

令和5年度  
第1回 松本市健康づくり推進協議会 議事録概要

開催日時 令和5年6月22日(木) 午後1時30分～3時20分  
開催場所 Mウイング4-4会議室  
出席委員(敬称略) 伊澤 淳 (信州大学)  
廣田 直子(松本大学)  
小林 正典(松本市医師会)  
大久保 達人(松本市歯科医師会)  
岩間 英明(松本大学)  
飯澤 裕美(長野県栄養士会中信支部)  
赤羽 みち子(松本市食生活改善推進協議会)  
松下 菜南(松本市校長会保健教育研究会 養護教諭部会)  
欠席委員(敬称略) 本保 武俊(松本薬剤師会)  
事務局 健康づくり課職員

- 1 開会 (司会 健康づくり課 田中課長)
- 2 あいさつ (塚田保健所長 あいさつ)
- 3 協議会について(資料1-1 1-2)
- 4 委嘱状交付
- 5 自己紹介
- 6 代表選出  
会長 信州大学 伊澤 淳 委員  
副会長 松本大学 廣田 直子 委員
- 7 報告事項

- (1) 松本市健康増進総合計画について(会議資料2-1～5)  
(説明 田中課長・加藤課課長・横内課課長他)

<質疑・意見等>

委員：地区ごとに、担当保健師が伴走型相談支援を考えているところが素晴らしいと思います。  
この計画の中では、妊娠出産期は細かくフォローする体制になっていますが、就学後まで地区で関われるようになるとさらにいいと感じました。  
担当の職員の交代時は支援が途切れないように、引継ぎを確実に実施していただきたいと  
思います。

事務局：就学後の支援については、保健師による「SOSの出し方の講座」や助産師による「命や性の大切さの講座」等を実施しています。

地区担当保健師の引継ぎ時には支援の継続に留意します。

委員：青壮年期の課題としては、がん・循環器疾患の課題が出ています。だとすれば、ふつうに考えてタバコの問題はどうしても出てきますから、タバコについてのコメントは必要だと思います。

喫煙所についても、昨年この協議会でも審議があったと思います。松本市は、受動喫煙防止のため、という理由で喫煙所を設置しましたが、その際、様々な議論がありました。吸っている本人の健康のことを考えるならば、喫煙所はあくまでも過渡的なものであるべきで、喫煙者に禁煙を促す活動が必要です。喫煙者本人の健康を無視することはできません。

フレイル・オーラルフレイルについてですが、言葉が一般市民の方にどのぐらい認知されているのでしょうか。一般にわかりやすい解説を加えたほうがいいと思います。

事務局：タバコ対策は、大切なことだと認識しております。特に禁煙支援、受動喫煙防止、両方の面から取り組んでいきたいと考えております。今年度も、引き続き進めていきます。

フレイルについても、一般には認知度が低いと認識しております。今後周知にも力を入れていきます。

委員：計画では、フレイルは高齢期に記載がありますが、高齢期に限らず、幼児～小学生の頃から続く問題で、若い頃や子供の頃からの運動習慣などが大きく関与しています。

次世代期から青壮年期に、運動に関する部分が不足していると思います。高齢期になる前からの取組みが鍵になります。

中学生の部活動の地域移行が言われている状況の中で、特に小中学生は、運動をたくさんする子と全然やらない子の運動習慣の二極化や、痩せや肥満などの問題も関係しますが、やはり子供の頃からの運動に関しての項目は必須です。

事務局：フレイルは、高齢期だけでなく、子供の頃からの生活習慣などが関与しているので、ライフステージに応じて、周知・啓発活動をしていきます。

委員：食育の関係ですが、「1日2食は3皿食べよう」などのキャッチフレーズは、とてもいいと思いました。学校でもすぐ掲示物等にして、活用したいと思う印象に残るフレーズです。

委員：乳幼児期は、離乳食までは保健センターなどで指導がありますが、その後、保育園に行くまでの間どのように幼児食に移行するか、イメージができず悩んでいる人がいます。離乳食の時の食事で止まっている場合が見受けられるので、先の食事内容のことまで指導していただくといいと思います。

子供のやせと肥満の二極化についてですが、かなりのやせや肥満の場合でも全く気にしないご家庭があり、将来的な生活習慣病に繋がるので気になります。

また、スポーツを一生懸命しているが、その分の食事をしっかり取っていない人もいて、成長が止まってしまっている場合もあります。

高校生では、いわゆる「シンデレラ体重」が流行っているようで、160センチで45キロ（BMI 17～18）程度が目標だそうです。そのあたりも心配です。

栄養士会では栄養ケアステーションを設置し、地域の食の相談に応じていますので、市町村でも活用してください。また、災害時の際に避難所で、大量の調理をしたことのない人が簡単にできるメニューをホームページに掲載しています。

委員：全身疾患と口腔の関係では、糖尿病をはじめとする生活習慣病・循環器系疾患・脳血管疾患も口腔の疾患と密接に関連があるということは知られるようになってきました。今後もさらに、力を入れていきたいと思います。口腔は、摂食して、食事をお腹の中に送り込むという食の入口です。また人とのコミュニケーションでは、顔の表情を構成する器官であり、社会の中における自己表現において大切です。

また、計画の中に外傷予防策は出ていませんが、医療現場において、外傷で受診される人はかなり多いです。フレイルやスポーツの分野で、体の改善や外傷の予防に関しては、どのような対策を考えていますか。

事務局：運動に関する外傷の件ですが、骨折や骨関節疾患の件数が増えているということは把握しています。その対策も必要だと思います。

小中学生の運動不足と運動過多の二極化についてですが、子供に関するデータがなかったためこの計画の中に子供の頃からのものが反映できていません。今後検討したいと思います。

## (2) 令和5年度健康づくり課事業概要について（会議資料3）

（説明 加藤課課長・各担当）

<質疑・意見等>

委員：「知って肝炎プロジェクト」についてですが、若い人にアピールすることをぜひ考えていただきたいと思います。若い方のファッションタトゥー（アートメイク）とか、ボディーピアス、性交渉などが肝炎ウイルス感染の原因になり得るので、そういった啓発をしていただきたいと思います。

委員：電力消費量のデータを活用したフレイル対策の取組みですが、各家庭の消費量をどのように評価するのか、少なくなっていたらフレイルと推測するというのでしょうか。また、データは同意なく使われているのでしょうか。

事務局：電気の使い方のメリハリをスマートメーターで確認し、AIが判定するシステムです。

高齢者には参加同意書をいただいて、実施しています。

掲載

## 8 閉会

次回開催は令和6年2月頃