

## 令和3年度第2回鎌倉市健康づくり計画推進委員会進行

令和4年3月29日（火）

15時00分開会

オンラインにて

### 事務局

定刻になりましたので、始めさせていただきます。皆さまこんにちは。市民健康課長の石黒でございます。本日はお忙しい中お集まりいただきまして、ありがとうございます。

ただいま委員1名がこちらに向かっているとの連絡が入っています。ただいまの出席者は11名で、過半数を超えておりますので、本推進委員会条例施行規則第3条第2項の規定により会議は成立しておりますことをご報告いたします。なお、1名の委員からはご欠席との連絡を受けております。

また、今回の委員会に関して、事前に傍聴希望者の募集を行っておりますが、希望者はいなかったことを報告させていただきます。

続いて、画面をご覧ください。市の関連課で構成されている、鎌倉市健康づくり計画推進委員会幹事課が10課ございます。本日の会議には出席しておりませんが、本会議開催前に幹事会を開催し、庁内での連携を図っております。

また、本日事務局の市民健康課職員が6名出席しております。

事前に送付した名簿を参照いただければと思いますので、紹介は省略させていただきます。

この後の進行を委員長にお願いしたいと思います。よろしくお願いいたします。

### 委員長

ただ今より、令和3年度第2回鎌倉市健康づくり計画推進委員会を開会いたします。

皆様お忙しい時間にご参集いただきましてありがとうございます。まだ新型コロナウイルスの影響でまん延防止等の解除は行われたわけなんですけど、まだまだ感染者の数で見ると、減少傾向が緩やかだということでもまだまだ影響はあるのかなと思います。今年度も対面での実施はなかなか難しい状況があったのではないかと思います。早速、本日の議題の方に入りたいと思います。

次第に従い、議題（1）令和4年度以降の計画進捗管理の方法について、事務局から説明をお願いします。

### 事務局

事前にお送りしております資料1、資料2をご用意ください。

・【資料1】は3枚組でございます。

1枚目が新規開始になった取り組み事業

2枚目が廃止となった取り組み事業  
3枚目が特記事項  
・【資料2】モニタリング項目一覧案  
をご用意ください。

それでは議題1の説明に移らせていただきます。

毎年第1回目の委員会において、昨年度の実績報告及び来年度の取組予定について、ご報告しております。これは、計画の進捗管理をするためのもので、それがゆくゆくは健康づくり計画の121ページ以降にあります指標の達成につながるようにとのことで、行っているものです。

計画の策定時は無作為抽出のアンケートを実施しておりまして、その結果数値に基づいて計画121ページ以降の指標の目標値を設定しています。本来であれば、その数値の経年変化の確認をもって進捗管理とできるとよいのですが、毎年無作為抽出のアンケートを実施することは予算の関係上難しいこともあり、これまでは事業実施のとりまとめをもって、計画の進捗管理としておりました。しかし、必ずしも事業実施の実績と指標とがイコールでむすびついてはいかないことや、実施事業が多いことで全体を通しての課題が見えにくくなっていることから、とりまとめ方法の変更を考えております。

具体的な変更内容ですが、まず、どのような事業を行っているか、全体の把握が必要と考えていることから、様式を簡素化した形にて、とりまとめをいたします。

今回、最新のデータとして、令和2年度の事業実績を取りまとめていますので、次年度はそこから、変更になった部分のみ、とりまとめを行います。具体的には資料1、1枚目の新規開始になった取り組み事業、資料1、2枚目の廃止になった取り組み事業、3枚目の特記事項です。

また、事業のとりまとめに加えて、指標に近い数値のモニタリングを考えています。

【資料2】はモニタリング項目案です。

こちらは健康づくり計画と食育推進計画の指標を合わせた内容となっております。分野のところに「食育」と記載があるものは食育推進計画のモニタリングとして使用しようと考えている数値です。それ以外のところが健康づくり計画のモニタリングの項目です。

幼児健診や成人健診の間診票からわかることや、学力・学習状況調査結果などをモニタリング項目としています。

ただいまご説明いたしましたこれらの方法で、現状における課題を見えやすくし、事業の見直しや今後の方針に役立てたいと考えています。

以上で説明を終わります。

## 委員長

まず資料1の方は、まだ実際には具体的な事業というのは決まっていなくて、これから令和4年度に入りましてから具体的にその事業のお取りまとめを行うということで、現状ではまだ具体的なものが資料としてはないということですね。前回もたくさんの方の事業について報告していただいたんですが、副委員長からも、法定で決められたものとそうじゃない任意の事業と分けて、優先順位をつけたらいいんじゃないかという提案も受けて、少し整理をしていくという方向性になっているようです。最初の資料1の方はまだ具体的にどういう事業か決まってないということでそれぞれの先ほど言った関連課とも協議して決めていくと伺っております。

それから資料2の方のそれぞれのこれは多分国の方で指定された検診等ですね、やはり法定で決められたものを中心としてここに述べられているものですが、それぞれの事業についての現状値と、目標値、それから、現状値は令和2年のものということで一応参考のために今載せているということですが、こちらの資料については何か委員の先生方からご意見ご質問等ございますでしょうか。ございましたらマイクでご意見等述べていただけたらと思いますが、よろしいですか。

## 委員

いくつか質問がありまして、まず現状値に対して目標値が抽象的なものと具体的なものがあって、例えば、増加傾向、減少傾向、具体的な数字でパーセンテージで出しているものがあると思うんですが、これは国の書いているものがこういった表記だからそれにならっているという認識で良いでしょうか。

## 事務局

事務局の方で、例えばがんなら本計画上の計画の目標値があったり、特定健診については他課で計画を立てて進めていますので、他の計画でもう数値が明確化されている部分はなるべくその数値を入れるようにします。

それ以外も数値で示した方がいいのか、例えば極端な言い方をすれば多分100%というところになりますが、なかなか難しいということで、全部が全部統一されて数字を出しているわけではない状況です。

## 委員

ありがとうございます。この中で、おそらく目標を大きく上回っているグッドなポイント、例えば、子ども期のハードの部門については鎌倉市については、今日よりも現時点において上をいって素晴らしいなと思っております。ただその中で、例えば特定健診の受診率ですとか、例えば肺がん検診の受診率については若干低い傾向にあるのかなあと思っていて、例えばこれらの改善の伸びしろのあるところをスコープに次年度の計画を立てても良いと思いましたが、いかがでしょうか。

## 事務局

そういったところは令和4年度以降それぞれの検診の事業の中で、受診率が向上するよというということで、こういった形で勧奨していくかを検討しているところでございます。

## 委員

おそらく特定健診について言うと、40歳以上の方をターゲットに今国がやっているものであり、生活習慣病予防に繋がる施策ですので、一つ、例えば鎌倉市においてその特定健診保健指導の対象者になる人たちを、早期の20代30代の方を対象に健康に関する施策を実施して、将来的な特定保健指導の対象となる人は増やさないとか、実際に特定保健指導になってしまった方については指導をきちんと受けていただくというようなサポートもされると非常にいいのかなと思っていて、特定保健指導に関して言うと国が2023年度までにある一定ラインの目標値を掲げていておそらく鎌倉市もこの数値に沿って展開していると思いますので、国の動きに沿った形で特定保健指導、特定健診も実施されると良いのではないかと思います。

全体的におそらく生活習慣病予防に携わっていると、その下の食育ですとか、やせ肥満の傾向ですとか、朝食欠食ですとか生活習慣に関わる全ての取り組みがうまく通り立って市民の方にもコミュニケーションできるのかなというふうに感じましたので、ご検討いただけますと幸いです。

私からは以上です。

## 事務局

40歳未満の方については我々も昔からやはりそこからが大事だよということ、鎌倉の場合、平成20年くらいからキット検診と郵送検診を導入しています。そのキット検診を受診した方の中でやはり生活習慣の改善か予備軍のような形を別のプログラムを作ってそちらの方に参加を促すというような仕組みは作っているのですが、キット検診の受診率が異様に低く、今まで自己負担額も健診の委託単価に比べてちょっと高めに設定されていたということもありまして、令和4年度は2,000円だったものを1,000円に値下げをすることで、受けやすくしていこうと思っています。

やはりキット検診では、正常じゃない方の率がすごく高くて、ただどうしても女性のやせなども拾ってしまう関係で、どうしても正常じゃない方の割合は結構高くなっています。

## 委員長

ありがとうございます

なかなか自己負担分を少なくするというので、少し経済的なお得と言うのでしょうか、そういったものを強調して出すと普通の人はやはり損をしないよ

うに行動する、所謂行動経済学的な考え方もありますので、少しそういうものを取り込みながら導入できるといいですね。あとはがん検診の受診券などは、受診票を葉書とかで送付などしているということでしょうか。

## 事務局

はい。対象者全員に受診券を送付してその中のいろいろな同封物の中で、先生言われたように、本当はこのくらいかかるけど、このくらいで受けられますというものを入れたり、あと去年は、保険年金課の方で受診勧奨をするのにAIを使ったタイプ別のはがきを用意して、未受診者の方にはパターンに分けて送ったりして、今まだその結果は出ておらずまとまっていないので、確認はしてないんですけども、なるべくお金をかけないでできることはいろいろと取り組んではいるんですが、本当にかん検診などの受診率はどうしても上がってこないです。そういう意味では今回のワクチンも全国的なシステムで動いていますし、あと風疹の第5期が、どこで受けてもちゃんとできるような集合契約ができたりしてきているので、本当は特定健診とかがん検診も何かそういう仕組みに組み入れてもらえると、恐らくもっと各自治体できちんとした数値が出てくるのかなと思うんですけど、なかなかそうは進んでいないという印象です。

## 委員長

今の件で他に、ご意見等ございますでしょうか？

## 委員

すみません質問よろしいですか。

私の認識違いだったら大変恐縮なんですけれども、肺がんの検診の受診率の母数について質問なんですけど、例えば、他の健康保険組合事業所などで既に加算して、もう実施しているのでこちらは受けてない方っていうのもいらっしやるのかなと思ったんですけど、いかがでしょうか。

## 事務局

はい。今おっしゃっていただいた通りで、国保の人だけではなく社保の人たちも全部対象年齢の方は入っています。ただすごく難しいのが、国保と社保の出入りがものすごく多く、1ヶ月の出入りでもすごい数があるんですね。市町村によっては国保の方だけに送っているというところもあるんですけど、今のところ鎌倉の場合は対象者全員に送っていて今母数はどうしてもそうになってしまうということです。

## 委員

おそらく今後女性の活躍推進などで国保ではなく事業所の健保に加入している方が増える傾向が強いと思っていて、これは鎌倉市だけではなく国の仕組みとして今はマイナンバーを活用してデータを連携するという仕組みも展開され

ているので、そこがうまく機能することで、特定保健指導の受診含めて全部解決していくのかなと思うんですが、その認識があってますでしょうか。

## 事務局

はい。ちょうど、マイナンバーを活用した健診情報については、ちょうど今年度システム改修しまして、来年度から運用が開始されるはずですが。ただその情報連携の方法というのが、まだすごく限定されているので、実際に各市町村の国保の特定健診の受診率にすぐ反映してくるのかということ、ちょっと使い方が違うような気はしています。どちらかということ、転出した先で、その前年度の健診で、例えばがん検診に引っかかっていますよ、精密検査になっていますよというような情報を転出先の市町村が見ようと思えば見ることができる。今のところはそういった連携の仕方に限定される感じですね。

## 委員長

マイナンバーの方はこれからのことです。実際にマイナンバーとの連携は保険証など部分的には行われているのですが、まだ人数的にはすごく少ないということで、実用的な段階になるまではもう少し時間かかりそうということです。とりあえず AI を使ってターゲットを絞った葉書の案内をした結果をまた見てみたいと思います。

他にございますか。

## 委員

モニタリングを実施していくということなのですが、このモニタリングの元となるのは、資料2の、現状値の出典というところに書かれているところからモニタリングしていくということでしょうか。

## 事務局

はい。その通りです。出典の方に書かれているところから数字を引っ張ってくるということになりまして、具体的にこの現状値のところで参考値と書いているものいくつかあると思うのですが、こちらについてはこの策定時に引っ張ってきている数値と、この現状値で出している数値は、出し方が異なっているものを参考値として出していますので、そこは単純比較はできないかなと考えてはいますけれども、それ以外のところは、比較をしながら見ることができるということで出しています。

## 委員

モニタリング項目一覧案とあるんですけど、ここは先ほど法令に基づいて項目を抽出していますということだったんですけど、食事とか運動とか、喫煙飲酒については一通りあるんですけど、市の方では睡眠に関してはどのようにお考えになっているのかと思ひまして。うちの会社では睡眠が問題になって、睡

眠の状況を改善したいという社員からも話が出てたりするので、市では睡眠に関するどのような目標あるいは指標とかがあれば教えていただければと思います。

## 事務局

こちら2ページ目の方にあります真ん中の辺りで、休養という分野がありまして、その中で、週に6~7日すっきり目覚める人の割合というものを一つ挙げています。こちらの数値は、健診票から算出したものです。

実際の指標ですと、週に6~7日朝すっきり目覚める人の割合に加えて、気分障害不安障害に相当する心理的苦痛を感じている人の割合という項目が一つ上がっていますけれども、睡眠については、その他にはあげてないです。

## 委員

わかりました。睡眠というよりはメンタル的なところに置いているということですね。

## 委員

睡眠について補足させていただきますと、国の流れで食事運動喫煙に加えて睡眠というものが指標の中に入ってきております。鎌倉市においては具体的な数値はない状態なんですけど、例えば、睡眠時無呼吸症候群を生まれ持ってですとか体格的な問題で発症して、夜寝てる間に息ができない状態で、睡眠の質が下がるということで、トラック協会などは必ずSAS検査というものを必須として実施することとなっております。

ですので目標の指標としましては、おそらく実施していると思うんですが、車の事業所についてはそれを必ず実施させるですとか、あと睡眠教育に関して、私も1回研究してみたんですけども、睡眠教育をやった後と前では睡眠の質についてその有意差が現れるというものも出ています。

睡眠に関して非常に皆さん身近であり、睡眠は知識があれば技術で改善できるものでもありますので、そういったセミナーみたいなものを、興味関心のある方に向けてイベントなどで実施されるのもいいのかなと思っております。私が今所属しているところでスタンフォードの西野先生を呼んで睡眠教育をやったところ、非常に良い結果が出ました。コネクションもありますので、イベント等実施したい場合はお声掛けいただけると幸いです。

## 委員

ぜひ別途ご相談させていただきたいなと思いますので、よろしく願いいたします。各自無呼吸症候群とか、そういう病気について理解、関心を持ってもらうということで、健康に関する何かしらを周知する機会があったときに、市民向けに例えば昼間の眠気がすごいとか、あるいはいびきがひどいってことで、場合によっては睡眠時無呼吸ということも考えなくちゃいけないという、病気

についての啓発で市民の関心を盛り立ててから具体的に教室や講演会をやっていくということでもいいかと思います。

### **委員長**

事務局から睡眠について何かございますか。

### **事務局**

特にはないです。

### **委員長**

他に質問等ありますか

### **委員**

今の睡眠に関する事なんですけども、やはり学校の方でも、子供たちのゲームやスマホなどがかなり長い時間やられている状況というのも市内でもよく聞かれていますので、そのあたりもモニタリングをしていただいて、今後の健康づくりに関しても繋げていきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。

### **委員長**

はい、子供の睡眠ということではいわゆるゲームとかですね、そういうのに熱中しすぎて睡眠時間が短くなってしまうというケースもあるんじゃないかということで、大人だけじゃなくて子供の睡眠ということについても、ご提言いただきました。

### **委員長**

では、議題（２）効果的な情報発信の方法について事務局から説明をお願いします。

### **事務局**

資料３をご覧ください。

前回の委員会におきましても、情報発信が課題であり、色々な事業をやってはいるけれど必要な人に届いていないのではないかというご指摘がありました。

これを受け、まずできるところから、ホームページの整理を行いたいと考えています。

資料３をご覧ください。現在もホームページ内で様々な健康情報を発信していますが、あちこちのページにちらばっており、高齢者だったり成人だったり、妊婦さんだったり自身で掘り下げていかないと情報を得ることができないという状態になっています。それらにつながるリンクを１か所にまとめ、資料３のような形に変更するという事を考えています。ただ、まとめますとどうし



でも情報が多くなりますので、毎月のトピックスというような形で、特に読んでもらいたい記事が上にくるようにすることで、定期的に閲覧してもらえようようにしたいと考えています。具体的には4月以降に作業に取り掛かりまして、次回の委員会でご報告したいと考えています。以上です。

## 委員長

ただいまの鎌倉市のホームページですね、健康づくりのためのお役立ち情報ということで、これに対して、委員の先生方から何かご意見、ご質問ございませんでしょうか？

## 委員

私の方からは2点質問がありまして、おそらくそのホームページについて、これは大体1日にどのくらい人数が訪問しているのかですとか、PVですねどのくらい見られているのかについて、例えばホームページを改善した後どれくらい、要は訪問して欲しいのか、それとも本数は見ないで、正しくその情報にたどり着ければいい、などの何かそのホームページの方針みたいなのを教えていただければと思います。

## 事務局

今事務局の方では閲覧数などは確認しておりませんでした。数値は出てくると思いますので、確認をしてみたいと思います。

## 委員長

おそらく昨今のインターネットの傾向として、ホームページというものはSNS、例えばツイッターですとかFacebookからの要は着地先であるというものが非常に強いです。例えば欲しい情報を自らがその取りに行くっていうものは、少ないのかなということで、例えばこれをKPIとして、元違うところから何百に増やしましょうみたいな形で、その設計するとなかなか難しい状況になるのかなと思います。例えばゴール設定については、その正しい情報を正しく着地できるようにするですとか、あとその情報に対しての流入経路については、SNS、例えば市長に発信いただくとか、広報の方でうまくURLを記載して発信いただくみたいな形で連携されないと、おそらくいい情報があってもうまく活用されにくいという現状がありますので、ぜひうまく横連携を進めていただければと思います。

それから、高齢者の方も最近はスマホでインターネットアクセスされている方も多いと思うんですが、なかなか70歳以上のご高齢の方ではそうではない方もおられるかと思っておりますので、従来の紙媒体の方も、両方使っていただいて、ネットに所属されていない人等のことも少し考えておいていただけたらと思います。

他に、委員の先生方からございますか。

## 委員

健康情報はたくさんあるので、鎌倉市で特別なものを作る必要はなくて、例えば健康情報 21 などに載っている情報はすごくしっかりしているので、良いものは市民に紹介するという形でいいと思います。

一方で、鎌倉市独自のものは、少し PR も兼ねてもいいと思うので、載せてもいいと思うんですね。例えば、ここのウォーキングが楽しかったでもいいと思うし、こういうところでこういう健康検診を受けられるのでぜひ受診してくださいでもいいし、そのあたりは工夫が必要なのかなと思いましたね。

そこに行くとその情報を得られて全て終わるんじゃなくて、それをもっているようなコミュニケーションツールになるような形にしていくといいのかなということと、もう一つはいろんな活動があるのでその際にも、どういう情報を入れたらいいのか、どういう活動が必要じゃなかったのか、アンケート調査などで活動しながらキャッチアップしていくのがいいのではと思いました。

## 委員長

これは今の鎌倉市のホームページの中で作っていくと思いますので、ホームページを完全に作り直すっていうところまではいかないのかなあと思います。予算の関係もあると思いますね。

できるだけ参加した市民の声とかそういうのも入れていって、事業への参加を促すなどして、一般的な健康の知識というのは信頼できるホームページ、医療情報で比較的信頼できるものもありますので、リンクを貼っておくということだけでもいいのかなということ、工夫が必要ということですね。この辺りが次回の来年度 1 回目のときに、既に完成している感じでしょうか。

## 事務局

はい。来年度の 1 回目のときには、資料 3 にあるような窓口になるページはもう完成している予定ですがけれども、また随時更新をしていく予定ですので、とりあえず形を作って、そこからまたご意見いただきながら修正という形でいきたいと考えています。

## 委員

質問なのですが、私は税に関しては素人なのですが、人が何か行動するときにはその教育が重要であるっていうのと、インセンティブとペナルティというのが非常に動きやすいというものがあります。例えば、今我々がその掲げている健康に対する目標値を達成するために、例えば健康診断の受診状況ですとか、掲げているものに対して、達成した人たちに対してインセンティブといった形で、例えば鎌倉市の住民税が若干安くなるですとか、私達市民ですし、税金が安くなったらちょっと嬉しいなですとか、みんなの興味関心が非常に集まりやすいついていった傾向があるのかなと思いました。

そういったものを鎌倉市としてちょっと実際にやるかはすごく大きな話となりますので、まずそもそもできるのか、できるのであればどうやったらできるのかみたいなところについて何か皆さんの意見を聞かせていただければと思います。

## 事務局

やはり特定健診の受診率が上がらないというところで、本当にこの制度が始まったときから、いろんなところで議論がされていますが、現時点では保険料に反映させたりすることが、制約でできないとなっていたはずですが。

おそらく保険料というインセンティブを与えることが一番受診に結びつくし、保健指導にも積極的に参加していただけるんではないかというのはどこの現場も感じているんですが、なかなかそれが制度上許されないのが、当時はお米、旅行券など、金額的に大きなものを受診者の中から抽選でプレゼントというようなものを全国各地でやっていたのですが、それもどうやら問題があったようで、そういう動きが今ちょっと沈静化されているので、会計検査などで注意があったのかなと思います。

あまり大きなものはないんですが、鎌倉でも受けていただいた方には ICT 活用したスマホのアプリ内でポイントを付加してあげるとか、スタンプを集めて、小さな景品みたいなものをプレゼントする程度にとどまっているところで、制度上の壁もあります。

## 委員

ぜひその点から考えていただきたいことは、例えばがん検診に関しては、ものすごく気にして、詳細にがん検診をする人もいる一方で、全然受けない人がいるじゃないですか。そうすると、やはり我々が考えなきゃいけないのはその、無関心な人の方です。全然受けない人とか、例えば自営業なんかで、受ける暇もないような人もいるかもしれませんけど、そういう人たちに光を当てるっていうのはすごく重要です。一方でやりすぎの人をどんどん促すようなやり方をしていると、インセンティブはうちもやっているのですが、本来の我々の活動とすると、なかなか光が当たらない人にちゃんと光を当てた上で、平等性を担保するってことを考えないとずれていくのかなと思いますので、その点ぜひご検討いただきたいです。

## 委員長

ありがとうございます。ふるさと納税も自治体によって問題があったりしたと思うんですけども、確かに今おっしゃられたように、なかなかアクセスができてにくい人もターゲットとして考えていかななくてはいけないということで、時間的にアクセスが難しいというような人に対して、どのような検診のサービスをしていくかということも含めて、広く検討した方がいいと思います。

では、事務局の浦山さんの方から今後の予定などについてお話しをお願いします。

## **事務局**

来年度は引き続き感染状況を踏まえつつも、教室・イベント実施について、可能な範囲で取り組んでいきたいと考えています。委員さんにもまたご協力いただくことがあるかと思ひます、どうぞよろしくお願ひいたします。

加えて、健康づくりの運動分野の方になりますが、前回の委員会でもお話しにあがりましたが、鎌倉市の事業で「古都をトコトコ鎌倉健康歩イント」というものがあります。アプリを使って歩いていただくとポイントが貯まるというものですが、20歳以上の鎌倉市民の方が使えるものでして、現在登録者が2月末時点で1913人で、定着率（登録後の継続した利用率）も74%前後と高くなっております。登録者を今後もさらに伸ばしていきたいと考えておひまして、4月以降に新たに周知用のチラシを作成しますので、関係各所に配布したいと考えています。具体的に30～60代くらいの方に多く見ていただけるようにこちらで配布していきたいと思ひておひます。

これまでも医師会さん、歯科医師会さん、薬剤師会さんには色々な周知などで各医療機関にも配布させていただいたりという経緯がありましたので、新しいチラシも全医療機関に配付できるよう、事務局の方でも配布させていただきたいと考えています。イベントでしたり、配布できる場所がありましたらご連絡いただければ郵送させていただきます。また、追記をお声掛けいただければと思ひます。また、皆様ご所属の中で、コロナ禍において工夫されて何か取り組んでいらっしゃる事やご苦勞されているところですか、令和4年度の取り組み予定など共有できることがあればぜひ今日教えていただければと思ひておひますので、ぜひよろしくお願ひいたします。

## **古屋委員長**

具体的な部数などはメールでの連絡でよいでしょうか。

## **事務局**

医師会さん、歯科医師会さん、薬剤師会さんの数は大体こちらで把握ができていますので、それ以外のイベントや、どこかで配布ができる場所があればメールなどでご連絡いただくと助かります。

## **委員長**

今の件に関して質問など何かございますか。

## **委員**

これは市役所の中では既に連携されていて、例えば図書館さんですか運動

施設にも置かれているのでしょうか。

## 事務局

こちらのキャンペーンの3月のチラシについては部数が少なかったので、それほど多くのところにまだ配られていないのが現状です。

4月以降に出来上がるチラシについては、かなりの多くの枚数が出来上がってきますので、こちらは市内の関係各所で図書館や、体育館などの広い範囲で置かせていただく予定でいます。

## 委員長

すごくいいと思います。

おそらく市民が集まるところに集中して置いて、もし可能であれば説明するイベントもあわせて実施すると登録サポートにも繋がるのかなと思いました。

おそらく商工会に加入していると事業所の方に商工会からよくチラシが届くんですけれども、そういった形でダイレクトにそのユーザーに届けるっていうのでしょうか、うまくその連携を取ってもらえると、その下に従業員の方々がいらっしゃいますので多くの方に知ってもらえると思います。鎌倉市は非常に美容院や飲食店も多くてですね、そういった方にも知ってもらい良いきっかけに繋がりますので、ぜひ商工会と連携をとって展開されるといいのかなと思います。

最後に、それぞれのご所属の中での取り組み状況、コロナ禍において工夫されている点、苦慮されている点や課題、今後の取り組み予定など共有できることがありましたら、お話いただける範囲で、ご紹介をお願いしてもよろしいでしょうか。

## 委員

最初の人に申し上げたんですけれども、歩くということがいいことだということややってるんですけれども、もう一定のインセンティブをつけてポイントを稼いだりというのは、あまり賛成ではないんですよ。歩くことが目的ではないから、目的のために歩くんであって目的を作る方が大切ではないかというようなことを言っています。

鎌倉は観光地としても有名です、見るべきところもたくさんあります。

そこに行けば面白い、ここに行けばこんなことがあるんだよ、いい景色があるんだよっていうようなことがあれば、誰も言わなくても歩いてそこに行くわけですよ。

歩くために歩くって、行くためにあるということの方が重要ではないかなと、前回は申し上げましたけれども、そんなふうに考えております。

## 委員長

はい、ありがとうございます。NHKのテレビドラマで鎌倉殿の13人も始ま

っています。鎌倉市の人にはもう既に史跡とかはご存知の方が多いのかもしれないんですが改めて関心を持っていただいてそういう史跡の方にも行っていただくというふうな形でいいのかなと思うんですけども、どうでしょうか。

## 委員

お寺にいけば、そこがどんな歴史のあるところなのかがわかります。

テレビドラマの影響で関心も高まっていますので、歩きながら鎌倉の歴史を楽しんでもらうと、自然と歩数も増えると思います。

## 委員長

ありがとうございます。次の委員をお願いします。

## 委員

学校の方でも、先ほど食という話も出ましたが、毎日栄養士からももぐもぐだよりというもので子供たちに伝えていることがあります。行事食についてそのいわれについてや、鎌倉市の地場産の食材の紹介、鎌倉市の関谷地区で作ったものを出していますよとかいうことで興味づけたり、また、ゆっくりよく噛んで食べようっていうことがモニタリングの方にありましたけども、ゆっくりとか、よく噛んで食べることの良さ、体のケアの健康にいいことなどは頭の働きにもいいんだよっていうことも子供たちの方にも伝えて、興味づけています。

やはりイベント的にやるよりも、毎日その大切さについて伝えていくということが、子供たちにとってはよく理解しやすく、それからまた今後も良い方向に繋がっていくというふうに思っておりますので、今後もこのような活動をずっと続けていきたいと思っております。

## 委員長

ありがとうございます。次の委員、いかがでしょうか。

## 委員

私共は今、職域ワクチンを2回目の接種から7ヶ月後ということで5月に計画してまして、バタバタしております。

今年については先ほどお話していた食事とか運動喫煙、歯の手入れ、睡眠、飲酒、こちらの6項目について、重点的に取り組んでいます。喫煙については、従業員約2500人いるのですが、ようやく10%を切り、8.5%ぐらいでほとんど禁煙化してきています。実際事業所の中は今の就業時間内禁煙ということで、就業時間は全て喫煙できないということで去年から進めています。

やはり食事、運動、喫煙、歯の手入れ、睡眠飲酒とあるのですが、これを習慣に変える、そのきっかけ作りをどうやっていけばよいかっていうことで、毎月定期的にフォローをするなど、定着させる取り組みというのが令和4年度の課題になるのかなというふうに考えています。

はい、以上です。

### **委員長**

次の委員、いかがでしょうか。

### **委員**

医師会として今はコロナワクチンの接種のことばかりで、ほとんどそれしかやってないんですけども、感じたことはやはり情報発信について4月以降、ホームページも新しくなるということで、高齢者の方、意識ある方は結構見たりしているのですが、やはりそれ以外の方とか、無関心な方が若者でも一定数は多分いらっしゃると思いますので、そういう人たちに、関心や意識を持ってもらえるようなものを作っていたらなどは思います。

### **委員長**

次の委員、お願いいたします。

### **委員**

歯科医師会でも毎年歯科保健啓発活動として年2回無料歯科相談会という形でイベントを開催していたんですが、コロナ禍で開催中止ということになりまして、本年度も開催難しいのではということと中止を予定しております。

なかなか市民の方に歯科保健の啓発がうまくいっていないというのが現状で、地域の広報誌などを使って、啓発活動を今後考えておりますので、皆様よろしくお願いいたします。

先ほどお話があった睡眠に関しては歯科でも、歯ぎしりなどに繋がっていった様々な分野でちょっと問題になってきているのだなというふうに思いました。ありがとうございました。

### **委員長**

次の委員、いかがでしょうか。

### **委員**

私は会社で健康経営銘柄の推進を担当しておりまして、3月9日に経済産業省から健康経営銘柄選定された企業50社が発表されたのですが、所属する企業も銘柄に選定をされました。健康経営の仕組みというものは、経済産業省が非常に強く推進していて、鎌倉市もちょうど健康経営優良法人というものを今年認定されまして、今日このミーティングの前にご担当の方に、次は健康経営優良法人の上のものを目指そうじゃないかという話をしてきました。もし可能であればその健康経営という座組を活用して商工会の方ですとか商工課の方ですとか、ちょっと少しご担当がずれるかもしれないんですが、うまくその鎌倉市全体がその国の仕組みに沿って健康になるような、コミュニケーションを、

個人としてはサポートしていきたいなと思っております。健康に関する施策会社側の施策としては、先日きちんと明記して健康診断受診率と特定保健指導に行って23年度までの完了率を55%っていうものを会社のホームページにも掲載しまして、それをKPIとして改善に向けて推進をしていくという予定です。おそらくその国の流れに沿った目標となっておりますので、それらの知見を活用してまた鎌倉市の方にも反映していけたらいいなと思っておりますので、また引き続きどうぞよろしくお願いいたします。

## 委員長

ありがとうございます。市役所がまず最初に実践して、それから市民というふうな流れですかね。過去にも尼崎市とか大阪の方なんですけど市役所から始めたような例もありますので、ぜひ協力していただけたらと思います。

次の委員、いかがですか。

## 委員

保健所の方はご存知の通り今ちょっとコロナが中心となっている状況なのですが、健康づくりに関してはダイレクトに多くの市民の方の健康づくりというよりは、市役所の保健師さんとか各課の方と連絡をしながら業務を行っているものが多いかなと思います。保健所の方も保健師とか歯科医師、歯科衛生師、管理栄養士もおりますので難病とか精神とか少し特殊な病気の方も多いかと思いますが、そういう方の健康づくりには関わっているかなというふうに思っております。

また間接的にもがん検診の受診率アップとかにも絡んでおりますので、保健所の役割を自分の中でどういうふうにこの会議の中と照らし合わせながら行っていければなと考えながら参加しております。

## 委員長

どうもありがとうございました。次の委員、よろしくお願いいたします。

## 委員

薬剤師会は、医師会の先生方と今ワクチンの接種に注力しているところです。

店舗においては、国の方が無料検査のパッケージの抗原検査を実施しております。今、うちの店舗では1日に3、4件検査を受けているような状況です。今月の31日で無料検査は終わるのですが、体調が少しおかしいなと思われた方は、発熱外来の方に行っていただいて、そうではなくて例えばワクチン、コロナ罹患後、職場に戻るときなどに抗原検査を利用していただければと思っております。各薬局さんに置いてある店舗には、検査キットの方がまだありますので活用していただければと思っております。

## 委員長



はい、ありがとうございます。次の委員、お願いします。

### **委員**

私は最近ウォーキングをしまして、大体1日平均10キロぐらいは歩いています。だけど体重は減らないんですよね。体力がついた感じはします。

それから参考になるかどうかかわからないですが、プリズムという研究がちょうど終わったところで、糖尿病患者向けにIoTを使いながら、どのように健康を改善していくかという研究です。参考までに皆さんにチャットで共有したいと思います。(http://prism-j.umin.jp/index.html)

以上です。

### **委員長**

今、委員からチャットの方で、URLを送っていただきました。糖尿病重症化予防IoTを活用した研究ということで、ぜひそちらも後でご覧になっていただけたらと思います。

### **委員**

ちなみにこちらは七福神ソフトというアプリで行います。

それを使いながら、いろんなコミュニケーションをとりながら健康改善を行う研究です。

ぜひご参照ください。

### **委員長**

はい。今チャットの方にも出ていますので、後でまたご覧になっていただけたらと思います。

そうしましたら次の委員いかがでしょうか。

### **委員**

栄養士会なんですけれども、従来は社会福祉協議会が福祉センターで毎年9月やっていた福祉まつりの中にブースを設けて、食育の啓蒙的なことをしていたのですが、コロナ禍でそれができなくなって今に至っています。

ただ、単独でなかなか事業やイベントを起こすのは難しいので、この会を通じて教えていただいた鎌倉市健康づくり計画推進に係る取り組み事業の中で、うちの会として連携してできるようなものがあればぜひ市民健康課の方とかもご相談しながら、取り組めていきたいなと思っております。

### **委員長**

次の委員、お願いいたします。

### **委員**

レクリエーション協会に加盟しているような方々は、既に健康や運動、全てのことに興味があるんですね。ですから練習が終わった後、様々な情報交換もしていますので、それは全く問題ないのですが、そうでない方々にどういうふうにするかが難しいところだと思います。これは私の事例なのですが、6年前に脳梗塞をやりました。それまでに受けた健康診断は1回でございます。それから毎年受けるようになって、去年、便潜血反応と前立腺の数値でひっかかりまして、精密検査を受けたところ、便潜血は鼠径ヘルニア、前立腺の方は問題ありませんでした。

私も6年前に脳梗塞をやらなかったら、多分受けてないんだろうなと思います。それをこういう健診受診率の増加につなげていくなら、ぜひ皆さんの自分の体験をお話されていくことが一番の近道かなと思っています。

以上です。

### **委員長**

ありがとうございます。本当にそのような市民の体験の実例というのは、すごく効果的でかなり関心を持っていただけたと思いますので、無関心な人にも関心をもってもらえるかもしれません。もしご協力いただけるのであれば個人情報などに気をつけながら紹介していくといいのかなと思います。

そうしましたら本日一通り参加されている委員の先生方からご発言をいただきました。ありがとうございます。

他に事務局の方から何か追加でございますでしょうか。

### **事務局**

来年度の委員会は年2回程度の開催を予定しております。4月以降に日程調整をさせていただきますので、決まりましたらご連絡をさせていただきます。感染状況によってはまたオンライン開催となりますので、その際はまた改めてお知らせをさせていただきます。ご確認をよろしくお願いいたします。

### **委員長**

他に委員の皆さんから何かありませんか。

これで令和3年度第2回鎌倉市健康づくり計画推進委員会を閉会します。