

## 宇部市健康づくり推進審議会（令和4年度第1回）開催にかかる報告書

### 1 日時

令和4年（2022年）10月28日（金）19時25分～21時00分

### 2 場所

保健センター 1階 健診ホール

### 3 出席者

(1) 審議会委員 14人

(2) 事務局 11人

健康福祉部

健康増進課

こども未来部こども支援課

佐々木部長、加生次長

神代課長、伊藤副課長、柴崎係長、奈須係長、

嶋渡係長、武田(真)主査、武田(茉)、藤本

中村係長

### 4 配布資料

(1) 令和4年度の主な施策の進捗状況等

(2) 令和3年度保健事業実績

(3) その他

### 5 概要（会議録）

(1) 会長の選出

西村滋生委員を会長に選出。

(2) 議題

宇部市健康づくり計画に基づく主な施策の進捗状況等

(3) 以下、主な発言の概要

#### （事務局）【説明】

「宇部市健康づくり計画に基づく主な施策の進捗状況等」について

（会長）計画には様々な健康づくりの分野がある。皆さんの中には各分野のワーキンググループに参加された方もいらっしゃるので、御意見や気になる分野があれば、それを掘り下げてどうしたいかお聴かせください。

（委員）以前は小学校でフッ素洗口を実施していたが、コロナが流行し始めてから中止になっている。落ち着いたら再開できるように準備はしているが、なかなか始められないのが残念である。

- (委員) 「守る」のワーキンググループに参加していた。  
禁煙については、健康増進法の一部が改正されたことに伴い、様々な場で受動喫煙を防止する対策や周知・啓発が進んでおり、たばこが吸えない環境は整ってきたと感じる。一方で、以前行われた調査では、「子どもがいる家庭でたばこを吸っている人」の割合が減っていなかったと思うので、今後はその課題にも取り組めるとよい。
- (委員) コロナ禍での健診は様々な工夫をされていると思う。子どもの歯科健診を病院で実施するのも、その一環だと考えられるが、実際にどのような工夫をしているか。
- (事務局) むし歯の保有率は、小学生が26.5%、中学生が18.6%となっており、未処置歯があると言われている。地区担当の保健師が小学校に出向いて講座をしたり、中学生が小学校に出向いて歯科講座をしたり、様々な啓発活動を行っている。今後も歯科医師会、衛生士会と協力しながら進めていきたい。
- (事務局) コロナに関しては、1歳6か月児健診、3歳児健診ともに、令和2年2月までは集団健診で実施していたが、コロナが流行し始め、令和2年3月から同年5月まで健診自体を延期。歯科健診は同年6月から歯科医院での個別健診に変更。その際には、口腔ケア等も歯科医院で併せて実施している。健診の受診率は、集団健診より若干低下しているが、この機会にかかりつけの歯科医をつくっていこうという保護者の意識づけにもなっているため、当面はこの方法で実施していく。
- (委員) 資料（保健事業実績）で触れられていない特定健診と特定保健指導なくして健康づくりを語るのは難しい。一言でも記載していただくと、より良いと思う。
- (事務局) 御指摘いただきありがとうございます。特定健診、特定保健指導はコロナ禍で少し受診率が滞っているため、様々な方法で啓発を行っている。啓発方法は後日皆様に保健事業実績も含めて報告させていただきます。
- (委員) 若い世代の自殺者数が増加していると説明があった。大学でも入学後すぐにコロナが流行りだして自宅での授業や外出自粛を余儀なくされた。友達を作ることでもできず、制限も多くあったので、心の安定を保つのが難しくなり、このような結果につながっているのではと考えられる。市としては、自殺者数が増加している理由をどう捉えているか。
- (委員) 市の事業として、地域資源の活用、まちづくり、ひとづくりに力を注がれているのがよく分かった。一方でコロナの影響により、実際の地域での取組はストップしてしまい、この分野がかなり失われているように感じる。このような状況が2年、3年続いており、今後の世の中の変化をいかに事業で支え

られるかが重要だと考えている。自殺者数が増えているので、ハイリスク者への対応として、最後にしっかり踏みとどめられるような取組を関係機関と協力して続けていきたい。

- (委員) 市では、「へら塩ベジうべ作戦」ということで野菜の摂取を目標に活動されている。一方、市民アンケートの調査結果では、平成 28 年度と比べて令和 3 年度のほうが「塩分の多い料理を控えることを意識する人」と「野菜の摂取を心がけている人」の割合が減少している。個人的に減塩については意識していたが、初めて受診した国保の健診で「推定 1 日食塩摂取量検査」が平均近く (10 g) あり、思いもよらぬ量を摂取していたことが分かった。実際に数値を突きつけられることで、やっと自分事として捉えられるようになるのではないかと感じた。
- (委員) コロナ禍で精神障害のある人の受診控えが問題になっている。今はコロナも落ち着いてきて地域のイベント等も開催されており、引きこもりは少しずつ減っていると思うが、またコロナの第 8 波で左右されないか危惧している。
- (委員) 個別運動プログラムに関わっているが、いつまでもこちら側が運動する機会を用意するのではなく、皆さんが自発的に運動を習慣化することが今後の課題であると感じている。また、健康づくりに対する動きとしては、動く、食べるなどの分野単体の活動だけでなく、総合的に取り組んでいけるとよい。
- (委員) コロナ禍で地域の夏祭りや運動会、文化祭などが開催できずにいたが、自粛ばかりでは運動量が落ち、心身への影響も考えられるので、今年は地域行事を再開した。自治会活動では、なかなか若い人の参画が得られず、参加者も固定可しているという課題がある。なんとか改善していきたいが、実際はなかなか進まないのが現状である。
- (委員) ご近所ふれあいサロンを開設して 12 年を迎えた。その活動の中で始めたこども食堂が先日テレビで紹介されて、ものすごい反響をいただき、山口大学の医学祭にも参加させてもらった。サロンの参加者は平均年齢 80 歳くらいだが、非日常的な時間を過ごせて、皆さんとても生き生きとしていた。サロンのあり方を改めて考えさせられた。PR のおかげで見学者も増えたので、もう一度ご近所福祉サロンの復活 (活性化) のために何か考えていただけたらと思っている。また、健康づくりパートナーの団体部門の第 1 号として認定を受けているが、市からは「何か一緒にやりましょう」といった動きがない。今後の制度の活性化に期待している。
- (委員) 市からの委託で、まちなか保健室として、様々な場所で保健福祉専門職等に

よる健康チェックを行い、高齢者の健康づくりや介護予防に関する相談対応を行っている。健康チェックのときには、若い人でも血圧が高い人が多いと感じる。この会議に参加して、市が多面的な取組をされていることがよくわかった。全体像をつかむことができたので、今後の方向性や啓発にも反映させていきたい。

(委員) 率直な感想として市の取組がすごいなと感じた。今後も活動を続けていってほしい。元気プランうべに数値目標が記載されているが、市の健康の立ち位置が表現できると一層励みになるのではと感じた。

(委員) 4月以降、広報うべが見やすくなり、健康に関する記事も増えた気がする。10月からはレシピも掲載されており、自分でも作ってみようと思っている。何か改善に取り組まれたのか。

(事務局) なかなか会議で褒めていただくことが少ないので、非常に嬉しく思っている。わかりやすく皆さんが知りたいことを伝えていく広報づくりを目指している。健康や福祉については、情報を見える化することをテーマに工夫を重ねている。イメージが湧きやすいように写真を取り入れたり、皆さんが実践できるような内容を考えたりして、今後もよりわかりやすく伝わる広報づくりを心がけていきたい。

(委員) 悩みがあれば誰かに相談することがあると思うが、最近はニュースや SNS でも様々な情報が行き交い、不安を感じる。

(事務局) SNS は信頼できないものもある。そんな中で、「市がやっているから相談してみようかな」とか、「こういうものがあるなら聞いてみようかな」と思っていたように、色んな相談窓口の紹介や PR をしっかり進めていく。

(委員) はつらつ健幸ポイントは、参加しない人をどうやってすくい上げるかが、難しいと思っている。

また、健康寿命の延伸のためには、フレイルの早期発見が重要と考えている。市は早期発見してどのように改善していくのか、何か取組をされているか。早期発見を目的として、後期高齢者の健診でフレイルチェックが始まったと思うが、その中で早期発見につながった事例があるか教えてほしい。

(事務局) 現在、国民健康保険と後期高齢者医療制度で、介護予防と健康づくりの一体的事業に取り組んでいる。保険年金課が中心になり、どんな活動をしたらいいのかお困りの団体や新しく集いの場を立ち上げたいところ、お世話する人が不足しているところをサポートしている。

さらに、要介護状態にならないためには、自宅でもできるような運動を取り入れ、運動する習慣を作ることが重要だと考える。市では様々な健康に関するメニューを用意し、依頼者が興味のある内容を選べるようにしている。た

例えば、身体を動かす活動（ラジオ体操など）や、認知症予防に関すること、さらに、理学療法士、作業療法士、歯科医師にも協力してもらい、オーラルケアによる介護予防も提供している。

なお、通いの場で市が介入する前後にはフレイルチェックを実施し、評価をしている。プログラム終了後も、通いの場主体で健康づくりが継続できるようにサポートを行っている。

健診でもフレイルチェックは行っているが、それを日常生活に取り入れてもらえるように、この事業を実施している。

（閉会）