

令和 6 年度小平市保健事業連絡協議会 要録

1 日時

令和 6 年 8 月 23 日（金） 午後 1 時 30 分から 3 時 40 分まで

2 開催場所

健康センター 4 階 視聴覚室

3 出席者

小平市保健事業連絡協議会委員：11 人のうちウェブ出席 2 人（欠席者 3 人）

事務局：健康・保険担当部長、健康推進課長、保育指導担当課長、こども家庭センター長、学務課長、健康推進課長補佐兼予防担当係長、予防接種担当係長、保健指導担当係長、健康推進担当係長、事務局職員 1 名

4 配付資料

資料 1 小平市保健事業連絡協議会設置要綱

資料 2 小平市保健事業連絡協議会委員名簿

資料 3 こだいら健康増進プラン進捗状況報告書（令和 5 年度実績）

資料 4 第 2 次こだいら健康増進プラン、概要版

資料 5 小平市健康カレンダー

資料 6 こだいら健康ポイント事業

資料 7 小平市産後ケア事業のご案内

資料 8 小平市立学校における保健事業

当日配付 がん検診の案内リーフレット

5 議題（次第）

(1) 開 会

(2) 挨拶 小平市健康福祉部健康・保険担当部長

(3) 委員及び事務局紹介

(4) 会長・副会長の選任

(5) 議 事

① こだいら健康増進プランの進捗状況報告（令和 5 年度）

② 第 2 次こだいら健康増進プラン

③ 令和 6 年度小平市保健事業について

④ 意見交換

⑤ その他

(6) 閉 会

6 会議の概要

(1) 開会

健康推進課長より、配付資料の確認、会議の趣旨説明等を行った。

(2) 挨拶

健康・保険担当部長より挨拶を行った。

(3) 委員及び事務局紹介

会議に出席した委員より挨拶を行い、市より各課及び各担当の紹介をした。

(4) 会長・副会長の選任について

健康推進課長より資料1を用いて、委員の互選により会長及び副会長を選出することを説明した。荒武委員が会長に、石井委員が副会長に選任された。

(5) 議事

① こだいら健康増進プランの進捗状況報告（令和5年度）

事務局から資料3を用いて令和5年度こだいら健康増進プランの進捗状況について説明した。

委 員：令和5年度の実績の中で、特に力を入れたもの、力を入れたが結果に繋がらなかったものは何か。

事 務 局：特に力入れたものについては、進捗状況報告の7ページ項番9番の健康ポイント事業が挙げられる。力を入れた点としては、令和5年度は年2回バーチャルウォークを実施した。このイベントは、歩数の増加を促進するだけではなく、参加者に楽しんでいただくことを目的に実施し、参加者より好評を得ただけでなく、結果として参加者が1,793人となった。

力を入れたが結果につながらなかったものは、進捗状況調査報告書2ページ項番1の各種がん検診が挙げられる。がん検診は国の指針に基づき実施しているところだが、がん検診全体の受診率は令和4年度は13.3%だったが、令和5年度は12.8%と微減となった。がん検診は実施時期、募集期間、効果的な啓発などを検討しながら実施しているが、受診率が下がっている点も踏まえ、引き続き状況を分析しながら効果的な周知を行うなど、受診率の向上に努めていきたい。

委 員：がん検診の受診者が増えたものや、減ったものについて分かれば教えてほしい。

事 務 局：がん検診の受診者については、子宮がん検診の受診者は毎年一定数おり増加しているところだが、胃がん検診の受診者が2,930人から2,750人となっており、150人程度の減少となっている。胃がん検診は、集団検診で実施しているものであり、減少した理由として、ここ数年は新型コロナウイルス感染症の影響も見られたが、改めて状況を確認して、実施時期、募集期間、申込みの方法など、申し込みをしやすい環境等を検討していきたい。

委員：進捗状況調査報告書には、がん検診以外にも参加人数などが記載されているが、各事業の参加人数の前年度比のようなものを記載してはどうか。

事務局：進捗状況調査報告書については、令和5年度の実績を記載している。次回は、前年度の報告書も参考資料として配付するなど検討したい。

委員：がん検診を受診して、精密検査となった場合、小平市は精密検査の受診に対して費用助成があるため、他市町村と比べてよい点である。

② 第2次こだいら健康増進プラン

事務局から資料4を用いて第2次こだいら健康増進プランについて説明した。

委員：今回、ライフステージを通じた健康づくりが重要となってくる。最近、国より身体活動や睡眠といった分野でガイドラインが示されたが、計画に盛り込まれていなかったとしてもこれらの視点を持って、こどもから高齢者までの健康づくりに取り組んで評価していく方がよい。

③ 令和6年度小平市保健事業について

事務局から資料5、6、7、8を用いて保健事業の概要について説明した。

委員：HPVワクチンが来年3月で予防接種が終了となる。子宮頸がんワクチンの接種については、ヘルスプロモーションの観点から、東京都薬剤師会としても、対象者が正しい知識に基づき、接種の判断をしてもらうように啓発活動をしているが、インターネットなどで得た誤った情報から接種しないといった方もいるのではないかと。市に対して、そういった相談は受けているか。

事務局：令和4年度からHPVの積極的な勧奨の再開及び、キャッチアップ接種が開始されてきたところである。来年4月以降、自己負担になる。キャッチアップ接種は来年3月末で終了となるが、未接種の方も多く、今年5月には、未接種者を対象に案内を通知し、周知を図った。市への相談については、接種を希望する方からの相談がほとんどである。ワクチンの安全性などの相談があれば、国の情報や現在の状況、HPを案内するよう準備している。

委員：伺いたいことが3つある。まず1つ目に、がん検診の受診率を向上する方法として、がんリーフレットのはがき部分を申込者に切手を貼らせるのではなく料金後納するといったことだったり、全戸配布やホームページで掲載するだけでなく、受診してほしい人たちの心に刺さるような出来事があった時に即座に周知できるような、ヘルスコミュニケーションのような戦略による働きかけができたりすると効果的だと考えられる。

2つ目に、第2次こだいら健康増進プランの、分野別の健康づくりの中の課題と目標について、学校における保健事業の内容が盛り込まれている

ものがあれば教えてほしい。3つ目に、健康寿命の延伸を目標としているのであれば、事業の実績だけではなく行動レベルでどれほど変わったのかを評価できれば結果として目標に届くと思うので、そういった取組があるのか伺いたい。

事務局：がんリーフレットのはがき部分を料金後納にするといった点については、課題として認識しており、対応を考えていきたい。配布時期については、8月19日に予定しているが、8月20日から消化器がん検診、9月下旬には乳がん検診の申し込み、10月にピンクリボンキャンペーンもあるため、年間の中で、検診の意識の高まる時期に配布を行っている。それ以外にもなんらかの出来事があって検診への関心が高まる時に迅速に動けるような周知の方法を考えていきたい。

事務局：学校における保健事業の内容は、第2次こだいら健康増進プランの中では、栄養・食生活分野に盛り込まれている。この分野は食育推進計画に位置付けられており、食育という点で、学校では給食を通じて食事の大切さを、家庭科をはじめとする様々な授業を通じて健康に対する意識を高めることを、小・中学生に教えている。また、地産地消に関しても、地場産野菜を給食に取り入れるなど、こども達に健康になってもらうための事業を行っている。

事務局：個々の事業を実施した結果、健康寿命の延伸という目標を、そういった取組により数値でどれほど達成できたのかということを示すことは難しい。計画策定から6年後に、策定時からどれほど健康寿命が延びたのかということに関しては、第1次計画と同様に、各分野で指標として現状と目標値として設定しているものがあるため、各年度の数値を確認し、最終的に示していくことになる。

委員：小平市立学校における保健事業について補足させてもらう。薬の正しい使い方について、医薬品に関する教育が求められている中で、コロナ禍以降、市販薬のオーバードーズが問題となっている。厚生労働省から医薬品に関する適正な使用について教育を進めるよう指示が出ているところだが、小平市薬剤師会としては、平成14年より自主的に活動を行い、平成22年時点で小・中学校全校に医薬品の適正使用等を行っているところである。

④ 意見交換

会 長：テーマ「健康寿命の延伸に向けた健康施策について」ということに関して、ご自身の立場や所属する団体での取組などの視点も踏まえてお話いただきたい。

委 員：小平市薬剤師会としては、セルフメディケーション支援が、健康増進や医療費削減において重要と考えている。国においても健康サポート薬局という制度を設けて、薬局でも健康サポート機能の充実を求められているので、薬剤師会において資質の向上に努めている。また、保健事業においては、小平市国民健康保険糖尿病性腎症重症化予防事業について、小平市薬剤師会としては昨年参画し、糖尿病性腎症の重症化によって人工透析への移行が危惧される方を対象に、薬局薬剤師による課題抽出、生活改善の視点からカウンセリングを行い、フォローアップしていく、6か月間の自己管理支援プログラムに基づいて生活改善に関する健康支援等を行った。今年度も継続して実施していく。また、スマートリングやスマートウォッチ等のウェアラブル端末を使用して、フレイルによる身体機能の低下が懸念される高齢者を対象に、健康データ管理システムの構築とフレイルサポート薬剤師校正プログラムを厚生労働省への研究資料として提供する。

今後、産官学連携によるビックデータと科学データ、エビデンスに基づくヘルスプロモーションを積極的に行うことが必要と考えている。

委 員：今月初めに、助産師会会員向けに赤ちゃんの睡眠について講座を行い、赤ちゃんのころからの睡眠の大切さは情緒の安定や発達に大事だということを改めて認識した。また、赤ちゃんの睡眠には妊娠中からのお母さんの睡眠がしているという学びがあった。仕事上、妊娠中からお母さん達に関わるため、今年度、機会をとらえて、妊婦に対する睡眠についての考え方、赤ちゃんの睡眠に悩むお母さんたち向けに講座を開きたいと考えている。

6月に診療報酬の改定があり、高血圧、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病について、医師が薬の処方だけではなく、患者の生活に目を向けるようになった。患者に血圧や体重を定期的に測定することなどを実施してもらうことで、患者自身が自分の健康に関心を持つきっかけとなった。保健活動は大事だと思うので、引き続き、保健活動の充実をしていければよいのではないか。

委 員：高齢者になる前から健康に如何に留意するかが健康寿命の延伸につながると言われている。そういった点において、今回の第2次こいだ健康増進プランには、ライフステージに応じた様々な事業が掲載されている。きめ細やかに一人ひとりアプローチするということは難しいが、市民に

一番近い基礎自治体である市が計画に掲載された視点で実績を分析し施策を考えて次の取組に繋げていこうとすることは賛同できる。保健所も、保健医療推進プランを今年度作成しており、当プランの実績は各市の実績が積み重なって出来上がっていくものであることから、市の取組をこれからも応援していきたいと考えている。保健所では、市との連携を強化するため、今年度新しい組織を立ち上げた。市とどういった形で連携を強化していくかを模索しながら進めているところである。

委員：保育所として、食事、睡眠、運動、衛生など多岐にわたって、日々、丁寧な保育を行っていくことがこども達の成長発達を促し、健康寿命の延伸に繋がっていくものと考えている。昨今の異常気象により夏場の遊びや戸外遊びが十分できていない。そういったことが、今後、こどもたちが成長していった時に、健康増進にどのような影響を及ぼすのか危惧している。あとは、忙しい共働きの家庭では、市販のお惣菜や外食など家庭内での食事作りが減り、食生活が軽視されてきている。また、成長過程のこどもたち（家庭で1歳児から視聴しているこどももいる）にとって、Youtube 動画の視聴が、健康な体作り食事作りにどういう影響を与えるのかを危惧している。

委員：健康寿命について、どのくらいの年齢から意識していくのかという点が気になったところである。健康寿命の延伸をしていくためには、生徒たちの年齢から健康は大事だということを教育していくことが必要である。学校の取組だが、保育園での取組を土台に、小学校、中学校へと内容が濃くなり発展していく。運動に関しては、中学校では保健体育の中で、運動の効果や体力づくりなどを学び、実践していく。また、中学校で学んだことが将来活かせるような取組ができればよいのではないかな。また、保健に関しては、健康増進に関する知識、身を守るための知識を増やしていくなど、このような教育を推進していくことで健康寿命を延伸していくことに繋がっていくのではないかな。また、コロナ禍で、関わり合いが希薄化してきたことが、こどもたちの精神面にも影響を与えている。市の施策でもスクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーの協力があり、そういったところでのケアを行っている。また、家庭的な問題については、包括支援センターでの対応及び協力をいただいている。そういった点では、こどもたちの健康な状態を維持していくことを学校が支援していく事が取組の中心となっている。

委員：本校の目標である「考える子 思いやりのある子 たくましい子」のうち「たくましい子」について、話をする。生活指導という取組の中で、適切な運動の経験と健康安全についての理解をとおして、楽しく明るい生活を営む態度を育てるとともに、生涯を通じて健康安全で活力のある生活

を送るための基礎を培うことを体育健康に関する指導の重点目標と設定している。その全体計画に基づいて、は主に三つの取組を行っている。まず一つ目は、体育等に関する指導である。主に体育事業の改善、体育事業の中に帯運動の取入れなどである。次に２点目として、保健に関する指導である。学校保健年間目標に基づき、月ごとの目標に即した指導の中で定期健康診断、発育測定の中で養護教諭より保健指導を行っている。掲示物、配付物により啓発などを行っている。三つ目は食に関する指導である。食に関する目標に基づき、月ごとの目標に即して主任栄養教諭による指導などを行っている。給食だよりの発行や親向けに給食の試食会の開催を行っている。小学生という発達段階のため、早いうちからの習慣化のための取組を進めながら、健康寿命の延伸の筋道を作っていけたらと考えている。

委員：健康増進プランに「一生を通じた健康づくり」という項目があるが、社会教育では「生涯学習を推進する」という取組がある。「一生涯を通じて学び続ける」というものだが、好奇心を持った取組が精神的な健康にいい影響を与えているのではないかと思う。また、自分の学びを誰かのため、地域のために活かすといった気持ちも健康に寄与していると思う。また、個人として、市民活動支援センターに関わっており、様々な活動を通じて自分の健康に良い作用を与えていると感じている。しかしながら、他者をそういった活動へ誘う場合、どのようなアプローチをしたら関心を持ってもらえるのかを課題としてとらえており、そういった課題を解決でき、健康に繋がればと考えている。

委員：こどもから高齢者までの健康づくり、主に身体活動に着目した研究を行っている。特に、こどもの頃からの健康習慣をつける働きかけ、アプローチの方法、行動変容などの視点でライフステージを踏まえた研究を行っている。また、健康無関心層にも着目しているところだが、健康無関心層といっても、例えば高血圧や睡眠など、項目によって無関心層の内容が違ってくるため、無関心の内容に応じた働きかけといった視点で研究を行っている。

無関心でもいいから健康に繋がるような行動をとらせるためにはどうしていくかがポイントである。事業を評価してみて、どの点が良かったのか、改善すべき点はなんだったのかと振り返ることが良いのではないか。

委員：若い世代からの健康リテラシーの状況を大切だと感じている。小平市をはじめとする構成市と連携し、学校に専門医が出向き、がんに関する基本的な知識や予防、早期発見の重要性などについて、中学校、高校の段階から知識を深めてもらうようにしている。本人が成長してから役になり、家庭内でも共有してもらえればと思う。若い世代以外にも、市民公開講座

を市と協力して行っている。

市民公開講座に参加する方は、もともと健康に関心のある方が多いため、全ての市民公開講座は、録画をして関心の薄かった市民にもホームページで常時閲覧できるようにしている。また、病院内の掲示などを活用して、健診の重要性などを啓発している。

公立昭和病院はがんの手術など、病気を治すといったところが主な役割だが、病気を治した後も患者を支えることで健康的な生活を送ってもらい、その後の人生を有意義に過ごしてもらうという点も方針として掲げている。

会長：最後に私から、職場が市民総合体育館であるため、適度な運動と高齢者といった視点で話をさせていただく。施設を利用する高齢者の方々は、健康的で元気な方々が多くいる反面、無理をせずゆっくり体を動かしている方やリハビリをしている方もいる。そういった点では、運動と聞くと頑張っって体を動かすといったイメージがあるが、自分に合った適度な運動でも構わないと思う。小平市として、健康寿命の延伸を基本目標としているので、まずは体育館のような公共施設が健常者や障がい者、またリハビリ中の利用者にも、誰もが平等に利用できるような使いやすい施設にしていく事が大切だと思う。そして、施設管理者と施設利用者、また施設利用者同士で、良好な人間関係を築けるような環境づくりができることが理想だと考えている。スポーツを通じて心のつながりが感じられるようなふれあいの場としての施設が必要だと感じている。

会長：ただ今の意見交換説明について、ご質問やご意見があれば、お願いしたい。

委員：中学生と高校生のこどもがいて、タブレット端末は学習にとって必須となっており、こどもが自由に使用している。使用については、各家庭でルールを設けるなどをし、学校側でもアクセス制限をかけたりしていると聞いている。しかし、習い事などの諸事情によりタブレット端末を使用した学習の時間帯が遅くなり睡眠に影響を及ぼすことが懸念される。そういったことに関して、学校側でタブレット端末の使用について話をさせていただくことはあるか。

委員：学校としては、タブレット端末の使用方法について説明しているところだが、どのような時間帯で使用するかは自分たちで決めるような運用になる。タブレット端末以外にも、携帯電話について、睡眠前に携帯電話を見ると良い睡眠を得られないなどの指導はしている。

委員：身体活動・運動といった視点でも、座りすぎの時間も睡眠を含めた 24 時間のこどもの行動の中で考えると、非常に重要である。こどもの代表的な時間として、余暇のスクリーンタイムの部分を、二時間未満にすること

が、日本、各国で共通しているところである。時間帯も重要だが、量としての部分も見ていくと良いのではないか。厚生労働省から出された GoodSleep ガイドや身体活動・運動ガイド 2023 にも、こども版には明記されている。

⑤ その他

会 長：全体をとおして、ご質問やご意見があれば、お願いしたい。

各 委 員：意見等なし。

(6) 閉会

以上