

## 平成24年度 第3回帯広市健康生活支援審議会健康づくり支援部会議事録

日 時：平成24年10月31日（水）  
午後7時00分～8時10分  
場 所：帯広市保健福祉センター  
2階 視聴覚室

### ●会議次第

1. 開会
2. 副部長選出
3. 会議
  - (1) 平成24年度第1回帯広市健康づくり支援部会議事録（案）の確認
  - (2) <仮称>第二期けんこう帯広21（素案）について
  - (3) その他
4. 閉会

- 出席委員：井出渉部会長、吉村典子委員、相馬昇委員、佐土根由委員、高橋きみ子専門委員、有岡秀専門委員、角谷巍啓専門委員

### ● 議事録

#### ○ 事務局

こんばんは。

それでは、ただいまから、平成24年度第3回健康づくり支援部会を開催させていただきます。

本日の委員の出席は、健康づくり支援部会、委員8名中7名のご出席をいただいております。出席人数が委員の過半数を超えていますことから、本日の部会は成立しております。

それでは、これよりの議事進行につきましては、井出部会長にお願いいたします。

#### ○ 部会長

次第の2. 副部会長の選出を議題といたします。

事務局、説明願います。

#### ○ 事務局

副部会長の選出につきましては、帯広市健康生活支援審議会条例施行規則第3条第6項の規定により部会長の指名により選出されることとなっておりますが、前回の部会において選出されました井出部会長がご欠席されておりましたことから、副部会長の選出は本日の部会で、井出部会長より指名していただくこととなります。

井出部会長から、副部会長の指名をお願いします。

○ 井出部会長

副部会長は、部会長の指名とのことですので、私から指名させていただきます。  
副部会長には、吉村委員を指名したいと思います。  
よろしいでしょうか。

○ 吉村委員

【指名 受諾】

○ 井出部会長

それでは、副部会長は吉村委員にお願いします。  
一言ご挨拶をお願いします。

○ 吉村副部会長

今回、素案を見せていただいて、ずい分まとまってきたと思っています。皆さんのお力添えがあったものと思います。  
今後とも皆さんと力を合わせながら、帯広市の健康づくりに尽くして行きたいと思っています。  
どうぞよろしく願いいたします。

○ 井出部会長

ありがとうございました。  
それでは会議に入らせていただきます。  
まず、前回会議の議事録の確認について、議題といたします。  
この議事録は、この場でご確認いただいた後、公開される予定となっております。

○ 井出部会長

議事録につきまして、ご質問やご意見があればお願いします。

別になければ、会議録は了承されたものといたします。

次に、〈仮称〉第二期「けんこう帯広21」（素案）についてを議題といたします。  
事務局、説明願います。

○ 事務局

お手元に、最終評価の資料がございますが、以前に最終評価、暫定版としてご説明させていただいていた内容に、メタボリックシンドローム等の項目を最新値に置き換えて最終評価としてございます。

それでは、素案についてご説明させていただきます。

素案本編目次をご覧ください。

【目次読上げ】

内容について、概要版でご説明いたします。

第1章 計画策定にあたって 第1節 計画策定の背景と計画の目的

背景では、現在のけんこう帯広 21 においては、主に生活習慣病の発症予防に重点をおいていましたが、そうしたなか、国においては、働き盛り世代や、子育て世代などの生活に余力を持たない若者への対応など社会環境の観点が希薄であるという課題がだされました。

また、生活習慣病の予防のみならず、合併症予防等の重症化予防を重視した取組を推進するとしています。

帯広市においては、国の計画を勘案し、新たな健康課題などを踏まえ、策定します。

第2節 計画の位置づけは、「第六期帯広市総合計画」の分野計画として位置づけ、本市の保健予防の推進施策の柱とします。

第3節 計画の期間は、平成 25 年度から平成 34 年度までの 10 年間とします。

第4節 前計画の評価は、目標に達した 30.4%、目標値に達していないが、改善傾向にある 16.1%、変わらない 32.1%、悪化している 14.3%、評価困難 7.1%となりました。

目標に達した、目標に達していないが改善傾向にある、を合計しますと 46.5%となっています。

今後の課題ですが、野菜の摂取量の増加の取組、働き盛り世代への取組、糖尿病有所見者の取組、特定健康診査・特定保健指導の取組などが挙げられました。

第 2 章 計画の基本的な考え方 第 1 節 基本理念は、市民一人ひとりが、主体的に生活の質の向上に努め、健康づくりを進める社会環境を整備することにより、健康寿命を延ばし、健やかで心豊かに生活できるまちづくりを目指します。としました。

第2節 基本目標は、健康寿命の延伸と健康格差の縮小としております。

健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間です。また、健康格差とは、地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差ということですが、たとえば、忙しい世代は健康づくりに取組づらく、健康状態に差が出るといった事になるかと思えます。

第 3 節 基本方針は、1. 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底、2. 社会生活を営むために必要な機能の維持、向上。これは、ライフステージに応じた心身機能の維持、向上につながる対策となります。3. 健康を支え、守るための社会環境の整備。この方針は、健康づくりを支援する企業、民間団体等の参加協力を得るなど、市民が主体的に行う健康づくりの取組を総合的に支援する環境を整備することになります。4. 栄養・食生活、身体活動・運動など生活習慣、社会環境の改善。の 4 つとしています。

次に、第 3 章 市民の健康の状態ですが、

2. 人口動態では、主要死因別死亡率については、がん、特に大腸、膵臓、肺と交通事故、自殺が全国と比較して高い結果でした。

3. 医療費の状況ですが、総医療費が 992,440,980 円のうち主な生活習慣病にかかった医療費が 421,320,700 円で生活習慣病の割合が 42.5%という割合になっています。

次に第 3 節 帯広市民の特徴的な健康課題は、

1. 糖尿病の有所見者や重症化している人が多い、2. がんによる死亡者が多い、3. 自殺による死亡者が多い、4. 野菜の摂取量が少ない、5. 短い距離でも、自家用車を利用する人が多い。これは、アンケートにおいて、5 分以内 300 メートルの短い距離でも車を利用する市民が 23%いたことから課題としました。

次に、第 4 節 ライフステージにおける現状と健康課題です。

現状については第 4 章に記載しております。

妊娠・出産期、乳幼児期については、保護者の影響が強く妊娠中の喫煙や飲酒、保護者の体調不良やストレスが課題となっています。

2. 学齢期については、こどもの肥満や未成年の飲酒、喫煙が課題となっています。

3. 青年期・壮年期・中年期については、特定健康診査受診率、特定保健指導利用率を向上させることやメタボリックシンドローム、糖尿病が課題となっています。

4. 高齢期については、認知高齢者、認知症高齢者が各地に増加することが予想されることから、認知症予防が課題となっております。また、地域活動の低下においても心身に悪影響を及ぼすほか、外出機会の減少をもたらすことから課題となります。

「取組」についてですが、はじめに重点課題と目標についての取組に対して説明させていただきます。

一つ目が、糖尿病対策ということで、5つの目標項目を設定しております。

1. 合併症の減少ということで、糖尿病腎症による年間の新規透析の患者数の減少。2. 糖尿病有病者の増加の抑制ということで、HbA1c6.1%以上の人の割合の抑制。3. 血糖コントロール不良者の割合の減少ということで、HbA1c8.0%の人の減少。4. メタボリックシンドロームの該当者、予備群の減少。5. 特定健康診査、特定保健指導の実施率の向上。の5つをあげております。

「取組」ですが、取組のあげ方としまして、本人や家族の取組、地域、関係機関の取組、そして市の取組となっております。主な市の取組としましては、先ほども申し上げましたが、糖尿病発症予防、重症化予防の講座を推進します。

次に、がん対策です。がん対策は2つの目標を設定させていただいています。

一つ目が、がんの標準化死亡比の減少。二つ目が、がん健診の受診率の向上。

がん検診受診率は国の算定と同様に今までは40歳以上という設定でしたが、次期計画では40歳から69歳まで、子宮頸がんについては20歳から69歳までを対象とした設定となっております。

こちらの目標ですが、今年、北海道においても次期健康増進計画を策定しておりまして、11月の半ば過ぎに素案が出来上がると聞いております。素案を参考にしながら設定をしていきたいと思っております。

取組ですが、市の取組で、がん検診の受診しやすい環境を整える。ということで、事業化に向けて取組をすすめてまいります。

次に、心の健康対策です。2つの目標項目をあげています。

一つ目が自殺者の減少。二つ目がメンタルヘルスに関する処置を受けられる職場の割合の増加。としました。

市の取組は、自殺対策を進めるためのゲートキーパー機能の充実を図り、地域連携体制を整えるとしています。

次に、「ライフステージ」における取組と目標です。

妊娠出産、乳幼児期は、みんなの目標として「たくましく、健やかに育つことが出来るように支える。」もう一つが「たくましく子育て出来るよう地域を支える。」が保護者向けの目標としています。

目標項目4つ掲げております。

一つ目が、全出生数中の低出生体重児の割合の減少。二つ目、三つ目が、妊娠中の飲酒、喫煙をなくす。四つ目が、3歳児のう歯のない率の増加。としています。

主な市の取組では、乳幼児健診や子育てに関する各教室でバランスの良い食事を規則正しく摂るこ

との重要性について周知啓発をします。

次に学齢期ですが、みんなの目標が「家庭や学校、地域に見守られながら健康的な生活習慣を身につけられる。」ということで、4つ目標項目をあげています。

一つ目が、肥満傾向にある子供の割合の減少。二つ目三つ目が、未成年の飲酒、喫煙をなくす。四つ目が、12歳児の一人平均う歯数の減少。としています。

主な取組が肥満や過度なダイエットなど健康の影響に対する正しい情報の提供や対応の充実を図ります。としています。

右側に「フードバレーとかちで健康づくり」というリーフレットを掲載しています。

あいうえお作文といいますが、フードバレーとかちの頭文字を標語にしました。栄養や運動、休養などの中身で、皆さまに取組んでいただきたいということで作成しました。

これを是非拡げていきたいと思えます。フードバレーの「フ」につきましては、「増やそうよ、黄赤緑の野菜のおかず」、「ド」は、「どこでも、いつでもやろうその場歩き」、「バ」は、「ばくばくと食べずに食事はよくかんで」、「レ」は「レシピ工夫、朝昼しっかり夜軽く」、「と」は「とるのなら美味しいおやつは日中に」、「か」は「かちかちの頭と心をリラックス」、「ち」は「ちょっとした時間と工夫でストレッチ」となっています。

次に、青年期・壮年期・中年期です。

先程の背景の中にもあったのですが、働き盛りの取組が課題となっていたということで「重要」と記載させていただきました。

目標項目も14項目で多くなっています。また、こちらには掲載していないのですが、本編に重点課題の11項目と青年期の一部に未成年が加わるということで、未成年の項目が2項目でリンクさせており14プラス13で27の目標を掲げました。

主な目標項目ですが、20番の健康づくりに関する活動に取組、自発的に情報発信を行う企業登録数の増加ということで、厚生労働省がスマートライフプロジェクトという「栄養と運動と禁煙」の3つを柱とした運動を、企業、団体、個人で取組むということで、事業を進めているのですが、帯広市でも推進していこうということで目標を設定しています。

国では10年間で3000社としています。帯広市は50社ということでかなり多い目標としているのですが、重点的に取り組むということで設定させていただきます。

22番の野菜摂取量の増加で、現在162gという非常に少ない結果ですが、国の目標値が350gで道のりは大変かと思うのですが、目標値は国と同様350gとしております。

24番の運動習慣者の割合の増加ということで、64歳までの男女における割合としています。

次に27番、生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人ということで、現計画ではアルコール依存症のリスクが高くなる量を基準とし、純アルコール60g以上としていましたが、今回、国において、アルコール依存症ではなく、生活習慣病のリスクが高まるアルコールの量ということで目標を掲げております。

男性が40g以上、女性が20g以上の割合の減少ということで、国と同様に掲げました。

28番、成人の喫煙率の減少（喫煙をやめたい人がやめる）ということで、国においては、12%を目標としています。帯広市の場合、国と比べて喫煙率が高いため、国の減少率を帯広市の現状に置き換え、14%と掲げました。

29番の歯の目標項目ですが、以前は歯の喪失ということでしたが、今回、歯周炎の目標を掲げてい

ます。

市の主な取組は、健康づくりに関して、関係機関、団体、職場、行政などが一体となった取組を推進します。ということで、今までは職場に対する取組が少なかったという課題がありましたので、新しい計画では職場と一緒に健康づくりに取組む事が出来ればと考えております。

次に、高齢期です。

みんなの目標として仲間とともに活動的な高齢期を過ごす。とし、4つの目標項目を掲げました。

こちらリンクする部分で重点の項目が8項目、青年・壮年・中年期、例えば野菜などは高齢期でも目標となりますので、5つの項目については再掲という形で目標を掲げております。合計17の目標となります。

項目は認知機能低下ハイリスク高齢者の発見率向上、就労または何らかの地域活動をしている高齢者の割合。現在の計画では何らかの地域活動している高齢者の割合だったのですが、今60歳以上でも就労されている方が多いということで、地域活動という意味では就労されている方も含めての目標項目とさせていただきます。

歯の喪失ですが、80歳で20本以上の自分の歯を有する「はちまるにいまる運動」の継続的な推進と、60歳以上の24本以上「ろくまるにいよん運動」の継続を行います。

先程の青年・壮年・中年期と同様、歯周炎を有する人の減少を目標値に掲げており、60歳代における歯周炎を有する人の減少としております。

市の取組としては、認知機能が低下した人の早期発見に努めます。健康づくりのボランティアの養成と育成を推進します。歯周疾患の予防、早期発見のための定期健康診査の受診勧奨を行います。歯については年齢問わず取組んでいきます。

最後、第5章 計画の推進に向けてです。

1. 市民、地域、行政の協働による取組、2. 計画の推進体制の整備、3. 計画の進行管理と評価ということ取組んでまいります。

今後につきましては、部会で検討いただいた内容を勘案し、関係機関等との意見交換での意見を参考資料に加えて原案の作成を進めていきます。

説明は以上です。

○井出部会長

ありがとうございました。只今の説明でご意見ご質問ありませんか。

○委員

自殺者の割合が帯広市は高いということですが、自殺者の年齢別や原因などの詳細はわかるのか。

○事務局

警察庁の統計で、年代別、男女別、原因別、月別などの自殺者数が把握できます。

帯広市は40代50代の自殺者が多く、原因別では国と同様に健康問題、経済問題が多く、職業別では無職者が多くなっています。

最近では、若者の自殺者が増えてきているという傾向があります。

○委員

今までは心の健康はうつ病が問題だったと思います。

今回、自殺者数の数値が出てきてびっくりしているのですが、どういう経緯ですか。

○事務局

自殺対策は、国で年間3万人以上の自殺者が続いていることから、自殺対策の強化が必要であるとして、平成21年度から地域自殺対策緊急強化基金を創設しました。これをきっかけに、帯広市においても自殺対策に取り組むことになりました。

今回の計画では、目標に「自殺者の減少」を掲げています。

来年度は自殺者のデータを詳細に分析して、どこにターゲットを置いて取り組むことが必要かなどを検討し、自殺者を減らすという取組をしていきいと思っています。

○井出部会長

うつはなかなか把握が難しい。

○委員

単純に健康問題だとか経済問題だとかが分かりましたと言っても、自殺予防にはつながりませんよね。どういステップを踏んでいくのか。

○事務局

詳細なデータをこれから警察署と連携を図り把握していきたいと思っております。

○井出部会長

特定健診で、腎機能の検査、クレアチニンの検査が次年度から入ってきますね。

それはやはり、透析患者さんが増えてきているからですね。

○事務局

そうです。素案の36ページを見て頂くと、帯広市の人工透析の状況が出ております。

これは障害福祉課で自立支援医療の届出をしている方のデータになります。

21年から23年まで載せていますが、糖尿病腎症による透析者数が年々増加しています。

37ページのグラフは帯広市の国保レセプトからのデータです。

糖尿病腎症による新規透析導入患者数が平成23年度5人いましたが、10年後には0にするという目標を掲げました。

○井出部会長

高齢期の市の取組で、認知機能が低下した人の早期発見に取り組まずとありますが、具体的に何をするのでですか。

○事務局

生活機能を評価するチェックリストを、高齢者福祉課から送付して、チェックしたものを送り返してもらっています。

認知機能の低下がある人を把握、発見していくという取り組みを行っていますが、毎年3万人以上の高齢者の方がおり、数年かけて行っています。

○委員

昨年までは健診の時に行っていたのですが、今年から64歳以上の方が自宅でチェックをして返信しています。それと、いきいき温泉事業に参加している方たちは、事業終了時にチェックをしています。

○井出部会長

郵送してちゃんと答えて返ってくるのですか。

○事務局

結構良い率で返ってきていると聞いています。

○委員

本当に認知症の方は返信できないですね。

○事務局

介護保険が該当されている方には送っていません。予防の目的で認知低下の恐れがある方の発見という事で行っています。

○井出部会長

要支援の方も対象外ですか。

○事務局

要支援の方も送っていないです。介護保険に該当する前の方に対して早期に発見する為に送っています。

○委員

認知機能低下ハイリスク者は、地域包括支援センターの方が訪問しています。

○井出部会長

青年期・壮年期・中年期で、20番の健康づくりに関する活動に取組、自発的に情報発信を行う企業登録数の増加で、厚労省が推進しているということで、帯広市は10年で50社としていますが、登録した企業に対して補助金が出るなど何かメリットがあるのですか。

○事務局

こういう事業があるというのもまだ、あまり知られていないと思います。

まず、お知らせするという事、取組の内容を一緒に考えていくという事と、取組んで頂ける企業に対して健康づくりの支援を行い、取組んでいる企業、職場の周知も行っています。

今、事業化に向けて取組んでおります。



○井出部会長

市としてはその企業に対して援助、助言指導する形なんですね。

○事務局

そうです。健康づくりに取組む企業という事では、市のホームページで掲載したり、事例集を作って配布したりしたいと思っているので、企業のイメージアップにも繋がると思っています。

○委員

これは素案ですから、更にこれから運動に対する目標だとか付け加えていくのか。

例えば日本健康指導士の会議で、健康日本 21 の取組の流れとか、1 日歩数 1500 歩増やしましょうとか、位置づけていますが、けんこう帯広 21 の場合は運動に対する具体的な数値目標はどうされるのか。

○事務局

歩数については、歩数を調べる手段というのが少し難しいという事で、今回項目から外しました。

素案ということで、ワーキンググループで検討していただいたものを文章化して目標数値も定めさせていただいた。

これは素案の段階ですが、本日の健康づくり部会でご意見をいただいて、庁内の会議にかけまして 11 月 19 日に厚生委員会に素案をお示しします。

そこで色々な意見をいただいてその後、修正する部分は修正して、1 月の段階で素案から原案にしたいと思っています。

原案をパブリックコメントということで、広く市民から意見を募集し、それを経て最終的にまた案の状態では健康づくり支援部会の親会であります健康生活支援審議会に報告して承認を得るという形にしたいと思っていますので、今色々なご意見を頂いた物をこれから織り込んでいきたいと思えます。

○事務局

健康日本 21 では日常生活の歩数の増加を目標で掲げているのですが、市町村においては歩数は把握できないので、特定健康診査の質問の中で、「日常生活における歩行または同等の身体活動を 1 日 1 時間以上実施しているかどうか」で「はい、いいえ」の項目があり、これを用いて国などとの比較がきるとしています。

○委員

次期健康日本 21 では、1 日 1500 歩数を増やしましょうと掲げてあった。

それと、フードバレーとかちの健康づくりの標語、「バ」のところの「食わずに」「食事は」のところに切れ目を入れた方がいいのではないのでしょうか。

○事務局

そうですね。

○委員

どこで使われるんですか。

○事務局

具体的に計画を進める一つの標語として計画にも載せていこうと思いますし、ポスターを作ったり、学校ですとか公共施設に配布し見えるところに貼ってもらい意識付けしていただこうかと思っています。

○委員

「ド」のその場歩きは良いのですが、その場歩きは安静時の約4倍はエネルギーを使う。

私の主治医が何年も前から、もも上げを推奨していた。

生活習慣病の予防に良い効果が上がっている。天候に左右されず出来るということだと思う。健診・栄養・運動教室でもお手伝いさせていただいていますが、そこでは外で運動できない時に実施する運動ということで、もも上げを推奨しています。

○井出部会長

他にご意見ないでしょうか。よろしいですか。事務局から何かありますか。

○事務局

まだお時間ありますので、もし何か気づいたら事務局のほうに言っていただければ参考にさせていただきますのでよろしくお願いいたします。

計画の今後のスケジュールにつきましては今までもご説明しておりますが、原案を12月の中旬にこの部会で皆様に審議していただきたいと思っております。

直近の部会につきましては11月21日審議会が予定しております、その後引き続き健康づくり支援部会を開催し、23年度の決算についてご報告させていただきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。ご案内につきましては10日程前にお送りいたします。

○井出部会長

以上で予定された審議を終了いたしました。本日はここで閉会したいと思います。お疲れさまでした。