

令和6年度 射水市健康づくり推進協議会会議録（第2回）

- 1 **開催日時** 令和6年11月6日（水）午後1時30分～3時00分
- 2 **開催場所** 射水市役所 3階 302・303会議室
- 3 **出席者** 委員 板山委員、稲田委員、岡田委員、荻浦委員、片町委員、酢谷委員、田村委員、野澤委員、福田委員、古城委員、堀委員、向田委員
欠席7名 （筏井委員、表委員、春日委員、長井委員、成瀬委員、深原委員、森田委員）

4 議題及び会議の結果

（1）第3次射水市健康増進プラン素案について

① 第1章から第3章について

計画の策定、第2次プランの評価、射水市民の健康にかかわる状況について、第1回協議会から変更や修正点を報告。第3章重点分野のがん予防、糖尿病予防について説明

② 第4章健康づくりの推進について

市民1人1人が健康な生活習慣を実現するため、射水市の8つの頭文字から始まる行動目標、栄養・食生活、身体活動・運動、喫煙、歯・口腔の健康、健診・検診、休養・こころ、地域のつながり、飲酒について説明

③ 第5章自殺対策の推進・生きることの包括的支援（自殺対策推進計画）

自殺者数・自殺死亡率の推移、性別割合、年代別割合、職業の有無・同居の有無別の特徴、ストレスや悩み、子どものメンタルヘルス、ゲートキーパーについて説明。市の課題、目標、今後の取組について説明

④ 第6章つながりを活かし、健康を守り支えるまちづくり、第7章第3次プランの目標値の一覧 計画の推進における役割分担について、委員の団体について掲載しているため、内容の確認を依頼。基本目標の健康寿命の延伸、重点分野のがん予防、糖尿病予防、自殺予防の目標、Let'sトライIMIZUSHI健康8の8つの分野それぞれの目標について掲載してある旨説明

（2）第3次射水市健康増進プラン策定スケジュールについて

委員のご意見を踏まえ修正し、パブリックコメントを実施、第3回の協議会はパブリックコメントの意見を反映した最終確認となり書面開催で実施予定

（3）意見交換（主な発言は以下のとおり）

【委員】

ヘルスボランティアの活動としてがん検診の受診勧奨活動、運動の実践普及をしているが、来られる方は毎回参加されるが、出てこられない方はあまり出てこられない。だんだん参加率が下がっている。

【会長】

地域のつながりが大事で、意識の高い方々がボランティアとして活躍されて、参加していた方が一度やめると顔をみせなくなってしまう、どう勧奨していくかという所である。

【委員】

町内会や老人会などに参加している割合は40代から半数以上で、もう少し地域の活動に参加してもらいたい。全体的に少なくなっている。もっとPRして広げていきたい。

【事務局】

運動だけでなく生活の活動量を増やすことも意識しながら、いつもの生活にプラス10の運動をしていただけるように市民の方に普及していきたい。いろいろな団体の地域での活動に参加する場面がたくさんあると、より体をたくさん動かすことができ、子育て世代や働き盛り世代などいろいろな年代の方が、今の生活よりも体を動かすことができる環境を作れるように、いろいろな取組を推進していければと思う。

【委 員】

子どもたちは、携帯やYouTubeを見る時間がすごく増えている。ブルーライトが健康にも良くない、視力低下や脳にも影響があることを健診等で保護者へ伝えてほしい。

【委 員】

地域のつながりに薬剤師会も入り、100歳体操など集まれる機会を上手に利用していきたい。がん検診の受診率が上がっているが射水市の女性の胃がんの割合がすごく上がっているのが気がかりである。病気の知識がないと手遅れになりやすい。小学生・中学生ら病気の話をする機会を増やしていきたい。

【委 員】

事業所は健康経営に昨今取り組んでおり、従業員が心身ともに健康でないといいパフォーマンスができないため、経営者も重点をおいている。がん検診の40代、50代の男性の受診が少ないが、市の住民検診を受けている人が少ないということか。

【事務局】

がん検診の対象の方は、市のがん検診の対象の方であり、主に国民健康保険に入っている方や職場でがん検診の受診機会のない方が対象である。

【委 員】

事業所ではほぼ受診されていると思うので、少し分かるように注釈があればよい。

【委 員】

何でも食べられる人の割合は何をどのくらい食べて、何でも食べられるというふうに返答されているのか課題になる。眠剤を飲んでいる人は口腔乾燥が日中起きて口の機能を落としている。在宅に行くと、薬の作用で多剤併用の状態になっている人が多い。このデータも出していく必要があると思う。

【事務局】

むし歯予防、歯周病予防だけでなく、噛むことの機能も子どものころからしっかり高めていくことや40歳からオーラルフレイルが始まっていく、口腔機能を保っていくことも重要である。オーラルフレイルはトピックスで入れて、市民へ伝えていきたい。何でも噛んで食べられる人の割合のアンケートは、主観的な部分になっており、何をどれだけか詳しく聞いていない現状はある。今回、令和元年にアンケートをしており、令和5年の結果と比較するため、あまり質問項目を変えずにアンケートを作成した。今後また噛んで食べられる項目について、どのように評価するか検討したい。

【委 員】

自殺者の年代別割合で、20歳から50歳とあと60歳以上で分けてあるが、60歳以上の内訳を教えてほしい。男女差はどうか。

【事務局】

60歳代が10人、70歳以上が24人という内訳になっている。男女差の割合は変わらない。

【会 長】

ゲートキーパーの養成も非常に重要な取組というところで、今回の第3次健康増進プランの3つの重点課題の一つにもなっている。

【委 員】

1次予防では、知ることが大事である。小学生の段階から知識を持つことが重要になる。小学校でSOSの出し方教育の働きかけをすると、家で家族と話をする機会も増え、知識が広がる。小学生や若い世代に対しての働きかけはとても重要になる。SNSを利用したところの体温計は、若い世代に活用してもらい、相談するきっかけになればよい。ゲートキーパーも多くの人に知ってもらうことが一番大事である。

【会 長】

直接話すことで、話が家庭内に広がり、働き盛りの自殺予防につながっていく。こころの体温計は結構利用されているのか。

【事務局】

こころの体温計は令和6年4月から開始し利用料無料である。スマートフォンやパソコンから気軽に自分の心の状態をチェックできるシステムである。4月から9月までの統計では、市内外あわせて延18,000人余りの方が利用された。広報や市のLINE等で周知し普及啓発をしていく。

【副会長】

子ども・若者世代、働き盛り世代、シニア世代と項目ごとに分けて課題・取組があり、パンフレットあるいはアプリで一目で見れるような形で整理すると、それぞれ持ち帰って活動に使えると思う。

(4) 閉会