を運転する人が多く道も狭いため事故が多発しているという話が出たが、成人では高齢者でも同様に自転車事故が考えられる。

○委員：

子どもの事故防止に限定するのではなく、交通事故やその他の事故を全て事故防止として含めたほうがいいのではないかな。

○委員：

「感染症防止」は裏を返せば清潔な生活となる。「事故防止」も自分で気をつけることが「防止」になるだろう。そのためには「安全を学ぶ」という項目にして「学び・創造」としてはどうだろうか。

○委員：

病気に焦点を当てないで、健康のための安全教育などがいいだろう。

○委員：

「自分の健康は自分で守ります」といったような安全・衛生教育とすれば「学び」になると思う。子どもが健康に関する力（知識）をつけるという方向で出したほうがいいだろう。

○委員：

広い意味で健康づくりを学べる。安全・衛生であれば、子どもだけでなく大人も全部入れて、高齢者もハンディキャップがある人も含むことができる。

○座長：

一度母子の委員会で意見をいただき、「喫煙」「禁煙」以外は後日検討とする。

○事務局：

会議の意見をまとめ、全専門委員の方に送り、意見等を改めていただきたい。

5つの分野ごとにキーワード的な項目について（「食・栄養」「運動・スポーツ」「健康把握」「こころ・休養」「学び・創造」）

5分野ごとにキーワード的な項目について、優先順位、上位項目は検討済み

5分野で気がついた点など

○座長：

検討内容について気がついた点、気になる点はあるだろうか。

○副座長：

「食・栄養」にある「朝食をきちんと食べる」という項目だが、「きちんと」を「欠かさず」としたほうがいいのではないだろうか。下位に「野菜を食べる」などが挙げられているが、「きちんと」をどう捉えたらいいのか難しい。朝食を摂らないだけでなく何も口にしないで学校、会社に行くことを考えると、「欠かさず」がいいのではないだろうか。

○委員：

バランスについては、一つ目の項目（「栄養成分を考慮してバランスよく食べる」）ですでに入っているので、さらに朝食を摂ることを入れるのであれば「欠かさず」がいかもしれない。最初にバランスのことが入っているの、朝食を摂ることをあえて追加した位置づけでもいいと思う。

○委員：

国は主菜・副菜を1日2回としており、もっとハードルが高い。

○委員：

この10年の取組で子どもの朝食欠食率は低くなってきており、若年男性以外は朝食を摂取するようになってきている。今回の大きな目標では栄養のバランス、塩分、野菜となっており、あとは質として主菜・副菜を1日2回以上と目標に挙げている以上は、「きちんと」と入れたほうがいいとも思う。バランスをどこまで表現するかにもよるだろう。「バランスがよい食事」としての「バランス」というイメージでは、やはり偏っている人が多い。

○委員：

母子では「きちんと」でいいと思うが、成人では欠食が多いのであれば、「欠かさず」を目標にしないと難しいのではないだろうか。

○委員：

高い目標にしておいて、近づけるようにしたほうがいいのではないだろうか。「欠かさず、きちんと食べることを目指す」とか「欠かさず、きちんと食べることを心がけます」などがいいと思う。

○座長：

確かに言葉として「欠かさず」は大事かもしれない。「欠かさず、きちんと食べる」としたい。

健康把握について、志藤副座長からの意見について

○副座長：

健康把握として確認が必要ではと思い、市民の取組として「歯と口腔を自分でチェックする習慣を身につける」～「かかりつけ歯科医を持つ」の4点を追加提案した。一番気になっているのは、歯科検診だ。小中学校でも年2回定期健診をしているので、その延長として誰でも年1回（症状によっては2回以上受診）は必要なので「必ず年に1回以上は」としたほうがいいと思う。

○座長：

いまの意見で調整をお願いしたい。

以上だが、何か他にあれば、事務局まで連絡をお願いしたい。

(3) その他

今後のスケジュール等について、事務局より説明

資料確認後、全員の合意がとれたのちに、策定検討委員会の骨子案として、健康づくり推進協議会（9月開催）へ。11月にパブリックコメント・市民説明会を開催。
11月、12月に3回目の会議を予定（指標等、具体策について検討）