

## 白井市健康づくり推進協議会（第2回）

日時：令和5年9月27日（水）13:30～15:10

会場：市役所本庁舎2階 災害対策室2、3

### <要点会議録>

#### 【次第】

- 1 開 会
  - 2 会長あいさつ
  - 3 議 題
    - (1) 第3次しろい健康プラン 令和4年度の実績・評価について
      - 1) 健康増進計画
      - 2) 食育推進計画
      - 3) 歯科口腔保健推進計画
      - 4) 自殺対策計画
  - 4 閉 会
- 

【出席者】大久保会長、瀬野副会長、押田委員、石井委員、飯尾委員、小野委員  
榊原委員、萬谷委員、山口委員、堀江委員、北村委員  
事務局：松岡健康課長、山田主任保健師、金田主任栄養士、鈴木歯科衛生士  
荒木主任保健師、戸田主査、三笠主任保健師、矢野主任保健師

【欠席者】甘利委員

【傍聴者】2人

---

#### 【内 容】（進行：会長）

- 1 開 会
- 2 会長あいさつ  
大久保会長よりあいさつ

会議運営の説明（説明：事務局）

- (1) 欠席委員の報告
- (2) 会議成立の確認

委員の出席が過半数を超えるため、白井市附属機関条例第6条第2項の規定により、会議が成立する。

(3) 押田委員自己紹介（前回欠席のため）

(4) 配布資料の確認

前回配布資料（資料4、資料5、資料6、第3次しろい健康プラン、自殺対策計画の計画書を使用）

本日本配布資料（第1回会議の議事概要、会議次第、席次表、事前質問シートへの回答、欠席委員からの意見書、健康づくり講演会チラシ）

(5) 会議の趣旨と進め方について

1) 会議の趣旨

前回は会議で報告をした実績と評価をもとに、各委員からの質問や意見を受け、今後の健康プランの推進に活かす。

2) 会議の進め方

4計画について、各計画20分ずつ質疑応答、意見交換を行う。

### 3 議 題（進行：会長）

(1) 第3次しろい健康プラン令和4年度の実績・評価について（意見・質疑応答等）

1) 健康増進計画

事務局

委員からいただいた事前質問への回答（※配布資料「健康課以外の事業に関する事前質問への回答」参照）。資料に基づき説明。

前回は会議で委員から出された市民への情報発信の方法に対する質問に回答したい。

情報発信の方法は、主に、広報、ホームページ、メール配信である。最近では、動画配信、ラインアプリも取り入れている。また、ポスターやチラシなどを公共施設、事業参加者や関連団体へ配布している。保健福祉センター1階にある健康情報広場という啓発コーナーでは、月ごとにテーマを設定し、情報発信している。広報とホームページは必須だが、事業内容や対象に合わせて周知媒体や手法を選択している。

委員

がん検診の受診率向上のための取り組みとして、郵送や電話での勧奨を行っているところがあるが、以前の調査で、例えば、がん検診を受けない理由として「時間がない」「必要性を感じない」という回答が多かったと記憶している。ライフスタイルの違いによる勧奨方法の工夫や主体的な受診を促すための取り組みをどのように行っていくのか。

## 事務局

特定健診に関しては、保険年金課から40歳以上の全数に通知を送付しており、ハガキや電話での勧奨も行っている。後期高齢者は通知対象を拡大しており、がん検診は、新規対象年齢と概ね5歳刻みの年齢に申込ハガキを送付している。

そのほか、健診の周知は、健康カレンダーの全戸配布、広報、ホームページへ掲載している。女性の検診は、幼稚園・保育園を通じたチラシ配布、幼児健診の通知にお知らせを同封し、幼児健診受診時にがん検診の申込を受け付けている。

重点施策である大腸がん検診は再勧奨ハガキの送付、乳がん検診は前年度検診対象者で受診していない人に通知を送付し、申し込みや受診につながる機会を増やしている。

## 委員

様々な媒体で勧奨を行っているが、チラシは何枚配布したのか、ホームページの閲覧数は何件か等、具体的な数字の記載がなく、全体像が見えてこない。

資料4の2ページ、骨密度測定会は、約300人参加とあるため、このような関心の高い事業と他の事業を同時に開催する方法もあるのではないか。

資料5の8番、肺がん検診について、対象者への架電を時間外や土日の実施を検討していることは、非常に良い姿勢だと思うが、次回会議では実績をぜひ知りたい。

資料4の6ページ、ライフステージ別の食事ホームページや生活習慣病等予防の食事ホームページの閲覧数を知りたい。

## 事務局

チラシの配布数について正確には把握していないが、どのくらい配布してどのくらい反応があったかということは、今後のPR手段や方法を選択する上で重要な考え方であるため、意識していきたい。ホームページ閲覧数については、この後の食育推進計画で報告したい。

関心の高い事業と関連付けるのは、もっともなご指摘で、考え方として大きなポイントとなる。他事業の同時開催については、実施時間が長くなりすぎる可能性があるが、こうした機会に健康情報のチラシを渡すなど、情報発信をしていくことは、すぐにでも実施可能であり、こうした考え方は活かしたい。

## 委員

ひとつの課だけではメディア媒体のリンクは非常に難しい。市として、例えば、広報室等を通じて、市民に対するコミュニケーションを一元化した上で、情報発信をすべきではないか。

## 事務局

ご意見の通り、市として情報の集約をどのように進めるかが課題である。官民連携という方法もあると思う。行政だけでなく様々な力を借り、例えば医療機関、薬局等、他にも人が集まるところ、市民が生活する場に情報が届くようなネットワークの構築を進めたい。

## 委員

それはいつから始めるのか。

## 事務局

現在は9社ぐらいと連携協定を締結している。具体的なところでは、昨年は大塚製薬と熱中症の予防・啓発について健康会議を開き、様々な場面で連携を図った。現在は、介護予防関係の連携も進めている。

## 委員

先日、地区社会福祉協議会主催のサロンに健康課保健師2名が来て、体操や健康に関するチラシの配布等をしてくれた。小さいことかもしれないが、この様なことを大きく広げていけば、高齢になった時、健康に気を付けることにつながるため、今後も進めてほしい。

## 2) 食育推進計画

### 委員

長年調剤薬局で勤務していると、他市ではあるが糖尿病・高コレステロール・高血圧の方から「食事量は少ないし、塩分も控えているのにどうして糖尿病になったのか」「食事を改善したいが何をどうすればいいかわからない」などよく言われる。病院で講習を受けてもわからない人は、市の栄養相談を勧めたりしている。薬局でも軽く指導するが、どこに相談すればよいかわからない患者さんが多い。健康増進ルーム等で週に1回もしくは月に1回でも、ひとり

15分など定期的に栄養士から食事指導が受けられる機会があるとよいと思う。例えば、食事内容を写真にとってきて改善方法を教えてもらうなど、栄養相談窓口のようなものを開いてもらえたら、これから高齢化社会になって医療費も膨れ上がると思うので、医療費の削減にもつながるのではないか。

## 事務局

市の事業について先に説明させていただく。「栄養相談」は、窓口や電話で年間を通して随時受け付けており、継続利用者もいる。場合によっては訪問も可能である。「健康相談」は、保健福祉センターで月1回専門職が相談を受けている。富士センターでも年数回、予約制で行っている。疾病予防として、高脂血症は「コレステロール改善術」、高血圧は「ヘルシー食育講座」を実施している。糖尿病は講座ではなく重症化予防として、保健師が保健指導を行っている。病院で食事指導を受けても1回では良くわからないという場合には、カロリーなど具体的な指示が分かれば、市でも病院と連携して相談に応じることができる。

その他、教室以外では、ホームページで疾病別の食事について掲載している。このような支援体制や情報発信を行っているが、知らない人もいるため、周知する必要があると考える。提案のあった健康増進ルームにおける実施については、必要性やニーズ等踏まえて検討したい。

## 委員

自分で調べて電話を掛けるより、定期的にすぐ相談できる場所も置いてもらえると、行きやすいと思われるため、ぜひお願いしたい。

## 委員

市でも様々な活動をされていることがわかった。市民にとっては、糖尿病になったら薬を飲まなくてはいけないといったことなどは情報として持っているが、実際に自分の健康状態に対する対策はどうしたらよいのかということが一番の関心事だと思う。そこで、生成AIを活用してる自治体もある。チャットGPTに「食事改善を継続するにはどうすればいいですか」と質問すると、例えばこのような回答がでてくる。(チャットGPTの回答を読み上げ。) パーソナライズした情報を提供することで、自分事として自分の健康を改善していくことができるのではないか。

市民一人一人の健康を支援することは、非常に重要であるものの、一人一人をみるというのは大変な作業になってしまうため、生成A Iなどを活用して、パーソナライズされた健康増進情報を提供できるとよいのではないかと。

#### 事務局

生成A I、チャットG P Tを活用した支援について健康課では未導入のため、今後の検討になるかと思うが、個別栄養相談の時には、自身で調理するのか、買い物ができる環境にあるのか等、パーソナライズという点を重点に背景まで読み取って、個々の状況に応じた栄養指導を行っている。

#### 委員

個人が自分ごととして行う食事改善の継続に対して、市に何か提供してもらえたらよいと思う。ただし、人も予算も限られているので、その中の一つの手法としてA Iの活用はどうかと提案をした。

#### 委員

フレイル予防の食事の講座について、新型コロナ感染症が5類に引き下げられた後、再開しているか。高齢の方の食生活の改善について、モチベーションを保つためには、同居家族など一緒に共食する人と楽しくというのが大切になり、そういった指導もされていると思うため、高齢者の講座は重要だと感じている。

#### 事務局

フレイル予防の講座は高齢者福祉課と協力して行っている。介護予防の楽トレ体操を再開している団体も増え、受講希望のある団体に出向いて講座を行っている。令和4年度は3件、5年度は5件希望あり。徐々に開催状況は回復してきている。一人暮らしの方が多く、モチベーションについても集団でお話しし、参加者の中で低栄養の高齢者を把握した際は、個別にフォローもしている。

#### 事務局

先ほどの数字での評価について、食育推進計画の情報発信について回答をしたい。しろい食育サポート店や今年開始した野菜減塩プロジェクトなど、市内飲食店やコンビニ、スーパー等で食育通信を配布しているが、令和4年度のチ

チラシ持ち帰り率は1896枚58%であり、コロナ前は60～70%であった。食育に関するホームページ41記事について、閲覧回数は令和4年度7249回であった。動画については、令和2年度から現在までの再生回数となるが、1万5697回。子育て応援メールの配信は1,000人。その他、らーばんねっとや、広報・ホームページ・ライン、各センターへの事業チラシ、飲食店・販売店でも掲示に協力いただき啓発をしている。

### 3) 歯科保健推進計画

#### 事務局

甘利委員から事前に、ふるさとまつりで予定している啓発に関して、ご意見があった（※当日配布資料「白井市健康づくり推進協議会委員の皆様および健康課事務局の皆様」（A4用紙1枚）参照）。1点目、各種測定をすることは参加者の興味を引くことができるとよい。2点目、高齢者の誤嚥性肺炎予防においては歯磨きが基本であるため、イベント会場でも歯磨き指導が行えるとよい。3点目、歯ブラシ等のプレゼントがあると足を止めてもらえるのではないかと。以上のご意見について、イベント実施にあたり、参考とさせていただきたい。

#### 委員

資料4の11ページ、かかりつけ歯科医について。子どもは学校健診等で歯科受診の機会があるが、成人になるとむし歯にならないとなかなか受診しなくなる。成人・高齢者に対する歯科受診を促す取り組みはどのようにしているか。

#### 事務局

歯周疾患健診は、40・50・60・70歳対象で、受診票発送時、かかりつけ歯科医を持つメリットや歯科医院は感染症対策をしているので安心して受診できることを伝える啓発のリーフレットを同封している。また、6月4～10日は歯と口の健康週間として全国的に歯科口腔保健を啓発する期間であり、それに合わせて広報やホームページなどで定期歯科健診やかかりつけ歯科医の大切さを啓発している。無関心層をどう取り込むかが課題と感じており、今年度はより多くの市民に周知できるよう、初めてふるさとまつりで歯科口腔保健に関する啓発ブースを設置する予定である。

## 委員

大人も歯が痛む前に、気軽に歯科医院に足が運べるようになってよいと思う。

## 4) 自殺対策計画

### 委員

資料4の15ページ、自殺対策計画の数値目標について、自殺死亡率は令和2年まで取り組みが成果を上げて減少してきているが、平成28年から令和3年の平均が極端に跳ね上がっている。令和3年の自殺者数が多かったと考えられるが、その背景として推測できることはあるか。

### 事務局

資料6の4ページを参照。白井市の自殺者数は例年10名前後で推移してきたが、令和3年は男性9名、女性10名の計19名と、例年の2倍近い方が自殺で亡くなった。このことにより、資料4の自殺死亡率も上がっている。

市では詳しい背景は把握できないが、厚生労働省の自殺の統計では自殺の原因・動機を一人につき最大3つまで選択でき、その結果、健康問題が最も多かった。年代については、50代・60代・70代・80歳以上はそれぞれ4名、その他の年代で3名だった。

### 委員

マスクで素顔が見られない中でのコミュニケーションなど、コロナ禍の影響を受けて、子どもの自死も令和2年から全国的に増加している。このことから考えると、白井市で増加することも自然なことととらえられる。しかし、せっかくいただいた命を自ら断つことがないよう、引き続き対策の推進をお願いしたい。

### 委員

近年、子どもの自殺が増えており、大きな問題だと考えている。自殺死亡率は人口10万人あたりの人数で16.1と示されているが、白井市の人口約6万人に換算すると8.0程度の値になると思われる。今後はわかりやすい標記を求める。

また、年齢分布が示されると対策検討の参考になる。



## 事務局

国から5人以下の数値は個人が特定されやすいため取り扱いに注意するよう指示があるため、標記できるかどうか含めて、次回に向け検討したい。

## 委員

資料4の16ページ、小学校区単位でのゲートキーパーの養成で12人養成したとあるが、現在、ゲートキーパーは市内に何人くらいいるのか。

## 事務局

資料5の14ページ10番を参照。現時点で職員、非常勤職員等を含めて82名養成している。

## 委員

ゲートキーパーに連絡するにはどのようにしたらよいか。駅で、自殺予防啓発のメモ帳をもらったことがあるが、そこに電話番号が書かれている。ここに電話するということか。

## 事務局

ゲートキーパーは特別な資格を要するものではない。悩みを抱え、いつもと違う様子が気が付いて、話を聞き、必要な相談先につなぎ、見守るという対応をする人をゲートキーパーという。

市が実施するゲートキーパー養成講座を受講し、対応を学んだ方は82名いるが、講座を受講した方々が、相談を受けるという周知の仕方はしていない。

現在は、民生委員や介護予防推進員、地区社会福祉協議会推進委員等、日頃から市民を見守る立場にある方々に学んでいただき、日頃の活動の中で自殺予防の視点も持って見守り、心配な方がいた場合には市へつないでもらえるように依頼している。

メモ帳については、年に2回、自殺予防週間と自殺対策強化月間という国県等と共に啓発に取り組む期間があり、その期間に駅でリーフレットなどと一緒に配布した。

ゲートキーパーについては、広報やホームページなどでも周知をして、家族や友人などの身近な人のゲートキーパーになってもらえるよう努めている。

委員

宇都宮市では、ボランティアが電話で相談対応しているが、白井市では同様の取り組みをしているか。

事務局

現時点で市にはゲートキーパーに相談する相談窓口の設置はない。

委員

配布している手帳は市で購入しているのか。

事務局

市で購入、配布している。

委員

配布して終わりになっていないか。相談窓口は民間なのか。

事務局

メモ帳に掲載された電話番号は全国共通で使用することができる「こころの健康相談統一ダイヤル」となっており、電話をかけた所在地の公的な相談窓口につながる。千葉県内からは、千葉県精神保健福祉センターにつながる。

委員

相談先の周知について、配布されても一過性だと見ない。税金の無駄遣いではないかと思っている。メモ帳を配るのがすべてではなく、ポスターでもホームページでも何でもそうだが、もっと露出していただきたい。

事務局

メモ帳に関しては、特に自殺予防週間などの啓発強化の時期やメンタルヘルスに関わる講座で説明をしながら配布している。ご意見いただいたように、ポスターの掲示、チラシの配布なども市内医療機関や薬局などの協力を得て実施している。メモ帳については、メモを受け取った方に相談先の一つとして把握してもらえらる可能性があるとの考えから選択したが、今後も効果的な方法については検討をしていく。

また、周知については、年間を通じて実施できるよう考えていく。

#### 事務局

先ほどの、ゲートキーパーの周知に関して説明の漏れがありましたので追加させていただきます。

資料5の14ページ、事業番号「新3」および15ページ事業番号「新4」を参照。ゲートキーパーを広めていくために、令和3年度にこころサポーターというボランティアの養成を開始し、令和4年度からこころサポーターが地域でゲートキーパーミニ講座を実施する取り組みを開始している。

#### 委員

こころサポーターについて、皆さんご存じか。私は初めて聞いたし、ポスターを見たこともない。皆さんも同じ状況ではないかと思っている。

先ほどの話ではないが、PRが足りない。健康課だけでなく、市として統括してPRすべき。いい取り組みをしているが、PRが足りないというのが、非常に惜しいと思っている。それをやってもらいたい。

#### 事務局

ライフステージに合った発信方法、家庭や地域、企業など場面にあったアプローチを整理する必要があると思っている。様々な取り組みをしているが、届くのは一部の人。このような人は、自分で情報収集をしたり、参加してくれる。しかし、私たちが目指しているのは、関心のない人をどう健康づくりに巻き込むかであり、こうした視点でのご意見をありがたいと思う。様々なご意見を集約して、専用のコンテンツを持つようなことについても検討が必要かと感じている。

#### 委員

今後の方向性を決めていく上で、重要な点が2つあると思う。

ひとつめとして、ひとつのことを深掘してしっかりと見ていくこと。これは、市役所の事務局は得意だと思う。ここでは例えば、チャットGPTを使うと個人の状況に合わせた健康支援ができてよいというような提案があった。

ふたつめは、一步引いて見て、市民全体へ広めていく方法を考えることも大切。市全体を総括して方法を考える役割の担当が少ない気がする。昨今の情報

社会において、情報ネットワークや情報発信手段を使うか使わないかという差がとても大きくなっている。今後事業をうまく展開するのに大事になってくるため、事務局も前向きにとらえていただきたい。

#### 会長

皆様のご意見を伺っていて、今回の議題である令和4年度の実績評価について、改善点等もちろんあるが、概ねいい方向で進んでいるというコメントだったと思っている。

今回初めて参加したが、白井市は他市に比べ、この健康づくり推進協議会までの庁内の会議など評価システムがしっかりしていると感じる。

以上で4計画の質疑がすべて終了したので、最後に事務局から連絡事項などがあればお願いしたい。

#### 事務局

白井市は健康施策を街づくりの基本に掲げている。健康というのは、病気云々ではなく、自分らしく豊かに生きていくこと。今回、情報伝達のあり方にご意見いただいたため、仕組みづくりを進めていきたい。行政だけではなく、あらゆる人が関わって、市民一人ひとりの健康を守っていく環境を作っていきたい。そのためには情報共有とネットワークづくりが大切である。協議会委員はじめ市民も健康意識が高いのが白井市の特徴であり、介護認定率が低いことにも現れている。良い会議になり、ありがとうございました。今後ともよろしくお願いしたい。

#### 事務局

事務局を代表してお礼を申し上げたい。職員の中でも周知の方法については非常に大きな課題として共有してきたところであるが、その部分に熱い期待のあるメッセージをいただいたと受け止めている。いただいた意見を健康プランに反映させるように、これから検討したい。

これから議事録の概要を作成し、確認を依頼させていただく。修正がある場合には期日までに事務局へ連絡をお願いしたい。次年度は2回の会議を予定している。引き続きよろしくお願いしたい。

## 4 閉 会

以上