

平成30年度第1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9月18日(火) 午後1時30分～午後2時58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2階 集団指導室

3 出席者

(1) 委員 18名

三浦良雄委員(花巻市医師会・会長)、川村優子委員(花巻市保健推進委員協議会・会長)、葛巻睦子委員(花巻農業協同組合・健康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)、佐藤正昭委員(花巻市民生委員児童委員協議会・理事)、村田和代委員(花巻市学校保健会・会長、西南中学校長)、佐藤洋子委員(花巻市地域婦人団体協議会・副会長)、遠藤敦士委員(花巻青年会議所・理事長)、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)、鎌田智恵子委員(岩手県看護協会・花巻支部長)、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)、高橋幸一委員(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)、藤原美鈴委員(花巻市立幼稚園協議会・理事)、佐々木孝子委員(公募委員)

(2) 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、富手課長補佐、瀬川主任主査兼係長、及川係長、蟹澤係長、横田係長、小綿上席主査

(3) 傍聴者 1名(岩手日日新聞社)

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交代した委員5名に委嘱状を交付した。

委員及び職員紹介

富手課長補佐が委員及び職員の紹介を行った。

(1) 開会

富手課長補佐が、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。

本日はお忙しい中、第1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対し、ご支援、ご協力を賜っておりますことに感謝申し上げます。

市の健康づくりの推進につきましては、現在、平成24年度から33年度までを計画期間といたします「健康はなまき21プラン」に基づいて各種事業を展開してございます。プランの基本的な方針といたしましては、生活習慣病の1次予防に重点を置いた取り組み、そのほか、生涯を通じて健康で質の高い生活を目指して、各年代に合わせた健康づくりを推進しているところでございます。

本日の会議でございますが、保健事業に係る29年度の事業報告、並びに30年度の事業計画、そして今年度策定を予定しております花巻市自殺対策計画の骨子案についてをご審議いただきますので、よろしくお願い申し上げます。

市が行っております健康づくり事業の実施、推進に向けまして、委員の皆様方の忌憚りの無いご意見を賜りますようお願い申し上げます、開会にあたりましての挨拶とさせていただきます。

本日はどうぞよろしくお願い申し上げます。

(3) 副会長選任

冨手課長補佐が副会長の選任方法を委員に諮ったところ、事務局案があるなら提案してほしいとの意見があり、川村優子委員に副会長をお願いしたい旨を提案し、出席委員から承認を得た。

(4) 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についてと(2) 平成30年度保健事業計画については関連するので一括して議題といたします。事務局より説明を求めます。

植田補佐が別紙資料に基づき説明を行った。

三浦議長

ではここで、委員の皆様からご意見・ご質問を受けたいと思います。どなたか質問はございませんか。

小瀬川ちはる委員

乳児の感染症の予防接種ですけれども、若干対象者と受診者の人数がずれているところがあるんですけれども、何名かというところもありますが、漏れた方々へはどのような対処をなさっているのでしょうか。

藤田課長補佐

予防接種を担当しております藤田です。よろしくお願いたします。

予防接種の対象者と接種者につきましては、その予防接種の種類によってその年度に受けていただく対象者の生年月日が決められていますので、その方たちの人数が対象者の人数になります。ただ、その予防接種の種類によって間隔をあけて2回・3回接種したりとか、1年の間で終わらないものもありますので、接種者はその年の接種の人数になりますので、同じ年の対象者であっても翌年に接種する人数が移行することもありますので、人数的にイコール100%にならないという出し方になっております。接種状況につきましては、受けられれば病院のほうから接種したということで、こちらのほうに結果が届くようになっておりますので、あとは各乳幼児健診のときに、接種状況は保健師の問診のところで受けているかどうかを確認して、もしまだ受けていないようであれば接種を勧奨したりということでも対応させていただいております。

小瀬川ちはる委員

ありがとうございます。保育園でも子供さんの月齢とか年齢によって、どのような予防接種をしているかという聞き取りとか受付をしているわけなんです。そこで100%であればいいんですけれども、漏れている場合はやはり施設との連携をとりながら、確実に100%接種するというのが一番望ましいなと思ったので聞かせていただきました。

三浦議長

他にございますか。

佐藤洋子委員

29年度実施状況の3ページの一番上の産後健康診査、内容は産後2週間と産後1か月の健康診査を行うということになっていますが、結果は産後2週間目が受診率が29.9%、そして1か月後が84.7%になっているんですが、周りの妊婦さん、赤ちゃんを産んだお母さんの話を聞くと「どうしても産後2週間目というのは赤ちゃんを置いて健診に行けないよね、なんで2週間後なんだろうね」と。1か月後であれば赤ちゃんと一緒に健診に行けるので、それは受けることは可能ですが、2週間という設定は、さっきの説明だと産後のうつ病等々の予防ということで説明を受けたましたが、この2週間という設定、期間について説明をお願い

します。

蟹澤係長

母子保健係の蟹澤です。よろしくお願いいたします。

こちらの産後健康診査につきましては、国が勧めている健診でございまして、産後うつということなので概ね産後の2週と1か月というところで、うつがやはり一番多く見られる時期のスクリーニングが必要ということで、国が産後2週間と産後1か月という時期を設定しているところです。そして、加えて産後2週のところにつきましては、全員が受けられるように受診票は母子手帳交付の時に交付しているわけですが、やはり必要な方に病院でご案内している状況があります。この健診につきましては、通常1か月健診ということで、昔からある体の方の健診に加えて、心の方のうつ予防のスクリーニングをかける項目が加わっているために、必要な方に2週間をお受けいただいているという状況になります。

佐藤洋子委員

その必要か必要でないかという目安というのはどこで？

蟹澤係長

出産された病院で、EPDSといたしまして、産後のうつのスクリーニングを出産されたところですぐに受けていただいておりますが、そこで高得点の方は産後2週のところでは病院の方でご案内をして受けていただき、その後の状況の確認しながら、必要であれば当市に連絡が来たり、産後ケアのご案内をするなど連携を図りながらお使いいただいているところです。

佐藤洋子委員

わかりました。ありがとうございました。

三浦議長

よろしいでしょうか。他にはございますか。

佐々木孝子委員

実際に現場で健康の指導に携わっている者として、一番関心があるのが健康教育相談事業の健康アップ講座、どんどん参加者が減るんですけども、この参加の募集の仕方はどうされているのかが気になりますし、それから減っている要因として、1回・2回ではやはり効果を感じられないことと、行って果たしてどうだったかという、何かアメでもないですけども、行けば何かもらえると、そういうふうに釣らないと特に高齢者とかは来にくくなると思いますし、それから特に高齢者であれば、ご自身が足を運ぶにも、例えばもう高齢で足腰が悪いとなると、歩いて行かなきゃならないと思うと、遠くであれば興味があるけれども行かないとか、そういうことになると思いますので、ここも一歩なにかアメとムチのアメの方とかですね、あるいはタクシーで迎えに行つて参加してもらおうとか、そういうことをしないと参加者はどんどん減る一方ではないかと感じております。いかがでしょうか。

三浦議長

健康アップ講座について何かありますでしょうか。

及川係長

成人保健係の及川です。

健康アップ講座の人数が減少しているということにつきましては、健康づくり課では医師会・歯科医師会・薬剤師会の3師会に対してお願いして実施しているわけですが、その部分の人数は昨年度と同じでございます。差があるのが受託の部分になっております。

例えば、高齢者の集まりの時に私たち保健師が呼ばれて、健康相談や健康教育を従来行ってきたわけですが、いま長寿福祉課でやっている事業になります、「通いの場」という高齢者が主体的に企画して行う介護予防の教室がございます。そちらの参加人数がどんどん増えておりまして、そこに対して長寿福祉課の保健師や理学療法士が支援を行っております。全体的な人数としてはこちらが少なくなっているようには見えるんですけれども、高齢者が健康講座に参加する機会は増えていると思っております。

三浦議長

ありがとうございます。他に何かございますか。

阿部裕子委員

教えていただきたいことがあります。平成29年度保健事業実施状況の1ページのところに健康づくりフロンティア事業、大迫地域を対象ということで載っております。保健所でも家庭血圧の普及ということで、かなり力を入れてやっているところですので、非常にいい事業をやっているなと思うのですが、将来的に大迫地域から他の地域へ広げるとか、そういった計画とかございますか。

及川課長

この大迫地区のフロンティア事業は30年の歴史がある事業でございます。当初の発端は大迫地区の脳卒中が非常に高いということが原因で、それをなんとか予防するにはまず一人ひとりの家庭血圧を測って意識付けを図る、セルフコントロールの意識の醸成ということの基本として取り組んでまいったところでございました。大迫地域以外へこの事業を実施することはどうだろうかという昨年1年間かけて考えましたけれども、その中でKDBという国民健康保険のデータベースがあるわけですが、これを分析したところ、脳卒中の死亡率というのは全国平均に比べて花巻市はどんどん落ちてきて、それを下回っている状態だと。血圧につきましても、女性の拡張期を除き男性の上・下とも全国平均よりもすでに下がっている。その一方ですね、糖尿病とその予備軍に対する指標が非常に悪い。特に中性脂肪・コレステロール・BMIとかですね。健康はなまき21プランでも把握しておりますが、運動している習慣がやはり少ない。

そういうこともありまして、国でも力を入れて勸めております糖尿病とその予備軍の予防、これが花巻で一番大きな健康課題であるということで、昨年1年間医師会のご指導をいただきながら、「糖尿病性腎症重症化予防プログラム」というものを作りまして、今年そちらの方に力を入れて取り組んでまいります。それまでは花巻市は脳卒中予防に一番力を入れて取り組んでおりましたけれども、糖尿病予防の方にシフトしたい、しかしながら、やはりこの家庭血圧の普及につきましては力を緩めずにそのまま取り組んでいく必要があるということで、大迫地区以外で取り組むということにはしないで、保健大学とか食改協、保健推進委員の活動とかですね、健康講座もたくさん実施しています。そういう中でこの意識を大迫地域以外にも広く啓発していこうという考え方で進めていくことといたしました。

三浦議長

意識としては花巻市全体であるということですね。他にありますか。

坂本秀樹委員

薬剤師会の坂本です。教えていただきたいのですが、食育とかの事業がありまして、あとは食事と運動ということで運動療法、運動して筋肉をつけるということはすごく大事だと思うんですけども、花巻市として運動の方の何かアクションとかはございますか。

及川係長

食事と運動というのは両輪でやっていくことだとは思っておりますけれども、運動教室というのは今はやっていないところでございます。ただし、メタボ関連疾患とロコモティブシンドローム、この二つが介護に至る要因と言われておりますことから、高齢者に対して健康教室をするときにはロコモ予防をテーマに話をしたりしているところではございますが、なかなか運動を普及するのは難しいなと考えております。

坂本秀樹委員

わかりました。食事、たんぱく質も含めながらのプラスアルファというところを考えれば、長寿福祉課の部分になるかもしれませんが、市でも色々模索していく必要があるのかなと思いますので、よろしくをお願いします。

三浦議長

ありがとうございます。その他に何かございますか。なければ次に進みます。

(3) 自殺対策計画骨子(案)について、事務局より説明を求めます。

及川係長が別紙資料に基づき説明を行った。

三浦議長

委員の皆様からご意見等はございませんか。

小田島克久委員

社会福祉協議会の小田島と申します。いまお話を聞きましたし、事前に簡単に目を通してきました。特に質問とか意見ということではないですが、骨子についてはこういう感じだろうなと感じておりますけれども、実は私どもが行っている事業の中で、自殺に係する対象の方に社協の事業で展開している部分がありますので、ちょっとその辺を紹介させていただければなと思っております。

まず私どもで今回の対象となり得るということで、生活困窮者の自立支援事業ですとか、あるいは高齢者・介護者を対象とした訪問相談活動というのを実施しております。あるいは、社協でも貸付事業の保険に対応しております、そういった困窮している方と接する機会が非常に多いという印象がありますが、やはりそういう相談を受ける中では、相談者からは自殺をほのめかす会話であったり発言が非常に多いなと感じております。そういう意味では、ここにあった重点的な対象者もその通りだろうと私も思っております。ただ、高齢者や生活困窮、あるいは介護者については、それぞれ断片的な対象ではなくて、やはりそこでの悩みが関わり合って、絡まっての問題が多様化しているような状況がありまして、例えば、保健でいえば8020運動があると思うんですが、よく8050問題とか9060問題というのがありまして、親の年金で生活している子供、というような状況がございます。例えば介護を理由に離職した方が、収入がなくなるわけでありましてけれども、その介護をしていてその親がいれば、年金でなんとか生活ができていますけれども、親が亡くなると当然収入が途絶える、それから介護で離職をすると長らく外との交流だったり、仕事と離れていてなかなか再就職につきづらい、それが生活困窮となって…というようなことで、そういう相談が非常に多いというところがあります。当然心得てはいるとは思いますが、断片的な対象ではなくて、これらが常に絡み合っているというような視点を少し持っていたきたいかなと思っております。

それから、相談を受ける立場として、やはり非常に難しいですね。それで、なかなか社協だけでは解決できない部分がありまして、色々なところを繋ぐ形にはなるのですが、やはり日頃感じているところとしては、相談を受ける側のスキルを高める、あるいは技術を高めることが非常に大切かなと感じておりますし、「自殺」という言葉を発せれる方はいいんですが、実際に発することができない方とか、実際に相談まで至らないケースもたくさんあるという感じですので、その辺をどういうふうに、掘り起こしという言葉が適切かどうかはあれですが、そういう形のものも具体的に考えられることがないかなと感じております。いずれ、やはり精神的に病んでいるとか疲れている方が自殺になるというケースがありますので、やはり専門知識、精神保健福祉士の有資格者を、なかなか国家資格なので個人でとるのは難しいですが、そういう方へ繋ぐということも非常に大切なのかなと思っております。

ちょっと結論には至らないですが、そういう取り組みや、ちょっと感じていることをお話させていただきました。

三浦議長

ありがとうございました。今の意見に対してでも結構ですが、何か発言ありますか。

佐々木孝子委員

自殺対策ということで、こうやって会議にも出席させていただいて、実の父が自殺しております、自殺している人たちはなかなか外に相談するというか、出せないというか、貯めておくという傾向があるなどというのは感じます。それで先ほど精神保健のいろんな国家資格があるとお話をお伺いしたので、心療内科で私がやっているのは療法としてのヨガということで、講師をさせていただいておりますけど、いまマインドフルネスとかゼロトレとかいって、呼吸法ですね。いろんな体を使うことであっても、ゆっくりと深い呼吸をするだけでも、かなり神経が整えられて。例えば、誰かに相談できていなくても、ふうっと息を吐くだけでも、吐ききることによって不安や恐怖心、ストレスがかなり軽減されることがはっきりとわかってきました。それで心療内科の先生方もちゃんとしたヨガをするほうがいいよと患者さんに勧めているんです。花北病院ですね、新しくしたところでは、私どもと同じ協会の下ではないですけど、ヨガの療法士さんが、別協会の療法士さんが入って、そういった精神疾患の人たちに、療法としてヨガをご指導しているというのをお聞きしております。

先ほど食育ということに関して、食事の教育はよく学校とか企業とかでもなさると思いますけど、息育という言葉が、ある九州の先生方が考案している、息育、息、呼吸の息の教育というのは、私どもは歩き方も座り方も息の仕方も誰からも教わらずに勝手にやっているもので、本当に深く正しくできているかっていうのがどんどん広がっているなと思っています。私もこういう仕事に関わってもう34年たっていますけど、だいぶ深い呼吸ができるようになってきているんですけど、まあこういった勉強をしたからなので、息育ということも少しこういったものに取り入れていただけたらいいかなという。どういった事業をこれから展開した方がいいかという話をお聞きしたので、情報提案させていただいたことだったんですけども。

三浦議長

ありがとうございました。意見としてお聞きしておきたいと思います。

小瀬川ちはる委員

いま保育園の中で子供たちと関わらせていただいているんですけども、やはり大人になってから「僕は苦しい、私は苦しい」っていうことを発するっていうことは、なかなか難しいことだと思います。先ほどご説明に自己肯定感という言葉が出ていましたけれども、やはり小さいうちから「私は、僕は、愛されて生まれてきたんだ」という自己肯定感ということが非常に大事なことではないかと思います。一人ひとりが本当に愛されてこの世に生まれてきたという自覚を、子供たちに根っこの方から強く支えて行ってあげなければだめなのではないかなということを感じているところです。

それで何をするかということ、具体的ではないですけども、やはり今の社会、お母さんたちもお父さんたちも残業帰り、日曜日でも出勤しなければならない、忙しい方々がたく

さんいらっしゃいます。それで子供の居場所というのも設定しているようですけども、やはり孤食・一人でご飯を食べなければならないとか、朝コンビニのおにぎりを持たせられて来ているとか、そういうふうになるとやっぱり「僕は、私は、本当に愛されているんだろうか」と子供たちもひしひしと感じる中ではないかなと思います。それで何を提案ということではないですけども、いま関わらせている中で、やはり子供たちが本当にあなたたちは愛されてここにいるんだよっていうことを強く自覚させられる保育をしていかなければならないなというのを改めて感じさせられたところです。

それで、やはり根っこの方を強くしてあげなければならないということですので、困窮者とか高齢者とか働き盛りというのもありますけれども、やはり小さい子供たちの方の育成っていうんですかね、そういうのもやっぱり目を向けて行って、お互いに連携しあいながら支えていけばいいなと感じているところです。ありがとうございます。

三浦議長

ありがとうございます。早くその状況を見つけてあげるってということだろうと思いますけどね。

わからないことが多いし、もし気づいてもどうしていいかわからないし、余計なことをすると下手に刺激してまた余計変になってしまうということもあるので、非常にデリケートな問題だと思いますけれども、他に何かございますか。

阿部裕子委員

保健所の阿部です。

柱立てができて、これから具体的にどんなことをやっていくか、もっともっと詰めていく段階だろうと思いますけれども、ちょっとこれを見せていただいた時に感じたことをお話しさせていただきたいと思います。

花巻市の自殺対策計画、一番右側の5の取り組みの、4の3次予防で自死遺族交流会の支援についてですが、中部保健所の広域でサロンをやっておりますが、交流会の支援というのは、ちょっと、ん？と思ったのですけど。

及川係長

3次予防の支援で実際に私たちが市のレベルでやれることは、広報で周知するとか、あとは家族が自殺したことについて年に何回か相談もあります。交流会のご紹介しかできない部分ではありますけども掲載させて頂きました。

阿部裕子委員

その交流会の支援も含めて、遺族への支援というところもこれから大事になっていくだろうなと思います。それで、いまお話しありましたけれども、普及啓発のところですね、もっともっとお願いできるかなと思っております。年10回ですか、ここのサロンを開催しておりますので、それを広報等で通知していただくこととか、あとお話しいただきましたけれども、例えば周知したときにそういう方をキャッチした時、介護関係の方からそう

いう情報が入ったとか、相談を受けたときには、是非一緒に行っていただくとか、出向いて訪問なり相談していただいて、一例一例大事にしていく5年間にしていただければいいのかなと思っています。体制をすぐ作るという前に、関係機関との連携を大事にしながら、それが土台になって体制が出来上がっていくのかなと思いますので。5年間のところで、そういった普及啓発とか、対象者への関わりというところをやっていただくといいのかなと感じたところです。

及川係長

承知しました。ありがとうございます。

三浦議長

ありがとうございます。自殺対策、ずっと長いこと、今までもテーマであったので。計画というのは初めてですので、勉強しながらというところになると思いますけど。他に何かございますか。

伊藤成子委員

民生委員をやらせていただいているのですけれど、県のアンケートがございまして、活動している中で気になっている方はいませんかというようなアンケートがありました。そんなふうな感じで、通いの場を作るっていうのは結構ハードな面で、場所だけを作って通いの場を作ったらいいんじゃないかという形になるんですけども、通いの場はハードな場所だけではなくて、ソフトの面で人という心の拠り所、それが一番の通いの部分になるのではないかなと思いましたので。

例えば、がんで治療した方たちをほっこりっていうような形で、いろんな方がいろんな立場でですね、「悩んでませんか？」っていうような形で、一緒に話し合う場を作っている方もいらっしゃると思いますので、そんな感じで草の根活動ではないんですけども、一人ひとりがいろんな方の心の拠り所になればいいなあと思いながら活動していけたらなあ、皆さんのお話し聞いて思いました。

及川課長

皆さんから、たくさんご意見頂戴しました。花巻市としましても、今回初めて作る自殺対策計画ということで手探りの状態であります。今後進めるにあたっては、本日いただいたご意見とか、中部保健所のご指導をいただきながら、今後、庁内各課にどういうことができるか、いろいろ考えていただいています。それぞれのセクションでどういうことができるか、まだまだ情報も事例も少ないものですから、手探りの状況ですけれども、今いただいた意見を紹介する中で、自殺予防にどういうことができるか、一つひとつ取り組んで考えて行きたいと思えます。本日はどうもありがとうございました。

三浦議長

皆様からご意見がなければ、4の協議は終了いたします。

(4)の協議を終了し、議長は退席した。

(5)その他

富手課長補佐が、「その他」について委員に諮り、委員からは何もでなかった。
次回の開催時期について、平成31年1月下旬頃と連絡した。

(6) 閉会

富手課長補佐が閉会を行った。