

令和 6 年度 第 1 回 松本市健康づくり推進協議会 議事録概要

開催日時 令和 6 年 7 月 26 日(金) 午後 1 時 30 分～3 時00分

開催場所 M ウイング4-4会議室

出席委員（敬称略）伊澤 淳（信州大学）

小林 正典（松本市医師会）

大久保 達人（松本市歯科医師会）

本保 武敏 （松本薬剤師会）

岩間 英明（松本大学）

飯澤 裕美（長野県栄養士会中信支部）

赤羽 みち子（松本市食生活改善推進協議会）

高山 明美（松本市校長会保健教育研究会 養護教諭部会）

欠席委員 廣田 直子（松本大学）

事務局 健康づくり課職員

1 開会(司会 健康づくり課 神田課長)

2 会長あいさつ

3 委嘱状の交付（高山 明美 委員）

4 委員紹介

5 報告事項

(1) 令和5年度の成果指標

資料 P1～4に基づいて事務局から成果指標に対する令和 5 年度の状況について説明があった。続いて以下の質疑応答が行われた。

事前質問：自殺予防対策の中の、「大学・高校等と連携した教育・啓発」の回数が 1 回ですが、何か実施を阻害する原因がありますか？」

事務局：高校との連携については、現段階では十分に取れていないところがあり、講座の依頼があったものが 1 校です。啓発事業としては、市内 13 校の高校 3 年生全員に配布する資料「新生活応援レシピ集」の中に、相談先の 2 次元コードを記載したページを掲載し、高校生への周知を実施しました。

(2) 令和6年度の事務局の取り組み(重点施策)

ア 口腔がん検診助成金事業

イ 後期高齢者健診を活用したフレイル該当者の把握及び個別支援の試行実施

ウ 新型コロナウイルスワクチン接種

資料 P5～11に基づいて事務局から、「口腔がん検診助成金」「後期高齢者健診を活用したフレイル該当者の把握及び個別支援の試行実施」「新型コロナウイルスワクチン接種」について説明があった。続いて以下の質疑応答が行われた。

事前意見：「フレイル対策で、通いの場に参加することができない閉じこもりがちな高齢者の対策と、フレイルのリスクある方へのフォローができるような体制の充実ができると良いと考えます。」

「食育の中で郷土食の認知度が低いのが気になります。まつもと大豆大作戦は、地域の特産物への関心を高め事業の展開がされるといいと思います。」

事務局：担当としてもフレイル対策についてのご指摘の部分については、難しさを感じています。

当課で支援を行っております、「いきいき百歳体操」という運動を実施している通いの場があります。現時点で132のサークルが立ち上がっています。5年度の実績で126サークルですが、4月以降さらにサークルが増え、活動している方が約1,900名です。

この通いの場は、自宅から行くことができる場所で定期的に運動できる場で、フレイル予防対策として推奨しています。そのような場を増やしていく取り組みを引き続き行います。また、通いの場に参加されない方へのご意見をいただいておりますが、ご指摘のとおりで、当課としましても、そこに課題を感じています。

昨年度は1年間に77会場でフレイル健診を1,078人に行い71名の方のフレイルの確認をしました。75歳以上の人口約4万人の中で、把握できる人数は少ないと認識しています。

フレイル予防啓発としては一定の成果は得られたと感じていますが、把握できている人数が少ないという点で、早期介入というのはなかなか難しい状況です。

現状より、後期高齢者健診を活用したフレイルチェックをかかりつけ医の先生を中心に実施していただく仕組みを作り、定期的に保健指導をする体制を整えていくことが必要だと考えています。

オーラルフレイルの予防対策ですが、定期的に歯科健診を受けている方は少ないのが現状です。定期健診を受けることも予防になるということを現場で伝えているところですが、今後も啓発を意識して行っていきたいと思います。

事務局：「郷土食の認知度が低い」というご意見を頂きました。補足でご説明をいたします。本日の資料の3ページをご覧ください。長野県や住んでいる地域の郷土食を知っている児童生徒の割合が小学校5年生で令和元年47.7%に対し、令和4年33.6%と低くなっています。これは調査の質問の仕方が変わったことが影響したと考えられます。郷土食を知っている場合は、その郷土食の料理名を書いてもらうように、調査の方法が変更になったため下

がってしまったと考えられます。

中学校 2 年生に関しては、地域の食文化の一つとして小学校給食と連携して郷土食について学んだ成果だと考えます。

まつもと大豆大作戦では、従来の取り組みに加えて今年度も新たに大豆を使ったコロッケを開発中です。毎年新しい展開を考えています。

また、6月の食育月間に中央図書館で展示を実施しました。「大豆の変身」と題して学校でも使っている資料の紹介等を実施しました。

委員： 新規の事業の中に口腔がんについての内容がありましたが、関連するタバコ問題の喫煙について申し上げます。松本城公園の喫煙所についてですが、医師会の理事会の方で、設置については問題になっていたのですが、この協議会で意見を聞いたうえで、松本城の喫煙所を設置していると伺っています。行政の方もだんだん人が変わるので、そういう意見があったということはお伝えしておきたいと思います。

タバコは一つ大きな問題ですが、5 ページの取り組みのところにありますが、2 行だけです。タバコ対策についてはもっとしっかりやらないといけないと思います。

禁煙希望者への支援はよいことですが、禁煙を希望しない喫煙者は喫煙所で吸って下さいという喫煙を容認する象徴なのが松本城の喫煙所です。根本的な喫煙の問題を無視して、口腔がん検診を実施するということですが、原因の元から絶つ必要があると思います。環境を無視することはできないと思います。

以前から機会を捉えお伝えしていますが、喫煙所の設置は法律にそって設置しているとのことですが、喫煙所自体を正しく皆さんが使用しているかどうかということが問題です。

喫煙所の入口辺りで周辺の人への2次喫煙や、上着とかについた煙での3次喫煙なども影響があります。

「アルプスと綺麗な青空」といったイメージの松本市においては、喫煙所のあり方の方向性を変えていただけたらという思いもあります。

最終的には、タバコを吸う人で禁煙希望のない方はニコチン中毒者なので、何か対策ができるといいと思います。

市内のコンビニでも喫煙できるスペースで、タバコを吸っている方は結構います。マナーを守って吸っているつもりだとは思いますが、風の流れによっては、入口のところでタバコの煙の影響があることがあります。そういったことも含め、行政の方から何か指針を出していただかないと環境の観点では難しいと思います。

会長： 私も賛同する点がございます。1 ページをご覧くださいますと、子の育児期間中の両親の喫煙率の上昇傾向が気になります。子育て中の保護者の喫煙率の上昇傾向は、懸念されるところです。タバコ対策について私からも重点化をぜひお願いします。

事務局： 喫煙対策に関するご意見ありがとうございます。こちらへの問い合わせでも、吸う立場の方吸わない立場の方からのご意見も頂いている現状はございます。受動喫煙防止区域の設定をした中で、喫煙所を駅前と松本城に設置しています。やはり受動喫煙防止区域を設定しますと、その区域の外での喫煙がどうしても生じてしまうことがあります。

現状でも松本駅の喫煙所があるにもかかわらず、禁煙エリア外のそのすぐ近くの道で喫煙をしているというような状況でもあり苦情もいただいています。

現段階では、受動喫煙防止の観点から喫煙所の設置をさせていただいております。今後の状況も見ても皆様からご意見を頂きながらより良い方向になるように、吸われる方も吸われない方もお互いに気持ちよく過ごせる街になるように考えていきたいと思えます。

委員： フレイル関係ですが、今年度は試行実施ということで予算はついてないということですか。

事務局： 今年度は予算がついておりません。医療機関から情報提供いただいておりますが、その情報提供いただくものについては、今年度はボランティアでお願いをしているのが現状です。来年度は、予算化する方向で準備を進めています。

委員： 実施医療機関になるには、丸1日のフレイルサポート医の研修を受講するという事になっていますが、なかなか1日の研修を受けるための予定を空けることが難しいです。去年もその方法を変えていただきたいというような意見が出たということですが、結局今年度も同じ実施方法ということで、相当負担が重いと思えます。東京都の長寿医療センターとのかね合いもありやむを得ないところもあるようですが、最終的に令和8年度は全ての医療機関で実施を目指すということであれば、各医療機関が参加しやすい体制をぜひ整えていただきたいと思えます。

方法を変えられないのであれば、なるべく早めに日程をアナウンスしていただき、フレイルサポート医の養成研修を実施することが、最終的には来年度の手上げする条件になるということと、令和8年度は全ての医療機関でそれを実施する予定ということなので、明確に示していただく必要があります。

加えて当然予算は無視できない問題です。今年度に関しては本当に10医療機関の先生方はボランティアで実施していただくということになります。本当に特別です。行政にはしっかり予算を取っていただきたい。全ての医療機関で実施するとなると、相当な数の医療機関が参加しないといけないので、そこを計画的にやっていただきたいと思えます。1年に1回のみの研修で、たまたま都合つかないということも当然あるわけですから、参加できなかったのも、この参加資格ありませんというような話になるようでは困るということをお伝えしたいと思えます。

事務局： 令和8年度に全医療機関という計画を立てており、その研修のやり方・研修体制を検討いたしますので、またご意見をいただければと思えます。

委員： いずれにしても、丸1日の日程確保は、やはり相当の無理があると思えます。

委員： フレイルチェックのところですが、先生方にチェックをしていただいて、この実施手順を見ますと、やはりフレイルとされた方の生活指導は必要だと思います。生活の指導はとても大切

です。

私は今、「在宅高齢者の支える地域ケア会議」に参加させていただいて個別のケースの検討も実施しています。メタボ健診のようにハイリスク者を探してその人に対して指導をして改善してもらうという流れは、フレイルも同じかと思います。高齢者の背景は多様なので何かそのあたりの整理(指導対象を抽出する)が必要だと思います。

調理する人は家族なのか配偶者なのか、ヘルパーさんなのかというところで、できることが限られます。本人であっても火が使えない、力がなくて包丁が使えないなど様々です。

移動手段がない方、買い物をする手段が限られている場合、どのように材料を取り入れるのかという点で指導やアドバイス内容が異なります。本当にケースバイケースです。

「タンパク質を摂ってくださいね」と一言お伝えしても、なかなか実行に結びつかないということを感じます。

様々な背景がある方にどのような困りごとがあって、栄養が偏ったりしてフレイルなるというような分析ができれば栄養士会でもそれに基づいた指導や、教材の作成等ができればいいと思います。ご説明を受けての感想です。

6 協議事項

(1)次世代期におけるプレコンセプションケアの取り組みについて

資料 P12～20 に基づいて事務局から「次世代期におけるプレコンセプションケアの取り組み」「妊娠期・乳幼児期の現状と課題」について説明があった。続いて以下の質疑応答が行われた。

会 長： ご説明ありがとうございます。私からもこども家庭庁の資料や国立成育医療研究センターの資料(プレコンセプションケア)を参考として配布させていただきました。

委員の皆様からご意見を頂戴したいと思います。

委 員： 若年層に対する効果的な周知方法はいろいろあります。ウェブや LINE 等があると思いますが、プレコンセプションケアという言葉自体がまだ周知されていないと思います。

妊娠中の対策としては、妊婦健診の機会に何か考えていくことも大切だと思います。

委 員： 妊娠前のお母さんの健康状態、あるいは家族の皆さんのメンタルも含めた健康状態に関して、行政による取り組みを幅広くお願いしたい。

委 員： 出産年齢の高齢化については、社会全体に関連することなので、対応することはなかなか難しいと思います。

委 員： 学校教育の立場から考えると、保健分野の授業になると思うのですが、現状妊娠出産という内容に関しては、学習指導要領の規定が非常に厳しい分野です。

その反面、望まない妊娠や性感染症などの問題があることが現実です。そのあたりの難しさを感じます。市として対応していくか、教育委員会としてどう対応するのかという一つの課題と思います。

低出生体重児に関しては、やはり栄養指導等が大事だと思います。学校の中でも食事指導・食育との関係の中でやっていくという形がいいと思います。妊婦になってからどうにかしようということでは、遅いと思います。

委員： 妊娠出産についての内容だと、女性のことが多いと思いますが、「若い人が結婚をしない」とか、「別にしなくてもいい」とか、「結婚しても子供はいらない」とか、そういったことをよく聞いたりします。出産は、女性の負担が増えるというイメージがあるのか、男性の育児参加もどのような形なのかなども問題なのかもしれません。

男性も積極的に育児に参加といわれていますが、女性の負担になることも考えられます。これから子育てを考える人たちは、私の世代とは何か考えが違うとは思いますが、男性も女性も一緒に子育てしていくという発想があればいいと思います。

委員： 小学校では、まず自分の体を知ろうということで性教育を実施しています。プライベートゾーンから始まって性器の洗い方とかを指導しています。

初潮も早い子だと4年生の春からある子もいるので、そのころに準備できるように、お話をしています。必要だと感じる反面、まだ他人事だなんて思いながら初めて聞いたという顔をしている児童もいます。

また、5年生で習ったことを6年生で覚えているかというところも難しいところもあるため、毎年繰り返し必要などころについて指導しています。

市の出前講座を毎年学校で利用しています。市内の養護教諭と話すと、この授業の内容がとても良く、もっと多く活用したいという声が聞こえてきます。

中高生への指導も大事だと思います。今日お話しいただいたような内容の中・高の先生方にもぜひ共有していただけたらと思います。中高生に話しておかないとその後なかなか全員に行き渡ることが難しくなるため、その年代の指導を大事にしていけるといいと感じました。

会長： 少子化の背景はさまざまですが、委員の皆様からご意見を頂き、多面的なことを一つずつ解決することで、少子化対策に繋がっていくとよいと思います。最後に本日欠席の委員からもご意見を頂きましたので、事務局かからご紹介をお願いします。

事前意見：「支援にアクセスしないような、ハイリスクの方への支援が必要であると思います。ライフステージのかなり早い段階で自分の健康について考える場として、小・中・高校生に向けた何かが必要ではないかと思います。塩尻市では高校生に向けて、テーマを決めて計画的に実施をすると聞いています。松本市でも、高校生に向けて何かできるとよいのではないかと思います。」

会長： 活発なご意見をいただきまして誠にありがとうございました。

次回は、事前にご意見をまとめ、資料にさせていただくなど工夫させていただくと、短時間で効果的な検討ができると思います。

事務局：委員の皆様におかれましては、長時間にわたりましてご協議いただきました、ありがとうございます。今後の政策の検討、実施等に生かしてまいりたいと思います。次回については２月頃を予定しております。