

令和5年度 第2回調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画 改定委員会

令和5年6月12日（月）午後2時～午後4時
調布市文化会館たづくり保健センター
2階予防接種室

出席：秋山委員，浜口委員，田畑委員，岡部委員，会長，土谷委員，井久保委員，稲垣委員，
尾川委員，川西委員

欠席：山崎委員

1 開会

会議録の公開を説明
傍聴の確認

2 議事

(1) 前回の骨子案に対するご意見について

事務局より当日追加資料 骨子案に対するご意見に基づいて説明

質問・意見はなし

(2) 調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画について（素案）

事務局より資料1 （仮称）調布市民健康づくりプラン・調布市食育推進基本計画素案に
ついて説明

質問・意見はなし

(3) グループワーク

2グループに分かれて，グループワークを行った。

【Aグループ】

■基本目標1「健康的な生活習慣の実践や継続の推進」に関すること

委員

新型コロナウイルス，スマートフォンに関する内容，連動している内容ではないので，並列に記載する方が良いのではないかと感じた。

■基本施策1「運動やスポーツを通じた健康づくり」（基本目標1）に関すること

委員

発信されている情報が少ないのではないかと。周知はしていると思うが，知る機会がないように感じる。

委員

広報紙などにも，情報提供として掲載回数が少ないと感じる。

委員

運動やスポーツをやろうと思う人は調べるが，そうでなければなかなか調べない。電車広告などであれば目につくと感じる。

委員

市報，SNS，LINE など，さまざまな媒体を利用して，関心がない層に伝えることも必要である。

委員

SNS といっても，ツールによってそれぞれ違うので，アプローチの仕方が異なると感じる。

委員

中高生のスポーツの機会は減少しており，室内での遊び（スマートフォンの利用）が増えている。手軽に遊べる場所が減ってきており，近隣の方の迷惑になることやコロナ禍で集まるのが良いかななどの意見もある。このあたりを解決していく部分が課題ではないか。体力的に継続した運動が難しい状況になっている。

委員

自由に遊べる場所の認知がされていないので，周知していくことが必要ではないか。一覧表などがあると良い。

委員

グラウンドなどはあるが、WEBなどで予約する。公園でも制限が多くなってきており、自由に、身近に利用できる場が減ってきている。

委員

総合体育館の周りなどは、利用できないのか。

事務局

市の管轄ではないため、管理ができない部分である。

委員

スポーツの分野としても、ハード面の確保などが課題になっている。

■基本施策2「休養・こころの健康づくり」（基本目標1）に関すること

委員

中高生におけるスマートフォンの使用は問題であると感じる。体調不良の学生、睡眠時間が少ない学生は、スマートフォンを遅くまで使用している学生が多い。睡眠の質については課題であると思う。

委員

生活の仕方が年齢によって変わってきているので、それを踏まえた施策、取組について展開していく必要がある。

委員

学生の悩みやストレスなどは、どういった状況であるか。

委員

受験シーズンは、勉強や志望校合格へのプレッシャーがあり、塾の宿題、学校の宿題に追われて忙しい学生が多い。動画などを見ていると、いつの間にか時間が経っているという学生も多い。家庭でのルールなどを設けていくことが必要。悩みなどについては、スクールカウンセラーへの相談ができる環境であることは良い。

委員

庁舎内のトイレには、こころの健康に関するチェックリストの掲載がある。

委員

子どもなどの目にも触れる所に掲示するかどうか。

委員

掲示はないが、カウンセラーなどによるお便りを出している。

委員

仕事をしている世代における課題もあるので、休養をとれる環境にするために、企業などへのアプローチも必要である。

■基本施策3「たばこ・アルコール対策の推進」(基本目標1)に関すること

委員

街中で歩いていると、匂いがしていたりする。たばこ、お酒は学生で始める人が多いので、大学に啓発、働きかけ等があると良いのではないかな。

委員

お酒を飲むという学生も、過去に勤務していた学校には少数ではあるがいた。

■基本施策4「歯と口腔の健康づくりの推進」(基本目標1)に関すること

委員

お子さんに対する健康教育が必要であると思う。中学生～成人に対する健診、予防対策、普及啓発、指導など。虫歯、歯周病だけではなく、食べることに對する口と歯の健康についても考えていくことが重要である。かかりつけ医についても、歯科医院の情報などがあると良いのではないかな。

委員

オーラルフレイルについて、普及啓発、取組を進めていくことが必要だと思う。

■基本施策5「主体的な健康管理の実践」(基本目標1)に関すること

委員

調査では、自身の健康状態について良いと感じている中高生は減少している一方で、睡眠・休養を取れている人は増加している。睡眠・休養は取れているが、健康状態は良くないという状況であるが、どうしてなのか。

事務局

子どもは、睡眠以外の問題を感じているという回答を含んでいる可能性がある。コロナに

よる影響などもあるのではないか。

委員

危険水準の人たちが、健診に行かないということも多い。デジタル化の活用で、お医者さんにつながり、医師からの指導を受けることができると良い。

委員

オンライン診療等はあるが、気軽につながれるという感じではない。

■基本目標2「健康づくりのための環境整備」に関すること

委員

「社会とのつながりの維持・向上」という文言が気になるので検討してはどうか。

委員

がんの対策は基本計画でも重点的に取り組んでいくので、健康計画の中でも重点的に、目玉として取り組んでいけると良いのではないか。

委員

デジタル化の加速に伴う健康施策への適用とは、どういった内容であるのか。

事務局

申し込みに関して、スマホなどからできるようにすることを考えている。

■基本施策1「総合的ながん対策の推進」（基本目標2）に関すること

委員

がん患者の方で、自身ががんである（あった）ことを話す人、話さない人の両極端であると思う。がんを隠さないといけない社会であるのか。がん患者の方に対して、どのように手を差し伸べたらよいかわからないという人も多くいると思う。

事務局

認識に対する啓発は必要になってくる。結果を見るのが怖いという方も多いのではないか。

委員

周りにがん患者がいない人は、他人事になりがちである。関心がない人に対するアプローチを行い、理解してもらうことも大切である。

事務局

アフラックや地域と連携，協力をしながら進めていきたいと考えている。

■基本目標3「食を通じたところとからだの健康づくり」に関すること

委員

小さいころから，バランスの摂れた食事について知っていくことが大切ではないか。そうすれば，大人になった時にも実践できるのではないか。食事の時に，自身に必要な食材などをプラスなどができる知識が身につけていると良い。

委員

共働きの家庭であると，子どもに教えていくことが難しいこともある。学校での指導，教育などが重要になってくるのではないか。

【Bグループ】

■基本目標2「健康づくりのための環境整備」に関すること

委員

私は毎年健診の案内が届くと同じ時期に受診している。同じ時期に受診すると，比較検討しやすいと考えている。その結果をみて，何か変化があればかかりつけ医の主治医に相談するようにしている。この習慣は市民のみなさんにおすすめしたい。そのような対応ができると，早期に治療等に専念できる。健診はかかりつけ医の病院で受診するように心がけている。結果によっては，大きな病院の紹介状を出してくれるため安心している。

会長

私たちは市役所で健診を受診しているが，かかりつけ医の病院で受診しているわけではない。私もかかりつけ医に受診するとより効果的と感じた。

委員

私の子どもは社会人として独立しているので近くの病院で診てもらったが思わしくなかったので，主治医に診てもらい会社を休んで入院治療したいと申し出た所その場で入院先を見つけてもらった。迅速な対応でとても有難く，かかりつけ医の大切さを認識できた。

委員

デジタル化の加速に伴う健康施策というのは，スマホの普及によるからだへの悪影響を指しているのか，スマホを効果的に利用した施策を指しているのか，どちらの意味なのかわかりやすくなると良いのではないか。

委員

食育はデジタル化への対応が良い意味で示されているが、休養・睡眠はデジタル化が悪い意味で示されている。アプリで自身のストレスチェックができるような良い面もあると思うので、どちらの意味で示すのか使い分けを検討してみると良いのではないか。

委員

デジタル化への対応は年代によって異なると思う。若い人は効果的に利用できる一方、高齢者は利用できない面もあるので、年代で切り分けると良いのではないか。

委員

オンライン受診やオンライン相談も見据えているのか。

事務局

その認識である。

■基本施策2「望まない受動喫煙防止に向けた環境づくり」（基本目標2）に関すること

委員

以前に比べて受動喫煙に対する理解が深まり、歩きたばこをする人は激減している。一方、路上等喫煙防止指導員という存在は聞いたことがない。どのような時に活動しているのか。それから、公園、緑地、緑道が喫煙禁止区域ということも知らなかった。私と同じように知らない人が多いと予想するため、啓発していくと良いのではないか。

会長

屋外は環境政策課が担当していて、私は以前その部署にいた。路上等喫煙防止指導員は調布駅周辺で19～21時に時間を決めて巡回している。他の駅も毎日ではないが、週に何度か巡回していて、路上喫煙者に対して注意している。指導員の仕組みを導入した当初は路上喫煙者がいたが、今は少なくなってきていると聞いた。ただ、全くいなくなったわけではないため、これまでのように取組を継続していく必要があると考えている。受動喫煙については、東京都と連携して防止対策を推進している。中高生は家庭での喫煙を減らす取組を進めているが、なかなか浸透していない現状にある。今後、そのような啓発も力を入れていかなければならない。

委員

喫煙者は病気や人に迷惑をかけた経験などがないと、禁煙しようと思わない。たばこはストレス解消になっている人もいる。喫煙をやめる大きなきっかけがあれば、やめることができると思う。依存性が高いため、よほど強い意志を持たないとやめることができない。

事務局

たばこをやめるきっかけづくりに力を入れていくと良いということで受け止める。

委員

電子たばこは受動喫煙の対象となるのか。

会長

調布市の姿勢としては、加熱式たばこは、受動喫煙の対象となり、電子たばこは、受動喫煙の対象とならない。

委員

喫煙場所について、喫煙者はわかっているものなのか。

会長

ある程度の認識はあると思う。ただ、あまり駅を利用しない人はわからず、路上で喫煙してしまう人もいるかもしれない。

■基本施策3「生活習慣予防と重症化予防対策の環境づくり」（基本目標2）に関すること 委員

糖尿病は採血と検尿だけでわかるものなのか。年に一度の健診でわかるのであれば、健診の重要性を伝えていくことが必要と考えている。

委員

一度の健診では可能性が高いということがわかるが、確定的な診断はできない。

委員

糖尿病は進行が進めば症状が顕在化するが、初期の頃は症状がわからない。健診でわかるのであれば健診の重要性が理解できる。糖尿病は日本人がなりやすい病気のため、健診が必要と感じた。施策の方向について、有病者への保健指導は対面、オンライン、メールについて本人の希望で選択できるか気になった。

委員

保健指導は保険の種類によって仕組みが異なる。国保であれば、市で結果がわかるため、該当者に通知できるが、民間企業は加入している保険者が実施しており、通知方法は保険者によって異なる。

会長

国保加入者の有初見者への保健指導は、これまでは対面だけだったが、オンラインでもできるようになっている。

■基本施策4「市民・地域・企業・関係機関などとの連携・協働による健康づくり」（基本目標2）に関すること

委員

私の居住地域では、近所づきあいがあるので満足している。新しい住民とは、挨拶はするものの、話す必要性を感じなくなっている。子育て中の人達は活発にお付き合いしている。新しい住民の中には自治会に加入しない人もいる。何かメリットがあれば入会しても良い。昔からの住民とはお付き合いがあるが、新しい住民でも溶け込んでいる人も多い。

事務局

新しい住民の方と以前からの住民とのつながりをつくる取組が重要ということで承った。

■基本目標3「食を通じたところとからだの健康づくり」に関すること

委員

食生活は生死にかかわる問題であるため、正しい情報を発信していただくことが重要である。デジタル化が進み、情報過多の影響で正しい情報がわかりにくい。行政から正しい情報を伝えてもらうのが良いと思う。情報取得に迷いが生じてしまう。

委員

学校や保育園の給食や地場産物が触れられていないので、基本施策2で盛り込めると良いのではないかと。

事務局

承知した。

会長

健康増進計画の分野だと幼少期、成人期、高齢期とあって、ライフステージ別を取組があると思う。食育もライフステージ別の取組があるのではないかと。ライフステージに合わせて取組が整理されていると当事者意識を持たせることにつながるのではないかと。

■基本施策1「食への意識や関心を高め、理解を深める」（基本目標3）に関すること

■基本施策2「健康的な食生活の実践」（基本目標3）に関すること

委員

野菜の摂取量について、食べているわりには摂取できていない場合がある。自分が摂取している野菜量がどの程度なのか、あるいはどのような方法で摂取できるのか、知らせてもらえると良いのではないか。

委員

料理の初心者は同じ野菜を選びがちになると思う。野菜の組み合わせ、効能などを啓発していただきたい。野菜は傷みやすいため、様々な野菜を摂取するには、料理がある程度できないと無駄にしてしまいがちだ。野菜の摂取には、料理の上達も関係があると思う。

委員

野菜を販売するにも、カット野菜を売るにはいくつかハードルがある。一人暮らし程度の量を販売するには、制度面の課題がある。農家さん独自でSNSで発信している人はうまく販売しているが、高齢の農家さんは難しいと思う。

委員

児童はタブレットを持ち帰る習慣があるので、そのような情報を保護者がダウンロードできるような取組も効果的ではないか。

委員

直売所マップをすでに作成しており、タブレットとの連携ができると考えている。

委員

学校ごとに地域のページを受け取れると良いのではないか。

■基本施策3「食を通じた地域とのつながり」（基本目標3）に関すること

委員

ふれあい給食において児童と高齢者の交流事業があったが、新型コロナウイルス感染症の影響で、児童と高齢者の交流がなくなっている。今後も取組を復活するかどうか検討中である。今は交流自体が難しくなっている。

委員

調布市内には、品ぞろえの点で購入意欲がわからない。地場産物の惣菜などを集めた店舗がほしい。郷土料理や伝統料理の継承について、和食のことを指しているのか。また、伝統食のようなものはあるか。

事務局

和食に限らないが、古くから伝わるものを指している。また、伝統食ではないが、有名な食だと深大寺そばなどがある。学校給食では食文化やマナーの継承にも取り組んでいる。

■基本目標1「健康的な生活習慣の実践や継続の推進」に関すること

委員

市が健康的な生活習慣の実践や継続の推進を掲げており、市民が健康的な生活習慣を獲得した先には何があるのか。健康寿命を延ばすことなのか、明記しておいた方が良い。

委員

子どもが体を動かす場や機会の提供、充実が必要とあるが、この取組は習い事を想定しているのか。どこを目標にしているのか明確にした方が良いのではないか。

【まとめ】

Aグループ、Bグループで出た意見について、事務局から説明を行った。

3 連絡事項

次回予定

令和5年7月20日（木）午後2時～午後4時

4 閉会