

## 令和7年度第1回米原市健康づくり推進協議会 要点録

日時：令和7年9月24日（水）17:00～18:40

会場：米原市役所本庁舎 3B会議室

### 【出席者（敬称略）】

（一社）湖北医師会	中村 泰之
滋賀大学教育学部	久保 加織
米原市商工会	北川 敬子
（福）市社会福祉協議会	伏谷 勇恭
市健康推進員会	杉本 里美
市老人クラブ連合会	粕渕 宏昭
校長会代表	澤田 隆文
保育園・幼稚園代表	宮野 香織
JAレ一ク伊吹農協職員	中野 聰
（一社）近江スポーツクラブ	里本 靖之
市スポーツ推進委員協議会代表	中野 民子
湖北健康福祉事務所（長浜保健所）	嶋村 清志
給食センター	岸 陽子
公募	三輪 恵美
公募	友松 かおり

### 【欠席者（敬称略）】

（一社）湖北歯科医師会	山根 史考
-------------	-------

### 【事務局】

米原市長	角田
くらし支援部長	宮野
健康づくり課長	高橋
健康づくり課長補佐	真壁、細溝
健康づくり課	中澤

【傍聴者】

長浜保健所

【要点録】

1. 開会

- ・委員の出席者数の確認（15名/16名 出席）

規則第5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

2. 市長挨拶

3. 委嘱状の交付

4. 委員紹介

5. 会長、副会長の選任について

- ・会長 中村 泰之 委員

- ・副会長 久保 加織 委員

6. 議事

事務局 協議事項（1）（2）について説明

会長 今ほど、市の現状を説明いただきましたが、日ごろの生活で感じていることやご意見などありますか。

委員 数字を挙げてくれると、どのように変化しているのかが分かりました。昔、子どもの肥満はこんなにいたかなと思いましたし、塩分について、家庭科の教員が調理実習でレシピ通りに作ると、生徒から味が薄いと言われたということがありました。野菜が摂れていないということも初めて知りました。

委員 特定健診は、まさに私の年代のことで、フルタイムの時はちゃんと受けていても、段々面倒くさくなる気持ちもあります。今年は肝炎検診の個別に勧奨はがきがきたので行こうと思いました。運動習慣がないのは、車がないと住めない地域であることも関係していると感じます。最近、スマートウォッチを買って歩いており、データで見るとわかりやすいなと思います。

会長 子どもの肥満について、学校での現状等何かお話しいただければと思います。

委員 肥満の様子は、特に以前から大きく変化したとは感じていません。米原市は大変給食がおいしいと評判で、米原の子どもたちは、以前から給食がなかつた市町の子どもたち比べて、体格が良いと思っており、そのような特徴が今

も継続していると思っています。ただ、中には肥満の子がいます。一様には言えませんが、家庭での生活習慣、特に学校が終わって家に帰ってゲームとかスマートフォンをずっと長時間して、それで睡眠不足とか、お菓子を食べて食事が充分に摂れないということはあるのではないかと思っています。

会長 ありがとうございます。私も学校に行かせていただいており、確かに高度肥満っていう肥満の度合いがかなり大きい子が見受けられると思います。逆に高度やせがちょっと困った状態にもなっている。あまりにも両極端に分かれすぎるのが現状という状況です。保育園や幼稚園ではいかがでしょうか。

委員 園では、ものすごく大きい子どもさんは、あまり比率としてはないと思います。特に園では、送り迎えなどで保護者さんとお会いできる機会がすごく多いので、肥満に特化するのではなく、日常生活の何気ない話などから信頼関係を築きながら、家庭での様子とか、保護者の育児に対する姿勢とかを少しずつ知りながら、そういうことをアドバイスしていけたらなあと思いながら関わっています。

会長 ありがとうございます。私も自分の息子の塩分摂りすぎに非常に困っています。何かにつけて、かける量が多くて「そんなにかけたらあかん」と言いながら困り果てる状況です。小さい頃から、どう塩分摂取を減らしていくのかが非常に重要なことなのだと感じています。学校でも園でも色々取り組んでいただいていると思うのですが、この委員会で少しでも良い方向に米原市が向いていく、市民全体の健康を維持していくために考えていかないといけないと思うので、取り組みについても今後この委員会で協議させていただきたいのでどうかよろしくお願ひします。

事務局 協議事項（3）について説明

会長 説明いただいた中で、健康推進員さんは地域で減塩とか野菜摂取の様々な啓発等していただいているが、市民さんの反応等お聞かせいただけますか。

委員 健康推進員会では年間を通じて様々な活動をさせていただいております。今、米原市では、100人弱の会員が伊吹支部、米原支部、山東支部、近江支部に分かれて活動しています。先日は米原社協さんとコラボして、ゆめホールで、レシピや試食を提供し、減塩や野菜を食べようという啓発を行いました。やっぱり試食を無償で提供すると、皆さん喜んで食べていただけるので私たちも作り甲斐があります。健康推進員会のレシピは、いかに簡単でおい

しく食べていただけるかを考えており、ZTVで流していただいている。おしゃれな料理にすると、なかなか皆さんに家で作ってもらうのが難しいので、いかに簡単でおいしく食べてもらえるか、作ってもらえるかと言うことを常に念頭に置いてレシピの考案をしているので、よかつたら皆さんに参考にしていただけたとよいと思います。この間、夏で食欲が低下するからとオクラともちく酢の料理を作りました。カップで売っているもちく酢に、薄切りにした生のオクラと塩分が50%ぐらいの減塩のコンソメキューブを入れるという、ただそれだけのメニューですが、意外とおいしくって。あと、最後にショウガのすりおろし。皆さんに「夏バテ防止にピッタリだね」とか「さっぱりでこれならだれでもできるな」と言っていただけたり、男性のゆめホールの職員の方に「1回家で自分でも作ってみます。」って言っていただけた良かったなと思っています。子どもさんも割と食べていたのですが、そうやって皆さんに作ってもらえるというので頑張ってやっています。塩分も皆さんのがびっくりするぐらい、薄味にするには香辛料やお酢、ごま油など風味の良い物を使ってごまかすというか、食べやすく工夫しているので、そういうレシピが欲しいという方がおられたら、健康づくり課さんに置いてあるので、各自治会などで配っていただけたとありがとうございます。

会長 貴重な取り組みを紹介してありがとうございます。

委員 資料15ページの歯と口腔のところで、私は中学校に勤めており、学校での子どもたちの様子を見ている限りなのですが、コロナの前と後で子どもの歯磨き習慣が随分変わったなど感じています。つまり歯磨きを給食後にする子どもたちが随分と減った。今年度健康づくり課さんの方でフッ化物洗口をスタートしていただいているということで、本校としても子どもの歯と口腔の健康づくりに取り組み始めているところです。その中で、これは市内全部を調べた訳ではないのですが、本校の場合、虫歯も課題の1つではあるのですが、歯垢や歯石で歯科検診の後、病院を受診しなさいという案内を出す生徒が一定割合います。ただ問題なのはその後です。受診の勧告は出しても、受診しました、治療を完了しましたという歯科医師の証明をもって学校くる子どもの割合が、勧告した子どもに対してものすごく低いんです。つまり勧告はするけど、子どもが歯医者さんに行ってない、行かない、行けない、そういう状況がある。これは、家庭や保護者も一体となって子どもの歯と口腔の健康づくりに丁寧にしっかり取り組んでいこうという、その機運を高めてい

くということしかないかなと。その点で学校も頑張りますので、市の方からもバックアップをいただきたいなと思いますので、よろしくお願ひします。

会長 ありがとうございます。

委員 歯科の会議を保健所でさせていただいたて、先生が言われたように、コロナ渦の時、うがいとか歯磨きなどを集団でするのが困難な時期があったと思います。まだ分析はできていませんが、ちょっと虫歯の状況が悪いようなデータが出つつあります。米原市さんがフッ化物洗口に取り組んでいただいていることは、虫歯を減らす手段として非常に強力な手段で、ポピュレーションアプローチの方法として、海外の方であっても、様々な家庭環境がある子どもさんであっても、学校に来られたら歯が守れるという公衆衛生学的には非常に大きいと思いますので、米原市さんがフッ化物洗口を始めてくださったことは保健所としても大変嬉しく思います。何と言っても皆さんのご協力、学校のご協力、家庭のご協力が必要です。子どもさんがフッ化物洗口を始めたことで家族ぐるみで歯の健康に取り組むきっかけになっているということで、すべての世代にも効果があって、健康づくりという点でも非常に良いものだなと思っております。皆様のご協力をよろしくお願ひしたいと思います。

会長 ありがとうございます。本当にコロナの間にすごく学校での歯磨きも低下しておりましたので、ぜひとも見直してやっていきたいなと思いますし、市の方も一緒に協力いただきたいのでよろしくお願ひします。ありがとうございます。

会長 今年度、商工会の健診でベジチェックの測定を始めていただいたようですが、会員の方の反応をお聞かせいただければと思います。

委員 商工会の方では、3回健康診断を実施しております。今年度からベジチェックをしていただいたて、「こうやつしたら野菜摂っている量がわかるんや」と後から会員さんから聞くことがありました。終わってから1つの事業者さんから「これはどこで買うんや、どうしたら事業所に設置できるんや」と聞かれたことがありました。今年3回実施させていただいたのですが、例年より35名ほど受診された方が多かったです。先ほどの調査で、割と健診受診率が低いという結果が出ていたのですが、商工会としては、割と受診される方が多くて、特に若い方の受診率が多いかなと感じました。ベジチェックに關

してもこのように問い合わせがあったので、事業所ごとに取り組みが進んでいくとよいなあと感じておりました。

会長 ありがとうございます。そういうので受診率が上がるとありがたいので、受診率を上げようという動きに付加価値がついてくると、ちょっとでも来ていただけるのかなと思うので今後ともよろしくお願ひします。

会長 園や学校での食育の推進について、どのような指導をされているか、何かありましたらお願ひします。

委員 給食センターからは、栄養教諭による学校での食育ということで主に小学校を中心に毎年各学年テーマを決めて15校園を回っています。中学校は希望があるところだけとか、園の方まではコロナ渦以降回れてないのですが、小学校は毎年この学年にはこのテーマでということで積み上げて食育を実施しているところです。先ほども給食のこと褒めていただきありがとうございました。最近の子どもたちの様子を見ていると、野菜が苦手な子とか魚が苦手な子が大変多いです。ごはんで言うと、白いごはんの時が残りやすいです。カレーライスとかどんぶりとか、ふりかけがつくとすごくよく食べるんですけど、白いご飯の日はおかげによっては残ってしまうっていう感じで、同じ量なのにメニューによって味がついている方が子どもたちは食べやすいのかなと感じています。反対に白いご飯でも平気で食べる子もいるんですけど、濃い味が好きな子も多いのかなと思われます。給食でも減塩を言われていて、徐々に減塩できるように減塩には努めているのですが、ご飯のメニューよりもパンや麺のメニューだと塩分が上がり気味になってしまうので、もうちょっと下げたいなと思いながら献立を考えていて、そういう意味でも、ご飯を子どもたちに勧める事業とかもしています。

会長 難しいところをいつも取り組んでいただきありがとうございます。

委員 自分の経験からお話をさせてもらいたいのですが、私の母親は辛子明太子が嫌いでした。ですから、私は小さい時から食べたことがない。ある程度大きくなつてから食べてこんなうまいものをなぜ食わしてくれなかつたのだと母親に言ったことがあります。今、食塩の問題が出ていますけれども、母親が塩辛いものが好きであれば子供は当然それをずっと食わされるわけですよ。明太子が嫌いな母親は絶対に子供に明太子を食わせない。すなわち母親の好きなものしか料理しない訳です。そうすると、食材の種類も限定されてします。だから1日の食塩摂取量をどうこう言われていますけども、どうやって

調べたんだと私は聞きたいんですよ。給食だけならわかりますよ。例えば塩分%×飲んだみそ汁の量 (mL) 、それで計算できる。ところが朝ご飯と夕ご飯については何も調べてない訳でしょ。そしたら1日の全体量はわかりませんよね。だから数字だけでアバウトな話ばっかりで、全然話になってないのじやないかと思うんですよ。だから、先ほど言いましたように親の好き嫌いが子どもにすごく影響を与えている。親が好き嫌いなければ子どもも好き嫌いがない。関東に住んでいる私の兄が子どもを連れて帰ってきて食事を作るときに、義姉は薄口しょうゆをどんどん入れるんです。どれだけ入れても普段自分が使っている色にならない訳ですからどんどん入れていくんですね。あんな塩辛いもの子どもも食べているんやろかって思ったことがありますけども。食塩というものは今色々問題が出ていますけど、すごく制限が難しいものだと思います。もっと、指を突っ込んだら1日分の食塩がわかるような機械があるかどうかわかりませんけども、そういうもので計測しない限り1日の摂取量はええ加減な数字になっていると思います。

会長 摂取量の測定器はあるのですけど、ほとんど使ってないのが現状ですね。ただ最近テレビでもやっておられるようにコップとかで電流によって塩分が少なくとも、おいしく感じるっていうものもできて、そういうものも徐々に活用していければと。人間の味覚をだますということで、さっき言ってくださいった酢の方が良い気がしますが…そういう形で少しづつ取り組んでいければいいなと思います。よろしくお願ひします。

会長 健康づくりのパネル展示を子ども近江診療所でもしていただいて、診察室で説明していても全然伝わらないんですけど、すごく視覚的に砂糖の入っている量が見られて、とんでもない衝撃を受けている患者さんが多かったので、ぜひ皆さん、そういうものもご活用いただければと思います。

会長 スポーツに親しむ機会の提供や生涯を通じた運動の推進ということで、どのようなことをされていますか。

委員 普段からスポーツクラブでは子どもから高齢者まで幅広い世代の方と運動だけを通じて接しているので、今後パネルをお借りして展示するなどもできたらと思いました。私自身のことになりますけど、高血圧で治療中ですが、すべてのものに対してしょうゆでも何でも減塩を取り入れていますが、今日ベジチェックをさせていただいて全然野菜が摂れていないっていうのを実感しました。1日の目標量350gに対して300gしか摂れていなかったというのがあつ

たので、ここでまた勉強させていただきたいと思います。よろしくお願ひします。

会長 ありがとうございます。

委員 スポーツ推進員の方でもニュースポーツやスポーツの推進ということで、前は「何日に○○のスポーツをするので集まってください」と言っても、なかなか人が集まりませんでした。でもその後、出前講座という方法をとっていただくようになって、各自治会で「出前講座をこの日にするので何人来るか教えてください」というようになってくると、10月はすべての日曜日が埋まっているくらいに出前講座が入ってきています。一度受けられた自治会は次の年も、その次の年もという感じでだんだんと広まっているように思います。そういうので、昔みたいに思いっきり走るとか、そういう運動会的なことではないんですけども、ニュースポーツにおいても体は使いますので、少しでも広められたらなと思います。そして一つ、個人的にはうちの自治会で前に健康推進員さんにサロンで減塩食のことをしていただいて、すごく皆さんに好評でしたのでありがとうございました。そういうのもどんどん広めていただきたいなと思います。先ほどおっしゃったように、お母さんが嫌いなものは子どもも食べないというのはわかります。やっぱり自分が嫌いなものは作らないし買わないっていうのは、やっぱり駄目だなと今反省しています。

会長 ありがとうございます。いろんな取り組みをしていただいて、どうもありがとうございます。

会長 資料16ページ上段で委員の方にご意見をいただきたいことについてお伺いしたいと思います。1つ目の健診の受診勧奨や健康づくり啓発の方法や場所についてのご意見はありませんか？

委員 パネルの展示は今、社協の方でも展示させてもらっていて、非常に関心があってすごくよかったですと感想でありますので、引き続き福祉施設とかそういったところでもぜひ掲示していただきたいと思います。僕40代なのですが、自分一人ではなかなか運動できなくて、すぐ3日坊主になってしまいますけど、最近色々なところでジムとかスポーツするところが増えてきて、お金は必要なのですが、お金を払った分頑張らなあかんと思って、今3～4か月ぐらい続いているんです。そういうところに、パネル展示とかもしていくと、運動することで例えば血圧が下がって、それで塩分がこうやって…相乗効果で食事とかそういうところにも目線が行くので、40代、50代の人が集まるところ

ろ、例えばスポーツフェスとか何かそういったところに何か展示できるとより啓発として良いのかなと思います。

会長 ありがとうございます。医療機関でやってみて医療機関やっぱりいいなと。親御さんが子どもに飲ませているものにこんなに入っているとか、味ではそんなに砂糖やら入ってないと思っていたものに入っているという視覚効果は結構大きいなと思います。一番衝撃を受けたのが、微糖コーヒーがあんなに入っているというのは、糖尿病の患者さんにずっと伝えていたのですが、微糖やから大丈夫とか言って、実際にあのものを見て初めてどんだけ砂糖が入っているかをわかつてくれる。また、開業医さんを含め周知していただけるとありがたいなと思います。

会長 2つ目の働き世代の方にベジチェック測定等の野菜摂取の啓発ができる場所についてはいかがでしょうか？

委員 すみません。まったく思い浮かばない。農産物の生産と流通に乗せるっていうところが主な業務で、今皆さんの食育・教育の話、含まれている塩分や砂糖の話を聞いて委員としてではなく、一市民として、こんなこと考えなあかんのやと正直学ばせていただくところが多いという状況ですので、今日のところは持ち帰らせてもらって、職場で農協として何ができるかっていうのを考えさせてもらいたいなと思います。

会長 よろしくお願ひします。ありがとうございます。場所など職場で思いついたら、今日でなくとも事務局の方へお知らせいただければありがたいなと思います。ベジチェックを診療所に置くのはできる？説明がいる？

事務局 そうですね。貸し出しで設置するというのではなくて、職員が行って測らせてもらうやり方でさせてもらっています。

会長 それで多分難しいやろうなと思ったのですけど。展示だけでなく、説明等もいるんで、また持ち帰って良いところがありましたら事務局の方にもお知らせいただければありがたいと思います。

会長 3つ目の共生フェスタの出店へのご協力いただける方はおられますでしょうか。今年度はベジチェック、AGEチェック等健康機器による健康チェックと、給食センターおすすめの給食メニューの展示、野菜クイズを予定していただいております。

委 員 健康推進員会としては、昨年もお野菜たっぷり野菜スープということで試食の提供を100食させていただきまして、大変好評でしたので、今年も引き続き予定をしております。社協さんの方からも依頼をいただいております。

会 長 ありがとうございます。ぜひともよろしくお願ひします。これもまた持ち帰っていただいて、11月16日でもうちょっとではありますが協力いただければと思います。

委 員 社協の企画で、米原市との共催でフェスタを毎年させていただいております。出店だけではなく、委員さんもその場に一緒に行っていただいて実際に住民さんにベジチェックをしているところとか、説明を聞いたりすることで自分たちも体験をして、例えば友達や会社でいいよって言ってくださるようなところに啓発とか周知っていうことも必要なのではないかと思っています。他の出店者の方にもいろんなコラボをしていただけませんかと話をしていて、ケアセンターいぶきさんとかにも、車いすの体験をするのですが、福祉を学ぶ高校生と一緒に出店してもらえませんかとか、色々なことを考えています。9時から大体昼くらい、ずっとというのは難しいかもしれませんが、その中の1時間だけでも顔を出して、一緒に啓発のお手伝いをしていただくことで、なるほどこういうことねっていう認識をしていただいて、また生活習慣病の発症予防とかの啓発をこの協議会の中で盛り上げていただけるとより良いかなと思います。

会 長 ありがとうございます。ぜひとも盛り上がるようによろしくお願ひいたします。

会 長 4つ目に、その他、こんな取り組みをしてはどうかというご意見はありますか？

委 員 私のけんぼのところは、今の時期10月になつたら、携帯に何歩歩いたらどこまで届きましたっていうウォーキングラリーみたいなものがあり、パリを歩こうとか、イギリスを歩こうとか、そういうのがありますけど、どうなんですかね。

会 長 それは非常に面白いですね。私も実際にゲームソフトで歩数を稼いで、何かもらったり、ゲームがクリアできたりというのをやっております。ぜひともそういう企画もあればありがたいなと思っております。

会 長 健康とは若干違いますが、うちも11月9日（日）湖北の医療的ケア児を中心とした家族さんのイベントをふくしで毎年やっています。そういうお子さん

のための器具の展示とか、車の展示、お風呂の展示、胃ろうに対しての補助器具等を展示してくださるようなイベントです。また色々なイベントでコラボできればなと思っています。どうかそういうものも含めてよろしくお願ひします。

事務局 協議事項（4）について説明

会長 ありがとうございます。表にもありました40、50、60代っていうのは、たしかに私もちよつと多いように感じてます。米原も他のところも同じだと思うのですが、もう1つの問題は、この年代が単身赴任で来ておられたり、もうちょっと若い方が独身のままこっちの勤務で一人暮らしをしていたが、仕事場で色々あって行き詰って、ということがあつたり、非常に気づくのが遅れてしまっているというのが現状で結構あるように見受けられる。地域とのつながりがないことが自殺の原因になってしまっているのが、あの年代になると見受けられるのが現状かなと思います。非常に重たいテーマではありますが非常に重要なこととして、他にこういう取り組みをした方がよいのではないか等のご意見があればお願ひします。

委員 本当に難しい問題で、例えばこれすごく立派に作ってくださって、健康づくり課の窓口に置いてあるんですかね。多分本当に行き詰っている人は、取りに行くところまでも行かないし、そこがやっぱり難しいところかなって。色々作ってくださったり、啓発を広報に流したりとかされていても、特に男性の方が多いという数値もありますし、我慢されたりとか誰にも言わないとか、こんなことを言ったらとか、そういうところもあるのかな。ちょっとわからないんですけど。手に取ってくださったらいいんだけど、そこをどうやっていくかがやっぱり難しいところかなと思います。私も何か良い方法があつたらお伝えしたいんですけど、ちょっとわからないです。

委員 このデータから、若い女性が自殺未遂をしやすく、一方で中年の男性は完遂するのですね。何より心を痛めるのは10代の子どもさんですね。これは非常に心を痛めると思います。保健所でも未遂対策等させていただいて、指導も一緒にやっているんですけど、自殺の多い秋田県とかは、本当にすべての関係機関が自殺対策に取り組んで少し下がったということが言われましたので、うちのところはあんまり関係ないというのではなくて、すべての関係者が自殺対策に取り組まないとなかなか下がらないですね。本当に市だけでは

難しいですので、市だけでなく、企業も含めてですけど、会長も言われて  
いましたが、単身赴任で来られても、孤立させないことが一番大事ですね。

孤立させないこと、これが自殺対策のキーワードだと思っています。色々な  
関係者が見ているよということを発信するということは大事だと思います。

会長 ありがとうございます。また毎年実施されているゲートキーパー養成講座  
に、市民の方になるべく多く参加していただくための工夫等についてご意見  
はありますか？

委員 私もこの養成講座気になっていて、行きたいと思ってたんですけど、日程が  
どうしても合わなくて、もうちょっと日程をいくつか出していただけだと。  
1日だけの講座なんですか？

事務局 市民の方対象は現時点では1日のみとなっています。少ないですかね？

委員 週末とか休みの日に行けるとめちゃくちゃ嬉しいなと。

委員 同じ意見です。私も2、3年前から行きたいと思っても日程的に年に1回の  
この日がごめんなさいというところがあるので、もう少し週末とかに開いて  
もらえるとありがたいなと思います。

会長 できれば事務局の方で、また来年度に向けてよろしくお願いします。

会長 今私も一緒に取り組ませていただいているのですが、非常に中学生等複雑化  
してしまして難しいなと思うのですが、現状などお話しいただけますか。

委員 いろんな背景と言いますか、要因と言いますか。この要因1つというケース  
はまずない。ですので、やはり社会・地域がどれだけあなたのことを見  
て見ているよ、守っているよ、ちゃんと聞くよと、そういうメッセージを発  
していくこと。それから、支援者を必ず作る。それは医療もそうだし、保健  
師さんやカウンセラー、心理士さんなど、そういう支援者をしっかりと誰か  
が作る、その仕組みづくりっていうのが今の社会に必要なんじゃないかとは  
思っています。

委員 60年前のことを思い出したのですが、僕が高校で数学の答案用紙を返された  
時に、女の先生が「こんな点数を取った子がおるんや」って言われて。30  
点、40点で、僕らや大部分の子は「そんなこともあるやん、できひんこと  
もあるやん、ははは」って笑えるのですが、この言われた子が翌日自殺したん  
です。それで僕らも心が耐えられるというキャパシティは人によって全然違  
うって思ったんですよ。だから何を言われたって、はははと笑える人と、そ  
のことにガ一っとのめりこんでしまう人がいる、この子はどういう子だとい

うことを早く把握することが、ものすごく教育の場では大事だと思います。先ほど友達がどうこうというお話をされてましたが、友達ができない子は絶対できないんですわ。もう本当にそれはかわいそうやけど、いくら周りが友達をつくれと言っても、そんなことができるならつくってますよ。だからそういう友達ができないタイプの子は、自殺の可能性も高いなという気がしますね。

会長 色んなご意見いただきありがとうございます。自殺の問題は非常に難しくて、私も心療内科しながら思うのですが、人対人なので、やっぱり相談受けっていても、合う合わないが出てしまう。この問題が非常に大きいので、皆さんが言ってくださったように、ゲートキーパーを養成するのも一つですし、いろんな人がいて、いろんな窓口があって、いろんな受け方ができるのをいかにたくさん作るかっていうのが非常に重要だと思うので、ぜひとも養成講座も含めていろんなパターンで進めていただければと思いますので、どうかよろしくお願ひします。

委員 僕も仕事柄、地域で、地域の住民さんと一緒に福祉であるとか、孤立させない見守りを推奨して、一緒にお仕事させてもらってますが、地域でどんどんマンションが増えてきて自治会に入られない人が増えてます。住民さんとしてはマンションとかと関わってほしいけど、自治会費も払ってないし、自治会の会議にも参加されないので、誰が住んでいてどういう生活をしているのか知らないと。しかもそこに行く術もないで、なかなかこの格差というか、マンションなどに住んでおられる方がすごく孤立しているなっていうのは、地域でもすごく言われていますが、そこをどうしていくかはなかなか難しいと思っています。こういったカードもすごく大事だと思うのですが、マンションを経営している方の判断で自治会に入るとか入らないとかそういうところもあると思うので、単身赴任の方だと、マンションを管理されている方とかにアプローチをして、直接物を入れるとか、そういう地道な戦術をしていくことも必要なんじゃないかなと思います。ゲートキーパーのことについても、ゲートキーパーの養成講座はすごく大事だと思っていますが、人数が少ないとこで、一般の人はゲートキーパーって言われてもイメージがつかないんですけど、ただ、僕も友達が困っていたら「どうしたん?」って絶対声をかけるので、他の人もゲートキーパーではないけど声はかけると思うんです。「大丈夫か」と声をかける人が増えたらいいと思うので、ゲ

ートキーパーは最終的な養成講座で実施していただいたらいいのですけど、それ以前の、例えばチラシ1枚でも困ってる人に声かけましょうねとか、何かYOUTUBEでもこういうことしたら救われる人がいますよというような啓発動画であったりというものを、最初の入口として入って、それを見て、なるほどこういうことで自分が役に立つんだなと。じゃあゲートキーパーっていう講座があるから実際に学んで一緒に取り組んでいきましょうっていう流れがあると、すごくいいのではないかな。いきなり養成講座とか、なかなかそこはハードルが高い。大事なことはその前までの何か対策として、何も資格がなくてもできることがあるよということを知れるような啓発をしていくことで、最終ゲートキーパーの養成講座にもつながっていくのではないかと思います。個人的な意見ですけど、お伝えさせていただきました。ありがとうございます。

会長 ありがとうございました。

委員 全体を通してなんですが、数ある健康政策の中で、心とからだの健康に取り組むという米原市の視点は大変良いと思います。標準化死亡比の中で急性心筋梗塞が多いというような話を前半聞きましたけど、一方で心不全が少ないようなデータがあったと思いますが、確かに多いのは多いとは思いますが、衛生科学センターで5年間を集積した、地域集積性の検定っていうのをやっていますので、有意かどうかっていうのは私も手元にデータがないので、また衛生科学センターに問い合わせていただいたら良いと思います。細かい話ですが、多そうに見えても有意かどうかは別だということです。そこだけまた確認いただけると幸いです。

会長 専門的な意見をいただきありがとうございます。有意かどうかっていう問題は、事務局の方も調べながら提示していただければありがたいなと思います。

会長 本日予定しておりました議事については、すべて終了しました。皆様、熱心にご協議および色々な意見をいただき、ありがとうございました。

## 7. その他

事務局 1) 健康づくり推進協議会にかかる連絡方法の確認について  
2) わたSHIGA輝く 国スポ・障スポ2025について