

令和3年度第2回米原市健康づくり推進協議会 要点録

日時：令和4年2月17日（木）18：30～19：45

場所：米原市役所本庁舎1階コンベンションホール

【出席者】

（一社）湖北医師会	中村 泰之（会長）
滋賀大学教育学部	久保 加織（副会長）
（一社）湖北歯科医師会	伊藤 宗寛
市健康推進員	有賀 尚子
市女性の会	野一色 順子
校長会代表	藤木 利彦
保育園・幼稚園代表	北村 きよみ
J A レーク伊吹農協職員	荒田 佐知子
いぶきスポーツクラブ	西脇 栄子
市スポーツ推進員協議会代表	中野 民子
給食センター	岸 陽子

【欠席者】

米原市商工会	北川 敬子
（福）市社会福祉協議会	宮田 英子
市老人クラブ連合会	堤 正純
湖北健康福祉事務所（長浜保健所）	嶋村 清志
公募	高畑 律夫
公募	堀江 里美

【事務局】

くらし支援部：立木部長

健康づくり課：宮野課長、高橋補佐、柴田補佐、
田辺、中澤、中辻、祖父江、芝原、中川

【傍聴者】

無し

【要点録】

1. 開会（挨拶：くらし支援部長）

本日は公私ともに御多用の中、御足元が悪い中、本協議会に出席いただきまして、誠にありがとうございます。委員の皆様には平素より米原市民の健康増進に向けて、御尽力御協力いただいておりますこと、深く感謝申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染症の第6波は少し減少傾向、高止まりというような報

道もございますが、本日の滋賀県での新規感染者は1,262人ということで、昨日よりも大幅に増加してきている状況でございます。そのような中で、皆様方は医療や学校そして福祉の分野など、それぞれの立場の中で、最前線で御活躍いただいていることに感謝申し上げます。ありがとうございます。

さて、本日の健康づくり推進協議会で御協議いただきたい内容といたしましては、健康まいばら21（第2次）の計画、いきいき食のまちづくり計画（第3次）、そしていのち支える自殺防止対策計画についての現状と課題について報告をしていきながら、次年度からこの三つの計画を一つに統合し、市民の健康という大きな中での計画の策定に取り組んでまいりたいと考えておりますので、そのあたりについても来年度に向けての御教示をお願いしたいと存じます。子どもから高齢者までのすべての市民が身体的にも精神的にも健康で暮らすことができるまちを目指して、さまざまな取り組みを進めていくためにも、ぜひ忌憚のない御意見をいただきたいと思いますので、どうぞよろしくをお願いいたします。そして今後とも本市の健康づくりの取り組みに対しまして、お力添えを賜いますことをお願い申し上げまして、簡単ではございますが、開会の挨拶に代えさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

2. 健康づくり推進協議会について

・委員の出席者数の確認（委員11名/17名 出席）

規則第6条第2項により、過半数の出席があるため会議として成立

3. 議事

会長が議事進行

会長：

みなさん、雪が降る中ありがとうございます。

新型コロナウイルス感染症による感染もなかなか収まりが見られず、オミクロン株の感染力に驚いています。

協議する所はしっかり行いながら、できるだけスムーズに進めたいと思います。

（1）健康まいばら21（第2次）計画の進捗について 資料1（概要版）

事務局：

健康まいばら21（第2次）計画は、市民の「生活習慣病の発症予防と重症化予防」「生活の質の向上」「健康寿命の延伸」の実現に向けて、取り組みを進めてきました。

まず、1つ目の「がん検診、特定健康診査の受診率向上について」です。

がん検診については、肺がん検診の受診率は横ばいですが、その他のがん検診については、受診率が低下しています。令和2年度は、特に新型コロナウイルス感染症の感染拡大による受診控えなどにより、受診率が低下しています。令和3年度は持ち直しつつ

あるものの、目標値には届いていない状況です。

職場検診を受診している方もおられるため、来年度実施するアンケートで、受診場所の把握をしたいと思います。

特定健康診査の受診率についても、令和元年度までは横ばい、令和2年度には37.9%まで落ち込んだものの、令和3年度12月末現在では36%となっており、今後、医療機関や人間ドックでの受診分を含めると40%は超えるの見込んでいます。

感染予防のために令和3年度は、集団健診(検診)の定員を削減し、完全予約制として実施したため、希望日に全ての健診(検診)を受診出来なかった方もおられたため、来年度は定員を1割増やして実施する予定です。

次に2つ目の「生活習慣病の発症予防と重症化予防について」です。

特に男性のメタボリックシンドローム該当者および予備軍の増加が著しい現状です。計画策定時と比べると約2倍に増えています。

これは、国の計画においても同様に悪化しているとの報告が出ています。

健康診査受診者のうち、重症化リスクの高い方には、個別に保健指導を実施していますが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、これまでのように連絡をせずに訪問することがなくなったため、支援者数は減少しています。

今後も市の課題である虚血性心疾患予防の視点で保健指導を実施していきたいと思っています。

会長：

かなり受診率が減っている状況。令和2年度は医療機関への受診も減っており、やむを得ないところもあります。

今、健診を受けておられない方が、今後健診を受けられた時には重症化されていることや、発症されて医療機関に受診されることも予想されます。厳しい状況だとは思いますがいかがでしょうか。

委員：

夫の話ですが、おなか周りが出てきて、太りだし、ウエスト69cmが84cmになり、市からも2年前に保健指導を受け、本人もやる気になっていたところ、コロナ禍になり訪問していただくことも出来なくなりました。血圧も高くなってきているが、医療機関にも受診しにくくなった。自分の身体のことなので、自分で何とかしないといけないと思います。市からも保健指導をしていただけたらと思います。

会長：

私も運動が少なく、体重が増えてきています。

医療機関でも、我慢してなかなか受診できない方が多くなっています。

ここ3～4か月の間、医療機関に受診されないまま、自宅で孤独死されている方があり、ほとんどが心臓と脳の病気であるという現状でありました。

市の方でも、人が集まるとか、いろいろなことが出来ない状況が続く中、いろいろな

方法を模索されていると思うので、どんな状況か教えていただきたい。電話で取り組んでいるようなことなど。

事務局：

コロナ禍で、健診の受診勧奨なども出来ない状況だったが、今年度は電話やはがき等の方法は実施できました。しかし、本人は希望されていないが、保健師の指導が必要だと思う方に対して、約束なしの訪問は難しい現状です。

委員：

がん検診は2年に1回は受けようと思っています。身近にがんの方が増えています。やはり検診は毎年受けることが必要と身につまされています。

心臓と塩分の関係性についても、職場など身近に病気にかかる方が増えており、大切なことだなと思っています。

会長：

非常に参考になるお話。コロナ禍で受診率が減ったことでこうなるので受けましょうと持って行くのも一つ。集計等しながらも広報などしていくのにも必要。

(2) いきいき食のまちづくり計画（第3次）の進捗について 資料2（概要版）

事務局：

食育推進計画である「米原市いきいき食のまちづくり計画（第3次）」は、食に関して正しい知識と判断力を身に付けること、健全な食生活の実践により心身ともに健やかな生涯を送ることを目的として策定しています。目標指標については、アンケート調査を来年度実施し、評価していく予定のため、令和3年度時点で把握出来るもののみ概要版に記載しています。

今年度の健康づくり課の取り組みについて説明させていただきます。母子健康手帳発行時の健康教育ですが、母子健康手帳を発行する際に資料を用いて妊娠期の食事説明や適性体重について面談をしています。食生活の改善が胎児の発育のみでなく、母の生活習慣病予防につながることも含め、生活習慣を見直すきっかけになるよう、今後も取り組んでいく予定です。

伊吹山テレビ、広報等を利用した啓発ですが、減塩や認知症予防をテーマにした食育番組を食育月間の6月に毎年放送しています。また、健康推進員さんと協力し、伊吹山テレビで季節の野菜を使用したレシピの放送も行っており、今後も継続していく予定です。

小中学校児童生徒への食育に関する健康教育ですが、1日に必要な野菜の目安量を実際に見てもらいながら、食べ物の代謝と生活習慣病やバランス食の大切さについて伝えています。しかし、こちらはコロナ禍の影響を受け、依頼される学校数が減少しています。感染状況を考慮しつつ、今後も実施していく予定です。

会長：

食育について各団体で取り組んでおられることがありましたら、発言をお願いします。

委員：

コロナ禍でこの2年間なかなか思うように活動が出来ませんでした。各自治会に会員がいることから、近所へ個々に声掛けをしていくことは必要だと思っています。食育に関して、以前は集まっていたいて、減塩についての調理や、食事をしていましたが、今はチラシの配布程度に終わっています。減塩に対する意識や、野菜を1日350g以上摂るという、具体的なことが出来るような機会を、今後工夫していかなければと思っています。自治会や各団体の協力、理解を得て、何か出来ないかと考えています。

会長：

ありがとうございます。他にいかがでしょうか。

委員：

J Aでは食の教育として、小学生を対象に収穫体験等を行っています。コロナ禍も変わらず、外でのことですし、感染者が多い時ではなかったもので、例年どおり開催しました。農業体験、稲刈り体験や田植え体験も行っています。田植えは出来たのですが、稲刈りの時期に緊急事態宣言となり、中止しました。今回開催するにあたり、親子10組に制限して行いました。親子で参加して、親子で食の大切さを学んでいただくことを大切にしているので、一緒に体験して、おむすび等を食べていただくまでが活動の目的です。しかし、それが達成できていません。今後もコロナ禍が続く限り、食べることは出来ないかなと思っています。

新たな取り組みとして、今年度よりJ AでもSNSを始めました。作物の育つ様子や育っている姿をお知らせし、加工するところを写真や動画で説明しています。例えば、昨年の6月から大豆を栽培しており、育つ様子や、大豆を収穫して豆腐になるまでの過程を投稿しています。親が見て、興味を持ち、子どもと一緒にやってみようかなという形になればいいなと思っています。コロナ禍でも続けていけることなので、来年度も引き続きやっていきたいと思っています。

会長：

貴重な紹介をしていただき、ありがとうございます。新しい方法で、参考になります。

委員：

給食センターでも、いろいろな食育の取り組みを行っているのですが、コロナ禍で出来なくなったことがあります。例えば、親子料理教室は現在中断しています。学校での食育はできる範囲で、やり方を変えながら継続はしています。健康推進員さんに助けてもらいながら味噌づくり体験を行っていましたが、出来なくなっています。中学生にバランスの良いお弁当のポイントの話をして、その後実際にお弁当作りをする実習をしていたのですが、現在調理実習は出来なくなっていて、お話だけになっています。グリーンピースのさやむき体験などもできなくて、野菜のお話だけで、制限はあるのですが、出来る範囲で子どもたちに食育を続けています。グループ活動を中止するなど出来る範

囲で工夫しながら続けていくという取り組みになっています。今年は時期がよく、収穫体験はできたので、いいタイミングで行えば出来ることもあるのですが、出来ないことが多いかなと思っています。

会長：

出来ないことが多い中で工夫していただいて、ありがとうございます。出来ることを継続することや、新しい取り組みで行っていくことが、今後コロナが少しずつ落ち着いて、活動が出来るようになってきたときに、両方出来る形でつながっていくと思います。よろしくお願いします。

SNS 等を使うのは御高齢の方には難しいでしょうか。

委員：

SNS は話題になっていますが、受信していただく方に対してどのようなサポートができるか、問題かと思います。

会長：

そうですね。新型コロナのワクチン接種の予約も難しい状況でしたね。全世代で出来るような形で、出来る方法があればよいのではと思います。

(3) いのち支える自殺防止対策計画の進捗について 資料3 (概要版)

事務局：

いのち支える自殺防止対策計画は令和2年3月に策定し、今年度で2年目になります。この計画は自殺リスクとなる要因をできるだけ減少させるとともに、自殺防止対策に対する市民の理解と関心を深め、一人でも多くの命を救うことを目指しています。

そのための目標として、「自殺者ゼロ」と定めており、その達成に向け、まず当面は計画策定時から過去十年間で最も低い自殺死亡率だった平成28年の自殺死亡率12.5%の30%減少(8.8%以下)を目指しています。計画策定時の平成30年は15.1%(自殺者6人)、令和元年は20.4%(自殺者8人)でしたが、令和2年は自殺者2人、自殺死亡率5.1%と低下し、目標を達成しました。令和3年は自殺者数が速報値で5人となっているため、自殺死亡率は12.5%以上になる見込みです。令和2年は、全国的にコロナ禍の影響により自殺者数が2万1081人、前年より912人(4.5%)と増加しました。令和3年は2万830人と2年ぶりに減少しましたが、コロナ禍前までには減少せず、高止まりの状態です。コロナ禍によって今までからの経済面や家族間不和などの様々な原因から、失業、生活苦、外出自粛によるストレスや育児や介護疲れなどの問題が浮き彫りになってきており、今後新型コロナウイルス感染症の長期化により、こころの健康への影響が深刻な問題になる可能性が考えられます。

【現状と課題】の基本施策2に記載しておりますが、今年度は11月28日に社会福祉大会の第3分科会で市民向けのゲートキーパー研修を中心とした内容の講演会を開催し、34人の市民の方が参加されました。来週の2月22日には市役所職員・関係機関の

職員向けのゲートキーパー研修をオンラインで開催する予定です。計画の目標指標に「ゲートキーパー養成研修会の受講者数」があり、令和5年度までに累計で150人のゲートキーパーを養成することを目指し、来年度以降も取り組みます。昨年度と今年度は新型コロナウイルス感染症により民生委員や健康推進員といった地域で役割を担ってくださっている方へのゲートキーパーに関する周知や研修会の開催ができなかったため、来年度の課題にしたいと思っています。

このほかに健康づくり課の取り組みとして、昨年度と同様に精神疾患を抱えて地域で生活されている方、こころの健康に関する相談に対して地区担当保健師が個別支援を行い、必要に応じて他課と連携しながら支援を実施しています。

また、平成29年度より自殺未遂者の再企図防止を目指した湖北いのちのサポート事業についても保健所、救急告示病院と連携し、今年度は3件医療機関より報告をいただき、うち2件について支援を継続しております。

会長：

令和2年がかなり減っていますね。私も現状として、令和2年、3年と自殺の立ち会いは少なくなっているように思います。私は、令和2年は自殺者が増えると思っていましたが、令和2年は本当に少なく、令和3年も立ち会いに呼ばれる件数は少ないように思います。ただこの溜めこんだ状況が、悪い状況を招きかねないと思っています。

学校生活が普段通りできない状況にあった中で、学校として何かありましたら発言をお願いいたします。

委員：

コロナ禍でここ2年間、今までの学校生活とはほど遠い状況です。すべての学校行事が縮小あるいは中止となる中で、子どもたちはストレスがたまっているかと思います。だんだんと子どもたちもそういう世の中になってきたのだと意識しています。学校現場、特に中学校では、不登校の生徒が多くなってきており、家庭訪問をすれば話ができる子はよいのですが、会えない子のケアが心配です。健康づくり課も、学校教育課や子育て支援課と横の連携をとることで、未然に防止する、あるいはコロナケアをどうしていくか、市として発信していただけるとよいかと思います。

会長：

学校がそのような形でとらえてくださり、ありがとうございます。ひきこもりになってしまわれて、つらい思いをされることもたくさんあります。横のつながり、ぶつ切りでなく継続した支援およびフォローをできるような体制を考えていく必要がありますので、よろしく願いいたします。

委員：

核家族化が進んでおり、孤立している保護者と子どもが多くなっています。コロナ禍になり、外に出られず家で母子が向き合って、しんどい思いをされている方がたくさんおられます。健康づくり課と連携し、気になる保護者や子どもの情報共有をして、支援

センターの職員が訪問し、支援センターへ遊びにきていただくよう、米原市全体で取り組んでいます。コロナ禍で予約制になっていますが、親子で遊ぶ場を提供し、かわり方等、悩みごとの相談や、親子どうしのつながりの場となっています。このような支援センターの活動を今後も大事にしていきたいと感じております。

会長：

この第6波で、園や学校が休園、休校になる中で、保護者が仕事に出られなくなっている状況でのストレスやいろいろな話も入ってきていますか。

委員：

そのような話はあまり聞きませんが、この第6波で、子どもたちへの感染が増えている中で、学校もこれ以上対応が難しい状況ですね。

副会長：

オンライン授業やオンデマンド授業が増え、大学は勉強するところではあるけれども、仲間を増やす意義のある期間でもあるので、せっかく大学に入ったのに友達も増えない等、学生たちはストレスが溜まっていると感じています。

(4) 市の健康課題について 資料4

事務局：

まず、生活習慣病には、糖尿病、高血圧、脂質異常症などがあり、その状況が継続し重症化することで、心筋梗塞や、脳卒中、また慢性腎臓病などを引き起こすと言われていいます。その中でも、米原市では医療費などの状況から心臓と脳に注目してデータを分析しています。

今回、いくつかのデータを分析する中で、データの年度が表によって異なっていますが、それぞれ確認できました最新のデータで示しています。

まずは、死亡の状況を見ますと、先に②を見てください。国を100として考えて、死亡の状況を見ているものです。そうしますと、脳血管疾患は国に比べても低いですが、心疾患については国と県よりも高い状況です。また、①の表を見ますと、年齢ごとに死亡の状況を見たところ、高齢化率が高いため全年齢で県よりも多く、さらに65歳以下の年齢で見ましても、死亡の割合が多い状況と分かりました。

次に、介護の状況です。③の介護保険認定率は令和元年、20.7%と国・県よりも多く、④の要介護認定者の有病状況を見ると、介護認定を受けている人が脳血管疾患よりも心疾患を持つ人が多い状況です。

次に、医療の状況をご覧ください。⑤は、全体の医療費に占める、予防可能な疾患である心疾患の割合を見たものです。これを見ても、国や県と比べて米原市は心疾患による医療費割合が高くなっています。国民健康保険では、心疾患にかかる医療費は6,550万円、後期高齢者については1億8,806万円かかっています。また、脳血管疾患と比べても医療費割合・金額ともに多くかかっていることが分かります。

ここまでの死亡～医療の状況を確認し、米原市ではタイトルにもあるように、虚血性心疾患が課題と考えています。

ここで、「虚血性心疾患」とは、心臓病の中でも生活習慣と密接に関係しているものです。心臓は1日に10万回絶えず働くために、血液によって運ばれる大量の酸素と栄養が必要です。その血液を運ぶためには心臓の表面を覆う血管を冠動脈と呼び、その冠動脈が狭くなったり詰まったりして、心臓の細胞に十分血液が届かない病気のことを言います。代表的なものに「狭心症」や「心筋梗塞」があります。

次に、健診の状況をご覧ください。健診の上部、点線の囲みの中には、虚血性心疾患を起こすのには、「高LDL コレステロールからおこす」「メタボ・糖尿病境界型からおこす」「糖尿病からおこす」の3つのパターンから起こすと書いています。

米原市にはこれらの危険因子を持っている人がどれくらいいるのか、⑦の特定健診受診者数と有所見状況で見ってみました。糖代謝異常（糖尿病予備軍以上）については、約5割程度の方が該当され、脂質異常（LDL コレステロール異常）についても、約5割弱の方が該当されました。また、令和元年・2年度ともに、より重症なLDL コレステロール180以上のハイリスク者のうち未治療者が約9割おられる状況です。

これらの状況も踏まえて、米原市は心疾患が課題と考えられましたので、令和2年度から集団健診における特定健診で、心電図検査を全数実施しています。

そこで、⑧については、心電図検査の有所見状況を見ってみました。この表では、糖代謝異常があると、心電図の虚血性心疾患に関する所見が正常と比べて発現リスクが1.9倍となることもわかってきました。

これらのことから、死亡から医療の視点や、早世予防、医療費抑制の面からも米原市は虚血性心疾患が課題であると考えています。また、健診の有所見状況や心電図所見から、心疾患の危険因子は糖尿病をはじめとして各種リスク因子が関係しており、虚血性心疾患の発症予防と再発予防のため、医療機関の受診勧奨、生活習慣の改善に関する保健指導にも引き続き力を注いでいきたいと考えています。

会長：

LDL 高値の未治療の方が多く、非常に驚きました。

事務局：

その後、保健指導等をして、56%の方は医療につながった状況ですが、それでも半数程度の方は医療にかかれていないという現状です。

会長：

大々的に、わかりやすく皆様に広報できるとありがたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

(5) その他

アンケートと今後の予定について 資料5

事務局：

計画策定に向けて、各計画の評価や、次の計画を策定する上での参考とするため、市民へのアンケートを実施する予定をしています。

現在の3つの計画のうち2つについては、アンケートまたは市民意識調査を実施しています。

いきいき食のまちづくり計画を策定する際には、20歳以上の市民2,000人を対象に行ったものと、小学5年生と中学2年生を対象としたもの、いのち支える自殺防止対策計画については18歳以上の市民1,000人を対象に実施しました。

前回行ったものについて、参考資料としてお付けしています。

市の現状や課題、新型コロナウイルス感染症の状況を踏まえて、個人や各団体で取り組まれている中で、アンケートの中に入れた方がよい項目がありましたら、その項目とその理由を御記入いただき、次回の6月頃に予定しています協議会時に案をいただきたいと思います。

会長：

食育といいながら歯科のことも含まれておりますが、咀嚼はずっと大事なことで、よいアンケート項目がありましたら次回御意見をいただきたいと思います。

委員：

いろいろ考えたいと思います。歯科の食育は、地産地消とか栄養のバランスとかではなくて、いかに楽しく食べるか、食を楽しむかということ。食べる、噛むということにおいて顎骨の成長であるとか、摂食嚥下、口腔機能障害をなんとかするということが柱になってきます。黙食は非常に辛いところであるし、ブラッシングも制約を受けるので、食育はもう少し先かなと思っております。

会長：

最後に、事務局より今後のスケジュールについて、よろしくお願いいたします。

事務局：

資料5のスケジュール案を御覧ください。健康まいばら21（第3次）策定に向けて、来年度から準備をしていきますが、来年度この推進協議会は4回開催を予定しております。現在の委員の任期が7月末までとなっておりますが、任期中6月頃に第1回を開催したいと考えております。その後8月以降、新しい委員を迎え、3か月ごとに協議会の開催を予定しております。

会長：

全体をとおして、御質問、御意見等ございませんか。

委員：

第6波が子どもたちの運動を制限していることもあり、市では6月20日までスポーツ少年団が止まっておりますので、もう少し、と思いますが、厳しい数字を毎日見てお

ります。どうかウィズコロナのいい方法を見つけて、出て来ていただけるようにしたいと思っております。

会長：

医者としてなかなか行き届かずに、早くコロナがインフルエンザのような形で治療が出来て、予防接種等で予防効果が発揮できるといいのですが、出来ることを皆様と一緒に、ワクチンの推進や未然の発見を進めていきたいと思ひます。今後ともお力をお借りしたいと思ひますので、よろしくお願ひいたします。

予定の議事を終了させていただきます。ありがとうございました。