

## 令和3年度 境港市健康づくり推進計画策定・評価委員会 会議録

【日時】：令和3年11月16日（火） 午後7時～8時45分

【場所】：境港市保健相談センター 講堂

【日程】

### 1 開会

福祉保健部長あいさつ

新委員紹介

### 2 議事

(1) 境港市健康づくり推進計画の進捗状況について

(2) その他

### 3 閉会

【出席者（敬称略）】

（委員長）松本 光彦

（委員）細田 淑人、堀田 仁恵、阿部 暁子、廣江 仁、秋田 松夫、大田 麻紀、  
足立 由美子、永井 俊、梅木 千賀子、徳永 由樹、清水 厚志、岡田 礼子、  
景 愛子、大原 茂美、池淵 博、野間 麻衣子

（助言者）鳥取大学医学部環境予防医学分野 尾崎 米厚 教授

（事務局）阿部 英治（福祉保健部長）、小川 博史（健康推進課長）、  
田中 美津枝（健康推進課課長補佐）、渡辺 一佐子（計画係長）  
寺澤 真理（保健係長）、山本 恵子（健康推進課）  
亀井 功（教育総務課長）、武良 収（市民課長）、  
松本 昭児（生涯学習課長）、山根 幸裕（福祉課長）、  
片岡 みゆき（長寿社会課長）、北野 瑞拡（子育て支援課長）

【議事録】

### 1 開会

（事務局）

ただいまより、評価委員会を開催いたします。

次第などは事前にお配りしておりますが、忘れた方とか、ない方が終わりましたら配布したいと思っておりますが、いらっしゃいますでしょうか。

時間は1時間半程度、8時半を予定しておりますのでご協力よろしく願いいたします。

それではまず初めに、部長の方から挨拶をさせていただきます。

福祉保健部長の阿部と申します。

皆さんお忙しい中、評価委員会にご参加いただきまして本当にありがとうございます。

健康づくり推進計画は、平成31年2月に策定をしていただき、3年目を迎えるという計画

であります。

新型コロナウイルスの感染拡大は小康状態という状態なのかもしれませんが、いずれにしても、当面の間は、ウィズコロナという時代になるのではないかというふうに言われています。そのような状況下をふまえ、健康づくりや食育の推進、自死対策の推進計画を、振り返り、計画を評価していただき、その振り返りをもとに、明日の境港市民の皆様の健康づくりにつなげていきたいというふうに考えております。

本日は、お忙しい中、鳥取大学医学部の尾崎教授にスーパーバイザーとしてご参加をいただいております。貴重なご指導、ご助言をいただけるものと期待しております。短い間の会議となりますが、皆さんどうぞよろしくお願いをいたします。

続きまして、新委員の紹介の方をさせていただきたいと思っております。お一人この度、交代いたしました。お名前をお呼びしますので、その場でご起立いただければと思っております。食生活改善推進委員の堀田様。よろしくお願いたします。

また先ほど部長からの挨拶にありました通り鳥取大学医学部の尾崎先生の方に引き続きスーパーバイザーとして本日も出席いただいております。よろしくお願いたします。

委員長と副委員長につきましては、昨年のこの会で選出いただいた委員長に松本光彦委員、副委員長に永井 俊委員にお願いたします。よろしくお願いたします。

本日の会は、20人の委員の方のうち18名の方の出席をいただいておりますので、要綱に沿いましてこの会は成立しております。

## 2 議事

(事務局)

議事に入りたいと思っております。委員長、よろしくお願いたします。

(委員長)

今日は事務局の説明にありましたように、1時間半、いうことで会議を進めていきたいと思っております。

3年前に健康づくり推進計画を策定いたしまして、当時の中村市長に、計画書の策定、諮問を、答申をさせていただいたところであります。その後、一年に一回評価委員会が開催され、今年で3回目となります。

スーパーバイザーとして来ていただいております、尾崎教授から、昨年度の評価委員会で、コロナを恐れたらいけない、何でもコロナで中止をするっていうことはよくない、注意をしながら、

いろいろな行事もやった方がいいということをおっしゃっていただいた気がいたします。

町内でも、運動会だとか、いろいろな行事を行っていましたが、コロナ感染が心配なため、役員さんが、開かないということで、今日まで来ております。

それでは日程に従い、日程 2、議事 1 の境港市健康づくり推進計画の進捗状況について説明をいただき、その後、質疑を行いたいと思います。

それでは事務局から、説明をお願いします。

(事務局)

資料 1 ページ目、令和 3 年度境港市健康づくり推進計画、取り組み状況をご覧ください。最初に、訂正をさせていただきたいと思います。

1 ページ目の、令和 3 年度の新規事業等の(1)食育を通じた健康づくりの①「銀ざけの日」ではなく、「さけの日」に訂正させていただきたいと思います。

基本目標、基本方針は記載の通りとなります。

令和 3 年度の新規事業等についてご説明いたします。なお、コロナ禍という現状が、昨年度同様に継続していることから、新規事業とあわせ、工夫して実施したことについてもご説明をさせていただきます。

1、食育を通じた健康づくりにつきましては、資料に掲載させていただいている、①から⑤の通りです。②、⑤が 2 ページの上に記載しております。

(1) 栄養バランスと生活リズムが整う人が増える、という目標を達成するための具体的な取り組みとなります。

1 ページ目に戻りまして、①、③、④が、2 ページの(2)食を通じた郷土愛を持つ人が増えるという目標を達成するための具体的な取り組みとなります。

②につきましては、新型コロナウイルス感染症が感染拡大する前は、夏休み期間中に公民館において、食生活改善推進員が小学生を対象としたクッキングを行っておりました。

しかし、コロナの影響があり、実施することができませんでしたので、方法を変え、市内小中学生へ、夏休み前に、朝食レシピを配布しているものです。ポリ袋に食材を入れて調理するので、子供が安全に調理することができるもので、市報にも掲載させていただきました。

⑤につきましては、2 年に一度開催しております食生活改善推進員養成講座について、開講式を今月 5 日に行い、次回は 26 日に予定しております。若い世代の方が参加しやすいよう、託児を設けたところ、子育て中の 30 代の方 3 名の参加がありました。

また、新型コロナ対策を講じて、調理実習を工夫して行う予定にしております。

例えば、密を避けるため、グループに分けて、同じ内容のものを 2 日に分けて行ったり、栄養士によるデモンストレーションで、例えば、減塩のコツなどを伝え、参加者には食材を渡し、各自自宅で実践してみるというようにして実施するものです。定員 16 名に対して 19 名の申し込みがあり、養成講座終了後の活躍に期待しているところです。

① につきましては、境港産水産物、クロマグロを活用した給食提携を、教育総務課と水産商工課が連携して行ったものです。これは 10 月 18 日のマグロの日に合わせて、学校給食で、マグロのソイフライの提供をしました。

また、11 月 11 日のさけの日には、境港で弓ヶ浜水産が銀さけの養殖をされていますが、養殖の過程で出荷サイズに満たない小型の銀さけを、境港総合技術高校生がさばき、それを市内食品業者が衣をつけ、学校給食で提供されるというものです。これは先週行われましたが、境総合のサーモンフライというネーミングで提供されました。

③の境の魚さばき方教室につきましては、旬の大衆魚のさばき方を 3 回コースで学び、すべて参加された方には、境の魚捌き達人の認定書を交付するものです。第 1 回目は 11 月 27 日に予定しております、定員 10 名のところに 18 名の申し込みがあり、関心の高さを感じているところです。

④につきましては、1 月に予定しております健康まつりにおいて、境港の自慢食材を使った健康食レシピを募集し展示するものです。境港の水産物のみならず、農産物も含めた募集ということで、幅広い世代や地域の方から応募していただけるよう PR していく予定にしております。

このことにつきましては、昨年度の評価委員会にていただいておりますご意見の中で、境港の白ネギをはじめ、その他の農産物も市の取り組みに取り入れて欲しいというご意見と、本健康づくり推進計画の行動計画にも掲げられていることを踏まえて、展開させていただくものです。

このほか、昨年度の評価委員会にていただいておりますご意見の中で、当市の健康づくり担当課に長年栄養士の配置がなかったため、栄養士が関わる取り組みを進めるようにというご意見をいただいております。

このことにつきましては、本健康づくり推進計画の目標達成を目指して、先ほど説明させていただきました新規事業の取り組みを始め、3 ページから 8 ページに記載させていただいております事業、さらには、このたびの資料に記載をしておりますが、特定保健指導での個別栄養相談や、長寿社会課保健師と連携して、フレイルのハイリスク者の支援として、栄養相談を行っているところです。

しかしながら、3 ページに記載させていただいているように、保育園、幼稚園との連携が十分ではないため、保育園幼稚園で体験してきたことの事業継続が小学校においてできていないことなど、課題が上がっていますので、今後検討が必要です。

続きまして、2、生活習慣病予防のための健康づくりににつきましては、資料に掲載させていただいている通りです。

① 運動習慣を身につけるきっかけとして、昨年できた夕日ヶ丘のウォーキングコースについて、夕日ヶ丘ランアンドウォーキングマップを作成しており、広く市民の方へ配布を行えるよう、都市整備課で準備を進めております。

なお、昨年度の委員会で、障がいのある方への運動の啓発や取り組みへの要望がありまし

た。

現在、まだ市としては取り組めておりませんが、令和 2 年度 3 年度に、社会福祉協議会主催のparaスポーツ大会を実施しておられます。

疾病予防として、①新型コロナワクチン接種と、②インフルエンザ助成の拡充を図りました。新型コロナワクチン接種の接種状況につきましては、本日机上配付しております別紙をご参照ください。

インフルエンザにつきましては、助成対象に高齢者と小児に加え、重症化リスクが考えられる妊婦と免疫不全障がい等（他心臓・腎臓・呼吸器）の障害者手帳一級の重度障がい者も対象としました。11月から1月までとし、助成額は2000円となっております。

③特に、検診の中で受診率が低い特定健診の受診勧奨の強化を図っております。令和 2 年度は、がん検診、特定健診ともに、コロナの影響があり、受診率が低下いたしました。そのため、特定健診については、前年度までの受診状況の分析結果から、正確なタイプを分けタイプ別の勧奨はがきを作成し、市民課の方から郵送しております。今年度の郵送は 2 回予定しており、第 2 回目を 12 月 1 日に発送予定です。勧奨結果の分析はこれからとなります。

また、検診の受診率向上のための市民のニーズ把握のために、今後、アンケート調査を予定しております。

④がん患者の社会参加の支援をするために、ウィッグや補整下着の費用助成を始めました。現時点で、実績は 1 件となっておりますが、今後啓発に力を入れていきたいと思っております。

5 点目のフレイル予防について、昨年度の委員会で尾崎教授から、コロナの感染予防の副作用で怖いのは、高齢者の不活発病で寝たきりになってしまうことであるため、感染予防をしながらのフレイル対策は大切というご意見をいただいております。

今年度、長寿社会課が、みんなで一緒にフレイル予防大作戦と題したフレイル予防のDVDを作成中です。

3、心の健康づくりに関する取り組みにつきましては、資料に掲載させていただいている通りです。孤立し、育児を抱え込まないよう、個々の心に寄り添う支援の充実を図りました。

①産後ケア事業の利用促進を図るため、委託事業所を追加しました。

コロナ禍であるため、里帰りができない方もおられ、支援者がいない状況で子育てをしなければならなくなり、産後ヘルパー、デイサービス、ショートステイなどの産後ケア事業の利用が増加しております。

昨年度の委員会で、産後うつの予防策として、ママ友づくりに力を入れてはどうかというご意見がありました。コロナ禍ということもあり、積極的にママ友づくりに取り組めてはおりませんが、子育て中の保護者を対象に、日常の子育てに役立つヒントなどを楽しく学ぶ子育ての旅を、令和 2 年度、3 年度ともに参加人数を制限し、5 回シリーズで開催しました。

毎年、終了後にも定期的集まるなど、参加者同士の繋がりが継続できています。

② ハイハイ期親子応援事業です。

妊娠期から妊婦全数と面談をし、臨月になると応援電話を行い、安心して出産を迎えられるよう支援をしております。

出産後も、赤ちゃん訪問、乳幼児健診などを通して、保健師や栄養士が相談に応じておりますが、今年度からは、8ヶ月から1歳までの親子を対象に、助産師、栄養士、保健師が電話や訪問などで、個々の状況に応じた育児支援を始めました。

10月末で対象56名に対し、50名に実施し、主な相談内容は、離乳食や子育てに関することが多く、外出もしづらいため、話ができずスッキリしたという声が聞かれております。

### ③ 未就園児全戸訪問事業です。

事業や健診への参加がなく、市が状況把握できていない幼児の把握と、育児支援を行いました。今年度は、18人の対象に対して16人に実施し、子供の発達などの理由から継続支援を行っている方もいます。今年度中にもう一度実施予定となっております。

コロナ禍の悩み、不安への対応としまして、出前講座の実施は現在控えておりますが、コロナのワクチン接種に合わせて、心の健康づくりに関するチラシを配布しております。

机上にあるちらしは、コロナワクチン接種時に接種者にお渡ししているものになります。A3の両面になっておりまして、一面は、コロナワクチンに関しての注意事項となっております。中面の方に、コロナワクチン接種が終わったら、次は検診に行きやすいという、検診を受けていただきたいという内容とあわせて、心が疲れていませんかという、チラシと一緒に作らせていただきまして、待ち時間を利用して、こちらを皆さんに読んでいただいております。

昨年度の委員会で、全国的に女性の自死が増加傾向にあるため、緊急な取り組みができないか、相談事業も取り組めないかというご意見がありました。

現在、本市の自死の警察統計によりますと、令和2年度、男性が9人。女性が0人。年代別で言いますと、40代2人、50代3人、60代4人となっております。生活保護の相談件数は、これらを原因とした件数は少ないですが、申請件数は増えていると聞いております。

また、社会福祉協議会さんが行っている生活困窮者の貸付は多いものの、生活が逼迫した状況での貸し付けは少ないと聞いております。

表面化していない人がいる可能性もあり、今後、相談件数などの動向を注視し、困ったときには相談し、必要な支援に繋がるよう、関係課と連携しながら対応して参ります。

令和3年度の新規事業の説明は以上となります。

説明させていただいた以外のその他の項目の実施状況についてご報告いたします。

資料9ページをお開きください。運動身体活動ですが、特定健診受診者のうち、運動する割合は増加し、コロナ禍にもかかわらず、体育施設利用延べ人数、公民館講座も増加の傾向が見られます。

資料13ページをお開きください。就寝時刻が、令和2年度児童、幼児ともに、遅い時間に寝る割合が増加しており、コロナ禍による自粛生活の影響で、メディアの使用により、就寝時刻が遅くなっていることが予測されます。

資料 16 ページをお開きください。飲酒、喫煙についてですが、妊娠中の喫煙する割合が増加しております。昨年度の委員会で尾崎教授から、喫煙対策の重要性についてご意見がありました。現在まだ喫煙対策が実施できておらず、今後、方策をどのようにしていくか、どのように実施していくかということが課題だと考えております。

資料 17 ページをお開きください。歯科口腔となります。学齢期では、虫歯のない子供の割合が増えておりますが、受診しない家庭の支援が課題となっております。成人節目検診の受診率が令和 2 年度減少しましたので、受診勧奨の工夫が課題だと考えております。

資料 19 ページをお開きください。生きがい社会参加についてですが、公民館講座数、参加者数が、令和 2 年度よりも今年度増加が見込まれます。コロナ禍であっても、人と集える場への関心が見受けられます。

資料 20 ページをお開きください。特定健診受診者のうち、メタボリックシンドローム該当者が増加しており、特定保健指導の受講率を上げる工夫や、生活の傾向を掴み、どのようにして生活指導に生かしていくかが課題だと感じております。

資料 21 ページをお開きください。がん検診の精密検査受診率で、特に低い肺がん検診の受診勧奨の必要性を感じております。

実施状況の説明は以上となります。

資料 1 ページにお戻りください。今後の課題検討事項ですが、①生活習慣病のリスクである喫煙対策。②コロナ禍における新しい生活様式に合わせた健康づくり活動方法、啓発方法の工夫と策定時からの課題である働き盛りの成人期を対象とした施策。

④⑤につきましては、今後の国の流れとしまして、健康課題を把握し、健康寿命の延伸を図り、医療費の抑制を行っていくために、マイナンバーを活用し、医療情報や健診情報が一元化され、健診結果などが確認できるようとなります。そのための体制の整備が必要となってきます。コロナ禍の新しい生活様式という現状はまだ続いていくと思われまます。

啓発方法として、SNSなどの活用は定着していくと思われ、課題である成人期の啓発として重要になるものと認識しておりますが、昨年度は先ほど教授からもご意見いただいたように、人と人が繋がる健康づくり活動は維持していく必要性を感じております。

以上境港市健康づくり推進計画の取り組み状況についての説明を終了いたします。

(委員長)

皆様からのご質問やご意見がありましたら、お願いしたいと思いますが、まず初めに、何か、質疑をしたいという方がありましたら、挙手をしていただいて、質疑、お願いしたいと思います。

(委員)

食生活・栄養の評価指標の一番上の段に、1 日 1 回以上主食・主菜・副菜の揃った食事をする人の割合となっており、市で 90%という数字が出ています。

この栄養バランスを考えるときに、栄養士さんも食事バランスガイドで、普及啓発をしてい

ると資料の中に掲載してありますが、食事バランスガイドというのは、毎食ともバランスがとれた食事を目指しましょうということになります。毎日3食そろうというのは、私が考えてもなかなかです。100%には届かないと思います。1日1回というのは、ご馳走があって昼と朝はどうでもいいよ、食べなくてもいいし、パンだけでもいいし、昼がうどんだけでもいいということになります。

1日に2回、そのような食事の仕方っていうのを目標にするのがいいのではないかと提案です。1日1回では不十分と感じており、目標として2回にして欲しいと考えております。令和5年、アンケートの実施が予定されていますので、この時にでも、1回そろう人、2回揃う人について、アンケートを取り、目標数値を上げるようにしていただきたいと思います。

(委員長)

この2ページの中では1日1回以上ということになると、市民の皆さんが1回でいいと思われるところがあるとしたら、それを2回以上バランスのいい食事をとるということを推進していただきたいというご要望でしたが、事務局の方いかがですか。

(事務局)

1回以上の達成ができていけばと思っておりますが、この案件について検討していきたいと思っております。

(委員)

私たち水産課の方と一緒に食育に対して実施していますが、食に関して幼稚園等で連携していますが、小学校で行っていないと書いてあります。カニ集会とかマグロ集会等、6ページに書いてありますが、保育所等で行う活動が多いと思われれます。そして小学校までなかなか繋がってこないという現状があります。

今だいたい5年生が水産の授業をしておりますが、コロナ禍ということもあると思いますが、境港市の小学生が授業にあまり来ていない、ということが少し感じられます。東部の方の小学生の方が、漁港の見学等に力を入れておられ、境港市の方は動画とかで給食にお魚を出したりはしていますが、現地の見学ツアー等、お魚の学習の度合いが少し少ないかなと思いますので、せっかく保育所の方で、たくさん食育に関する取り組みをされておりますので、それが小学生の方に繋がるといいと思っております。

(委員)

コロナ禍において、食育集会を違う形で取り組んでいるところでございまして、それ以外の市場の見学等を含めて担当と関係者で意見交換をしたいと思っております。

(委員)

境港の食生活改善推進員会は熱量がすごく高くて、何か他の町村と話が合わないぐらいに進んでおり、各地区、コロナ禍でも工夫しながら、事業達成しようという意気込みが高く、各地区の皆さんの努力に感心しております。

(委員)

皆さんのように、大きな団体の中で実施しているのではなく、総合クラブとして、運動する場



所、高齢者の人とかができるだけ 1 人でも 2 人でも、参加していただき、健康でいていただければいいなという思いで一生懸命に頑張っているところです。

ただコロナ禍の時には、運動がなかなかできない時がありましたが、体育館の中に 90 人ぐらい集まりますが、感染予防を徹底し、出来る限り継続して運動を実施してきました。

(委員長)

境スポーツクラブは、木曜日に、市民体育館に集まって、ストレッチ体操したり他のスポーツをしたりということで、先生の方が指導しておられるスポーツクラブですが、市には、境港市体育委員協議会があり、体育指導委員として、教育委員会に所属しておられる組織からの委員も必要だと思います。

(事務局)

9 ページ、9 月末の時点で体育館の利用者数が、昨年 14 万 9170 に対しても、10 万 1000 人を超えていることから、他の運動会か公民館の活動だと思います。

運動に関する公民館講座が昨年度 9 回 215 人が、今年度 9 月末で 8 回であることから、全体に改善の傾向にはございますので、先ほど会長、委員長がおっしゃられたように、関係者の方とも連携しながら、利用者数が良い数字になるようにできればというふうに考えているところです。

(委員)

コロナ禍で事業が開催できてない状況だとは思いますが、一中校区は、やっておられるところがあるのですが、もう少しおさまらないと、身動きが取りづらいというところではあります。

ただ自死の方の、件数については、つい先月、国が自殺の様々なデータの発表をしております、昨年の自死者の人数は 1 昨年度を上回っており、減少傾向だったんですが、また増加に転じているということで、先ほど事務局から発表がありましたように、女性とそれから若年層の自殺の数が非常に増えているという報告も上がっております。

市におきましては警察統計では、大きな数字にはなっておりませんが、また自死予防の取り組みは今後ずっと続けていただければと思っております。

質問を一つしたいのですが、14 ページにうつ病の症状について全く知らない人の割合を減少させるということで、令和 5 年度にアンケート実施予定になっているのですが、これはどんなアンケートで実施されるのか、対象は、何歳の方を対象とするのか、全部網羅するアンケートをやるのか等、教えていただけますか。

(事務局)

令和 5 年度のアンケートについてですが、計画が令和 6 年度までの計画となっておりますので次期に生かしていくためのアンケートとして実施をしていくものとなります。

前回の一期計画に向けての最初のアンケートの時に、内容が足りないということもあり、追加しないといけない内容もあります。令和 5 年度にアンケート調査というのは書かせていただいておりますが、まだこういった対象とすべきかというところについては、今後検討を始めたいとは考えております。

(委員)

先日開催したところの学習会で、鳥取大学教授の岩田先生から、今、精神疾患は、日本の中で五大疾病の中に加わり、すごい勢いで増えており、一番多いのが、精神疾患のようです。このことを皆さんに認識していただければありがたいと思います。

精神疾患は今や誰でもなりうる可能性のある、ありふれた病気になっているということです。精神疾患をすぐに発見、早期治療、周囲の理解で、病状は改善します。深刻な症状になる前で、早期の対応をしていただけたら、ありがたいなと思います。皆さんの近くの方でそういう方おられたら、早く病院に受診するように声をかけてもらいたい。

しかし、現状は、本人さんも自分が弱いからとか、この病気にかかって恥ずかしいとか、プライドが許さないとか、一緒に知られたくないとか、いうのが、うちの子供にはあります。それともう一つは、家族もまだ隠すという傾向は、感じております。

これが現状でして、できるだけ今集まっておられる方も、もし近くにそういう方がおられたら、市役所の人や民生委員に相談されるとか、私の家族会にもですね、相談していただけたら、力になれると思います。何らかの病院に早く行っていただくような取り組みをみんなで考えたいなというふうに思っております。

(事務局)

ワクチン接種の3回目の接種の際に、例えば動画をつくり、動画で皆さんに目を引くような形でところの病気に関することや相談することの大切さ等を伝えられないかというようなことも、アイデアを出しているところで、いろいろな機会を使い、先ほど委員からもいただきましたように啓発を行い、相談につなげるということを取り組みたいというふうに考えているところであります。

(委員)

コロナ禍の中で、推進委員の方々により、取り組みが進んでいるのを感じています。それに対して自分の無力さをとても反省しております。

何かないかと思うんですが、私達のベジターズの活動を少し取り入れていただいたら、少しは役に立つんじゃないかと思いましたがいかがなものでしょうか。

(事務局)

栄養士ですが、今年から健康推進課で、健康づくりを受けさせていただいております。子育て支援課の時はベジターズの方には、毎月19日を、食育の育にかけまして、野菜の配達等で、今の時期はこんな野菜が増えるんだよとか、泥のついた野菜や実際に身の部分だけではなくて、葉っぱも全部ついたような状態で持ってきていただいて見せるというような形で、実態の食育について活動していました。

保育園でこういう取り組みをしても、小学校とか一般の方に理解できてませんという部分もありますので、今いただいたようなご意見も踏まえ、もう少し何かできることがないかということを考えさせていただきたいと思います。ぜひご協力いただければ本当にありがたいと思います。

(委員)

民生委員もコロナ禍で、あまり訪問をできなかったために、いろいろな相談事も受けられないような状況でして、電話ではやはり、なかなか市民の方も話しにくい現状がありました。

最近になってようやく訪問していいかなという状況になりましたので、これから落ち着いて、もう少し皆さんのお話を聞けるような状態になればいいかなとは思っています。

(委員長)

民生児童委員さんは、各町内におられて、最前線で活動されておられますので、またいろいろな情報を持っておられると思いますので、事務局の方にもぜひ、報告していただければというふうに思います。

(委員)

公民館の利用もコロナ禍で一時は少なくなっておりましたが、最近は元通りになってきました。11ページの百歳体操は毎回やっておられますし、3年前ぐらいから始まり、今月900回ぐらいになります。来年1000回が、春ごろになると思いながら、カウントダウンの数字を張って行って1000回に向けてしていこうかなというのがあります。

どうしてもマンネリ化してしまうので、フォローアップで来ていただいているのですが、もう少し増やしてもらうとか、何か工夫してもらうとやりがいがあるのかなと思ったりもします。

公民館の講座の利用ですけども、やはりスポーツ関係生きがいを持ってこう生き生きとするというスポーツ関係、運動関係は非常に増えております。ただその反面、ものづくりだとか、なかなか進んでいかず少なくなっていくのは少し心配をしています。

19ページが一番下の方に、ひみつ基地というのがありますが、上道公民館で日曜日にしておりまして、定員30名ですが、チラシを出したらすぐにいっぱいになるぐらいの人气で、コロナが収束してきましたので食事も始めております。こういう取り組みがすごくいいので、ぜひ他の地区でもやられたらなと思っております。

工作したり、食事して遊んだりとかすごく有意義に過ごしておられますが、個人的にやっておられ、応援団体になっていけば補助もできるんですが、なかなかできず、皆さん苦勞しながらも、いろんなところから協賛金をもらったり、品物を提供したり等、一生懸命頑張っておられますが、提供できるものがあればいいと感じています。

少ない人数だとその人に対して負担が増えていくので好きなうちはいいですが、リーダー養成が大事かと感じております。市内にたくさんのリーダーができれば、そのリーダーが交代しながら、活動をやっていただけるというふうになればいいなということだと思えます。

(委員)

今日、1人のお客様が70歳になったので骨密度を測りにいったら、スカスカだったとおっしゃられて、痛くも何もないんだけど、分かってよかったというふうにタイムリーに今日、話を聞いたところです。

今コロナの接種のワクチンはどんどん進んでその結果、感染症が抑えられてるんですが、本当に皆さん、希望して受けられた結果ですよ。

21 ページの検診の受診率を見ますとね、やはり低迷ですよ。コロナ禍という影響もあると思いますが、日々、お話を聞く中で、1人で悩まなくても、健診を受けて、とお伝えしますが、はがきを見ても、すぐ行こうという気になるまでに何らかの思いがここにあるのだと思います。というのは私が話を聞いて感触で思うには、何の症状もないのに自覚症状もないのに何のために行くのとか、もしも行って、何か指摘されたら、怖いとか、そういうことで、その行く機会を逃されている方が結構いるように思います。

せっかく皆さんに検診のはがきを配布していただいても、文字だけで皆さん動かないのだったら、例えば、目にしたはがきに心を動かすような言葉ですよ。本当に広報してもいいのかと思いますが、命のためにできるすべてのこととかね、それから県なんかでいろんなその言葉があると思うんですよ。

未来の自分のために今できることとか、未来の自分への贈り物とかね、何か、はがきを見て、行こうっていう気持ちになるような言葉でも何かあると。せっかくのはがきが、効果的に皆さんに受診、検診に向かってもらえるんじゃないかと思っています。

(委員長)

市内の各町内に、健康づくり推進員が自治会から委嘱されて活動しております。タイアップして勉強して、例えば町内会の総会だとか、運動会とかそういったところでPRをしていくべきかなと反省しています。

(委員)

他の市町村に行った際、ポイント制度をしているところがあり、糖尿の教室に行けば二つ押ししてもらえて、検診に行けば一つ押ししてもらえます。

赤ちゃんを連れてきて検診受けたら、1ポイントもらえるとかなという市町村があり、そういった取り組みがあるといいなと思ったことがあります。そういうことは、考えておられませんか。

(委員)

ポイント制になったら何かもらえるということを知りました。

それは楽しいかも知れませんが、コロナワクチン接種でも、皆さんがこんなに積極的に受けられていい結果が出ている。自分たちは元気な時間を延ばして、健康寿命を延ばす、一番の近道は検診だという理解が早くしてもらえたら、そのうやむやな壁さえ取り除けば、乳がん検診が、もう1年おきの2年に1回のマンモグラフィ受けておけば絶対初期で見つかるし、そのような意識、正しい知識がつけば、きっともっと改善されるんじゃないのかと思います。

(事務局)

お2人の委員からのご意見ありがとうございます。

まず初めのご意見ですが、今年市民課が、特定健診の受診勧奨のはがきをタイプ別で、過去に受けたけれども、しばらく受診していない方とかいろんな方に分けまして、例えば料金、本当はこれだけ高い料金かかるものが、お安くできますよというふうに、料金が気になる方とか、またはどんな検診項目ができるのだろうっていうその項目のことを重点に置く、また簡単に1時間で検査ができますよという時間を重視している方には、そういったポイントという形、その

方が興味を引く部分に着目してそこを打ち出すはがきの種類を分けて、送ってみるということを今年、取り組んでおります。

どう変わるかというのを少し見守りながらうまくいこうでしたらがん検診とか他の検診にもより訴えるようなことができないかなというふうに今、考えているところです。

ポイント制のお話もいただきましたけれども、やはり、ベースになるのは健康は自分ごと、自分自身の体、自分自身の健康のことですので、基本的には自分のことに興味を持って取り組んでもらうという意識がいかにか引き出せるかが市としては非常に大事だと思っております。

どうしてもお金が安くなるとかそういうことに行きがちなんですけれども、やはり自分自身のためということをですね、思っていたくようなことに、つなげていきたいと考えており、今、アイデアも出しておりますので、今後も取り組みたいと思います。

(委員長)

ポイント制は、物でつるわけじゃないですけども、きっかけづくりということでは非常に有効なことだと思います。

あなたは今月医療費これだけ使いましたよっていう医療費の通知がはがきで来るんですが、あれは重複受診だとか、多重受診をしないようにということを知らせるためのはがきだと思うのですが、そういう人には出してもいいですが、1ヶ所しか行かない、2ヶ所違う病気で2ヶ所行けば、あなたは今月これだけ支払いしましたよという案内は、違うものに向けたほうがいいような気がします。

(委員)

例えば動画を作られるそうですけど、電話番号だけ書いてあっても少し敷居が高いかなあと思いました。具体的に、上の方にこんなふうだったら書いてくださいとありますが、実際に電話するとどうなのかというところがないとかけにくいのではないかと思います。匿名でいいですよとか、そのような文言があるだけでも違うかなと思いました。

病気の方の関係でいうと、インフルエンザの助成で、高齢者等に加え、妊婦と障害者にも助成が拡充されました。すごくいいことだと思いますが、1歳未満の子供を持つ母親だけでも、助成を加えてもらうといいかなと思います。子供が生後6ヶ月から予防接種ができますが、1歳未満のこの抗体っていうか予防する力が、成人の半分ぐらいしかない。1歳未満の子供を持つ母親も、一緒に入れて欲しいなと思いました。

近所の困った人とか、難しい人って言われる人たちに対するアプローチを、そろそろ始めた方がいいんじゃないかと思えます。会社は、遠ざけてるところが多いと思えますし、あんまりつき合いたくないなって思う人に、どうやってアプローチしていったらいいかが、これからの課題だと思います。大都会とかそういう人たちに対する、対応、人数が多いんで、苦慮していると思えます。境港にも、そういう方がいらっしゃるんじゃないかと思うので、孤独死とかに対するアプローチが必要じゃないかなというふうに考えました。

(委員)

今回このがん検診の受診率にちょっと数字を見て下がっているというところを実感しました。

やはりどうしてもさげられない問題だと思いました。

昨年から当院の健診センターが検診に対してご協力しているところなんですけれども、その中でも、カメラ等をストップしたりとさまざまな病院の中での制約があり、どうしてもそこがコロナとの兼ね合いで、対応ができなかったっていう現状が令和 2 年あります。

実際、コロナの患者さんを受け入れる医療機関として、去年からずっと活動してはいるのですが、やはり 9 月の半ばぐらいから、患者さんがずっと発生している状況が、第 5 波の年末年始かなり境港市内でも患者さんが多数発生したというような状況でした。それを限られたマンパワーの中で、対応していくっていうことは、かなり病院としても疲弊している状況でした。

やはりこの数字本来は伸ばしていかないといけないのは本当なところだと思いますが、現状はコロナ禍ということもあり、なかなかそこに対応できていなかったのが現状です。

今年になってからも、ワクチン接種の方で、集団接種の方を対応させていただきましたので、これも本当に職員総出で月曜日から日曜日を使って対応していました。

ワクチン接種の効果が出てきていて、今の発生状況に繋がっているんじゃないかと思いません。

なかなか令和 2 年 3 年と十分なことができていなかったんですが、来年の数字に期待したいところですし、また当院としてできることは協力していきたいと思っています。

先ほど生活保護の話が少し出ましたが、当院は無料低額診療事業というものに取り組んでおりまして、生活に困窮しておられる方に対して、医療費の減免減額っていうところで、診療費の一部を免除するような活動もしております。

受診拒否をされているとか、そういう方がいらっしゃいましたら、当院の玄関窓口につないでいただければ、医療に関してご協力できる場所があると思いますので、知っていただいて、ご協力をお願いしたいと思います。

(事務局)

チラシはまだ不十分ですのでそこは試行錯誤しながら、作成していきたいと考えています。動画も今、ショートムービー的なのが若者とかに流行っているということもあり、短いいろんなパターン作ってはどうかと考えているところですので、そこで、何とか相談等につなげていきたいと考えているところです。

済生会病院の皆様の方には、コロナの入院患者の受け入れ、ワクチン接種で中心的に活動いただいているというところであります。

また、3 回目接種のことや、同時に次の波に備えた対応も準備をすすめています。

(委員)

昨年、78 日間、入院生活をしまして、不健康の惨めさ、不安がよくわかりました。たばこを 1 日に多いときには 120 本ぐらい吸っておりまして、少なくとも 80 本です。麻雀は週に 3 回、1 回は必ず徹夜をするというそういう不健康な生活を、退職後 60 歳から、74 歳まで続けておりました。健康のありがたさというのがよくわかりました。病気にならないと健康のあり方というのはわからないんじゃないでしょうかね。少なくとも私はわかっておりませんでした。

ただ、私は、三つの病名をつけられたわけですがけれども、少しも苦しくなかったんです。息苦しいので酸素吸入を鼻から入れて逆に苦しいので、抜いた方がいいので、抜きましたら先生に、その都度、注意されました。しかし、徐々にまた昔の生活に戻りつつあります。

(委員)

資料の10ページのこのわらべうたサンゴダンス教室は、私が行っている教室ですが、おかげさまで楽しくやらせていただけてまして、米子からも結構足を運んでくれたりします。それと同時に、今年度からベビーマッサージもしてまして、人数とかそういうのはわからないですか？

でも、なかなか1ヶ月に数回しかできず、本当はお母さんたちにもたくさん運動して習慣化して欲しいのですが、なかなか現実的に難しく、他でもできたらと思っていて、例えば、ジムとか子育て世帯の方だけ格安でできたりとか、1回500円でできたり、保育士を設けて、ジムに保育士を設けて、お母さん達がリフレッシュで1時間運動できるといいと考えています。

(事務局)

令和3年度、2回、ベビーマッサージ、サンゴダンスということで開催していただいております。原田雄太ベビー&キッズマッサージの方が、11人の参加者、ダンス教室の方が10人の参加者という実績でした。

(委員)

スポーツ大会がグランドゴルフ大会ですとか、市民運動会ですとか、いろんなイベントがあるので、機会があれば、運動する場所はたくさんあると思いますが、去年今年とありました社協さんがされたパラスポーツ体験会、これも去年今年と2回ほど手伝いに行かしてもらったんですが、こういったことを私達がしないとイケないことだと思っています。

小さい子も、学生も、お年寄りも、体の不自由な方も来るし、それを運営する私達もいるし、例えば高校生もボランティアで来るし、とても楽しいイベントで、これができる社会はすごいと思いました。自分も楽しみましたが、こういう機会を、年1回ではなくて、頑張っって年に2回とか、なんなら3回とか、スポーツ推進委員としてもこれをどんどんお手伝いしたいとみんなで話していますので、こういう機会を設けていきたいと思います。

体の不自由な子供が、バスに乗って一緒に来たり、そのお父さんやお母さんが、不自由な子を連れてきて、一緒に遊ぶというのを見て、お父さんやお母さんは、体の不自由な子を抱えていて、自分たちが楽しむ時間がもしかしたらあんまりないのかなとか、こういうところに来て、楽しいことがないのかなとか感じます。

体の不自由な子が出かける場所はあるとしても、その家族の人が一緒に出かけて楽しめる場所や機会はないのかなと思って、すごいイベントだと思いました。

これからもまたあるといいですが、スポーツ推進員としてこういう行事にどんどん協力していきたいなと思います。

(委員)

先日、土曜日の11日に、第1体育館を使って、第2回目のパラスポーツをやりました。

パラスポーツは、市民みんなでやりましょう、ということが目的であり、障害のある方も、先

ほど委員が言われたように、親子で参加された方もいました。それが一番良かったと思います。約 250 名、それに対して、ボランティアが 81 名。3 人に 1 人ボランティアがついているということになりました。

昨年第 1 回をしましたが、実施することにコロナ禍でみんなが恐れましたが、やろうということで実施したところ、本当に喜んでいただきました。

私達もこれからも去年もまた次やってくれと言われたこともあり、それはだんだん雰囲気が上がってくれば、また考えたいと思います。

本当に障がい、乗り越えてみんなでしていきますので、私達も頑張りますので、皆さん協力よろしく願いいたします。

母子会という組織が高齢化してしまい、新しい方がほとんどいないため、力を入れて、人数集めないと高齢者ばかりでは難しい現状です。

お母さん方を集めてやりたいと思いますので、また協力よろしく願いいたします。

(委員)

病気してから、運動が大事だと感じ、水泳を始めたり、水曜日はノルディック、一番よかったのはスポーツクラブ、健康にいいです。

境港市というところはすごく住みやすいと思って、いろんな活動が入るようになって、気持ちさえあれば参加できて友達もたくさんできるし、良かったと思っています。そしておかげで、今健康です。

(事務局)

本日欠席の委員の方から、少しご意見いただきましたので、ご説明させていただきます。やはり、歯科の状況について、コロナ禍のため、受診控えがあることで、口の中の病気が重症化していると感じているということです。

子供達の虫歯がない割合は増えてはきていますが、反対に、そのものすごく悪い方、治療していないお子さんがいるということが気になっているので、そういった子ども達に対する支援がどうにかできないかということに気にかけているということでした。

(尾崎教授)

今日は、いろんな皆さんの活動とかを聞かせていただきまして、感銘を受けさせていただきました。こういう状況の中で、対面で集まりをして、健康づくりを話し合うっていう場が他の自治体はなかなかできないので、今この場に集まり、会議ができていてこと自体は境港素晴らしいところだなと思います。

ワクチン接種の割合を見ても多分、すごく高いのではないのでしょうか。皆さんが健康について熱心に考えてらっしゃるんだと思います。3 回目はチャンスと思って、接種会場で取れる情報を取るということをぜひ、工夫していただければと思います。

自治体によっていろんな工夫をして、ワクチン接種会場では普段の健康づくり活動では出会えない人に会えるということで、啓発だけではなく、調査活動とか、いろんなことをなさっていますので、そのような工夫もあると聞いております。



本日、たくさんの意見があり、確かに、指摘されたみたいに課題はあると思いますが、コロナ禍で、皆さんが工夫されて、積極的な活動を維持してこられているし、新しい活動も、この時期に起こしておられるとか、世代間交流だとか、多様性だとか、そういった現代の重要なキーワードを意識した活動を展開されてさらにいろんな方から出たのは、この町に役立てることがあれば、やっていきたいという意見もすごく出たので、それも素晴らしいことだし、これからも期待できることだなというふうに思いました。ぜひ、そういう気持ちを、若い世代とか、お子さんとか、或いは、境港の関係者で、都会にいる人とかに使えるようにしていただいて、境港に戻ってきていただいてにぎやかになっていったらいいなと思います。

ポストコロナの時代になってもおそらく、治療薬が承認されると、インフルエンザ化すると思いますが、毎年、ワクチンを打ちましょうというふうになると思います。それでも何か世の中とちょっと変わってくると思いますので、その中において、私達山陰に住むことってというのは、今までかつてない優位性があると思っています。

特に鳥取県では、最近、コロナの死亡者、東部しか発生してないので、死亡者も感染者も、非常に少ないところで、安心な場所ですので、恐れて健康づくりをひるんではいけません。

鳥取県では、コロナで亡くなった方5人ぐらいに対し、毎年2000人以上の人ががんで亡くなっています。鳥取県のような人口の少ない県でも、いろんな報道によると2割3割関係者の受診率減っています。すでにあつた報道でも手遅れのがんが増えているというのが出ています。

やはりテレビとか見ていると、健康をトータルに見て、高齢者の負荷、発病前から心配ですし、やはり妊婦さんとか、子育て世代の心の健康とかいろんな心配なことは出ていると思うんですね。

最も心配なのは、多重問題集積家族だと思って、委員さんがおっしゃったように、そういった方も含めて、何とかみんなが声をかけて、健康のことを考えるような意識の高いものにしていけば、子供たちも若い人たちも、健康を頭にずっと位置づけようかなとか帰ろうかなっていう社会になっていくと思うので、健康づくりは、すべての人が反対する人はいないので、それを切り口に、すごく住みやすい活気ある境港にしていくっていうことで、やっぱまちづくりに繋がっていくのかなっていう、その期待を感じさせるような意見がとても多かったと思います。

ぜひ行政の方いろいろ予算とか心配することあるかもしれませんが、今日いろんな意見が出たので、何でもやってみたらいいなって皆さんが思うことはやってみて、その時にちゃんとデータを取るとかして評価はちゃんとして駄目だったら、反省すればいいし、良かったら広げればいいので、とにかくいろいろやってみてその時にちゃんと評価をして、前に進んでいけば、いい活動がいろいろ広がっていくと思います。

それを若い世代の子供たちも見て、ついていってくれたり新しい取り組みを提案してくれたりするのかなと思いましたので、いろんな活動を聞かしていただいて、この間でもいろんなことが進んでいると思って、感心しました。

今日のような、皆さんが取り組んでおられる内容をいろんな市民の方に伝わるような工夫も今後していただけたらいいと思って聞かせていただきました。元気が出る意見をいっぱいいただいたと思うので、勉強になったと思います。どうもありがとうございました。

(委員長)

尾崎先生には、皆さんの今取り組んでおられる活動を、引き続き進めていただければ、きっと境港は素晴らしい町になるので、住み続けたいという町になるってということも含めて、総評をいただいたところであります。

(事務局)

本当にたくさんの意見をいただき、必要に応じまして今策定中の来年度予算に反映したりですとかできる範囲で事業を見直していくということをどんどん取り組んで、もちろん、先ほど尾崎先生が言われた、取り組んだ結果を評価しながらということもさせていただきたいと思っております。計画をどんどん良い形にしていきたいと考えているところです。

#### 4 その他

(事務局)

最後に一つだけ皆様にご案内をさせていただきたいと思えます。

本日の説明の中でも少し触れさせていただきましたが、1月に健康まつりを予定しております。今年度は2週間かけて、募集したレシピ等の展示ですとか、講演会等も計画しておりますので、PRさせていただきたいと思えます。内容を見ていただいて、お近くの方にもお声掛けいただけたらと思えます。

#### 5 閉会

(事務局)

それでは、すべての日程が終了いたしましたので、これをもちまして本日の会は閉会といたします。

20:50終了