

令和7年度第2回鎌倉市健康づくり計画推進委員会 議事録

- 1 日 時 令和7年11月14日（金） 17:00～18:45
- 2 場 所 たまなわ交流センター 第2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12名
古屋博行氏（委員長）、北岡英子氏（副委員長）、安齊勘一郎氏、池田威知朗氏、
今井一登氏、江口達也、岡田純子氏、桂田勉氏、勝畑尚幸氏、
河内公恵氏、齋藤正朗氏、古屋博行氏、松村夕起子氏、
（欠席：加藤順子氏、日比野美香氏、山岡明美氏）
スーパーバイザー 中村丁次氏
事務局 計5名
鎌倉市市民健康課 石黒次長、押山補佐、石井係長、門田係長、森
サーベイリサーチセンター担当者

5 議事内容

委員一人ずつ自己紹介を行った。続いて、スーパーバイザーの中村氏から挨拶があった。

事務局：委員長、副委員長の選出を行いたい。推薦や立候補はあるか。なければ、委員長を
古屋委員、副委員長を北岡委員にお願いしたいと思うが、どうか。

委員全員：意義なし

古屋委員長：早速会議を開始したい。まずは資料の確認を行う。

【議題1】（1）鎌倉市健康づくり・食育推進計画の策定状況について

事務局：鎌倉市健康づくり・食育推進計画の策定状況について説明します。

第1回目の会議は、開催日当日に大津波警報が発令されたことにより、急遽書面会議に変更となりましたが、皆さまから33件のご意見を頂戴しました。お忙しい中、ありがとうございました。

これらの意見を反映させた計画案を作成し、9月の教育福祉常任委員会にて意見公募手続きの実施について報告しまして、10月1日から10月31日までパブリックコメントを実施しました。また併せて10月1日から10月20日まで庁内意見募集を実施しました。募集結果についてですが、パブリックコメントについては残念ながら特段意見はございませんでした。庁内意見は複数いただきましたので、本日内容についてご説明させていただきます。

資料1「かまくら食と健康プラン 庁内意見まとめ」をご覧ください。

全部で21件の意見がありました。意見一覧及び対応については記載のとおりです。

対応分類はA～Dの4つに分けており、

A：計画に反映させるもの

B：意見の趣旨が既に計画又は施策に反映されているもの

C：今後、計画に基づく個別施策の実施により対応が可能となるもの D：今後検討するものまたは参考意見とするもの

としました。

特に本日ご確認をいただきたい部分についてご説明いたします。

2、分野5 お酒・たばこについて意見がありました。

計画書は、61 ページになります。

分野目標で「お酒のリスクとわたしの適量を知ろう」としてありますが、「適量」という表現が誤った認識につながらないか懸念される、ということでした。

たばこについては、国県でも「禁煙」という表現が用いられますが、お酒は、伝統と文化が国民生活に浸透していることもあって、実効性のある目標設定をするとされており、市もその方向性に合わせています。

分野目標としては、端的に表現する必要があるため、現在のままとし、分野目標下の説明文に追記したいと考えています。

「お酒は生活に身近なものですが、一方で少量でも健康を害するリスクを伴います。飲酒をする場合には、お酒のデメリットと自身の健康に配慮した量をよく知りましょう。」

3、グラフの凡例の記載方法について意見がありました。

計画書 28 ページ右下に分野別内でのライフステージ名と色分けを示しており、29 ページからのグラフは、ライフステージごとに色を変えています。ただし、現在は、凡例はシンプルに一種類の記載としていました。しかし、分かりにくいということですので、すべての色の凡例を入れるようにしたいと考えています。

4、SDGs についてです。

計画書 4 ページになります。

下半分にSDGsについて記載していますが、本計画の計画期間の半分以上がSDGs目標期間外となるため、記載方法を検討した方がよいとのことでした。

SDGsが採択され、推進してきた事実は記載して問題ないと考えますので、タイトルを変更し、文中にSDGsの取組期間を明記することで対応したいと考えています。

5、6は統計の数値が市の新たな総合計画と一致していないという意見です。

こちらについては、総合計画の数値を流用するようにします。

13、これまでの取組みの成果の分野別評価についての意見です。

計画 17 ページですが、表の件数をそのまま文字にするのではなく、特徴を説明した方が

よいとのことでした。こちらは、提案のとおり分かりやすく修正します。

20・21、鎌倉市の現状と課題のうち(6)介護の状況について、担当課から意見がありました。

計画書の14ページ15ページの部分となります。

図表2-16、要介護認定者数・認定率とも増加しているというデータについて、全人口の推移と比較して示した方がよいとのことでした。

また、図表2-18、要介護認定者の有病状況を掲載している意図が分かりにくいいため、説明が必要とのことでした。

こちらは、担当課とも相談して一部データや表現の追加を検討します。

説明は以上となります。

(質疑・応答)

古屋委員長：事務局からの説明について、ご意見、ご質問などはあるか。

お酒のリスクについては、コラムにリスクの説明も書かれている。この内容でよいか。

樫田委員：「適量」という表現はどのように変える予定か。

事務局：分野目標は変えず、説明に、飲むのであれば、このように気を付ける内容の説明を加えようと思っている。

樫田委員：「適量」、「適正飲酒」と似た表現が出てくるが、表現を統一したらどうか。

事務局：分野目標は市民の方に語り掛けるようなやわらかい表現を心がけている。「適正飲酒」は少し固い表現であるため、分野目標としては「適量」としたい。

樫田委員：そのような意図があるのであればよいと思う。

今井委員：高齢の方の飲酒が増えているということか。

事務局：今まで飲んでいた方の年齢が上がってきているということだと思われる。

古屋委員：その他意見はあるか。無いようであれば、次の議題に移りたい。

【議題2】概要版について

事務局：計画書の概要版について説明します。

概要版は、市民に配布し、個別にアプローチするためのツールとして作成するものです。

計画の内容を分かりやすい言葉や数字、グラフ、イラストなどで表し、取り組むべき内容をイメージしやすいようにしました。

資料2「概要版全体構成」をご覧ください。

まず、形式についてですが、A4サイズの観音開き・全8ページの冊子とします。

表紙を開いた中に、基本理念や基本目標、分野目標を記載します。

中面は、ライフステージ別を一覧できるように、並べました。世代によって色を変え、違いを分かりやすくしました。

裏表紙には市の事業の紹介を掲載します。

次に、それぞれのページの詳細について、

資料3「概要版」をご覧ください。

表紙は、計画の表紙と同じデザインとします。

様々な年代の人が健康や食に関するいろいろな活動をしている様子を表現しています。

表紙の次のページには、見開きで基本理念、大目標、基本目標と分野目標を掲載するとともに、鎌倉市の現状を4項目掲載しています。

中面は、ライフステージ別に目標や取組内容を掲載しています。

それぞれの年代のアンケート結果などから、特に強調したい内容を2～3項目ずつ取り上げました。

一番下の「こんなこともやってみよう！」には、ページ内で取り上げられなかった重要な取組について、それぞれ3項目紹介しています。

こどもⅠ期は、小学校高学年から理解ができるよう、グラフや分かりやすい言葉で表現するとともに、小学4年生までで習わない漢字にはふりがなを振っています。

こどもⅠ期では、睡眠・朝食・身体活動について取り上げています。

こどもⅡ期以降は、アンケート結果とコラムの内容を紐づけて掲載しています。なお、スペース的にグラフを入れるのが難しかったため、アンケート結果は数字で掲載しています。

こどもⅡ期は、適正体重、あいさつ、デジタル機器を取り上げています。

次のページは、スペースの問題から、青年期と壮年期をまとめて掲載しています。どちらの世代にも共通する課題として、ストレス・栄養バランス・運動を取り上げています。

高年期は、歯周病とフレイルについて取り上げました。フレイル対策に栄養・身体活動・社会参加が入っているため、項目は2項目とシンプルにしました。

最後のページである裏面には、市の取組を掲載しています。

スペース的に細かいことは掲載できないため、言いたいことを一言にまとめ、詳細はQRから見てもらうことを想定しています。

また、最後に「私の目標」の欄をつくりました。健康教育などで配布した際、この冊子で紹介したさまざまな内容から、自分に合った取組を選んで、実際にチャレンジしてもらうように誘導できればと考えています。

概要版の説明は以上ですが、内容についてのご意見はもちろん、活用方法についてのご提案などがありましたら、ぜひいただければと思います。

(質疑・応答)

古屋委員長：事務局からの説明について、ご意見、ご質問などはあるか。

河内委員：概要版は市民に配布することが前提か。「ライフコースアプローチ」という表現は市民にわかりにくいと思うので、注釈を記載した方がよい。2-1の分野目標は少ししっくりこなかった。「私が選んで、食べたもので作られる」と言葉を追加して表現を変えてはどうか。こどもⅡ期の「適正体重：115以上145未満」とあるが、誤解を招くので「適正体重のローレル指数」という表現に変えてはどうか。

事務局：意見を反映させていく。

江口委員：高年期の全体目標で「生きがいを知ろう」とあるが、それに紐づく内容に触れられていない。

こどもⅠ期の部分、9～12歳はゴールデンエイジと言われており、この時期に運動習慣を付けることが大切と言われている。中学生になると、運動する子としない子が二極化することが課題。スポーツだけでなく、外遊びのような日常的な運動を取り入れていくことが大切と考える。

また、高齢者は意外と栄養失調状態である。粗食が良いという概念も刷り込まれていて、特に70歳代以降は、たんぱく質不足になっていることも多い。やせが問題だと意外と知られていない。

中村先生：フレイル予防はたんぱく質の量だけではなく、全体摂取量が大切。バランスの良い食事をしっかり摂ることが大切である。中年まではメタボ対策で痩せろと言われてきている。高齢期にはギアチェンジが必要である。ただし、太っている人は別であり、BMIで判断していく必要がある。

事務局：メタボの人がフレイルになっていっているのか。実際に支援をしているとそうではない気もしている。

中村先生：元々痩せている人がさらに痩せてくるということがあると思う。

岡田委員：体重だけを見るのではなく、筋肉量をあわせて見ることが大切である。たんぱく質量が少ない方がいるので、意識して摂る必要がある。スリムな方は疲労骨折や転びやすさ、再骨折等につながっている気がする。

河内委員：更年期以降は痩せていてもコレステロールが上がってしまう。女性特有であるとも考えられる。

古屋委員長：運動についてだが、鎌倉市は比較的公園は多いのではないか。

江口委員：運動できる公園と言われるものは、地域に街区公園が200程度あるが、意外と使われていない。

勝畑委員：スペースの問題もあると思うが、歯周病については高年期より早い段階で対応が必要なため、もっと若い世代に伝えられるとよい。高年期はどちらかというと、オーラル

フレイルの問題の方に触れられるとよい。

事務局：スペースの問題があり、悩ましい。

齋藤委員：概要版はどこに置くのか。

事務局：市として配布できる場所、保健師が出ていく時に持参するなど。また、委員の皆さんにもぜひご協力いただきたい。

齋藤委員：計画の内容のアプリを作ることはいかないか。裏面に良い取組をいろいろ掲載いただいているが、辿り着かないのではという気もする。アプリなら、世代別の内容から、関連する取組にすぐ飛ばすことができる。また、民間との協力ということ言えば、手を挙げた企業に鎌倉市からロゴマークを渡して計画の周知をお願いするなどが考えられる。

事務局：市民に計画の内容をどう届けるかというのは、大事なことである。アプリについては予算の問題もあり、難しいかもしれない。

梶田委員：鎌倉市でウォーキングアプリをやっていたと思う。裏面の QR コードで紹介してみてもどうか。食事やこころの内容が中心になっているので運動の部分もあった方がよいと思う。

事務局：ケンコムはもともと重点事業として5年間の期間を決めて行っていたため、今年度で事業終了となる。

梶田委員：今後新たなものをやった時には載せたら良いと思う。

古屋委員長：確かウォーキングマップがあったと思うが。

事務局：ウォーキングマップは作成している。スペースを検討し、掲載する方向で考えたい。

古屋委員長：概要版は様々な意見が出たので、事務局で修正していくということではいいか。

事務局：次回の委員会は1月頃に予定している。いただいた意見は反映できるよう、業者とも相談しながら検討していく。また共有させてもらうので、見てもらいたい。

古屋委員長：他に委員から何かあるか。

北岡副委員長：概要版の周知についてだが、小学生に配るのが一番大人にも伝わると思う。

全員に配るには数が必要になってしまってこの概要版を用意するのは難しいと思うので、QRを掲載したチラシをつくるなど工夫できないか。教育委員会に協力を依頼できるとよい。

事務局：最近は LINE での周知により反響が得られているので、SNS はうまく活用していきたい。

今日は概要版についてご意見をいただいたが、計画書の方の内容へのご意見がもしあれば、早めに連絡をいただきたい。年度内にこの計画を完成させるスケジュールである。

古屋委員長：市民委員からの意見は何かあるか。

岡田委員：SNS の活用ということだが、概要版は LINE のどこからたどり着くようにするのか。

事務局：今はまだ LINE にのせていない。今後検討していく。

古屋委員長：町内会の回覧板に挟むことはできないか。

岡田委員：広報はどこで手に取れるのか。

事務局：鎌倉市では全戸配布している。

岡田委員：広報にも掲載できるとよい。

事務局：どのくらい取り上げてもらえるかわからないが、相談していきたい。

江口委員：地域でやっているウォーキングのイベントは色々ある。各地区のスポーツ振興会やスポーツ推進員によるイベントなど。また、老人福祉センターで多世代の交流事業を行っていく予定である。そのような場でも PR できる。高齢者には QR コードは難しい。広報をよく見ているし、紙媒体がよい。小学校も実は紙媒体が良いという場合もある。子どもがプリントを持って帰ると、保護者が必ず見るという効果がある。年代など対象に合わせた周知方法を考えていく必要がある。

古屋委員長：多くのご意見ありがとうございました。他になければ、これで本日の委員会は終了とする。

以上