

平成 26 年度第 1 回鎌倉市健康増進計画推進委員会 議事録

日時：平成 26 年 11 月 11 日（火）19 時から

場所：鎌倉市役所 2 階 全員協議会室

出席者：市長（途中退席）、委員 12 名、事務局 10 名

傍聴人：なし

■ 開会

事務局より、委員 15 人のうち出席者は 12 人（欠席者は 3 人）で、過半数を超えているため、本推進委員会条例施行規則により会議は成立する旨の説明がなされた。また委員長が選出されるまで事務局で会議を進行する旨が説明された。

■ 委嘱状の交付等

鎌倉市健康増進計画推進委員会条例により、委嘱任期は 3 年間である旨が説明された。その後、市長から委員に対して委嘱状が交付された。

1 市長の挨拶

鎌倉市では市民の参加と協働による、地域福祉と健康づくりを目指し、平成 18 年より鎌倉市健康福祉プランを推進してきた。平成 27 年に計画期間が満了する事から、新たに市民の健康作りの指針、行動計画となる鎌倉市健康増進計画を策定することとなり、鎌倉市健康増進計画推進委員会を設置することとなった。鎌倉市健康増進計画は実効性のあるものにし、元気な鎌倉市民が一人でも多くなるように期待している。

2 委員・事務局の自己紹介

3 健康福祉部長挨拶

鎌倉市民がいつまでも元気で暮らしていけるように、鎌倉市健康増進計画は、平成 27 年度末までを目標に作成していきたいと考えている。福祉の分野では、以前、福祉部、保健福祉部というものがあつた。今は、健康福祉部となり、健康と福祉が切り離せない形になっている。また、健康が福祉の前に来る形となっており、健康が一番大事であるということが社会の流れとなっている。この委員会を通じ、自分自身も健康に対する意識等の改善を行っていきたいと考えている。宜しくお願い致します。

4 委員長・副委員長の選任

■ 議事

(会議の冒頭で、会議録は要点をまとめ趣旨のみを記載し、委員名は個人名を伏せ「委員」と記載すること(委員長のみ「委員長」と記載)、傍聴を認めること、資料の提供については原則持ち帰りを可とするが、未成熟な内容の資料については、各推進委員会の冒頭で持ち帰りの可否について決定することが確認された。)

1 鎌倉市健康増進推進計画策定の趣旨について

(事務局から「鎌倉市健康増進計画策定」の趣旨について説明)

【質疑等】

(質問・意見はなし)

2 策定スケジュールについて

(事務局から委員会の開催時期、アンケート調査の予定、庁内関連課の長を構成員とする幹事会の設置、市議会への報告時期、パブリックコメントの実施予定時期について説明)

【質疑等】

委員 アンケートは予定している期間で実施できるのか。

事務局 事前に調整を行っているので、予定通り進むと思われる。

委員 回収率はどのくらいを想定しているのか。

事務局 回収率は 30 から 40%を目標としている。ライフステージごとに回収率は変わってくると思うが、母数が 6,100 件と多いので、30%の回収率であっても、件数的には 2,000 件ほどになる。

委員長 アンケートの発送とは別に、アンケートの発送をお願いするような、葉書は送るのか。

事務局 アンケート回答締切日の 5 日前に確認の葉書を発送する。

3 アンケート調査について

(事務局から、10 年前の調査結果と比較を行った上でライフステージに合った現状を把握したいとの考えから、修正や追加をしつつ 8 種類のアンケート案を作成したこと、委員からの意見を踏まえ、設問の表現等を修正したという説明があった。また、「早食いでなくしっかりと咀嚼しているか」という趣旨の設問で、「しっかりと噛む」が「強く噛む」と捉えられないように、「よく噛む」「人と比べて食事の速度が早いか」という表現を用いるのはどうか意見を求めたいとの提案があった)

【質疑等】

委員 アンケートを送る対象はどのように選んだのか。対象者全員に配るのか。

事務局 鎌倉市の中から無作為で抽出した対象者にアンケートを郵送する。

委員長 事務局から提案があった、「早食いでなくしっかりと咀嚼しているか」という趣旨の設問の表現について意見はあるか。

委員 「よく噛んで」という表現を使うことが多い。「ゆっくり噛む」というのは、あまり適切でない表現であると思う。

委員長 それでは「よく噛んで」を採用という形でよいか。

(委員全員からの賛成を得られた)

委員長 フッ素入り歯磨き粉を使っているかという設問があるが、すべての歯磨き粉にフッ素が入っているのか。

委員 市販の物の 90%に入っている。低濃度のフッ素が入った歯磨き粉を毎日続けて使用することが有効だと考えられている。

委員 それでは、殆どの歯磨き粉にフッ素が入っているのであれば、「フッ素入り歯磨き」という表現は必要ないのではないか。

委員 フッ素が害になると考えている方もおり、全ての歯磨き粉にフッ素が入っているわけではない。しかし、市販の歯磨き粉の多くはフッ素が入っており、それを多くの方が使用しているということは、虫歯予防に効果があると認識されてきているものと思う。

委員長 それでは、この設問は残しておいた方がよいのか。

委員 使用してみてフッ素が入っていたという方もいるが、虫歯予防を意識して使用している方もいるので、残した方がよい。

委員 「フッ素入り歯磨き粉の使用」という言葉を設問に入れることで、健康に対して意識してもらいたいと思い、提案した。しかし、健康に対して意識して欲しいという意図が伝わるのかという不安がある。そこで、どのような表現を使ったらいいかお聞きしたい。

委員 フッ素入りの歯磨き粉が市販の 50%しか入っていないのであれば、フッ素入りの歯磨き粉を使用しないで歯磨きをしていた場合、歯磨きをしていないことになってしまう。しかし、実際には、市販の 90%の歯磨き粉にフッ素が入っているのであれば、変な表現ではないと思う。

委員 最近、子育てをしている人の中に、自然育児が流行っており、小さい子どもに対しては、フッ素が入っていない歯磨き粉をあえて使用している人もいる。

委員長 そうすると、この設問の表現では、虫歯予防を聞いていると捉えられない可能性があるかもしれない。虫歯予防のためにフッ素入り歯磨き

粉を使用しているのか、もしくは、健康のために、あえて使用していないのかという二つの意味が考えられる。

委員長 フッ素を使って何か問題があるのか。

委員 かつて、斑状歯のことが問題になったことがある。しかし、現在は有効性の方が大きいと考えられているのではないか。個人的には、低濃度のフッ素であるため、害が発生するという可能性は低いのではないかと考えている。

委員 フッ素が入っていることを意識して使用しているのか、あえてフッ素が入っているものを使用していないのか、この設問は解釈が難しい。

委員 作った方の意図と離れてくることはあるかもしれない。

委員 小さい子がいると、そのような考え方が出てくるかもしれないが、大人の場合には、そうではないかもしれない。

委員 大人の方でも、あえて使用しない人もいるし、フッ素が入っていない歯磨き粉を作っている会社もある。

委員 あまり、この設問は良くないかもしれない。

事務局 回答する方が迷ってしまうことが想定されるので、提案された委員と委員長で相談して判断するというところでどうか。

(委員全員からの賛成を得られた)

(事務局から青年期でも「よく噛んで」という表現を採用するということと、大人を対象とした意見と修正案についての説明があった。また日常の活動量についての設問に対して、仕事で体を動かす人は日常の活動量に入るのかといった問題もあり、意見を求めたいという提案があった。)

委員長 仕事で体を使うかという設問はないのか。

事務局 ない。

委員 OBになった人が家庭菜園などを行っている場合、作業中に歩いたりしているのでは、運動に入ると思う。

委員 仕事では体を使っているか、座っているかという設問はあるのか。

事務局 職業自体を聞く設問はあるが、仕事の内容を聞く設問はない。

委員 職業の欄に農業がないが、年配の方で農業を行っている人は多いと思う。その他の欄に記載すればよいかとも思ったが、その他の欄に農業と記載した場合、日常の活動量に対して、どのように回答すればよいのか。

委員 会社で日常生活の活動量を聞くアンケートをする場合は、一日何歩、歩いているのかという設問の仕方が多い。最終的に、「近くの所に行く時は車ではなく歩いて行きましょう」といったように、啓発・啓蒙で

- きるような設問になっている。今回のアンケートでも、日常の活動量を聞くのであれば、何か啓発・啓蒙できるような設問にしてはどうか。
- 委員長 要するに、体を動かすことが重要ということだと思う。何かよい聞き方はないだろうか。
- 委員 スポーツのような運動とは違った運動で、それが、どのように健康とつながっていくのかと考えた時、仕事で体を動かすかという設問が無いと、例えば畑まで車で行ってしまうという人は運動をしていないということにつながってしまう。
- 事務局 一日に歩く時間を聞く設問があるが、その設問は通勤・家事・買い物を含むという形式になっている。消費カロリーを算出して、通勤等と同等と考えられる簡単な農作業等を追加するというのはどうか。
- 委員 そうすると、歩くという設問は体を動かすという設問に変えた方がいいのではないか。
- 委員 体を動かすという定義を決めておいて、体を動かす時間は一日、どのくらいかという設問にした方が良いと思う。
- 委員長 この設問は、座ったり、寝たりしていないことであればよいということだと思う。立っているだけでも運動になっている。
- 事務局 一日に歩くことも含め体を動かす時間は平均どのくらいかという設問にして、かつこの中に、仕事・通勤・家事・買い物等を含むという設問にしたらどうか。
- 委員 運動について別の形で設問はあるのか。
- 事務局 「汗を流す程度の運動をしているか」という設問が他にある。
- 委員 庭の草むしり等をして、日頃と同じ食事をすると体重が落ちないという経験がある。これは、歩く事よりカロリー消費が少ないということの意味していると考えられるので、簡単な草むしり等は含めない方がよいのではないか。
- 委員長 運動になっていると思う。一つ一つの活動をとっても、消費カロリー等に個人差はあるのだから、全部を同じように捉えることは難しい。体を動かすということが重要なことから、「普段の生活の中で体を動かしているか」ということではどうか。
- 委員 仕事で運動をしている人は、普段の生活の中で運動しているという解釈をしていると思う。そのような人は、あえて習い事等で運動はしていないけれども、運動自体はしているという回答になると思う。設問を修正する前の段階で、日常生活での運動をしているかという設問と、日常生活とは別に運動をしているかという設問を分けている趣旨は何であったのか。

- 事務局 日常生活での運動とは別に、他に何か運動をしているかということを知りたいという趣旨である。
- 委員 日常生活で動くことも重要だが、その他に30分くらいは汗をかいた方が、病気の予防になる。
- 委員 心肺機能を高めるためには、週に3回くらい運動しなければならないというデータがある。週に1、2回であると、心肺機能を維持できるまでに留まるので、週に2回と回答する人と3回と回答する人では心肺機能を高めているか、維持しているかという点でも意味が変わってくる。したがって、もっと元気になるかという意味において、日常生活とは別に運動しているかという設問は意味があり、日常生活の運動については市民がどのくらい運動をしているかという基礎データになると思う。
- 委員 意識的に体を動かしているという設問に対して、意識して体を動かしているという回答をしている回答者が、一日に歩く平均時間の設問には30分未満と回答した場合、意識的に体を動かしているという設問の活かし方はどのようになるのか。
- 委員 二つの設問には相関はないということなのか。
- 事務局 体を動かすという意識を持つということは大切だと感じている。意識しているが、運動をあまりしていないというクロス集計が出た場合には、仕事をしていて運動ができていない人に対して、日常の生活で、例えば階段を使用したり、電車に乗っているときに踵を上げたりするといった具体的な方法を提示して啓発していればと考えている。
- 委員長 設問では体を実際に動かしているかということを知っているのに、選択肢が心がけているとなっているのでは、選択肢が間違っているのではないか。
- 事務局 体を動かすことを意識しているかを知りたいので、設問は、「体を動かすことを意識しているか」にした方がよいか。
- 委員長 実際に体を動かしているかを知った方がよい。選択肢を「体を動かしている」や、「動かしていない」とした方がよい。
- 事務局 このままの設問にするなら、選択肢を意識して体を動かしているに変えた方がよいか。
- 委員 あまり、ややこしくするのはよくない。このままの設問でいいと思う。
- 委員 「意識的」という言葉を抜かした設問にすれば、分かりやすくなると思う。選択肢も、「している」等の表現の方がよい。
- 事務局 質問も、選択肢も簡潔にする方向で作成する。

- 委員 青年期に、ロコモティブシンドロームの設問を聞いて、わかるのだろうか。
- 委員 啓発する事には意味があると思うので、ロコモティブシンドロームの説明を入れるのはどうか。
- 委員 「ロコモティブシンドロームを知っているか」という設問を追加してもいいのではないか。
- 事務局 「ロコモティブシンドロームを知っているか」という設問はある。そこで、最初に説明を入れるのではなく、最後にロコモティブシンドロームの説明を追加したいと思う。
- 委員 ロコモティブシンドロームを知っているのであれば、「予防のために何か心がけているか」という設問を加えた方がいいという趣旨で意見を事前に提示していた。
- 事務局 青年期には「ロコモティブシンドロームを知っているか」という設問しかなく、壮年期・高齢期のアンケートにはロコモティブシンドロームを知っているなら「予防のために何か心がけているか」という設問がある。したがって、青年期にも「予防のために何か心がけているか」という設問を追加してはどうかという意味で修正案を提案した。
- 事務局 壮年期・高齢期と同じように設問を加える。
- 委員 ロコモティブシンドロームの設問の順番を最後の方にして、裏に説明を入れるなど、うまくバランスをとった配置にしてほしい。
- 委員 回答率が低いと極端な人に回答が引っ張られてしまう可能性がある。6年生は回答していないが、6年生の保護者は回答しているといったような、ギャップは取り上げた方が良くと思う。
- 事務局 10年前のアンケートの回収率では青年期の回収率が低くなっている。影響されやすい可能性はある。
- 委員 健康に興味がある人が回答しているので、悪いデータが出てこない。また、自分にとって都合の悪いことは空欄にすることもあるので、回答の空欄をどのように捉えるかといった問題もある。さらに6割くらいの回収率があつた方がよい。
- 事務局 できることはやりたいと考えている。
- 委員 幼年期の対象年齢は、どの程度の幅があるのか。
- 事務局 3歳児健診受診児を対象に700人を抽出している。したがって、3歳児健診時に遡った形になるので、4歳近い子供も含まれてくる。

委員長 アンケート内容については、本日頂いた意見を参考に、委員長、副委員長、事務局で内容を固め、出来上がり次第各委員に配信することとしたい。

(委員全員からの賛成を得られた)

4 その他について

第2回・第3回の委員会の開催日時について決定された。

■閉会

閉会の挨拶

以上