

## 会 議 録

会議の名称	平成30年度第2回清須市健康づくり推進協議会
開催日時	平成30年10月12日（金） 午後2時～午後3時30分
開催場所	清須市役所 南館 大会議室
議題	1. あいさつ 2. 協議事項 (1) 健康に関するアンケート結果について (2) 健康日本21清須計画（第2次）推進について ①「清須市いのちを支える支援ワーキング」報告 ②「実務者会議」報告 ③「健康づくりを考える会」（市民ワークショップ）報告 (3) 計画の全体イメージ ①健康日本21清須計画（第2次） ②清須市自殺対策計画 3. その他
会議資料	会議次第 資料1 健康に関するアンケート調査結果 資料2 「清須市いのちを支える支援ワーキング」報告 資料3-1 「実務者会議」報告 資料3-2 健康日本21清須計画（第2次）の体系 資料4 「健康づくりを考える会」（市民ワークショップ）報告【当日配布】 資料5 計画の全体イメージ 健康日本21清須計画（第2次）（案） 資料6 計画の全体イメージ 清須市自殺対策計画（案）
公開・非公開の別	公開
傍聴人の数	0人
出席委員	鬼頭委員、加藤委員、宮田委員、時田委員、山内委員、住田委員、河野委員、佐橋委員、高山委員、波多野委員、中村委員、片山委員、中川委員、子安委員（代理、馬場氏） 助言者：岡本氏
欠席委員	鳥谷委員
事務局	福田部長 〔健康推進課〕佐古課長、古川主幹、鈴木課長補佐、高木係長、舟橋係長、坂下係長 〔社会福祉課〕武居主幹 〔高齢福祉課〕幸村係長
会議の経過 《要旨》	1. あいさつ  2. 協議事項 (1) 健康に関するアンケート結果について（資料1） (2) 健康日本21清須計画（第2次）推進について ①「清須市いのちを支える支援ワーキング」報告（資料2）

- ②「実務者会議」報告（資料3-1、3-2）
- ③「健康づくりを考える会」（市民ワークショップ）報告（資料4）
- （3）計画の全体イメージ
  - ①健康日本21清須計画（第2次）（資料5）
  - ②清須市自殺対策計画（資料6）

（事務局より、資料1、2、3-1、3-2、4、5、6を説明）

鬼頭会長：資料の説明が終了いたしました。ご意見がありますでしょうか。

加藤副会長：よくやっているとだと思います。重点ポイントの部分でお聞きしたいのですが、今の睡眠時間の平均はどれくらいでしょうか。睡眠を十分にとろうというのは個人によって変わると思います。たとえば、夜8時に寝てしまい、夜中に起きるという人も「眠れない」と感じているかもしれません。寝なければならぬというよりも、よい睡眠をとろうという、睡眠の質を強調する方向で考えたほうがよいのではないのでしょうか。

次にたばこについてですが、たばこの影響を理解しようということで、COPDの認知率を向上させるということですが、計画策定時の認知率はどのくらいでしたか。愛知県の計画では減っている状況だったと思います。

事務局：策定時の平成26年のCOPDの認知率は48.7%でしたが、今回のアンケートでは55.0%に上昇しています。

加藤副会長：一般的な認知度は30%程度だったと思いますので、策定時の48.7%というのはいすでにとっても高い割合だと思います。

事務局：睡眠については、アンケート問26で1日の平均睡眠時間と問27で睡眠の充足度についてきています。今後クロス集計をして報告いたします。

佐橋委員：アンケート調査の回収率には満足されていますか。回収率が低いのではないのでしょうか。

事務局：前回の調査の回収率は42.5%で、前回よりも下がっていますが、指標などを評価する上でのデータとして必要な数量を確保できていると認識しています。

加藤副会長：この回収率は、私の感覚では十分な結果だと思います。

佐橋委員：睡眠時間についてお聞きしたいのですが、たとえば明日遊びに行くというような時には眠れないことがあるのはなぜでしょうか。

加藤副会長：いろいろ考えてしまうと自律神経（交感神経）の働きが活発になってしまい、眠れなくなることがあります。眠れないときは、無理に寝ようとはせず、眠らないつもりで起きてしまうほうがよいと思います。そうすると眠れることが多いです。また、体温が上がりすぎると眠りにくくなるので、お風呂あがり、寝酒なども眠りにくくする要因になることがあります。

鬼頭会長：今回、目標指標からの要改善項目案として、食生活を改善しようとなりますが、食生活改善推進員の立場からいかがですか。

高山委員：アンケート結果をみると、野菜を食べることの必要性や塩分摂取に注意が必要なことなど、食生活に関する知識の周知が進んでいないことがわかり、驚いています。もっとがんばらなければならないと感じました。

鬼頭会長：企業の立場から、いかがでしょうか。

中村委員：三菱重工では、年間を通じて安全衛生計画を立て、新入社員、管理職向けにメンタルヘルス教育を行っています。残業の多い方にはストレスチェックなども行い、セルフチェックについても啓発しています。産業医やカウンセラーなどの支援体制を強化して予防対策を進めています。こうしたことを通じて早期発見・早

期治療につなげられるように努力しています。また、当社では、「思いやりカード」というものをつくって管理職が社員の健康に気を配る取り組みも行っています。

鬼頭会長：母子保健推進員の立場から、何かありますか。

波多野委員：母子保健推進員の立場では、日頃から母親と子どもに会うことが多く、喫煙の問題にはいつも心を痛めています。家庭訪問すると、それだけで家庭の雰囲気わかりますので、心配がある場合には保健師に相談しています。大切な子どもを育てていくので、楽しく子育てできるように支えていきたいと考えています。訪問時に、お父さんが嬉しそうに子どもを抱えて出てこられると、私たちも本当に嬉しい気持ちになります。

鬼頭会長：PTAの立場から、いかがでしょうか。

住田委員：PTAでは、子ども本人と保護者を対象に、スマートフォンに関するアンケート調査を実施しました。その後、家庭で決めたスマートフォンの使い方の約束事を家庭内に貼るということを推奨して取り組んでいただき、さらに事後アンケートも実施する予定です。

加藤副会長：子どもの睡眠時間の短縮は、うつなどにもつながるので、スマートフォンに関するアンケート調査の取り組みは素晴らしいと思います。重点課題の「人とつながろう」と「睡眠を十分にとろう」は気をつけなくてはなりません。

住田委員：PTAでは、具体的な問題点や子どもの悩み等を把握しているということはありませんが、スマートフォンの利用と睡眠時間との関係性はPTAでのアンケートの中でもみられます。

片山委員：夏休みに、ボールを使ったスポーツを企画して子どもを募集したところ大変好評で、5回ほど開催しました。開催後のアンケートの結果、次年度もやってほしいとの要望をいただきましたので、今後も検討していきたいと思っています。直接、自殺を予防するというのではないかもしれませんが、スポーツを通じて元気に過ごせるよう支援していきたいと考えています。

中川委員：高校生は部活動をやっている、帰宅が午後9時頃になることが多く、どうしても就寝が遅くなってしまいます。睡眠時間が短いのではないかと心配しています。

河野委員：主婦の立場から食生活に関心を持っており、女性の会で食生活を取り上げ、減塩を啓発しています。食生活は、毎日のことなので大切なことですが、しだいに忘れてしまいがちです。そうした習慣が長年積み重なってくるので、あらためて食生活が大切だと感じています。

宮田委員：アンケート調査結果で、「今後どのような自殺対策が重要だと考えますか」という部分では、実際に自殺を考えたことがある人の意見をみておくとよいのではないのでしょうか。また、うつの薬は、勝手な判断で服用をやめてしまうとかえって危険なので、一般の方もそういう知識を持っていただけるとよいと思います。

加藤副会長：うつによる自殺は、病気の状態が悪い時よりも、少し良くなった時のほうが危険なので、注意が必要です。

事務局：自身が自殺を考えたことがある人のクロス集計は、次回までに実施し、お示しします。

時田委員：社会福祉協議会では、障害者サポートセンター及び地域包括支援センター担当者が市のワークショップに参加しています。自殺は、交通事故よりも多いリスクとなっており、社会福祉協議会としてもどう取り組んでいくべきか考えているところです。また、アンケートにありましたが、受動喫煙の防止についても注目していきたいと思います。

山内委員：睡眠をとるということは大切なことだと思います。長く寝るということではなく、短時間でもぐっすり眠ることが大切だと思います。高齢者は、太陽にあたる

ことが大切だと聞きました。また、自殺してしまう人は、人とのつながりがない状態なのだと思います。先日、アイドルの自殺がありました。なぜ支えられなかったのだろうと疑問に思いました。

馬場委員：健康日本21清須計画、自殺対策など、よくまとめていただいてよいと思います。心とからだの健康と自殺は密接に絡んでいます。いろいろな重点ポイントや体系案が出されていますので、これを今後ブラッシュアップしていただければよいと思います。県も協力をしていきたいと思っています。

岡本先生：アンケートの評価についての指摘がありましたが、年齢別の回答率をみると、今回は若い年代の回答が多いという特徴がありますので、全体が網羅されているのではないかと感じました。できれば、各層への対策を講じるということが大切だと思いますので、性・年齢別の割合がわかればよいと思います。各年代への対策を考えることが大切だと思います。中間評価をみますと、食生活は重点ポイントにあげてもいいのではないかと感じました。食生活は身体をつくる基本でもありますし、メンタルとも関連するというデータがありますので、食生活は重要だと思います。また、子どもの食生活が非常に悪いという現状があります。糖分を取りすぎて、他の栄養が不足しがちで、体調が悪い子が多くなっています。そういう意味も含めて食生活を重点に加えても良いのではないのでしょうか。また、自殺対策について、入れていただきたいのが労働者対策です。日本の企業の95%は50人未満の中小企業という現状があり、そうした企業では産業医もいないのが現状です。そうした職場への支援をどう考えるのか、市として検討してほしいと思います。地域・職域連携が必要なテーマだと思います。それらの点を踏まえて計画をさらに充実させ良いものにしていただければと思います。

### 3 その他

事務局：多くのアンケート調査項目に答えていただきました市民の皆様に感謝したいと思います。ご指摘いただきました、睡眠時間と睡眠時間の充足度とのクロス集計、自殺を考えたことの有無と必要な自殺対策とのクロス集計、その他、すべての項目について性・年齢別にクロス集計していきたいと思っています。また、中小企業への支援についても検討させていただきます。そして、計画のキャッチフレーズについては、今日の資料では（案）として記載していますが、ワークショップ等からも盛り込んで検討していきたいと考えています。

次回は12/19（水）を予定しています。

会議の経過を記載して、その内容に相違ないことを証するためにここに署名します。

署名委員

高山 瑛 子 ㊟

波多野 眞 純 ㊟

会議の結果	会議の経過に示したとおり
問い合わせ先	健康福祉部 健康推進課 052-400-2911 内線2111・2151