

平成 26 年度 第 2 回鎌倉市健康増進計画推進委員会 議事録

日時：平成 27 年 2 月 9 日（月）19 時から

場所：鎌倉市福祉センター 第 1・第 2 会議室

出席者：委員 12 名、事務局 14 名

欠席者：3 名

傍聴人：1 名

■ 開会

事務局長より、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、傍聴者 1 名への資料提供について説明がなされ、委員全員からの了承が得られた。

■ 議事

傍聴者については、傍聴に際して注意点の説明がなされた。資料の提供については、【資料 1】及び【資料 2】は内容が未成熟であること、【資料 5】は健康増進計画以外の内容記載があることから、精査の必要があるため、後日内容が確定してから提供すること、【資料 1・2・5】以外は持ち帰りが可能であることの説明がなされ、委員全員の同意が得られた。

1 アンケート調査速報について

（事務局から、【資料 1】鎌倉市健康づくりについての意識調査<速報概要版>（案）と【資料 2】アンケート集計データ、【資料 5】アンケート自由記載についての説明があった）

【質疑等】

委員長 資料 1 「鎌倉市健康づくりについての意識調査<速報概要版>（案）」について、まずは 3 歳児保護者、小学校 6 年生とその保護者、中学校 3 年生とその保護者について、何か質問や意見はないか。

委員 P25 の「問 35-1 お子さんと性について、話すことがある方」という設問で、中学校 3 年生の保護者についての説明文章では「男女交際について」が 63.0%、「妊娠出産について」が 39.0%とあり、説明文章と棒グラフと数字が異なっているがどちらが正しいのか。

事務局 棒グラフではなく、説明文章が正しい。

- 委員 P5の問43「子どもの就寝時間について」では、3歳児の就寝時間が非常に遅いことが心配である。小学校6年生と中学校3年生の起床時間も気になる。大人の研究では、平日と休日で起床時間が2時間から3時間ずれた場合には健康状態に影響が出ると言われている。両親の生活スタイルを変えていかないと問題がでてくる。デンマークでは、夜遅くまで光を浴びているような夜型の生活と、女性では乳癌・子宮癌、男性では大腸癌・前立腺癌との関連が指摘されている研究がある。全体として、夜型の生活リズムなので少し心配なアンケート結果だったかと思われる。
- 委員 P10の問6「肥満度について」は、今回（平成26年）の調査方法は前回（平成17年）と出し方が同じなのか。
- 事務局 肥満度については、平成18年度に計算方法が変更されており、現在の計算方法とは異なっている。10年前と比較するには検証が必要である。
- 委員長 次に、青年期・壮年期・高年期について、何か質問や意見はないか。
- 委員 P48の問51「タバコについて」と、P49の問55「飲酒について」は、男女差があると思われるので、男女差の比較をした方がよいと思うがどうか。
- 事務局 男女差があると思われる設問では、現在、性別の違いを集計作業中である。
- 委員長 喫煙率が非常に低いのは、男女の合計で平均しているからではないか。青年期・壮年期は女性の回答率が高いので、より女性の意見が反映されていると思われる。また、青年期・壮年期は健康診査の受診率が低いのではないか。
- 事務局 P30の問6「健康診査の受診状況について」では、職場での健診も含めて聞いているが、健康診査を年に1回以上受けている人が6割では受診率が低いのではないか。
- 委員長 健康診査の受診率が6割と低いのは、女性（専業主婦）の受診率が低いからではないか。会社の健康診断では、受診率は8割以上であると思われるので、健康診査の受診状況についても、男女別にするとよいのではないか。
- 委員 鎌倉市は若者の健康状態が悪いのかとってしまう。アンケートは女性の回答率が高いので、健康状態についても男女別に集計したほうがよいのではないか。
- 委員長 P51の問58「地域活動への参加状況」については、壮年期・高年期ともに参加率が低いので、もっと地域活動への参加があった方がよいと思われる。

男女別の集計後に、問題点と今後の対策とを議論した方がよいのではないか。

次に、資料5の自由記載欄で、何か気づいた点はないか。3歳児の保護者の自由記載欄には、鎌倉市は子供が遊べるスペースが少ないとあるが、そうなのか。

事務局 どちらかという大きな公園はない。小さい公園は住宅の近くにあるが、ボール遊びが自由にできるスペースのある公園となると、近隣市に比べると少ない。

委員長 すぐに公園を増やすことは難しいと思われる。他に気づいた点や意見はないか。

委員 資料5の自由記載欄の回答を、検索しやすいように各分類にまとめて頂けるよう、検討して頂けないか。

委員長 自由記載欄の回答を分野別にまとめて頂きたい。当初はアンケートの回収率を3割と想定していたが、実際は5割以上あり、市民の関心の高さが感じられる。アンケートの回答内容を踏まえて、鎌倉市が実施している健康づくり等について、市民に発信することが重要である。

2 情報発信紙の作成について

(事務局から市民健康課での啓発講座等について情報発信するニュースレターの作成・発行頻度、参考資料として【資料3】静岡県の健康増進事業、【資料4】市民健康課の食育通信についての説明があった)

【質疑等】

委員長 今の説明について、何か質問や意見はないか。「資料4のかまくら食育通信」は、今は発行されていないのか。

事務局 発行していない。

委員 鎌倉市食育クラブでは、親と一緒に離乳食を作り、7か月の赤ちゃんと一緒に食べてもらうという講座を開催した。自宅では離乳食を作ってもあまり食べない赤ちゃんも、その講座では本当によく食べてくれた。また、是非機会を作って頂きたい。

事務局 鎌倉市民に少しでも興味をもって頂けるような内容のものを提供していければと考えている。

委員 子育て世代の食育だけでなく、他の世代においても皆で一緒に食事を作って一緒に食事をする機会があれば、食生活も変わるのではないか。朝食をとるようにすること、夜遅い食事を控えること、昼に身体を動かすと良く眠れる等、体験に繋がると変わってくるのではないかと思

っている。総合的活動を是非お願いしたい。

委員 「ふじ33プログラム」の説明があったが、市民健康課にお願いして実施する体力測定等は参加者にも好評である。特に骨密度測定は人気があり、実施していただきたいと考えているが、鎌倉市には骨密度測定器がない。神奈川県に要請すると、予定が埋まっていて、1年に1回実施することができない。毎年恒例で体力測定と骨密度測定を実施し、個々のデータを取れば、経年の比較もできる。高齢者の体力が伸びていけば、介護保険料も少しは抑えられ、役に立つのではないか。骨密度測定器の確保を是非お願いしたい。

事務局 鎌倉市役所は骨密度測定器を所有しておらず、購入も難しい。骨密度が気になるという市民が非常に多く、要望に添えるように神奈川県国民健康保険団体連合会から、貸出上限まで骨密度測定器の借用を依頼している。地域でのサークル活動や小中学校のお祭りなどから依頼があった際に、職員が骨密度測定の他にも血管年齢測定などの多様な項目の測定も行なっている。鎌倉市は測定したデータを元に保健師や栄養士と一緒に考えながらアドバイスをする事業を行っており、今後も継続していきたいと考えている。

委員長 地域の催し物などで骨密度測定をして、健康維持のために食事や運動をテーマにした事業を実施していくのがよいのではないか。

委員 鎌倉市の薬剤師会で行っている「薬と健康フェアかまくら」では、鎌倉衛生時報で市民に広報し、市民健康課や保健福祉事務所と合同で骨密度測定などを年1回実施している。ニュースレターなどを活用して市民に広く認知して頂けるようにしていきたい。

委員長 健康に関する通信レターのようなものはないのか。

事務局 鎌倉衛生時報は毎月発行しているが、鎌倉市全体の保健事業や健康診断、医師会・歯科医師会・薬剤師会・獣医師会などの情報を発信するものであり、健康に特化した機関誌はない。

委員長 健康情報を発信すれば、市民の意識改革に繋がるのではないか。

委員 青年期の運動不足や食事の偏り、多忙ゆえのストレスを抱えている市民の目に留まる方法があればよいと思う。共働きが多く多忙なのでメールで教えて欲しい等の要望がある。他の媒体で、例えば、メールマガジン等で広報する方法があるとよいと思うが可能なのか。3歳児健診等の小さい子どもの親で青年期に該当する年齢層が集まる機会なども利用して、健康関連の情報発信ができるようになるとうよいのではないか。

委員 ストレスの解消方法の1つとして、興味のあることを一生懸命しても

らうという対処方法もあるが、まずは、朝食をとる、しっかり睡眠をとるなど、自分で行動・体験することが大切である。今まで参加できなかった方、参加しなかった方に参加してもらう方法を考えなくてはならない。多くの鎌倉市民に広報するために駅の掲示版やインターネットなどを上手く利用するのもよいのではないか。

委員長 多くの鎌倉市民に見てもらえないと意味がないので、実際の行動に繋げる努力をしなければいけない。通信レターも含め、メールマガジン、駅での広報と多様な方法がある。今後検討する必要があるのではないか。

3 その他について

鎌倉歩け歩け協会所属の委員から、アメリカで生まれた「歩育」について紹介があった。小冊子「歩育のすすめ」とパンフレット「歩いて育む子どもの成長」を配布した。「歩育」について、委員から次のとおり説明があった。

委員 近年、生活習慣病予防対策として、また、脳の活性化を促すことから高齢者の健康保持対策として、散歩やウォーキングがブームとなっていることから示されるように、歩行体験の奨励と普及は、公共の福祉増進に資するものです。子どもの健全育成のためにも、これを「歩育」という教育的視点で、国ぐるみ・地域ぐるみで取り組み、積極的な官民連携、学校・家庭の協働のもとで、大人社会の責任として、子どもたちに自然や社会に触れる豊かな歩行体験の機会を、総合的かつ計画的に提供する必要があると考えます。親子で歩く習慣化を通し「たくましく生きていく子ども」を育てる出発点と考えます。

4 次回開催日時について

平成27年度第3回の委員会の開催日時について、3月24日（火）午後7時から、場所は市役所本庁舎2階の協議会室に決定された。

■閉会

閉会の挨拶

以上