

「健康都市に関する懇談会」第16回会議 会議要旨

1 開催日時

平成30年12月10日（月）

開会 午後1時15分

閉会 午後3時

2 開催場所

尾張旭市役所 3階 302、303会議室

3 出席した構成員（12名）

岡本和士、山下昌代、谷口悦予、福嶋喜美子、木島千代子、土屋珠美、伊藤克彦、梅村千代美、田口邦子、若杉浩二、山脇望美、加藤隆憲

4 欠席した構成員

なし

5 傍聴者数

2名

6 出席した事務局職員

健康都市推進室長 川本英貴、室長補佐 谷口洋祐、主事 遠山千尋、主事 加藤豊子

7 議題等

(1) 平成30年度の取組状況について（報告）

(2) 意見交換

8 会議の要旨

1 開会
・健康都市推進室の職員の紹介 ・資料の確認 ・会議の進め方の説明 ・座長及び職務代理者の選出 構成員の推薦により、岡本和士氏を座長とすることを決定。また、座長が職

務代理人として、若杉浩二氏を指名。

2 議事

(1) 平成30年度の取組状況について（報告）

- ・事務局から、資料に基づいて説明。
- ・内容について、次のとおり構成員から意見が出された。

●SDGsについて、広報等でも取り上げられているとのことですが、様々な事業との結びつきが難しいと思います。

（事務局）SDGsについては、知らない職員も多い状況です。今後は、皆様に分かりやすく、実際に取組や生活の中で、こういったところがつながっているかというところを伝えることで皆様の理解がしやすくなると思います。今後周知を行う中では、わかりやすきの視点を大事にして進めていきたいと思えます。

●「持続可能な開発目標」という言葉もしっくりこないです。分かりづらいと思います。もう少し馴染み深い言葉にすれば、興味を示してもらえらると思います。

（事務局）「開発」というと、発展途上国が開発していくことを連想するキーワードであると思えます。元々は、**development** という英語ですので、「発展」といった意味もあり、持続可能な発展、という意味も含んだ目標であると思えます。日本では、「持続可能な開発目標」として使われていきますが、今後の広報は、“尾張旭語”に少しずつ置き換えるなどする工夫が必要があると思えます。

(2) 意見交換

- ・座長の進行のもと、各委員から次のとおり意見が出された。

●若者は、ある程度「健康」であるので、イベントに関心を持ちづらいのではないかと思います。結婚や出産など、家族ができたときに市役所に行くことで初めてイベントの存在を知ることが多いのではないのでしょうか。若者の参加を促したいです。

●スポーツが好きで長年色々やってきました。現在、福祉関係の仕事をしていますし、自分自身が年を重ねるたびに、「健康」について考えるようになりました。私はスポーツをすることで居場所がありますが、今後は、みんなが集まれるような「場所」が必要なのではないかと思います。

●あさひ健康マイスター手帳について、今年度小中学生全員配ったとお話にありました。子どもたちがどれくらい参加しているのか、手帳を利用しているの

か、全員に配布することの効果について検証をしていただきたいです。子どもたちが、小さい頃から市の取組に参加していれば、大きくなったときにも、こういった行事があったなど、記憶に残っていると思います。現在の高校生や大学生は、小さい頃行事に参加していないと、大きくなってから、どんな行事があるのかわからないと思います。私自身、広報は、子どもができ初めてしっかりと読むようになりました。子どものうちから、色々な取組に参加していれば、自然とイベント等に行ってみようかな、となると思います。マイスター手帳がそのきっかけになれば有効だと思います。

●朝食メニューについて、私も企画に関わっていますが、子どもたちだけでなく、市民の人にも取り組んでもらいたいと思っています。子どもたちに向けて発信していることでも、大人も参加することで盛り上がっていくと思います。様々な取組が、世代に限定せず、同じように取り組めるものがたくさんあると色々な世代の方と交流ができます。現在は核家族化がどこの地域も進んでいるため、交流の取組が大切だと思います。

●シニアクラブは、「健康」「友愛」「奉仕」の3つの柱で活動をしています。「健康」についての行事として、らくらく筋トレ体操やグランドゴルフ大会、カラオケ大会、クラブによってはラジオ体操も行っています。県のスポーツ大会や、植樹祭の1年前イベントにも参加しました。「友愛」については、サロンの開催や困りごと支援を行っています。最後に「奉仕」については、小学校区や集会所の清掃、町内のごみ拾い、下校時の見守りを行っています。シニアクラブの会員数は減少傾向です。できるだけシニアクラブへの参加を増やしていきたいです。

●地域の行事に参加しようと思ったときに、自治会に入っていないと、なかなか参加しにくいと思います。現在、自治会の加入率は64%で、加入率をもっと上げて、より多くの方が行事に参加できるようにしていきたいと考えています。小学生に話を聴くと、もっと地域の人たちと結びつきたいという意見もありました。子ども会議を開き、その中の意見で、盆踊りやコミュニティ運動会、田植えなどの行事に参加したいということがわかりましたので、スタンプラリーを取り入れて実施しました。その結果、自治会に加入していない世帯のかたも、行事があれば子どもについてくるため、そういった行事を一つの場として、自治会加入キャンペーンをしています。こうした取組も行いながら、自治会加入者を増やしていきたいと思っています。健康に関しては、30代、40代には関心がないと思います。自分自身70代になってやっと気にするようになりました。小学生に手帳を渡しても、関心をもってもらうことは難しいのではないかと思います。

●健康づくり推進員は、平成16年に市の健康課の養成講座があり、現在に至っています。現在の会員数は30名で、女性がほとんどです。推進員の若返りを図りたいと思っていますが、仕事があるかたは入りやすく、入っていただいても行事等には参加できない状況で、主力メンバーとしてはなかなか活動して

もらえず残念に思っています。私自身、健康づくり推進員になったことには意義があります。行政に対する興味があり、見えないところで一生懸命やったださっていると思います。健康づくりも同じようなもので、仲間作りや同じ志を持って活動することは、充実感があると感じています。健康都市に加盟していることで、海外の方との交流もできます。私自身としまして、健康である限り、続けていきたいと思っています。

●スポーツをしている人は、ある程度健康な人であると思います。運動をしていない人が、例えば、散歩で家から一歩外に出るといったきっかけづくりができれば良いと思っています。3年前のスポーツ推進員の東海四県の大会の発表の際に、「0から1へ」を目標に掲げました。家の中に閉じこもっている人が、たとえ一歩でも、自分で買い物に行きたいと思う気持ちになることで、人とつながり、お話をし、色々なものを見て刺激を受けるといったことにつながります。こういったことが、大切であると思っています。

●あさひ健康マイスターがリニューアルされたことで、私たちが行っている活動に小学生の参加が増えました。親御さんが興味がないと子どもも来ないと思います。マイスター手帳が配られたことによって、子どもが参加してみたいと思うきっかけになったと思います。たくさん参加者が来て、嬉しい悲鳴が上がっている状況もあります。ウォーキングイベントやニュースポーツ体験会では、来場して早々に、マイスター手帳のスタンプ欄を広げる人もいます。マイスターの対象が幅広くなったことで、市民活動の参加へのきっかけができたと思っています。

●SDGsについては、スポーツ推進委員もほとんど知らないと思います。派遣されてスポーツを指導をするだけではなく、考え方のひとつとして、まずは、自分たちの中で浸透させていく必要があると思っています。考えるきっかけ等についても今後議題に挙げていきたいと思っています。

●市民の現状について紹介させていただきます。1年前の本市の特定健診（40～65歳が対象）の結果の中のひとつに、1日30分以上軽く汗をかく運動を、週に2回以上かつ1年以上実施している人の割合は、県の男性平均27.6%、女性平均26.9%のところ、尾張旭市は、男性平均41.6%、女性平均40.3%と県内では5年連続一位でした。10年以上前から「健康都市」の取組を続けてきたこととの因果関係まではわかりませんが、健康づくりの取組が幅広く一生懸命されているまちであると思います。この結果は、市が行ったというのではなく、市民のかたひとりひとりの地道な取組の成果であると思っています。また65歳以上の介護保険の利用者は、14%程度であり、県の平均16%、国の平均は18%と比較しても少ないことが分かります。介護保険料についても、近隣と比較しても安く、使用されている割合も少ないのではないかと思います。その反面、飲酒をする人の割合は、他と比較して多くなっている現状もあります。今後、健康都市プログラムには、このような代表的な数値を掲載して、現状の把握や他市との比較について良いところも悪いところ

も示してはいかがでしょうか。

●尾張旭市の健康都市プログラムには「外に出かけたくなる」「寝たきりにさせない」「住み続けたいくなる」の3つの柱でまちづくりがうたわれており、らくらく筋トレ体操は、健康課と協働で推進しています。現在では、市内64か所で行われており、主に65～90歳の方が参加してくださっています。男性が少なく、女性が多いですが、家から出ることは一番のメリットであると思います。仲間がいて、おしゃべりをするのが「健康の源」であると思います。今後もしらくらく筋トレ体操をする人口は増えると思いますし、その結果として、医療費もかからなくなると思います。是非今後も多くの人にらくらく筋トレ体操をしていただければと思います。

●体を動かすことは大事ですし、老化は足元からと言われるように、足はしっかりとしていなければなりません。

体力がなくなってしまう、精神力も低下してしまいます。

●JAの女性部でもらくらく筋トレ体操をやっています。女性部では、家の外に出ることを大切にしている、外に出るために女性はおしゃれをしますが、それは認知症予防にもつながっています。しかし、残念ながら会員は減ってきています。

●JAでは、あさひマイスター手帳のキッズのページにもあるように、田んぼアート、稲刈り、田植え、芋掘りなども開催しています。多くの方に参加をしてほしいです。健康は食に大きく関わっていると思います。

●健康診断はもちろん、こころの健康の講習会を開催している企業もあると聞いています。一言で健康といっても「からだ」だけでなく「こころ、メンタル」も健康でないと、どこかに支障がでるのではないかと思います。年に1度の健康診断は大切です。

●私自身の周りの人を見ていると、尾張旭市が掲げている「寝たきりにさせないまちづくり」「外に出かけたいくなるまちづくり」はすごく大切なことであると実感しました。

3 その他

(事務局) 本日はいろいろなご意見をいただき、ありがとうございました。皆さんの意見をお聞きし、「体」に比べて「こころ」「まち」の健康の取組が弱いのかなという印象を持ちました。会議の中で伺った意見は、事務局で整理し、今後の健康都市づくりの参考とさせていただきます。

また、本日の会議記録につきましては、後日送付し、皆さまの確認を得た後に、市ホームページに公開いたします。

4 閉会