

令和5年度 第1回健康づくり計画推進委員会 議事概要

1 日時 令和5年(2023年)8月1日(火) 17時30分から18時55分

2 会場 鎌倉商工会議所 301会議室

3 傍聴者なし

4 出席者 鎌倉市健康づくり計画推進委員 計15名

古屋博行氏(委員長)、深澤健二氏(副委員長)、足立尚史氏、新井宏明氏、

五十嵐いづみ氏、石崎隆之氏、今井一登氏、勝畑尚幸氏、川村由起子氏、高木亮氏、

寺杣智子氏、新津豊氏、山岡明美氏、山口薫氏、若木一美氏

事務局 鎌倉市市民健康課 石黒課長、押山、門田、片瀬、石井、沖、水島

5 議事録

事務局：本日の会議成立について報告。傍聴者なし。

古屋委員長：開会のあいさつ。

各委員：それぞれ一言ずつあいさつ。

【議題1 令和4年度取組実績及び指標のモニタリング状況について】資料1、2

事務局：鎌倉市健康づくり計画は健康増進法に基づき平成27年度末に策定した計画で、市民の健康づくりのための指針・行動計画となるものである。計画期間は、平成28年度から令和7年度までの10年間。

令和6年度には現行の計画の評価及び次期計画改定のため、市民アンケートを実施し、令和7年度にはアンケート結果の分析等を行いながら、次期計画を策定する予定。なお、アンケート及び次期計画策定については、重複する項目が多くある鎌倉食育推進計画と一体的に実施する予定となっている。

「令和4年度取組実績について」

資料1の令和4年度の健康づくり計画及び食育推進計画の推進に係る取組については、新規事業や廃止事業はなかった。市民健康課での取組状況については、ほぼコロナ禍前と同様に事業を実施することができた。いくつかかいつまんで説明させていただく。

「古都をトコトコ鎌倉健康歩イント」

アプリを使って歩くとポイントがもらえる事業では、登録者が3,600人を超えており、アクティブユーザー率(いわゆる継続使用率)も66%と高くなっている。昨年度までに登録があった20~74歳までの国民健康保険に加入している登録者の中で、歩数データが半年以上ある、レセプトでの除外条件がない、などの算定条件に当てはまる方130人を算定対象者として抽出し、歩数増加量を算出したところ、1日当たり平均519歩の増となった。また、歩数増加量と年代別による1歩当たりの医療費削減効果の歩数原単価を計算したところ、医療費削減効果が約115万円(1人あたり8846円)との結果となった。国保登録者は全体登録者の

4割程度であることや、登録から日が浅く歩数データが十分でない方もいることを踏まえ、実際にはそれ以上の医療費削減効果が見込まれると考えている。

[未病センター]

予約制での実施としているが、予約数は増加傾向にあり、予約がない日は地区健康教育に機器を持ち出し、測定等も行っている。こちらも徐々に依頼が戻りつつあり、令和元年度と比較すると約7割程度の実施数となっている。

[スマホ de ドック]

40歳未満の方に郵送でのキット健診の受診を勧めているもの。早期からの生活習慣の改善に役立てていただくため、令和4年度は自己負担額をこれまでの2,400円から1,000円に下げて実施をした。申請数は令和3年度と比較すると、442件から544件と、1.2倍ほどに増えた。令和5年度は、さらに受けやすくするため、受診券なしでホームページから申込ができるようにしたり、これまで2年に1回の受診機会だったものを希望すれば毎年受けられるような形にしたりと変更を行っており、さらに件数を伸ばしたいと考えている。また、総合判定がD判定など、問題があった方には、市民健康課の保健師が直接連絡をとり、医療機関に繋がることをお勧めするなど、アフターフォローにも取り組んでいる。

[離乳食教室・かまくら食育カレッジにおける妊婦向け食事教室]

コロナ禍前は実習や試食を行っていた。コロナ禍でどちらも中止となっており、現在では、デモンストレーションを見ていただくといったかたちで実施している。今後も感染状況が落ち着いているようであれば、試食については、再開を検討していきたいと考えている。

「指標のモニタリング状況について」

令和4年度のモニタリング項目を追加している。参考値としているものは単純比較できないものが多くあるが、お酒やたばこ、歯に関する項目では改善傾向と見られるところもある。一方で特定健診受診率やがん検診受診率、やせや肥満、メタボリックシンドロームや予備軍の該当者については大きな改善はみられておらず、引き続き課題と考えている。

今井委員：スマホ de ドックとはどんなものか。

事務局：自宅に採血キットをお届けし、ご自分で指から採血して郵送で送ってもらうもの。血液検査の他に、基本情報や腹囲なども記入してもらうようになっており、メジャーも同梱している。

今井委員：良い取組だと思うので、もっと増やしていてもよいのではないか。

事務局：会社などで健診機会のない方に受けていただきたいが、なかなか受診が伸びない状況がある。15年くらい続けているが、途中で事業者が変わりキャンペーンとして無料実施した際は、受診率が2桁台になった。

医療機関でも若い方に宣伝していただくと有難い。

古屋委員長：この事業は今後も継続的に予算が取れそうか。

事務局：対象が若年層のみであり、利用率も高くないので予算規模は大きくない。若年層の健診はこれしかないので、今後も予算を確保していきたい。

川村委員：ユーザーのネックは値段ではないか。例えば、古都をトコトコ鎌倉健康歩イント事業と連携するのはどうか。トコトコポイントでスマホ de ドックをプレゼントできたらよいのでは。

事務局：トコトコのポイント交換は、現在はアマゾン商品券など電子でのやり取りに限定しているが、検討の余地はあると思う。
今までは2年に1回、偶数年齢時に受診券を送っていたが、今年度から担当アイデアで、申込受付先着とした。ぜひ多くの人に受診してほしい。

深澤副委員長：採血で検査できる項目だと、若年層の女性がこの検査でひっかかることはあまりないのではないかと。男性をターゲットにすると良い。
若年女性は、がんが問題となるので、子宮頸がん検診や乳がん検診に注力してほしい。

古屋委員長：指標を見ると、乳がん検診は受診率が下がってしまっている。

寺杣委員：トコトコ登録者の女性ユーザーの割合はどのくらいか。
小さな子どもがいる世代の女性であれば、子宮頸がん検診・乳がん検診への関心の方が高いのではないかと。

事務局：トコトコ歩ポイント登録者の内訳だが、30-50代が20~25%くらい、60代が16%くらい。男女比は4:6で女性の方が多い。
がん検診キットなどの商品も出てきているが、精度の問題や国が認めていないという問題があり、導入には踏み切っていない。
昨年度からのHPVワクチンの勧奨再開によって接種者は増えており、ワクチンの勧奨に併せて、20歳になったら子宮がん検診も受けるよう、周知している。

川村委員：指標の目標を策定したときから世の中が変わってきている。最近は睡眠がトレンドになっていて、良い睡眠をとっている方はメタボになるリスクが下がったり、認知症になる率が低かったりということが分かってきている。睡眠改善の施策も検討いただけるとよい。

事務局：第三次の健康日本21の新たな指標として睡眠の項目が入っている。後ほど説明させていただく予定だったが、アンケートや指標には睡眠についての項目も追加する予定である。

【議題2 アンケート調査の概要について】資料3、参考資料1、2

事務局：「来年度に実施予定のアンケート調査の概要」

昨年度の会議で一度アンケート調査の概要をお示しており、質問数は50～85問程度、高年期以外にはハガキでアンケートの依頼をし、ハガキ記載のQRコードから電子回答を行う、高年期は紙媒体での質問票及び回答票と併せて、電子回答を行うためのQRコードを郵送し、どちらか一方を選択し回答する、としていた。それに対し、質問数が多いことや、電子回答のみとした場合紙回答を希望する方への懸念等があげられた。

また、小中学生について、同時期に実施する調査等でまかなえる項目があれば、そちらを削除することなどを確認した。

いただいたご意見などを踏まえ、事務局で再度実施方法を検討した。

[アンケート方法]

電子回答のみであれば20問程度が上限であろうということや、質問票が紙である状態で電子回答を行うのと、ない状態で行うとでは負担が異なるということを踏まえ、回答方法を電子のみから、電子と紙の選択制に変更したいと考えている。

全年代に向けて、郵送で質問票と紙の回答用紙を送付し、紙回答を希望する方は返信用封筒での回答、電子回答を希望する方は記載されているQRコードやURLから回答を行う方法である。

[質問項目数]

出来る限り少なくすることとし、妊娠届出時のサポートシートや乳幼児健診の問診票などから集計できるもの、傾向がみられるものを削除、基礎データとはなるものの事業に反映できそうにないものなどについては削除した。

また、小学校6年生と中学校3年生については、保護者にも質問を行っていたが、指標などに係わる部分がほぼないことから、本人のみへの質問に変更したいと考えている。現在の質問数は、対象によって異なるが、20から40問程度となっている。

[質問項目案]

参考資料1の⑨(新)とある列に網掛けで記載している項目が現在の質問項目案である。⑥の(旧)とあるのが平成26年度のアンケートの質問項目で、このときはかなり多くの質問をしていた。

現在の質問項目案では、健康づくり計画及び食育推進計画の指標となるもの、新たな計画の指標として追加が必要なもの、課題と感じていることや事業に活かそうなもので傾向を見たいものを選択した。また、⑨列で網掛けのない質問は、市で実施する他の調査で同様の内容が収集できる項目である。重複を避けるため質問項目からは除くものの、これまでの計画の実績評価や次期計画策定のための分析などには活かす予定である。追加すべき項目や不要と思われる項目等があれば、ご教示いただきたい。

「健康日本21(第三次)について」

参考になるが、国で策定する令和6年度からの計画の自治体向け資料が示されたので、共有をさせていただく。ビジョンは「全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実

現」とされている。社会環境の質の向上が基盤になり、その上に個人の行動と健康状態の改善が乗っているような2段階で健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目指していくこととなっている。新たな視点としては、女性の健康の明記、自然に健康になれる環境づくりなどがあげられており、誰ひとり取り残さない健康づくりや、より実効性をもつ取組の推進が目指されている。

新たな指標として、睡眠時間が十分に確保できているものの増加などが示されており、市での取組に反映されるものについては、アンケート項目に追加した。

また、現在、食育推進計画は3年計画、健康増進計画は10年計画としていたが、次期計画から国が12年計画とすることから、市でもそこに合わせていく方向で考えている。

若木委員：アンケートの配布数について、青年期以降すべて1300だが、人口のバランスを見て適切な配布数にした方がよいのではないか。

事務局：配布数は前回同様としている。

前回のアンケートで配付数を決める際には、回答率が低そうな層には配布数を多めに設定した。前回の回答率を見ると、平均52.3%に対し、青年期・壮年期はやはり低く、37.6%、40.9%、高齢期は高く、68.8%である。このことから、前回同様の数で配布したいと考えている。

古屋委員長：質問数は40問程度ということだが、質問数や内容についてはいかがか。

川村委員：健康のためには人とのつながりも重要である。「地域での活動や就労をしているか」という限定的な質問だけでなく、「気軽に相談できる人が周りにいるか」といったような、社会とのつながりがあるかどうかを聞く質問をしてはどうか。

事務局：市民健康課では、この計画とは別に自殺対策計画というものを所管している。その関係もあり、通し番号472番「悩みや不安を相談する人は誰ですか」など、ご提案に近い内容をアンケート項目に追加した。

古屋委員長：福祉関係課の方では介護保険関係の調査はしているか。

事務局：高齢者保健福祉計画が3年ごとに改定されており、その都度アンケート調査を実施している。

古屋委員長：他の様々な調査結果を利用することも大切だ。

第3次健康日本21では、「自然に健康になれる環境づくり」ということが言われている。鎌倉は坂も多いので、すでに当てはまる部分もあると思うが、自治会の活動などはいかがか。

新津委員：それぞれの自治会では歩こう会などを積極的に開催しており、多くの方に参加いただいている。特に60代以上の参加が多い。

五十嵐委員：アンケートの文章についてだが、「住んでいるところはどこですか」の回答に4つの地区が書いてあるが、小学生は自分がどの地区に住んでいるのか分からないかもしれないので、例を挙げるなどした方がよいのではないか。

事務局：前回の調査では、地区ごとに字名を入れた表を添付した。具体的な手法は未定だが、今回の調査でも字が分かるようにしていきたい。

五十嵐委員：通し番号 111 番「甘い飲み物を週に何回飲みますか」の答えが「週何日」となっているなど、質問と回答の単位が違うものがいくつか散見される。

また、通し番号 123 番「授業以外でからだを動かすことは、週にどれくらいありますか」とあるが、学校以外なのか、学校の中の授業以外も含むのか、はっきりした方がよいのではないか。年齢によって授業で習っている漢字、習っていない漢字があると思うので、考慮してほしい。

事務局：ご指摘の点は、再度見直して適切な表現に修正させていただきたい。

新井委員：3歳児の親御さんは子育てに不安がある方、子育てについて相談する相手がいないという方が多い。

今年、保育園から幼稚園に入ってきた方の中には、保育園には通っていたが、コロナ禍で親が保育園の建物内に入ったことがない、子どもの様子が分からず不安だと訴える方もいた。

親御さんの様子を見てみると、入園した当初は緊張されているが、日が経って親御さん同士のつながりが増えてくると安心するのか、緊張がほどけていくのが分かる。

3歳児の質問の中に、親御さんに対する相談先の質問などを入れて、どれくらいの親御さんが悩んでいるのかを把握することも大事ではないか。

事務局：3歳児の親御さんへの質問としては、通し番号 72 番「あなたは、自分のために使える時間がありますか」、76 番「日常の育児の相談相手は誰ですか」といった項目がある。表現についてなど、ご意見があればお願いしたい。

深澤副委員長：3歳児健診があるので、それを手厚くするのが効率よいのではないか。

乳幼児期に悪い体験をすると将来鬱になりやすいなど、小さい頃の体験は成人後にも大きな影響を与えることが分かってきている。特に子どもの時のお母さんとの関係は非常に大事。健診時に親御さんの話を聞いてあげるのがよいのではないか。

新井委員：親御さんは自分から相談に行くのはハードルが高いと感じているようだ。例えば、発達支援室が巡回にくるので、何かあれば相談できますとお知らせしたところ、多くの相談があった。親御さんは、自分から訪ねてまでは相談しにくい、巡回相談のようにきっかけがあればつながれる、ということのようだ。健診など必ず行く場で相談できると良い。

事務局：3歳児健診の現在の質問項目に育児不安は入っていないが、アンケートに入れるかは今後検討していきたい。

1歳6カ月児健診や3歳児健診といった乳幼児期の健診受診率はかなり高い。健診時に悩みを聴く時間、体制は設けているが、その場ではSOSを出さないお母さんもいる。

鎌倉市の出生数は下がってきており、現在では年間800~900人くらいだが、その中で継続的に支援が必要な方は5割を超えている。

以前は、乳幼児健診は子どもの発育、発達状態を確認する場だったのが、最近はお母さんの育児不安などを聴く方に重きが置かれるような流れになってきている。

古屋委員長：市民健康課、こども相談課、保育課など関係各課での連携はできているのか。

事務局：制度のこと、個別ケースのことなど、こどもみらい部とは密に連携を取っている。

深澤副委員長：今事務局がお話しされたような苦労や課題は市民にはよく分からない。そういったことを発信していくのも大事ではないか。

今、労働衛生の分野では、カスタマーハラスメント（カスハラ）が大変問題になっている。労災の基準にカスハラが入るようになった。カスハラは医療現場や市役所に多い。「相手を尊重してよい関係を作ろう」といったことを市が情報発信するのもよいのではないか。

古屋委員長：子どもに関することが議論されているが、児童相談所にもいらした山岡委員から何かあるか。

山岡委員：児童相談所では、主に乳幼児や思春期のケース等に対応してきた。児童相談所での経験も健康づくり計画に活かしていきたい。

深澤副委員長：学校の先生の療休率が大変高くなっている。その辺りも考えないといけない。

川村委員：アンケート項目をもう少し減らせないか、という視点で見たとき、食育に関する項目が少し多いという印象である。例えば、434~450、地産地消や食品ロス、家庭料理、エシカル消費など、この辺りを削除できれば項目数が減らせるのではないか。もちろん食育に必要であれば残してもよいと思う。

事務局：ご指摘いただいた部分の参考資料1⑪備考を見ていただくと、ほとんど「食育指標」となっていると思う。今回、健康づくり計画と食育推進計画を統合するものの、健康づくり計画は健康増進法、食育推進計画は食育基本法というそれぞれ法に基づく計画であり、内容は減らせない部分がある。それに必要となる指標についての質問項目部分は減らせない。

古屋委員長：神奈川県でもそれぞれの計画は分けて作られている。

川村委員：今度は質問が増えてしまう提案になるが、昨今、プレゼンティーズムとアブセンティーズムという考え方がトレンドになっている。

プレゼンティーズムは、出社しているものの何らかの健康問題によって業務効率が落ちている状態のこと、アブセンティーズムは、それが進んで仕事を休業・欠勤している状態のこと。これを簡単に測れる質問として、東大一問というものが開発されている。この考えを今回のアンケートにも採用してはどうか。

深澤副委員長：プレゼンティーズム、アブセンティーズムはあくまで企業側からみた働く人の能率を測る考え方であり、今回の計画の指標にはそぐわないと思う。自治体で作る計画は、広く多くの人を掬い上げるようなものであるべきだ。

古屋委員長：今回の計画ではない、他の場面での活用が検討できるのではないか。

新津委員：多くの質問に（ひとつだけに○）とあるが、基本を「ひとつだけに○」として冒頭に記載し、例外のときに各欄に記載した方が良いのではないか。また、文中に（）が多用されているが、読みにくいので、文章を工夫した方が良い。

事務局：現在の質問項目表では、分かりやすいように各欄に（ひとつだけに○）と記載しているが、実際のアンケート用紙を作成する際は、ご提案のとおり記載方法を工夫したい。
また、文中の（）についても再度見直しさせていただく。

【その他】

事務局：今後のスケジュールについて。次回の委員会は令和6年1月頃を予定。別途日程調整をさせていただく。次回の会議では、修正したアンケート項目について協議いただき、内容を決定していきたい。

古屋委員長：閉会。

以上