

平成２８年度第２回匝瑳市健康づくり推進協議会議事録

平成２８年８月３１日(水)

１３時３０分から１４時１５分まで

保健センター集団指導室

[出席委員] １１人

江波戸 久元、江波戸 寛、井元 浩平、八角 勝義、林 明敏、鈴木 日出男、
鎌形 春枝、鎌形 廣行、大海原 祥榮、磯部 範夫、二村 好美

[欠席委員] ２人

鶴野 航三、菊地 紀夫

[事務局]

高橋課長、畔蒜副主幹、大木主任保健師、大川主任保健師、白鳥主任保健師、
石毛主任主事

１ 開会 事務局

２ 委嘱書交付

３ 会長選出について

４ 会長あいさつ

５ 議事 議長 江波戸会長

(１) そうさ健康プラン（仮称）について

(２) その他

議長 会議の成立を宣言

(１) 「そうさ健康プラン（仮称）について」を事務局から説明

【質疑・意見】

〈委員〉

アンケート調査結果の問42 「悩みを抱えたときの相談機関の認知状況」に関連して、NPO法人ライフネットの調査によると、自殺した人の約72%が何らかの相談窓口相談している。そこで気付いてやるというのが一番重要である。問38を見ると4.4%の人が睡眠が取れていないことがわかる。自殺と睡眠との関係は重要であり、特に睡眠不足が2週間続くと、その人はうつで高い確率で自殺する傾向がある。相談機関で睡眠不足を何気なく聞いて、2週間を超えるようなら、ハイリスクと認識ができ、かなりの人を救える。

〈委員〉

3,000人のうち1,445人の回答だが、20歳から25歳が45人回答している。実際何人に送付して45人か。若い人のほうが回答率はいいのではないか。

〈事務局〉

これは無作為抽出となりますので、母集団で女性が多いとか、40歳代が多いとかを踏襲するかたちでサンプリングされています。当市の年齢・性別に近いかたちの構成比で抽出されています。調査の基本なので、自治体によっては高齢者が多いとか若い人が多いとか、その自治体の特性を踏まえて母集団を抽出しています。その中で50%近く回答した場合、年齢が高い方のほうが回答率は高い傾向になります。

〈委員〉

年齢別の送付件数はわかる。20から25歳は何人送付したか。

〈事務局〉

母集団であれば、市の基礎データとして母集団の年齢構成は示せます。それとの対比で報告書として提示することは可能です。

〈委員〉

問8の「からだの健康に関する意識について」から、「3 身体活動・運動について」、本市が近隣と比較して平均して低いものはどれか。

〈事務局〉

平均は自治体によって、選択肢や表現が違い、ばらばらなので統一した平均はデータとしては特にありません。ただ、他の自治体で同一の設問があるので、それに関しては比較対照ができますので、口頭で先ほどお伝えしました。これ

から報告書を作成しますので、近隣の自治体ではこういった選択肢があるか調査して、比較したほうがいいものは取り上げて、参考として掲載することは可能です。

〈委員〉

問42までは近隣の市より良い結果だが、歯・口腔の設問になると悪い結果になる。近隣の市のほうが歯科医師の数が多いのか、海岸線で魚を多く食べているからか。

〈委員〉

3歳児歯科健診では当市は虫歯の子は少ない。親の意識が高い。ただ成長していく中でどこに問題があるのか、今後考えていく題材になる。

〈委員〉

そうさ健康プラン（仮称）素案の中で、基本的視点の「健康格差の縮小」は、匝瑳市と他の自治体のことか、匝瑳市内のことなのか、どちらか。

〈事務局〉

匝瑳市内のことです。

〈委員〉

基本方針2 「地域の支え合いによる健康づくり」だが、健康づくりをテーマにしたコミュニティ活動でなくても、様々な活動がある。例えば区長会、シニアクラブだったり、文化活動だったり、もう少し視野を広げたほうがいい。これだと健康をテーマにした活動をしなければならない。人と人が繋がると外出も増え、友人も増えることで笑が増える。外出が増えればロコモも解消され、認知症も減り、脳卒中や心筋梗塞が減り、介護予防、健康寿命の延伸に繋がる。健康をテーマにした何かをしなくても、落語を聞いたり、祭りに行ったりでもいい。基本方針を広げたほうがいい。

〈委員〉

今後計画や概要版を作成し配布すると思うが、専門的な用語に対し注釈を入れたほうがいいのではないか、アンケートには注釈があった。

〈事務局〉

最終的には下段に注釈を付け、末尾にも用語集を付ける予定です。

〈議長〉

第3編以降はどのようなのか。

〈事務局〉

次回11月頃開催予定の本協議会でご提示する予定です。

(2) その他

【質疑・意見】

〈議長〉

減塩のアンケート調査だが、問32 「減塩への取り組み」が半々位の結果になっている。この地域は特に取り組まなければならないと医師会としても思っており、半々位でいいのか疑問がある。アンケートをとって、もう少し一生懸命やらなければならないのか聞かせてほしい。銚子・旭・匝瑳市は塩分摂取が高い地域だが、どのように感じているか。

〈委員〉

こういった減塩への取り組みは小さい時からの取り組みが大事だと思う。家庭や学校での教育が大事で、取り組みとしては、それが一番の近道になると思う。

〈委員〉

健康教育は学校教育の中でも重要な位置を占めている。実際、減塩については学校給食センターの訪問指導事業として栄養教諭が、減塩対策に力を入れていてやっている。各学級毎にスケジュールを組んで、給食時に栄養教諭が学校を訪問して、子供たちに減塩について説明している。

昨年度は八日市場小が食育推進研究校に指定され、健康教育について食育から迫るものを公開授業で行った。多くの先生方にも参加してもらい好評を博した。減塩対策に限らず、歯科衛生8020運動として幼稚園から学校でも行っている。小さい頃からのしつけが大変重要だと思うので、今後も重要施策として、取り組んでいきたい。

〈事務局〉

塩分が原因で糖尿病、高血圧等、生活習慣病の予備軍になると言われています。健康管理課におきましても、食育事業として、親子料理教室等事業を行っており、さらに普及啓発を進めていきたいと思います。9月号の広報そうさで減塩関係の記事を掲載予定です。今後もホームページ、広報でPRしたいと思います。

います。

4 閉会 事務局