

尾張旭市健康推進委員会会議録

- 1 開催日時
平成22年 2月24日(水)
開会 午後 1時30分
閉会 午後 2時50分
- 2 開催場所
尾張旭市保健福祉センター 4階 シアタールーム
- 3 出席委員
日比野 清康、日比野 清敏、松原 吉久、宮田 敬三、森田 敬一、鈴木 益義、
西山 妙子、秋田 宏、瀨瀬 陽子、萩野 光代、柳澤 雅明 11名
- 4 欠席委員
斎藤 征夫、西川 景子、深井 清江 3名
- 5 傍聴者数
無
- 6 出席した事務局職員
健康福祉部長 水野 秀樹、健康課長 吉田 和仁、課長補佐兼健康係長 千葉 幸代、
課長補佐兼庶務係長 鬼頭 一誠、副主幹 稲垣富久美
- 7 議題等
 - (1) 委員長、副委員長選出について
 - (2) 平成21年度保健事業の概要報告について
 - (3) 健康あさひ21計画中間見直しについて

8 会議の要旨

健康課長 ご案内の時間がまいりました。

ただいま委員定数14名のうち11名のご出席をいただいております。

「尾張旭市健康推進委員会条例第7条」の規定の定足数に達しておりますので、ただいまから尾張旭市健康推進委員会を開催いたします。

なお、この会議は傍聴を認め、後日議事録を公表するといった会議の公開を行なうものですので、委員の皆様にはご了承いただきますようお願い申し上げます。

では最初に健康福祉部長水野よりご挨拶申し上げます。

健康福祉部長 <<あいさつ>>

健康課長 それでは、皆様方に当委員会の委員をお願いいたしまして、本日が最初の会議になりますので、議事に入ります前に、自己紹介をお願いしたいと思います。お手元の委員会名簿順にお願いします。

(自己紹介) 委員11名、続いて事務局職員

健康課長 ありがとうございます。

健康課長 それでは、議事に入ります前に、今回、委員の改選がありまして、前回から引き続き委員になられた方、新しくなられた方がお見えになりますので、「健康推進委員会」について簡単ではありますが、説明をさせていただきます。

尾張旭市は、「健康づくりのまちづくり」に取り組む指針を掲げ、市民一人ひとりが生き甲斐を持ち、生き活きと暮らせることを目指し、各種施策を展開しております。

こうした市民の健康増進のための施策について、より効果的な展開を図り、より一層の健康の保持増進を図るために、専門的かつ市民の視線からなど、あらゆる方面から、ご審議いただくための、「尾張旭市健康推進委員会設置条例」を平成15年度に制定し、附属機関としての位置付けとし、この健康推進委員会を設置しました。

過去には、「健康都市宣言文」「健康の日の制定」「WHO 健康都市連合の加盟」「健康都市宣言大会」「健康づくり推進員制度」「健康あさひ21計画」などの数多くのご審議をいただき、尾張旭市民の健康づくりに多大なるご尽力をいただきました。

今回は、特に健康あさひ21計画中間見直しについて、ご審議をいただき、充実した見直しを図りたいと考えておりますので、よろしく願いいたします。

それでは、議題（1）の「委員長及び副委員長の選出について」に移らせていただきます。「委員会条例第6条」の規定によりまして、「委員長及び副委員長は委員の互選により定める。」ことになっていますが、どのようにさせていただきますでしょうか。

西山委員 前回、委員長を受けていただきました先生が、今回も委員になっていただいておりますので、引き続き委員長・副委員長をお願いできないでしょうか。

健康課長 只今、西山委員さんから前回の委員長、副委員長さんが委員になっておられますので、引き続き委員長さん、副委員長さんをお願いしてはどうかと言うご発言がありましたがいかがでしょうか。

委員 「異議なし」の声多数

健康課長 「異議なし」の声をいただきましたので、委員長に瀬戸旭医師会から選出されてみえます日比野清康委員、副委員長に尾張旭市歯科医師会から選出の日比野清敏委員をお願いしたいと思います。

《委員長・副委員長座席移動》

健康課長 それでは、議事に入らせていただきたいと思います。委員が会務を総理することになっております。恐れ入りますが、日比野委員長にごあいさつをいただきたいと思います。よろしく願いいたします。

委員長 《委員長あいさつ》

健康課長 有難うございました。
 それでは、委員長さんに議事の進行をお願いしたいと思います。

委員長 皆様のご協力をいただきながら、議事を進めたいと思いますので、よろしく
 お願いいたします。
 それでは、会議次第（２）の「平成２１年度保健事業の概要」について、
 事務局から説明をお願いします。

千葉補佐 平成２１年度保健事業の概要について説明させていただきます。お手元の資料に
 基づいて説明をさせていただきます。

 内容につきましては、元気まる測定事業、筋力トレーニング事業、職員出前
 講座、視察受け入れ状況について説明させていただきたいと思っております。

 資料の１の１ページをご覧ください。それでは、平成２１年度保健事業とい
 うことで、まず健康度評価事業、元気まる測定について説明させていただきます。
 これは市民の方の健康増進それから生活習慣病予防という目的で行っている
 事業でございます。簡単な基礎的体力測定と栄養と休養などの生活習慣をチ
 ェックしております。実績のほうは平成２２年１月末現在のものがございます。
 まず、実績ですが新規受験者が８０２人、再受検者が７０３人、合計１,５０
 ５人でございました。昨年と比べまして、２８６人少ない状況となっております。
 元気まる測定でございますが、平成１３年１０月から実施しております。
 平成１３年からの実績でございますが新規受験者が８,１６３人、再受験者が
 ５,７４０人、合計延べ１３,９０３人になっております。対象が市民１８歳以上
 としておりますので、１８歳以上の２０.８%の方が受けられていることにな
 ります。性別、年齢別を調べてみますと、６０歳代の女性が多く、その次に３
 ０歳代女性になります。これは健康課の方で女性の健診ということで毎年１８
 歳以上３９歳以下のかたを対象におこなっておりますが、その時に体力測定な
 しの問診だけの元気まる測定をおこなっておるためでございます。その次に７
 ０歳以上の女性、５０歳代の女性と圧倒的に女性が占めております。

 次に、ネットで元気まるの実績でございますが、平成１８年１０月より尾張
 旭市のホームページ上に開設しました。これは市民の方、市外の方、だれでも
 気軽にゲーム感覚で、自分の生活習慣をチェックできるということで開設して
 おります。平成２２年１月末現在で２,９８３件の受検者数でした。

 筋力トレーニング事業を実施しております。ふたつの種類をやっております。
 マシンを利用したぴんぴん健康道場、おもりを手足に巻いて行きますらくらく
 貯筋教室のふたつでございます。両方とも平成１７年度から実施しています。
 らくらく貯筋教室は公民館ですとか地域の集会所などで行っていますので、体
 力の保持増進以外に仲間作りということも、目的にしております。それでは、
 ぴんぴん健康道場の実績ですが年４コースを実施しております。１コース７回
 で、平成２２年１月末現在５２人、延べで２２３人の参加者になっております。
 これは、年度途中ですのでおそらく平成２０年度の数字は上回るものと思われ
 ます。それから評価のことですが、もちろん筋トレですので筋力も向上しまし

たけれども、運動習慣が良好と判定された方や全身持久力、筋力の向上がみられました。今後の健康づくりのきっかけとなった、血圧が下がった、日常生活の行動がスムーズになったなどの感想が聞かれました。

らくらく貯筋教室について3ページをご覧ください。らくらく貯筋教室は年2コース開催しており、1コースで20回、半年というコースです。22年1月末現在参加人数が48人延べで537人、年令で見ますと68.2歳、これも年度途中ですので延べ人数は若干上がってくると思います。それから評価の方ですが運動や、食生活が改善され、もちろん体力面でも全身持久力、筋力バランスの向上がみられました。また教室終了後健康づくり推進員さん方のご協力を得て、自主活動としてOB会を作っていたいただいて、筋力トレーニングをとおして、地域の中で仲間とともに楽しくトレーニングを継続していただいております。それから、平成17年度から実施してまいりましたけれども、らくらく貯筋体操に取り組む市民の方が増えてまいりまして、別紙(1)をご覧ください。らくらく貯筋マップですが尾張旭の地図が描いてありまして、これだけの筋力トレーニング教室をやってますよというものです。今現在23グループそして529人の方が地域の中で仲間と一緒に筋力トレーニングに取り組んでみえます。尾張旭の65歳以上の人口が15,817人ですので、高齢者の人口の約3.3%の方がこのらくらく貯筋体操に取り組んでいる状況になります。らくらく貯筋体操をもっと尾張旭の地域の中に普及していきたいという私どもの思いであります。その取り組みとして健康づくり推進員による活動ですとか、あるいわ自治会さん自らの自治会活動の一環として貯筋トレーニングを取り入れ活動されています。健康課としましてはテキスト、DVD、CDなどを作成して市民の方に利用していただきます。また、らくらく貯筋体操普及推進大会を行っており、つい最近も筋力トレーニング研修会を市民会館で150名の参加がありまして開催したばかりでございます。

3の職員出前講座実施状況に入りたいと思います。別紙(2)をご覧ください。平成21年年度職員出前講座実施状況、平成22年1月末現在でございます。件数としては、26件779名の方が出前講座を受講されています。内容を見ていただきますとわかりますように、らくらく貯筋体操が圧倒的に多いです。その次に元気まる測定になっております。参考ですが平成20年度は32件で784名の方が出前講座を受けられています。

4の視察受け入れ状況、別紙(3)をご覧ください。平成21年度保健福祉センター視察状況平成22年1月末現在、今年度は12件先ほど部長も申しましたように今年度は新型インフルエンザの影響で視察のキャンセルが数件ございました。それで12件145人の方が視察にいらっしゃいました。内容について見ていただきますとわかりますように、尾張旭市の健康都市の取り組みであるとか、保健事業の視察についてが圧倒的に多いです。昨年度は16件278人でした。私からの報告は以上でございます。

委員長 ただいま保健事業の概要説明をしていただきましたが、何かご質問、ご意見はありませんか。

それではないようですので、3「健康あさひ21計画中間見直し」について、事務局から説明をお願いします。

鬼頭補佐 それでは、健康あさひ21計画中間見直しについてご説明させていただきます。

お手元に健康あさひ21の冊子がございます。この健康あさひ21計画を、平成17年3月に策定し、現在その推進に取り組んでいます。今回計画の中間評価及び計画の見直しを行うため市民アンケート調査を実施しました。その概要につきましては、資料2を見ていただきたいと思います。

対象は、妊産婦、乳幼児の保護者、小中学生、高校生の年齢層である17歳、それに20歳～79歳までの成人、全て合わせて2,865人、回収は1,597人で55.7%でした。回収率は平成16年の前回とほぼ同じでした。その内訳につきましては、資料をご覧ください。

ページをあらためまして、指標目標値の達成状況でございますが、平成16年度の策定当初値と最新値を比較し、平成26年度目標値に向けての現在の評価を下の表の評価区分であらわしました。イメージ図と合わせてご覧ください。

次に指標・目標値の評価をご覧ください。

1の栄養・食生活

20歳代女性のやせすぎの人が増加しており、成人の肥満は男女ともに減少傾向を示しています。

きちんとした食事をしているかの調査では、きちんとした食事を家族などと団らんでできているかどうかの問いには、ばらつきがありますが、全体では横ばいとなっています。

栄養表示については、参考にする人が増加しています。

適正体重の維持についての理解は、必ずしも増加していません。

朝食の欠食については、17歳と20歳代男性の若い世代で減少が目立っています。

続きまして身体活動・運動

意識的に運動をしている人は、全体では着実に伸びています。ただ60歳以上の女性で運動を習慣的に行っている方が減少しています。

60歳以上の男性で地域活動を行っている方が増加しています。

元気まる測定の認知度は増加していますが、受けたことのある人は伸び率が低く頭打ちになっています。

3の休養・心の健康

勤めている人を除くと、ストレスは、減少しており、健康と感じる人は80%以上の高い率を維持しています。趣味のある人も少しですが増加しています。

4のたばこ

中学生、17歳のたばこの被害に関する知識は高まっていますが、成人に関してはあまり増加していません。

未成年の喫煙、妊娠中の喫煙、そして成人の喫煙全てが減少の傾向にあり、個人の知識や意識を超えたところで、流れが禁煙の方向に動いていると思われます。

続きまして5のアルコール

未成年や妊婦の飲酒は全体に減少しています。飲酒の影響についても知っている人が増加しています。ただし、節度ある適度な飲酒の知識（健康上、一日の適量な飲酒量）については、減少しております。中学生や17歳でアルコールが体に及ぼす影響を知っている人の割合は、増加しています。

6の歯の健康です。

1日に3回以上甘いおやつや飲み物を与えている割合は減少しています。

歯間ブラシの使用については、成人全体では増加しています。

自分の歯を有する人の割合は、厳密には年令の区分が少し違いますが、60歳も80歳も国の目標値を大きく上回っています。

年に一回程度は歯科健診を受けている人の割合は、目標値を大きく上回っています。

8020運動の認知度は少し減少しています。

続きまして、6ページ7の生活習慣病

平成20年度より制度が変更され、基本健康診査が特定健康診査になったことにより、その検診だけでなくがん検診を受けた割合も減少しています。

8健やか親子

休日・夜間の当直医制度を知っている親の割合が減少していますが、陶生病院、旭労災、愛知医大の救急医療が充実していることも関係しているかと思われます。

かかりつけの小児科をもつ親の割合は幼児では95.4%と、ほとんどがあると回答しています。

正確な認識を持つ人の割合は、説明不足で申し訳ありませんが、薬物についてでございます。また、17歳女子の上段の評価は×の間違いです。内容については、薬物についての急性中毒の知識が低下しているのが心配されます。

たばこやアルコールを断ることのできる未成年ははっきり増加しているが、シンナーや覚醒剤であまり増加していません。少し心配な部分も出ております。

性教育については、17歳男子で避妊法を知らないとの回答が1割を超えています。性感染症の知識は、少しは増加していますがまだ低い状況です。

自分のことが大切に思うことができますか。の問いに2割以上の子どもがいいえと回答しており、深刻な問題であると思われます。

子どもの心安らかな発達の促進と育児不安の軽減の項目では、妊娠・出産について満足している人は高い割合を示しています。そして、出産後1か月時の母乳育児の割合は99%とほぼ全員となっています。

子育てのストレスについては、全体にストレスは減少傾向にありますが、幼児の保護者の24.5%で子どもに対して家族の誰かが怒鳴ったり、叩いたり、無視したりしてしまうことがあると回答しており、この部分については問題は大きいと思われます。

産後気分が落ち込んだりした人は、やや減少しています。

事故防止やうつ伏せ寝についての気遣いは、とくに乳児についてはっきり高まっていますが、幼児については逆の数字が出ています。

育児についての相談相手がいる母親の割合は非常に高く、育児によく参加している父親の割合も増加しています。

親子のコミュニケーションについては、乳幼児の保護者については、減少していると回答していますが、小中学生自身は親が話を聞いてくれると答えている割合が増加しています。

健やか親子に間接的に関連する分野につきましては、それぞれの分野で説明したところもありますが、食事を介しての親子のつながりは、どちらかというと、希薄になる傾向が示されています。

妊娠中の喫煙や飲酒は減少傾向にあります。また、おやつや飲み物の幼児への提供の頻度はやや減少しています。

続きまして、9の新規設問、今までのものは平成16年にも同じ質問をしておりますが、新たに今回設問を行ったものです。

健康に対する意識は、5年前より半数以上の人で高まっており、以前より意識している人を加えると、84.4%と高い意識がみられます。

食育への関心は妊産婦及び乳幼児の保護者で8割を超えています。

食品の安全に不安を感じている人は、成人で半数近く、妊産婦及び乳幼児の保護者で4割程度となっており、食品への信頼感が揺らいでいます。

地産地消については、成人で66%、妊産婦及び乳幼児の保護者で74%の人が意味を知っており、食の安全や環境への負荷の軽減などについて関心が高まっている結果と思われます。

農作業や農作物での加工品作りなどについては、17歳や妊産婦及び乳幼児の保護者で体験したい人の割合が高く、その内容についても野菜作りや特産品を使った料理作りに高い関心があるとの結果が出ています。

最終ページのスケジュール表をご覧ください。

まず、4月に健康あさひ21計画中間見直し策定業務について契約等の事務手続きを経たのち、計画に必要な資料の収集や整理を行います。中間見直しの進め方や研究会などについての事務局の案を、推進委員会においてご検討いただいた後に、研究会を発足させ後期計画のビジョンを考えていきたいと思っております。後期計画についても、事務局が収集した資料をもとに、研究会メンバーによる提案を軸にした素案を作成していきたいと考えております。そしてその素案について健康推進委員の皆様にご意見をいただいた後、1か月間尾張旭市のホームページに公開し、パブリックコメントを募集していきたいと考えております。その結果を得た後、皆様の承認をいただき健康あさひ21計画の後期計画といたしたいと考えておりますので、よろしく申し上げます。以上でございます。

委員長 ただいま健康あさひ21計画について、説明をしていただきましたが、何かご質問、ご意見はありませんか。今後のスケジュールについて、質問ありませんか。

健康課長 今アンケート結果を非常に簡単ですが説明させていただきました。もちろんこれをさらに深めていくわけですが、ご存じのように健康日本21計画の地方版として策定するようというところでございます。健康日本21と項目はほとんど同じですが、国も言っておりますが総花的、あまりにも項目が多くてどこにしばったらいいのか、どうしたら全体が向上するのか、非常に難しい課題をもってこの計画を推進していきます。ホピュレーションアプローチといいましてハイリスクアプローチと違い広く健康について推進していくというような部分が多いということで、先ほど委員長さんがあいさつの中で言われたように、知恵をしばって健康意識を普及するというので、尾張旭市の場合は幸いにも健康都市という名がありよかったのかなと思っております。中を見ますと健康課としてはこの部分は良かったのかなと思ったり、意外に反対であったとかというのもありまして、健康課の方へ教えていただける部分がありありがたいと思っております。

柳澤委員 8ページの親と子のコミュニケーションの「家族はしっかり話を聞いてくれる」の17歳のところで極端に数値が下がっているところで、どのように分析されているのか。

健康課長 まだはっきりとは分析しておりませんが、大変関心の高いところで、一般的に申しますと、思春期を向かえてくると親との会話が少なくなってきたということですが、また少し踏み込みましてこども課の発達支援のほうからも見まして、意見をいただいているかと思っています。

萩野委員 3ページの朝食を欠食する人の割合で17歳や20歳代男性の欠食率が低いのですが、何か取り組みをされているものがありますか。愛知県と比べても数値が低いので、何かあるのでしょうか。

鬼頭補佐 17歳とか極端に欠食率が低く、高校生はほとんどの人が朝ごはんを食べて出てきているという結果が出ているのですが、特別なことは聞いておりません。

健康課長 元気まる測定で60歳代の女性が受ける割合が多いのですが、受ける割合が低いところを呼び掛けて受けてもらうのですが、反対に健康課は60歳代女性のところが得意分野なんだというのが分かります。次に職域の壁、働いている人への働きかけが非常に難しい。そしてもうひとつは、学校という壁、健康部局と教育部局が同じことを考えていても、イコールにして事業がやりにくい。そして、働いているところには、特定健康診査が導入されましたので、保険者が責任を持ってメタボの指導から朝食を取りましょうという指導ができる。学校の食育については、当然学校教育で行っていくということです。

健康福祉部長 県の平均ですとどれくらいになるのでしょうか。

萩野委員 学校教育で指導されて、それで生活習慣ができた方が朝食の欠食をされないのかなという推測ができる。

健康福祉部長 教育委員会の方にもっていきまして、どうしてこういった良い結果がでたのか聞いてみたいと思います。

鬼頭補佐 研究会の方では、是非学校教育関係の方にも入っていただき分析等を行っていただきたいと思っています。

委員長 医者立場から言って、健診の受診率が下がっている。この原因は不景気です。

千葉補佐 平成20年から落ち込んだんですね。若干回復しているのですが、まだですね。特定健診の影響があるのかなと思います。

委員長 それと不景気で、健診の方に気が向かっていかない人が増えてくるんですね。もうひとつ、女性特有のがん検診については、啓蒙を一生懸命やって欲しい。名古屋

市では、あらゆる予防注射を低負担でやられるようですが、日本の健康医療は予防注射などの予防医学になってきており、尾張旭市においてもその流れがいずれは来ると思いますが、今のうちから健診あるいは予防注射をうけるということで、医者の頭の中には50～60%という値を浮かべている。緒外国ではそれぐらいの予防接種率、またはもっと高いところがある。子宮頸がんワクチンなどはこどものうちから行うといい。全国的に啓蒙運動をやって欲しい。

健康福祉部長 名古屋市長が1月3日に発表され、私どもも非常に驚いた。これには、莫大な費用がかかる。本市においても、当初予算は1月において調整がほぼ終わっている。そこで最終の市長の調整の時に予防接種の話になり、本当は子宮頸がんの予防接種が効率の面でもいいのだが、市役所が行うには繊細な部分が多くありうまくいかない、この子宮頸がんのワクチンにつきましては、是非先生方から法律で定めていただくように進めていただきたい。名古屋市はたくさんの予防接種を対象にしているが、尾張旭市ではひとつだけやるようにしたいと思っています。平成22年度は、ヒブワクチンを実施するように考えています。子宮頸がんワクチンについては、皆様のお力で行いたいというのが本音でございます。

委員長 他にご質問、ご意見はございませんか。歯科の方からはいかがでしょうか。

副委員長 前々からお願いしていた、節目健診の枠が下にさがるということで、20歳、30歳、今までは40歳以上5歳刻みでした。若い方にシフトしていく。健診率がこれでなんとか上がっていけばいいかと思っています。

健康課長 歯科の方は妊婦、乳児、幼児の歯科健診、学校に入りますと学校保健で高校まではドクターが入り健診により早期発見、早期治療にもっていけますが、学校を卒業すると次は40歳からですので、間が空白になってしまっているのです、このところに加えていかないと最終地点の8020まで到達しないのではないかとということで、今回20歳と30歳の歯科健診加えたわけです。

アンケートで、8020が意外と知られていない。反省しますと普段は歯科に関心のある方とばかり話していて、関心が無い方にも8020の意義を伝えていかなければならない。かなりの方が8020知っているものと思っていたのですが残念でした。

委員長 他にご質問、ご意見はございませんか。

萩野委員 健やか親子の7ページ「事故防止の対策をしている家庭」「うつぶせ寝をさせている親」で説明があったように、乳児は良かったのだけれど、幼児の保護者の方が少し悪い数値が出ている。不慮の事故というのは、乳児だけでなく、少し行動範囲が広がった幼児の保護者に啓発が必要だと感じた。

健康課長 食生活の方でも、乳児の保護者に対しては関心が高いが幼児になると関心が低くなるという傾向が見え、健康課の中で話題になっています。赤ちゃんのころは大事にするが、幼児になり1人で歩きだして元気になってくると、だんだん保護者の意

識が下がってくる。

今回は健康あさひ21の中間見直しに係るアンケートを実施しまして、これから分析して計画策定してまいります。22年度につきましては、委員の皆様にご審議をいただきまして、見直しを行い後期計画を作成するという事で、是非皆様のご協力をお願いします。

委員長 事務局から健康あさひ21計画の見直しについて、審議等の協力をとのことでした。資料の中にスケジュールについて書かれていますが、何か質問はありませんか。

柳澤委員 アンケートの方法ですが、17歳のところが35%の回収率となっていますが、この意見で判定することになるがこれでいいのか。この方法を見ると郵送による配布及び回収なので、自発的に出している17歳の意見ということで、それでいいんだとは思っただけけれど、そういうリスクのある意見が出ている。先ほどの親子のコミュニケーションがとれていない、かなり下がっているという意見で判断するのが、いいのかどうなのか気になる。

委員長 17歳にアンケートを出した具体的な方法を紹介してください。

健康課長 当初の作成時と同じ方法で、アトランダムに拾いまして、郵送で送りまして郵送で回答していただくという方法です。当初が300人に対して36.3%で、今回も35.7%ということです。

委員長 回収率が最も高いのは、小学生、中学生ですね。

健康課長 小学生、中学生につきましては、学校教育の協力を得て配布しました。

柳澤委員 同じ郵送であっても妊婦の方では57.5%の回収率なので、たぶんアンケートの内容に対して関心が自分の問題として高い。同じ郵送で見ると、成人のところが45%でこれも半分以下、17歳に比べて10%高い。妊婦さんに比べると10%低い。アンケートの内容により関心の度合いが違うので、未回答人の意見が入っているのかなど、裏のデータとしては、また、問題を作るのが難しい。

健康福祉部長 当初のアンケートと同じ様な比率でやり続けないとデータおかしくなってしまうということもあって、前回は300名で郵送回収という同じ方法で行っている。内容も変えないで行っている。それにしてもやはり、回答比率は低すぎますね。

柳澤委員 今言われたことは、統計的に比較するためには大切なことでそういう意味ではよくわかりますが、推進する活動の中身についても踏襲していくとも、新しく入れるものを勘案していかないといけない。先ほどの回答者の比率がそんなに高いと思わないので、項目の出し方の問題があるだろうと思う。私が思うには、一番肝心だと思っているのは、この町を知るために歩くということをおこなう中に入れないといけないのではないかなと思う。先ほどこのウォーキングマップを見ると、尾張旭には

緑が多く歩くところがたくさんある。東西に瀬戸線が走っているので、どの駅で降りてもどのコースも回れる。歩き足りない人は全周を回ればよい。このことについて何か踏み込んだ項目を入れるべきだった。

委員長 尾張旭市長が言っていました、将来尾張旭をぐるりと回るウォーキングコースで大会をしようと、33キロメートルを歩こうと。言われていることは、そういったことですね。

柳澤委員 人間の機械としての効率の良さ。歩いて体重を減らそうとしても、効率が良いのでなかなか減らない。減らないのをマイナスと考えるのではなくそれだけ丈夫にできており、長生きできる。そんなにエネルギーを使わなくても人間の体は動かせるという逆の発想で、減る人は体がなまっている人で、歩き出すと筋肉が増え、体重は減らない。私が驚いたのは、自分の体重を移動しているので50キログラムの人千歩歩くと50トン運んでいることになる。それでも体重はほとんど減らない。

委員長 こういったことは、市民に広げるべきことですので、この委員会から発信していきたいと思います。我々医師が高齢者に歩くよう指導しますが、体重を減らすだけでなく、外に色々な効用もあり、老化防止には役立ちますので、こういったことをこの委員会から発信していきたいと思います。

スケジュールのことについては、いかがですか。来年度はこの委員会は3回予定されています。資料の中に計画研究会とありますが、どんなことをされるのでしょうか。

健康課長 研究会は、俗に言うワークショップでございます。前回は市民からの公募のボランティアさんと、食生活改善推進員すなわち食改さんのグループで、前回は協力していただき活発な意見が出ました。そして、今回もお願いして、それに学校関係者などを入れワークショップ形式で行いたい。

委員長 ということになっていますので、そういった折に話題にさせていただくといいでしょうね。

健康課長 この計画が作られた平成16年当時はまだ今ほどウォーキングという言葉が盛んに使われてはいなかったもので、多分運動の分野でウォーキングを注目しようとかという記述が出てくるのではないかと思います。健康課でも健康づくり推進員が月2回、経験のない方を対象に散歩ウォーキングというのをやっています。今後はさらに注目すべきではないかなと思っています。

委員長 今後このようなスケジュールで進めていくこととなっていますのでよろしく願いします。ほかにスケジュールについて何かありませんか。

それではないようですので、よろしいでしょうか。

平成21年度第1回健康推進委員会を閉会させていただきます。