

## 平成29年度第2回花巻市健康づくり推進協議会会議録

### 1 開催日時

平成30年3月20日（火）午後1時30分～午後3時05分

### 2 開催場所

花巻市南万丁目970番地5

花巻保健センター1階 多目的ホール

### 3 出席者

#### (1) 委員 18名

三浦良雄委員(花巻市医師会会長)、杉原典子委員(花巻市保健推進委員協議会会長)、葛巻睦子委員(花巻市農業協同組合生活福祉部福祉課長補佐)、阿部裕子委員(岩手県中部保健所技術主幹兼保健課長)、畠山良彦委員(花巻市歯科医師会会長)、佐藤正昭委員(花巻市民生委員児童委員協議会理事)、倉澤和広委員(花巻市学校保健会長)、晴山淳子委員(花巻市地域婦人団体協議会副会長)、小田島克久委員(花巻市社会福祉協議会事務局長)、伊藤成子委員(花巻市食生活改善推進員協議会会長)、坂本秀樹委員(花巻市薬剤師会副会長)、野地富貴子委員(岩手県看護協会花巻支部副支部長)、菅原哲子委員(岩手県栄養士会県央地区運営委員)、八木浩委員(花巻商工会議所企画振興課長)、佐藤勝士委員(花巻市スポーツ推進委員協議会会長)、小瀬川ちはる委員(花巻市法人立保育所協議会理事)、佐々木孝子委員(公募委員)、鎌田修委員(公募委員)

#### (2) オブザーバー 1名

八木秀哉氏(花巻青年会議所副理事長)

#### (3) 市・事務局 10名

熊谷健康福祉部長、及川健康づくり課長、植田課長補佐、藤田課長補佐兼係長、晴山課長補佐、瀬川主任主査兼係長、及川係長、蟹澤係長、小原係長、小綿主査

### 4 会議の概要

#### 委嘱状交付

会議の冒頭、熊谷健康福祉部長より変更のあった遠藤敦士委員(花巻青年会議所)に委嘱状を交付した。

#### 職員紹介

晴山課長補佐が職員の紹介を行った。

#### (1) 開会

晴山課長補佐が、協議会の開会を行った。

## (2) 挨拶

熊谷健康福祉部長が挨拶を行った。

本来であれば、上田市長が出席いたしまして、皆様方に委嘱状の交付並びにご挨拶をするところでございますが、別用務がございましたので、私のほうから御礼の挨拶を申し上げます。

本日は年度末のなにかとお忙しい中、第2回健康づくり推進協議会にご出席をいただきまして、誠にありがとうございます。

皆様方には、日頃から市の健康づくり事業に、なにかとご支援ご協力をいただき感謝を申し上げます。

本日の会議でございますけれども、保健事業に関しましての29年度の実績見込並びに30年度の事業計画、特にも30年度の事業計画におきましては、30年度から新しく始めさせていただきたい事業あるいは重点事項ということでご説明を申し上げたいという風に思っております。

市が行いますそれぞれの健診、健康づくり事業の実施に役立てていただくため、皆様方の忌憚のないご意見をいただきますようお願い申し上げます、甚だ簡単ではございますが、開会にあたりましての挨拶とさせていただきます。本日はよろしくお願いたします。

## (3) 協議

三浦会長を議長として進行

### 三浦議長

会議に先立ちまして、「花巻市審議会等の会議の公開に関する指針」に基づき本会議を公開とすることにご異議ございませんか。

異議なしの声あり

### 三浦議長

異議なしということで、本会議は公開といたします。

(1)平成29年度保健事業実施状況見込について、事務局より説明を求めます。

植田補佐が別紙資料1に基づき説明を行った。

### 三浦議長

今の(1)平成29年度保健事業実施状況についての質問があればお伺いたします。どなたかご質問はありませんでしょうか。

### **小瀬川ちはる委員**

実施状況のところですが、乳児の7か月児健診と1歳6か月健診で、人数が10人ぐらい減っていますけれども、これはやはり必ず受けていただきたいというところだと思いますが、まだ受けていない方に関しては、保健センターの方ではどのようなお声がけをしているのでしょうか。そこのところをお伺いしたいと思います。

### **蟹澤母子保健係長**

7か月児健診と1歳6か月健診のところのご質問ですけれども、この健診に限らず対象者の方には全員受けていただけるように、対象の日にはいっしょにできなかった場合、その日にすぐにお電話を差し上げて確認をとっているところです。次回の受診をご案内し調整をさせていただきながら、全員に受けていただくようにはご案内をしておりました。

### **小瀬川ちはる委員**

結果的には100パーセントという形で受け止めてよろしかったでしょうか。

### **蟹澤母子保健係長**

100パーセントを目指してはおりますが、ただ入院とか色々な事情でやはりこちらにいっしょにできない、または出生時から医療管理が非常に必要で、こちらにやっぱり連れてくるのが困難なお子さんに関しましては、診査としては病院で受けていただいているわけですが、訪問等によりまして育児の相談等を承っているところです。

### **三浦議長**

よろしいでしょうか。他にございませんか。

### **伊藤成子委員**

説明の中で、時折その年度で受診の対象年齢が違うというお話があったのですけれども、その年度、年度で。それは何故なのでしょう。

### **藤田課長補佐兼係長**

歯科検診のところを年代を区切ってということですが、対象者の人数を見ていただくとわかるかと思いますが、何千人ということで対象者の40,50,60,70歳の年齢をとってもこれくらいの人数になりますので、歯科医師会さんのご協力をいただいてやっているのですが、実際のところ受けられている人数にすれば20パーセントにも満たない状況ではあります。そこで受ける人数の調整も兼ねてこのように年齢を区切って進めているところとしています。

### **三浦議長**

他になければ次に参りますけれどもよろしいでしょうか。

### 阿部裕子委員

5 ページの感染症予防事業のところで結核健康診断 X線の撮影している方が、受診率が 48.5 パーセントということですが、受けなかった方への未受診者対策とか、どのようなことを行っているのかということをご教えていただけますでしょうか。

### 瀬川主任主査兼係長

ただ今の結核健康診査の受診率が 48.5 パーセントで受けなかった方への、ということですが、市といたしましては 65 歳以上の全員の方に結核健康診断の通知を、定期健康診断が 4 月から 12 月までの 108 日間ございますので、その地区に段階的に通知をしておりますし、また前期日程で受けられていなかった方には未受診のご案内も差し上げてございます。年間 108 日の間に、休日健診などもありますのでその間に受けていただくことで、全員にはご案内をしているところでございます。

ただ未受診者となりますと、前期日程で受けられない方には後期日程でも受けられるような工夫をしております。

### 阿部裕子委員

ありがとうございます。新規に結核になる患者さんが非常に増えている状況でございます。お話を聞きますとここ何年もレントゲンを撮ったことがなかったという高齢者の方の発病が結構出ていますので、そのあたりの対策がどうなっているのかということをお聞きしたところです。ありがとうございます。

### 三浦議長

まとめて最後にまた質問を受けますので、次に進みます。

それでは(2)平成 30 年度保健事業計画について、事務局より説明を求めます。

植田課長補佐が別紙資料2に基づき説明を行った。

及川係長が別紙資料2-1および資料2-2に基づき説明を行った。

蟹澤係長が別紙資料2-3に基づき説明を行った。

### 三浦議長

それでは委員の皆様方のご意見を聞いていきたいと思っております。

各団体の代表者にいらしていただいておりますので、今までの説明に意見または感じた事、ご質問がありましたらお願いをしたいと思います。

### **杉原典子委員**

保健推進委員協議会です。私たちは歯科医師会の先生方、医師会それから薬剤師の先生方のお力をお借りいたしまして、年に2、3回研修を行っております。毎年テーマを決めまして、委員の皆様方にはほとんど全員出席という形で研修を行っております。この研修を聞く機会があるというのがたいへん私たちにとっても有意義なことで、これから一人でも多くの方に保健推進委員を経験していただき、底辺を広げていくらかでも健康について様々なことについて勉強していただきたいなと思っております。今後ともよろしくお願いたします。

### **葛巻睦子委員**

花巻農協の葛巻といいます。昨年度参加させていただいて、高齢者の方々にも勧めながら活動させていただきました。今日お話もあった糖尿病の関係とか自殺の関係でも農協を利用される高齢者の皆さんやお一人の方も大勢いますので、気にしながら、自分の活動とも連携させていただきたいと思います。

### **阿部裕子委員**

保健所の阿部です。いつもありがとうございます。

保健所の方でも各種健康づくりの事業を実施しているところではございますが、来年度も特に働き盛り年代のところと若年の部分をターゲットにしまして、様々な活動を展開していく予定としております。色んな研修会とか事業を行っても、意識の高い方は参加しますけれども、意識の低い方といいますか、興味のない方への対策をどうするかというところも少し本格的に対策を立てていくこととしておりますので、引き続き一緒に健康づくりの事業を展開していただければという風に思っておりますので、今後ともどうぞよろしくお願いたします。

### **畠山良彦委員**

健康はなまき21プランの概要ですけれども、一つだけ質問がございます。質問は、まずは、この協議会の原点はどこですか？それを全員わかっているの？

今日健康はなまき21プランのダイジェスト版をいただきました。たいへんわかりやすく、すごくいいと思いますので、ぜひそっちこち配って活用していただきたいと思えます。原本はわかりにくいです。それでこの原本のほうによれば見直しの評価の部分21プランの方を見ますと、遅れているのが3つ。やや遅れが4つ。遅れている3つの中で特に子どもの支援の部分がありますよね。ダイジェストには載ってないのですが、原本の4ページ乳幼児期の子育てがかなり遅れていると評価をしております。それを見まして来年度の事業にかなり新しい項目を入れてきましたので、これはすごいなと思いましたが、一点だけ質問。

29年度のものを見ますと、3ページの間ぐらいの特定妊婦支援、これが200人から60人。つまり特定妊婦が減っています。やり方を変えたのでしょうか。点数つけるともう満

点に近い、この山ほどの事業をよくこんなに点数評価できるなど素晴らしいなと思っておりますが、ここの部分だけ欠落しています。それから、今年度の事業計画を見てもその部分には特定妊婦の相談・支援と書いているだけですので、この事業はまた来年度もやるということなのか、その辺のところも説明をしていただきたい。

最後に、皆さんそうだと思いますけれども、膨大なこの事業をチェックするのは時間がありません。資料が届くのが遅いです。専門家の方々ですけれども、やはり聞きなれない語彙だとかそういうものがございます。インターネットで調べる、本を見たりするような時間がございませんので、次回、ほとんど諦めていますけれども、資料の早い提出をお願いしたい。質問の一点だけお願いします。

### **蟹澤母子保健係長**

先生がおっしゃる通り数かなり減少しているので説明があった方がよかったかと思っておりますが、説明しないでしまい申し訳ございませんでした。こちらの方は厚労省のガイドラインに基づきまして、28年の時に認定基準の見直しというものがありまして、当初入っていた35歳以上、高齢の妊婦さんとか、あとは入籍予定がない人は特定妊婦としてこちらのフォローをしながら見ていったという経緯があります。ただシェアをしていく中で、高齢だからといってみんなリスクが高いのか、あとは未入籍だからといってみんなそうなのかといったところで、私たちも段々に感覚的に違うなど。それだけではリスクではない、他に色々なことが重なってやはりリスクのある、支援が必要な妊婦だというところで見直しを行った上で対象者が減ったということで、決して支援の手を薄くしたということではなく、選定基準の見直しでそのようになったものでございます。支援としては「特定妊婦の支援」とはなっていますけれども、実は子育て世代包括支援センターというところで、さっき補佐が申し上げましたけれども、母子手帳交付の時からすでにそういうことでフォローが必要な妊婦さんだということ把握しながら、そこで妊娠期からさらに出産された後までしっかりと支援をしていく、必要な関係機関とシェアをするというところで機能を持たせたのが子育て支援センターになりますので、どうぞよろしく願いいたします。

### **三浦議長**

ありがとうございました。では資料は早めに出すように。

それでは佐藤委員お願いします。

### **佐藤正昭委員**

様々な事業そして0歳児から高齢者と対象が多い中で、実績も気になるころだと思っておりますが、気に掛けるということは必要だと思いますが、あんまりこだわらないということになるのかなと思います。私自身も年齢で該当するものにはちゃんと案内をいただいておりますし、あとはそれに行くか行かないかというのは個人の問題で、そこら辺にも関わってくるものだと思いますので、啓発等色々やっつけらっしゃるということですので。

ただ、忘れている方にはちゃんと便りが来るということは、それも何かのきっかけになるということで、そういうところも配慮をしていただきたいなという風に思います。

#### **晴山淳子委員**

私たち地域婦人団体協議会では、内部では食育講座とか健康講座とかをやってございますけれども、市民対象というか、全体的な対象ではできていないので、これから皆さんと一緒にやっていけたらなと思ってございます。この健康はなまき21プランをお手本に、私たちが啓蒙啓発していきたいなと思っておりますので、何かのときはお声をかけていただければ私たちの団体も動きますので、どうぞよろしく願いいたします。

#### **八木秀哉氏（オブザーバー・青年会議所代理）**

本日から委員会のほうに属します花巻青年会議所の遠藤敦士理事長の代理としまして、副理事長の八木と申します。僭越ながらお話しさせていただきますが、私たち花巻青年会議所も月に1回事業をしておりますが、本来の食育の事業でありますとか、そういうこともした経験がございますので、もし協力できることがあればどんどん協力していきたいと思っておりますので、皆さまと連携をとってまいりたいと思っておりますのでよろしく願いいたします。

#### **小田島克久委員**

個人的な件になるかもしれませんが、細かいところすみません。歯周病予防検診というのが実は私のところにも今年通知が来まして、行かなきゃならないなと思いながら、誕生日を含めて3か月くらいの期間で行こうかなと思っていたら期限が過ぎていて、行かない自分が悪いのですが。それで受診率が15.いくつというのが出ていましたけれども、例えば期間を延ばすとかというのは可能なものなのでしょうか。

#### **藤田課長補佐兼係長**

歯周病検診につきましては、歯科医師会さんの協力をいただいて契約をさせていただいて受けていただいているところですが、今日会長さんもいらしているので…やはり「期限が昨日までだったのに今日受けない」という、たまたまそういう電話があったときは1日2日のところでは「すぐ行ってください」というところもやっているところですが、期限から2、3か月たってからとなればちょっと厳しいというところですが、畠山先生なにか…。

#### **畠山良彦委員**

私どもとすればいつでもかまいません。ただ、期限が決まっているのは市側の体制的な問題もあるみたいです。1年間という話を前にしたところではありますが、市側が予算とかそういうものがあるので、最近は厳しくしています。歯科医師会はいつでもかまいません。

### **藤田課長補佐兼係長**

補足ですけれども、あとは意識の啓発というところもあるので、そういう機会を与えることで口腔とか歯の健康づくりに意識を持っていただくということなので、やっぱり期限を決めてそこで受けていただくというのもひとつかなと。よろしくをお願いします。

### **伊藤成子委員**

花巻市の食生活改善推進員協議会から参りました。私どもは健康づくり課の栄養士の皆様の指導とともに、市民の健康づくりということで、お料理を通じて協力をさせていただいております。男性は脳卒中の死亡率がワースト1から脱却しましたが、なにか作り手の女性がまだ脱却していないということで、家族のことを思って一生懸命作っている自分たちが食べ物をつまんでいたのかなあとか、色々思ってしまうんですが、自分たち女性もなんとかワースト1から脱却するように頑張っていきたいなと思います。そして今年度は糖尿病ということでお話がありましたので、そちらの方に向けても一生懸命努めさせていただきます。

それから1つお伺いしたいことは、29年度の実施状況のところの健康アップ講座等の健康教育というところで、平成29年度がだいぶ減ったのは、その要因は、地域の実績が減ったためではないかということだったのですけれども、そのことに対して30年度は、どのように実施されるのかなということをお伺いしたいと思います。

### **及川成人保健係長**

健康教育の数字が減った原因につきましては、地区の皆様からの要望が実は少なくなっているという現状がございます。原因として考えられているのは、みなさん今の時代は家庭血圧測定というものがずいぶん普及になりまして、保健師を呼ばなくても自己管理できている人が増えているというのも一因であるのかなという風には思います。あと、この健康はなまき21プランの概要版を今年度作成しましたので、各地区・振興センターなどに出向いてこちらのプランについて普及啓発を今後していきながら、ここの数字を伸ばしていきたいなという風に考えております。どうぞよろしくお願いたします。

### **坂本秀樹委員**

薬剤師会の坂本です。記述に関してなんですけれども、ヘモグロビンA1cということで、私たちは内容がわかりますが、それが皆さん市民の方にわかっていたかということ、患者さんとお話しても、ピンと来ない方もいます。数名はいると想像するのですが、一般的な方ではどうなのかなというところがあるので、血糖値だけでなく、ヘモグロビンA1cの重要性を書いたなにかパンフレットというか、そういうものがあるとすごく良いかなという風に思います。あと、それを測定するにあたって、いまは病院だったりするわけですが、これからは多分あとは保健センターでやったりとか、なにかのイベントに対してできると思うので、そういうところも視野に入れながら今後進めていけたらなと思いますので、ご協力よろしくをお願いします。



あと一つ、私個人的に秋からウォーキングを始めましたが、雪が降ってやめちゃったら、今はもう明るくていいのですけど、冬場でだめになっちゃって。歩いているときは体調がよかったですけど。それで、冬場歩けるところがないかなって思ったのですけど。体育館って何時ぐらいから開いているのですか？

**佐藤勝士委員**

8時です。

**坂本秀樹委員**

できれば出勤前にと思っていますが、6時ぐらいって厳しいですかね？

**佐藤勝士委員**

あそこは委託しているので。ですから、検討の余地はあると思いますけれども。

**坂本秀樹委員**

そうですね。実は歩いていて皆さんと顔を合わせるのですけど、冬場になるとやっぱり足もきつくて歩けないという声が聞かれて、私自身もそうですけど。ちょっと生活のリズムが、朝型に変えたのですけど冬で戻ってしまうので、できれば何かいい案がないかなと思ったので、何かあればお願いいたします。

**野地富貴子委員**

看護協会から参りました野地です。よろしく申し上げます。質問はないですが、看護協会では毎年研修を2回、看護師のスキルアップを目的にした研修を2回と、「看護の日」というのを毎年イベントで行っておりまして、地域の方々に血压測定とかをいろいろ行って健康の意識を高める目的で行っています。今年も多様な研修とかイベントを行いますので、よろしく申し上げます。また何かありましたら看護協会の方で連携した協力を行いますので、お声をかけてください。以上です。

**菅原哲子委員**

栄養士会から来ました菅原でございます。食生活ですけれども、いろいろ食改協さんとか色々な方々が食生活について活動をなさっておりますけれども、今ちょっと見ると外食が多いかなと思うのですけれども、外食の在り方というか、外食についての、たとえば厳しいかもしれないけど塩分測定とか、そういういうのも少し取り入れればどうなのかなということを最近感じております。その一つですけれども、特定保健指導の中の指導部分で、積極的支援と動機づけ支援の未受診というか、継続して受けない人がいますが、受けなかった人たちについてはどういう風にする予定か、お伺いしたいと思います。

### **小綿主査**

外食の在り方ということになりますけれども、先ほど菅原委員からお話のありました、特定保健指導の積極的支援そして動機づけ支援の際に外食のとり方として、コンビニの利用の方法など、若い方からご年配の方までのその方に合わせた食事のとり方を支援させていただいております。

### **及川成人保健係長**

特定保健指導を受けていない方への対策ということですが、以前は集団で健康教室のような特定保健指導をやっておりましたけれども、対象者の方へアンケートを実施しましたところ、集団じゃなくて個別がいいというような要望が多かったので、現在は保健師・栄養士が直接電話をおかけしまして、あとは面接の時間を決定して、面接の時間をとっていただきましてやっていくというような方法をとっております。その方に合わせたやり方で、中にはおうちじゃなくて保健センターに行った方がいいという方もいらっしゃいますので、その方にできるだけ合わせながらやっている状況になります。

### **八木浩委員**

花巻商工会議所の八木でございます。花巻市内の事業所をもつ組織団体ということで、市内に 4,300 ほどの商工業者があるわけですが、その内の 2,000 弱ほどが商工会議所の会員になっております。その他に市の広報とともに商工会議所の会報というのを配っております。市の 7 健康講座のチラシを商工会議所の会報に入れてたことがありますので、健康講座に何回か出たことがありますけれども、また今年も各事業者さんに知らせていこうと思っておりますのでよろしくお願いします。

### **佐藤勝士委員**

花巻市スポーツ推進員の佐藤と申します。今、色々皆さんのお話を聞いていて、私たちは今ファミリー健康体力づくりという測定をやっているのですが、私たちスポーツ推進員は生涯スポーツというものを私の場合は取り扱っていいのですが、こういったものはデータをとったものを国の方におさめているわけですが、市の方にもデータを出して評価をできればいいのかなと思っていました。実は2月2日に広島で生涯スポーツ体力づくり全国会議というものがあまして、私も出席してきましたのですが、そこで文部大臣表彰を受けた県がありまして、表彰されておりました。それは何かというと、石川県の七尾市ですが、健康まちづくり推進員連絡会というのが大きい面でありまして、その下に健康づくり推進員委員会とか、食生活改善推進員協議会、健康運動普及推進員連絡協議会、それを一体して取り組んでいるということで、実践が非常に高く評価されたということで表彰を受けたようですが、それと合わせてこれを見ているのですが、非常に評価がいいものが出てきているので、そういったことが花巻市の表彰にも、考えてもいいのではないかなということで、見ました。色々評価の取り方があるだろうと思うのですが、下がっているということに対しては評価がいいということですので、そういったことも提示し

た方がいいのかなと思っております。これは我々スポーツ推進員がやっているのは、スポーツ庁ですけれども、実際は体力づくり国民会議とか、厚生労働省とか経済産業省とかも入ってきますので、そういった意味ではこの動きが花巻市の活力になれば表彰もいいのかなと思って聞いていました。いずれ健康長寿の国を目指しているわけですので、金メダルではないですが、花巻が一番になりたいなという気持ちもあるので。そういうファミリー健康体力づくりのデータとかを渡したら、スポーツ推進員に何かできないのかなというところで考えている部分なのですが、何かありましたら一つご報告いただければなと思っております。

### **小瀬川ちはる委員**

新生児の聴覚検査が行われるということで非常に嬉しく感じております。やはり小さいうちから早期発見というのがございますので、こういう取り組みというのは非常に子供たちにとってはよろしいのではないかという風に感じております。それから個人的にわからないのでお伺いしますが、子宮がん無料クーポンとか乳房がん無料クーポンというのがございますけれども、これはどういうクーポン券なのでしょうか。

### **瀬川健診管理係長**

これは国の補助事業でもありますが、若い世代の方々が受けやすくということで、子宮頸がん検診については当該年度 20 歳、乳がん検診については当該年度 40 歳の方に、本来ならば検診料金が 2,000 円とか 1,500 円かかるところを無料で受けられますよということで、市の方で女性手帳と一緒に交付しているものです。これまでクーポン事業につきましては 23 年度からやっております、対象を年度ごとに重点とする対象にしておりますが、29 年度の子宮頸がんは 20 歳になる方、それから乳がんは 40 歳の方に交付しております。

### **佐々木孝子委員**

私を感じたことは、私は地元が大迫でして、NPO 法人ヨガ協会の岩手花北支部長としてヨガの指導を行い、もう 34 年たっておりますが、今は JA 花巻さんと東和の小山田振興センターと土沢振興センターと、石鳥谷の好地振興センターと毎年のように、それから毎月のところもありますが、ご指導させていただいている立場でもございます。大迫・石鳥谷・東和・旧花巻と合併して何年かたちますが、非常に感じていることが、共通性があるところもあるのですけれど、なにかそれぞれ大迫支所・石鳥谷支所・東和支所・花巻市役所と、特に健康に対しての、例えば介護予防教室とかそういったもののやり方がそれぞれで、しかも 29 年度はスキルアップ教室のような、健康実践指導者という資格をもっていますけれど、それに対応するような指導をする教室もありませんでしたが、それぞれの支所で教室を運営するにあたって、呼んでくる指導者もバラバラでして。例えば、ゴムバンドを使う介護予防教室のような筋トレのようなものにも携わらせていただいていますけれども、それは東和の土沢振興センターでの写真を撮ってはっきりわかりましたが、私は

大迫独自で旧大迫時代に何年間も長期間、介護予防教室に携わらせていただきました。その時に、ゴムバンドの色は何色に対して一番弱いとか、レベルがだんだんと上がって、色によって決められているのです。その色によって、初心者なら全く筋肉の量がわからなければ必ず、まあメーカーにもよりますが、だいたいベージュですね。だけど初心者に対して緑をあげてやっていたようです。東和では、それがとてもびっくりしまして、そこから辺りどこからかはわかりませんが、ご指導してあげれば、その立場の方が、そういうところの勉強がないまま、初心者に対して強いバンドをあげてやった時のリスクというのは非常に大きいものですよね。そこがやっぱり共通性がないなど。そういう、いいものがあつたところでやったものをお互い勉強しあって、そういうところを一貫性にしないと、事故が起きるだろうということは懸念しています。そういうところの共通性をもたせて、介護教室の予算的なものなのか、そういった部分もありますが、やっぱり予防に勝る治療はないということで、うつからの自殺が多いわけで、糖尿病でも然り、そういうものを各々でやっているのはいいんですけど、もっとお互い勉強しあってそういうものをやっていたきたいなというような要望です。

それから、食育はよくやられて、何年も前からですけど、人間が生きるのに関しては、私たちは呼吸していることに関して、西洋医学でも今マインドフルネスという言葉が治療にも役立っていると思いますので、ぜひ企業とか学校に対しても「息育」ですね。息の教育と書くんですけど、息育の方もぜひ実践していただけないかなと思っております。そういうことは多分私でもやっている仕事ですけど、お手伝いはできると思います。亡くなった日野原重明先生がおっしゃっていて、103歳ですか、去年お亡くなりになった先生が「長生きするには長く息をすることだ」と、この先生が継承なさったので、やっぱり正しい呼吸、きちんとした呼吸というのは子供のころから高齢者でもぜひ実践できる方法を専門家が携わって学んでみたりとか、さっき言ったように学校とか企業とか。そうすると横隔膜も動かしますので、ヘモグロビンとか血糖値のコントロールにもこれははっきり出ますので、ぜひ参考にと強くお話しさせていただいた次第でした。

### 鎌田修委員

今日ずっと皆さんの話を聞いていて、バックボーンがない私としては、要はいろんな会議でこの前お話した糖尿病を重点的にというかほとんどやっていますが、糖尿病が起きることのリスクとかそういうのを集まった方々、団体の中で少しずつ喋ることがあればいいのかなと。私的にいいますと、過去60年間病院にも入院することがなく、節操なく酒を飲んでタバコを吸ってききましたが、去年初めて心筋梗塞になって、糖尿病になりました。それまで全然意識することがなかったので、私は心筋梗塞で「うっ」と苦しくなるほどではなかったのですが、色んなやつがあるよという話をする中で皆さんの団体が一人でも二人でもそういう話をするのであれば花巻市の健康のパーセンテージが1パーセントでも2パーセントでも上がるのではないかと思います。ですから、見えない小さい努力を市の皆さんと、この協議会にお集まりの皆さんでやっていかなければと思いました。

### 三浦議長

ありがとうございました。

この健康づくり協議会は健康づくりを推進する目的で行っているわけですが、今皆さんのお話があったとおり、色んなことがあると思います。議長の立場からは、終わりになりますが、非常に大切なことだと思います。医師会としては、予防ワクチンの接種とか健康診断とかがん検診、これは花巻市の行政と一緒に連携をもってやらせていただきます。でも本当に一番大切なのは、一人ひとりの健康に対する意識を高めることだろうと思います。健診が未受診の方への受診勧奨、予防接種など、積極的な啓発が必要だと、そういうことが大切なのかなと思います。

そのほかに何かございますでしょうか。

### 及川課長

事務局ですが、皆様からたいへん貴重なご意見いただきまして本当にありがとうございます。皆様から頂いた意見、今後我々の施策に活かしていかなければならないと考えておりますけれども、その中でも何点か考え方を説明させていただきたいと思います。畠山委員さんから頂戴しました資料の配布時期につきまして、私どもこの会の開催時期を検討して、それに合わせて資料を配布したわけですが、今回この時期に開催したというのは、予算の裏付けがあって新年度の計画が出せるんじゃないかということで、議会で承認された後がいいんじゃないかなと。新年度の我々の事業の計画ですね。ですから、今の時期になったわけですが、それに合わせて資料を変えますとなかなか早い時期に出せない。どうするか。頂戴しました意見をどういう風に、開催時期と資料の配布、十分な時間を持った資料の配布にしたらいいかという部分を検討させていただきたいと思います。昨年皆さまにご審議いただきましてプランの見直しをしたわけですが、その指標と我々の行った事業の成果、どういう風になっているかというものは、予定ではございますけれども去年に照らしますと8月に開催しましたけれども、新年度中に開催する第1回目です。今年度の結果が出ますので、そこで指標を確認させたいと思います。この健康はなまき21プランの概要版につきましては、1月の末にやっとできあがったもので、これを我々は、今年4月5月までは、市内中学校単位を考えておりますけれども、我々の方から出向いて説明したいと考えております。あわせてこの概要版の後でわかった部分が今日の資料にありましたけれども、花巻市は男女ともに糖尿病予備軍が異常に高い、どういう風にしたらいいかあわせて説明したいと思いますし、花巻市が進める各種健康教育講座でもこの部分を重点的に進めたいという風に考えております。

佐々木委員さんからいただきました、介護予防教室の件でございますけれども、これは担当が長寿福祉課なので、今日、頂いた意見を長寿福祉課の方にきちんとお伝えしたいと思います。ありがとうございました。

小綿主査が別紙資料「花巻市食育推進計画」に基づき説明を行った。

(3) の協議を終了し、議長は退席した。

#### (4) その他

晴山課長補佐が、「その他」について委員に諮り、委員からは何もなかった。

#### (5) 閉会

晴山課長補佐が閉会を行った。