

令和7年度 第3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8年2月5日(木) 18時30分から20時05分
開催場所 松本市役所 本庁舎 第一応接室
出席委員(敬称略) 伊澤 淳 (信州大学)
廣田 直子 (松本大学)
長谷川 丈 (松本市医師会)
本保 武俊 (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)
菊池 美冬 (松本市校長会保健教育研究会養護教諭部会)
欠席委員(敬称略) 合屋 ゆかり(松本市歯科医師会)
太田 充子 (松本市食生活改善推進協議会)

1 開会 (司会 健康づくり課 神田課長)

小松保健所長挨拶

2 伊澤会長挨拶

健康づくり推進協議会は、団体や所属を代表して市の保健行政に提言をし、市民の健康の向上を図る貴重な協議会です。本日は、有意義な検討になるようお願い致します。

3 協議事項

(1)「禁煙および受動喫煙防止対策について」 事務局説明 (資料:協議事項1)

現状や、課題を踏まえた今後の施策のあり方について協議

〈意見等〉

委員:最初の一本を吸わせない施策は重要。喫煙をはじめた人に対しては、厳しくしすぎると逆効果になる。本人の「止めたい」意識が鍵で、家族や周囲を巻き込むことが効果的。

委員:学生に対する禁煙の取り組みが本人に届きにくい。市の取組みは継続が必要。企業の健康経営と連携し、地域の健康づくりの場や、サークル、学校・PTA等からの啓発やインセンティブの付与もよい。

委員:禁煙薬の利用者は減少。新たに禁煙しようという人は少ない。喫煙者は横ばいというデータもあり、対策は依然困難。子どもへの啓発と保護者への情報提供が必要。

喫煙者は保険に加入時に割増または、加入不可となる保険商品を最近見かける。今後は企業連携が必要。

委員:「元気アップだより」を活用し、学校が関わる禁煙教育を充実させたい。たばこに関するコラ

ムを紹介しながら、子どもにインパクトを与える取り組みをしたい。

ハードルの高い「禁煙」とか「禁煙宣言」より、小さな行動変容(例「自分の吸いたくなるタイミングの把握」とか、「特定の場面では吸わない」等)を入口にすべき。

委員:資料を見ると、寄せられた意見・要望は結構厳しい。市民の立場では、たばこ対策が見えない。禁煙週間を中心としたキャンペーンを行っているが、月に1回「禁煙の日」のように、市民の意識を喚起する取り組みが必要。

禁煙はライフイベント(結婚、出産、定年)と結び付けて促すと効果的。資料にも、50代で、辞めたいピークがあり、仕事のストレスで喫煙をやめられない方も、定年がきっかけの一つになると思う。アンケートでデータを取るのも一つ。

東京都のように、ポイ捨て指導員を配置しているところもある。市民からの建設的な意見を集める仕組みも必要。

委員:禁煙対策は意識づけが第一歩。健診時の啓発に加え、歯科検診での働きかけも有効。歯科医師会と協働して、禁煙希望者を医療機関へつなげる体制がとれるとよい。保健指導のツールを共有し成果を高められるとよい。

働き盛り世代は、健康経営と結び付けた取り組みが有効。企業のトップの意識改革が鍵。ナッジ的に、「たばこを吸わない」環境を作り、事例の共有を行う。

「タバコを吸わないことがカッコいい」イメージを醸成し、子どもが「吸っちゃ駄目」ではなくポジティブに禁煙にとらえる、チラシの作成がよい。

会長:禁煙対策に対し、医学的根拠を示す資料を継続的に更新し、全身のがん、呼吸器疾患、心血管疾患への影響を訴える。市のデータを活用(がん患者の喫煙率、医療費の高い患者の喫煙率)してはどうか。例えば本協議会の参考資料について、年代ごとの喫煙率など行政上必要な資料になりがちであるが、もう少し発展させ、松本市でがんを発症した方の喫煙率や、市立病院の医療費の高い方の喫煙率など。さまざまな観点からたばこ煙の有害性と喫煙による不利益を、市のデータに基づいて示されると実効性が高い。

市職員の採用時に禁煙宣言を求め、禁煙の意識を組織に浸透させてはどうか。例えば、日本循環器学会は、循環器専門医の受験資格として「自ら禁煙し且つ禁煙の啓発に努めること」を規則に定めている。採用時まず職員からという意識付けを庁内で進めていけるとよい。市内の学校の教職員や、市の業務を委託している企業等の社員には、積極的に禁煙を啓発してはどうか。

新たな取り組みとして、ウォーカーブルゾーンなどのより良いまちづくりの方向性は素晴らしい。街の活性化のために市街地での規制は避けたいとも考えられるが、市のさまざまな部門において、まちづくりを考えていく際に禁煙を意識してほしい。

たばこで健康被害が増えて困るのは健康保険組合。喫煙者の健康保険料が高く設定されて

いる国や地域もある。健康保険組合と連携した取り組みの可能性があると思う。また、医師会、歯科医師会、薬剤師会との連携の他、信州大学生の健診については大学の健康安全センターと連携は可能。この協議会を外へ広げていくようなイメージで他組織との連携をとれるとより取り組みが広がる。

議題2「令和 7 年度事業の取り組み状況と、8 年度の重点的な取り組み方針」

説明者:事務局

資料:21ページ

〈質疑応答〉

委員:フレイル患者が、なかなか戻れない。よりサポート対策が必要。デイサービスは数があるが、デイケアが不足。

新しい予防接種が出てきているが、新型コロナワクチンのように実際に接種履歴の管理がデジタル化されているものもあるため、企業協働でタイアップすると、迅速に展開できる可能性がある。

委員:中学の部活動の地域展開を背景として、子どもたちの運動機会の二極化がさらに拡大する懸念がある。将来のフレイル問題も出てくる。やはり子どもの時期からの取り組みが将来の健康に大きな影響を及ぼす。運動の他、食育や、自殺予防の部分も子どものころからの取り組みが一つのキーワードになる。

委員:薬剤師会では、フレイルに対しての講座やお薬講座を福祉ひろばなどで実施している。松本市には薬局がたくさんあるので今後もフレイル予防や生活習慣病予防等で連携できる。

委員:部活動の地域展開により、運動の二極化が進んでいくことについて非常に心配している。学校でも運動器検診を実施しているが、子どもロコモの予防についてどう伝えていけばいいのかを悩みながら、いつも検診後にフォローしている状態。

自殺予防対策については SOS の出し方に関する教育、受け止め方に関する教育の必要性を感じている。CAP(Child Assault Prevention=子どもへの暴力防止)の出前講座は、時間が取れない場合があるが、保健師と学校と協働で実施したい。

「+チョイス」のリーフレットを見ながら、運動編とか食事編って「隙間時間に立ち上がってみよう」とか、「まずはコップ1杯の水を飲んでみよう」というような手軽に始められる提案がよい。

委員:スマホ動画で、具沢山みそ汁等栄養情報の発信は好評。

高齢者は、フレイルから介護への移行防止が課題で、通いの場の情報が不足している。医師から地区の100歳体操やサークルの場を紹介していただくと良い。

委員:地区に保健師が駐在化して、地域の健康課題に対する対策を講じる体制は貴重。

食育はキャッチコピーが素晴らしい。無関心層へのアプローチが課題。市職員に行った調査結果から、高校生以上のご家庭の方が状況が良い理由は、高校生になるとお弁当を持っていくため、家庭の食事が一旦そこで見直されるのではないかと推測される。中学3年生をターゲットにしてもよい。

会長:多面的な取り組みのそれぞれが、どれも重要と考える。特にフレイル対策や自殺予防は、それぞれ協議会が設置されており、それぞれの対策の推進を期待する。信州大学保健学科としても、各種保健医療情報のデータ分析等において、貢献できる。大学では、学部生が卒業研究、そして大学院生はさらに専門領域の研究を展開し、地域のデータに基づいて地域の課題解決に貢献したいという意欲の高い学生がいる。業務量の多いものについては、業務委託の可能性に期待する。

4 閉会