

令和7年度 第2回白井市健康づくり推進協議会

日時：令和8年3月13日（金）13時30分～15時15分

会場：白井市役所本庁舎2階災害対策室1・2

<要点会議録>

【次第】

- 1 開 会
- 2 あいさつ
- 3 報 告
 - (1) 白井市民の「健康」に関するアンケート調査結果について
 - (2) 第3次しろい健康プランのめざそう値の達成状況について
 - (3) アンケート調査結果等から捉えた健康問題について
- 4 議 題
 - (1) 第4次しろい健康プランの基本方針（案）について
 - (2) 第4次しろい健康プランの体系（案）について
- 5 その他
- 6 閉 会

【資料】

- ・会議次第
- ・報告（1） 白井市民の「健康」に関するアンケート調査結果について
- ・報告（1）－資料 白井市民の「健康」に関するアンケート調査結果報告書
- ・報告（2） 第3次しろい健康プランのめざそう値の達成状況について
- ・報告（3） アンケート調査結果等から捉えた健康問題について
- ・議題（1） 基本方針（案）について
- ・議題（2） 第4次しろい健康プランの体系（案）
- ・議題（1）～（2）資料 健康日本21（第三次）をイメージした「第4次しろい健康プラン」の取組分野・領域
- ・第4次しろい健康プランの策定スケジュール（案）
- ・「健康づくり講演会&ワークショップ」実施報告書
- ・新型インフルエンザ等対策行動計画の改定作業について（報告）
- ・「千葉県新型インフルエンザ等対策行動計画」改定の概要
- ・健康日本21（第三次）

【出席者】 大久保会長、瀬野副会長、甘利委員、石井委員、飯尾委員、飯田委員、尾見委員、三崎委員、堀江委員、北村委員

【事務局】 池内健康子ども部長、竹内健康課長、戸田課長補佐、荒木主任保健師、

金田主任栄養士、行木歯科衛生士、三笠係長、照井主任保健師

【欠席者】押田委員、山口委員

【傍聴者】0人

【内 容】(進行：会長)

1 開 会

2 あいさつ

・市長あいさつ

・会長あいさつ

3 報 告

(1) 白井市民の「健康」に関するアンケート調査結果について

(2) 第3次しろい健康プランのめざそう値の達成状況について

【委員】

報告(2)の3ページ1.生活習慣の改善で、「適正飲酒量を知っている人の割合の増加」が悪化となっている。これはアンケート問29の設問「あなたにとって健康に影響のない適度な飲酒量はどれくらいの量だと思いますか。」に対する数値と思うが、国は適切な飲酒量は1合と決めているようである。ここでは実際に飲んでいて影響のない飲酒量はどの位かと聞いていて、評価をするのに適正飲酒量と自分が飲んでいる量が適正かは話が違ふと思う。そのため、結果を、実際に飲んでいる量が適正な飲酒量を超えているというような評価をすべきと思う。次回は、アンケートの設問を「日本では適切な飲酒量が1合程度と言われていますが・・・」と適切な飲酒量の解釈を一言加えて、回答を促すと良いと思う。

【事務局】

貴重なご意見ありがとうございます。今後、アンケートの際にはご意見のあった方法を検討したい。

【委員】

同じく、生活習慣の改善の「睡眠がとれていない」が悪化している。質の高い睡眠が健康寿命を延ばすとか、睡眠不足が慢性疾患に繋がると言われている。これについて国民の認知度が低いので、睡眠のキャンペーンを行ったらよいと思う。日本人の平均睡眠は6時間23分と言われているが、アンケート結果で睡眠時間が「5時間以上6時間未満」31.7%というのは問題と感じる。「レスメド世界睡眠調査2026」によると、世界の平均睡眠時間は、アメリカは6時間29分、イギリスだと6時間31分とのデータがあった。飲酒と同様にどのくらいの睡眠時間が良いのか、認知されていないことからすると、しっかり周知しないといけないと思う。睡眠の重要性は高まっており、最近、大谷翔平さんの影響もあり、睡眠の大切さが話題となっている。アンケートでも去年はどう

だったのかがよく分からない。アンケート問8、問9は睡眠について尋ねているが、実際のくらいがよいか認識していないので、認識できるようにアンケートに情報を記載したほうが良いと感じた。

【事務局】

睡眠については、市としても重要性を認識し令和6年度の健康づくり講演会では大久保会長に、睡眠をテーマとして講演を依頼したところです。

【委員】

どうやって市民に認識してもらうかが大事だと思う。こういうことは立体的にやらないと浸透していかない。アンケート結果ではメディアを通じて健康のことを知ることが多いという結果もあるので、白井はもっと周知をしていかなければならないと思う。講演会も非常に良いことであるが、色々なところで露出度を増やしてもらいたい。

【事務局】

貴重なご意見ありがとうございます。

【会長】

昨年度の講演会を開催する際のテーマとして、市民のアンケートで睡眠の質に悩んでいるとのニーズがあった。それらを踏まえて睡眠や休養感アップに向けた講演会を開催した経緯がある。今年度の講演会はアンケート結果を共有し、健康づくりの知識を深めるためのものでもあって、グループワークなどで休養・睡眠をテーマに市民と一緒に考える機会にもなった。

【委員】

報告(2)の7ページ歯科口腔保健について、小さいお子さんのいるご家庭が改善傾向にある。市のプレパパママ教室や幼児健診での関りが影響しているのかと思う。以前に比べ小学生もむし歯は少なくなっている。しかし、親の干渉がなくなってくる高校生位になるとむし歯も増えて、市の達成状況では、昼食後の歯みがき実施生徒、高校1年生の割合が悪化している。高校生になると昼食後の歯みがきは、自主的にはなかなか難しいため、各学校でそのような指導にもっていったら改善されるのかなと思う。高齢になると、歯科医師で出来ることと云ったら、節目の時の歯科健診があるが、それ以外となると本人が自主的に定期健診に行くということになってしまう。市でもふるさとまつりなどを利用して指導していったらよいと思う。歯科医師の方でも市と一緒にやっていったらよいと思う。

【事務局】

現場の歯科医の意見として参考になる。参考として、話のあったふるさとまつりでは、明海大学の学生と一緒に歯科口腔の啓発活動をやらせていただいている。

【委員】

4ページの目標項目「地域でスポーツ・趣味・娯楽活動をする人の割合の増加」が変

わらないとの判定とある。スポーツ推進委員協議会の一員としてなるべくスポーツなどをやってもらいたい。子どもでもお年寄りでもできるニュースポーツをみんなに知ってもらうためふるさとまつりなど、色々なところでやっている。目標項目の対象を65歳以上としているが、65歳以上でなくても良いのではないか。小中高校生に新しいスポーツの紹介をしたいと思っている。新しいことに興味を持つきっかけを作ることを増やすという意味で、スポーツをするきっかけづくりをやっていくとよいと思う。「変わらない」という結果に対する1つの意見だが、私たちは会議室でも65歳以上ができるスポーツや、障がい者、健常者も同じ土俵で分け隔てなくやっているの、その辺が抜けているように感じる。

【事務局】

達成状況の判定はあくまでも客観的に数値で見ているものになる。コロナ禍を経ても、運動の機会が「変わらない」という結果は、評価もできるが、そのままでも良いとも思っていないので参考にさせていただく。

→承認

(3) アンケート調査結果等から捉えた健康問題について

【委員】

自殺に対する問題で、先ほど会長の許可を得て「日本における自殺の現状と対応」の資料を配らせていただいた。これで驚くのは10～30代の死亡原因の第1位が自殺ということである。30代までの死亡原因は交通事故死や病気は激減し、自殺による死亡の可能性が高いため、予防することはとても大事なことである。小学生から中学生、16歳位になると悩みを打ち明けられる人が少なくなっている。この現状について、学校でのゲートキーパーや子どものこころの病を少しでも見つけ、軽減していくことを文部科学省も認識しており、各学校に対して子どもに伝えたい自殺予防というものを発行しているようである。学校単位で命を大切にしようという講義をしたり、手引きもある。この協議会では、問題点を市にお願いしてやってもらうこともありますが、ここにいる我々がこの問題をどうしたらよいか、例えば、地域の企業や学校に頼むという働きかけも必要と思う。そこで、突然ですが、学校での活動の現状をお聞かせいただきたい。

【委員】

夏休み明けの自殺が多いので、学校では必ず夏休み前に主に養護教諭から、こころの相談、SOSの出し方の教育を県の教育委員会からの連絡も踏まえて行っている。

【委員】

実際に取り組みをやったことで悩みなどの問題を、養護教諭や担任にあげてきてくれた子どもたちは何件あるか。

【委員】

私が知っているところでは、取り組みをやったことによる相談件数の把握はこれまで

はなかった。

【委員】

そういうことが現場で行われていることが分かった。例えば、病気は医療に任せるしかないが、交通事故死はこの20年間で激減した。その理由は飲酒運転の禁止で罰則を設けたことがあって、このように強烈な変化があると故意で起こってしまう事故死にブレーキがかかった。自殺対策でもこのような働きかけができると思う。ちなみに日本では1日50人が自殺で亡くなっている。この数を考えると、これは手を付けるべき対策である。

【事務局】

自殺対策は命に係わることであり、次期計画策定にあたって検討させていただく。

→承認

4 議 題

(1) 第4次しろい健康プランの基本方針（案）について

【委員】

今後、第4次しろい健康プランがまとまると冊子ができると思う。第2次から始まった自殺対策計画は、今まで別冊であった。今回からは自殺に対する項目も同じ冊子の中に入る予定か。

【事務局】

今回からは、自殺対策についても1つの取組分野として計画に位置付けることを考えている。

【委員】

自殺というどうしても表に出さない話題になってしまう傾向があるので、実際にはそれを救っていく人がたくさんいることが必要なので、1つにして取り組んでいただけたらよいと思った。

【事務局】

自殺対策計画は法律に基づいて策定している。それが市の健康プランとタイミングがずれていたのが別々になっていたが、もともと同一のものとしてやるべきとの話があった。次期計画からは統合して一緒に取り組んでいきたい。

→議題（1）について承認

(2) 第4次しろい健康プランの体系（案）について

【委員】

体系案はⅠからⅨまでしっかりできている。この優先順位はすべて並列ということではないか。

【事務局】

順番は優先順位ということでない。例えば、1つ目の栄養・食生活の優先度が高いということでない。

【委員】

いっぱい項目があるとどれがどのくらいの比率なのか。会社でもそうだが作業をする過程で優先順位を設けて作業をして、どれを重点化するかを明確にしないと、平均化したものになり、成果が出にくい。

【事務局】

第4次健康プランをどのようにしていくかはこれから検討するものだが、各項目の中で重点の取り組みも含めて検討する。

【委員】

Ⅰ～Ⅸが平均的でなくとも、Ⅰの中でどれか、Ⅱの中でもどれかということになると思う。その時に、アンケート結果の評価があるが、こういうことをやってきてこうなりました。こういうことをやったがこのような結果でした。というようなものが見えない。計画があつて何をして、何をやったから、この結果なんだとアンケートの値だけでは見えないものがある。失敗しても良いと思うのでそこを皆さんから意見を聞いてみたらどうか。

【事務局】

現段階では最終的な評価まではいっていない。アンケートの速報値から捉えたものになるので参考にさせていただく。

【委員】

取組分野について、一人ひとりの健康づくりで、生活習慣の改善は並列とのことだが、Ⅵ生活習慣病予防は、生活習慣病予防のために栄養、運動、休養等をどうするかということと思う。並列すると後で施策を考えるとときにやり難くなるのではないか。

【会長】

国の方針に準じてこのような項目になっているが、委員がおっしゃっているようなことは研究者の間でもなぜ、これが同じになるのかという議論はある。

【事務局】

国の概念図でも生活習慣はがん検診や健診を受けるなどの実施項目が入っているので、生活習慣病予防では健（検）診関係などの取り組みを入れることを考えている。

【事務局】

今回、国の健康日本21の体系図や考え方をベースに体系化している。今までは4つの計画に分けて取り組んできたがそれでも重複する部分はたくさん出てくる。健康というものは1つにまとまらず、多方面で色々なところに関わる。1つのことをやったからいいということではなく、色々なことが重複して健康というものがつくり上げられていくものと考えている。どのようなやり方をしても色々な所にまたがると思う。そのことを踏まえて、国の分野別の考え方に合わせた方が分かりやすいと考えて今回提案するものである。

【委員】

いい分野の分け方があればと思う。

【委員】

取り組みは色々重複して、掛け算になるということ。すべてがクロスオーバーしているので、1つですべて決まるということではなく、基本概念を持っていてA×Bでどうか、C×Dでどうかという形で色々な所に具体的に落とし込んでいただくとよい。とてもいい概念である。

→議題（2）について承認

5. その他

- (1) 白井市新型インフルエンザ等対策行動計画について
- (2) 第4次しろい健康プラン策定スケジュール（案）について
- (3) 健康づくり講演会&ワークショップについて

【委員】

1か月前くらいに協議会の日程の連絡が来るが、シフト制の仕事をしているので、なるべく委員として参加したいので可能であれば早めに日程を決めていただけたらありがたい。

【事務局】

なるべく皆様に会議に出席いただけるよう、早めにご連絡をする。

6. 閉 会

以上