

山陽小野田市健康づくり推進協議会議事録			
会議の種類	令和7年度第1回山陽小野田市健康づくり推進協議会		
日 時	令和7年7月22日（火） 18:30～20:05		
場 所	山陽小野田市役所大会議室		
出席者 (19人)	全国健康保険協会山口支部	尼 田 剛	(委員)
	山陽小野田市連合女性会	井 上 幸 子	(委員)
	山口県精神保健福祉士協会	植 木 亨	(委員)
	山陽小野田市立山口東京理科大学	恵 谷 誠 司	(委員)
	山陽小野田市健康増進計画推進委員会	小 柳 朋 治	(委員)
	山陽小野田歯科医師会	嶋 田 修 士	(委員)
	山陽小野田市母子保健推進協議会	高 木 理 代	(副会長)
	一 般 公 募	土 井 さ つ き	(委員)
	一 般 公 募	中 川 正 治	(委員)
	山 口 県 栄 養 士 会	中 野 恭 子	(委員)
	山口大学大学院医学系研究科	長 谷 亮 佑	(委員)
	山陽小野田市民生児童委員協議会	林 令 子	(委員)
	山陽小野田市食生活改善推進協議会	半 矢 幸 子	(委員)
	山陽小野田市自治会連合会	平 中 政 明	(委員)
	山 陽 小 野 田 医 師 会	廣 田 勝 弘	(会長)
	山陽小野田市立小学校校長会	間 恵 満 貴	(委員)
	山陽小野田薬剤師会	松 垣 裕 明	(委員)
	山 口 県 理 学 療 法 士 会	三 戸 洋	(委員)
	山陽小野田市社会福祉協議会	森 重 陽 子	(委員)
欠席者 (1名)	山口県看護協会小野田支部	山 本 浩 子	(委員)
オブザーバー	山口県宇部健康福祉センター	野 村 洋 子	
事務局	福祉部長	尾 山 貴 子	福祉部次長兼高齢福祉課長 田 尾 忠 久
	健康増進課長	山 本 玄 技	監 大 海 弘 美
	健康管理係長	山 下 弘	食育推進係長 加藤諭香江
	健康増進係長	伊藤比呂子	

会 委 員 委 員 委 員 会 委 員 事 務 局 会 長 委 員	長 員 員 員 員 長 員 局 長 員	1 辞令交付 2 山陽小野田市市長挨拶 3 委員・職員紹介 4 会長・副会長選出 事務局一任との声があり、会長廣田委員、副会長に高木委員が選任後、承認された。 5 議事 (1) 第2回山陽小野田市健康増進計画（中間評価・見直し）および第2次山陽小野田市自殺対策計画について （事務局から説明）
		市民の立場、関係機関の立場でご意見をいただきたい。質問・御意見はあるか。食事について意見はあるか。
		栄養士会で取り組んでいる野菜摂取の大切さを伝える。350gがどのくらいの量で、どれくらいとれているかといったことの周知をイベントで啓発している。骨粗鬆症を追加して重点的に取り組むとのことなので、骨粗鬆症の予防についても行っていけるといけたらと思う。
		何年も繰り返して取組をしているがなかなかいい方向に向かっていない。感謝の気持ちをもって毎日食事をしていただければいいと思う。骨粗鬆症について、私自身も足を痛めているが、足が悪い人が多いと思う。骨粗鬆症の予防をすることで、防いでいける。食事の大切さを真剣に考えていかないといけない。
		骨粗鬆症は、小中学校高校の頃からも含めて啓発をしていくことが必要と思う。
		食生活は、小さい頃からの習慣となっているので食育が大切。
		糖尿病の薬で痩せる薬があって乱用されている。本来あるべき姿より細いことを目指している。骨を作る問題もあり、途中から摂取するのではなく、若い頃からの摂取が必要である。
		市内小中学校や高校、大学と少しずつ出前講座等を実施しているが、骨密度をあげてくためには、20代までのカルシウム摂取が重要であるので、それまでの健康教育を実施していきたい。女性のやせについては、ボディイメージが理想と離れているという現状がある。引き続き高校、大学生への健康教育も実施していきたい。
		やせ嗜好にある大学生へも啓発が必要。出前講座では、小中学生に、カルシウムに加え、体を作っているたんぱく質も大事なのでそのことも伝えることが大切。過度なダイエットで栄養不良状態になると骨粗鬆症への影響もあるので取り組んでいただけたらと思う。
		運動についてはどうか。
		市民体操の推進をしている。健康情報ステーション、イベントを中心にPRしている。市民が体操をしているPR動画も作っている。さらに新しいものも作成したいと考えている。また、オンラインも常設したいと思う。

委	員	ウォーキングができないときにどうしていくか。高齢の方に接することが多いが、転倒しないようにするために片足立ちをしてもらうようにしている。市民にも雨の日も歩くだけではなくこのような予防もあると伝えていきたい。
委	員	なかなかおきよう体操を覚えられない。1回すると汗をかいてくる。昼休みに市役所の職員も実施している。一般の方にも実践できるように啓発する仕組みを作ってもらえたらと思う。
委	員	通いの場で、運動器具を使って運動を実施している。またいきいき百歳体操やかみかみ体操、おきよう体操などを行っている。江汐公園を活用してウォーキングもしている。若い人など地域の方を巻き込んで実施している。
委	員	薬剤師会では、スマイルエイジング薬局という活動をしている。このコンセプトは、市民が薬局に気軽に利用していただくことを目指しており、主に3つの取組をしている。1つ目は、スマートウォッチを活用したDXの取組にも薬局が関わっていること。2つ目は、健康づくりに関する取組のテーマを決めて理科大と連携して学生がポスターを作成し、薬局にポスターを掲示して周知している。令和7年度は「肥満」をテーマとしており、それに基づいて、3月には、イベントも実施する。3つ目は、通いの場11か所に訪問して健康教育をしている。年間の取組のテーマについては、毎年、理科大学生と考え、脂質、薬、栄養に関する活動をしている。
会	長	健康情報を提供され、薬局をうまく活用している。こころ・休養についてはどうか。
委	員	情報を得て、自分でうつ状態に早く気付くことが大事と思う。日頃から情報を得ておくこと、どこに相談したらそれが解決できるかその流れがあるといいと思う。
会	長	医師会としても精神科・心療内科に直接行くのではなく、内科に相談する方もいる。眠剤や睡眠のアドバイスなど受け入れられるようなアドバイスができたらと思う。
会	長	タバコ・アルコールについてはどうか。 薬剤が十分でなく、自力での禁煙が難しい方もいるため、時間を要している。薬剤の市販売ができないかと思う。薬局でもたばこの話ができるかと思うが、医師会としても協力できればと思う。アルコールを飲まない人が増えているが、極端にアルコール依存となっている人もいる。その対策も必要と思う。また、子どもへの教育も必要かと思う。
委	員	タバコ・アルコールについて正しい知識を保健の学習を通じて指導をしている。外部講師にもお願いするなど依頼して進めている。また、受動喫煙対策として敷地内禁煙をし、害から守ることもしている。
委	員	中小企業を中心に県内2万4千事業所に加入していただいている。被保険者が、25万人強、15万人強で併せて40万人強に加入していただいている。健康診断時に問診があり、喫煙、アルコールの調査がある。喫煙率は少なくなっている。アルコールは特に働く環境で違っているこ

事務局	とが伺える。決定的なこれといった効果があるものや、短期的な解決策がないのが現実ではないかと思う。 資料を見せていただきお聞きしたいが、厚労省の実証事業でスマホアプリを活用した保健事業を実施しており、山口支部の70名も参加させていっている。山口県は、検診車を利用した検診が30%で3人に一人。中国5県では最も多い。山口県全体では、健診を受診環境が非常に厳しいが、山陽小野田市は、県内では、環境的には恵まれている。山陽小野田市の受診率は、59.8%で平均くらいである。健康の取組として、体操や健康教育を熱心にされている。取り組まれる中で、課題と感じておられるところがあれば参考にさせていただきたい。 現在市でも、スマートウォッチを活用したアプリ開発を行い実装している。これまで、職域、働き世代の方がなかなか参加してもらえていないのが現状である。今年度新たに、職域と連携し広めていきたいと考えているところだが、職場にお話をさせていただくが、職場の理解をいただいて積極的にご参加いただくよう職場環境を整えるところが必要と考えている。
委員	企業訪問をしているが、健康管理のツールとして活用してはどうかと話をしているが、また教えていただきたい。
委員	たばこを吸う人が減少しているとのことが、加熱式と従来のタバコの違いについて、教えていただきたい。
会長	煙草も加熱式たばこもどちらも依存性がある。いずれも有害物質が入っているのでどちらも害がある。基本的には変わらないものと思っていたいてよい。
委員	健康管理についてご意見はあるか。歯についてはどうか。 歯科医師会としては、定期検診が重要。かかりつけ医をつくっていただき、ブラッシング指導等を実施し、仕上げ磨きなどを学んでいただければと思う。学校でも検診を実施しているが、虫歯のある子とない子の差が大きい。親御さんの関心があるかないかで差がある。虫歯の多い子は両親に促していければと思う。
会長	子どもの歯についての取組はどうか 個人的なことだが、ひ孫が、生まれてすぐ歯が生えてないときから歯科に行っている。歯科に慣れることから始めて、怖くないところだというイメージを持たせている。虫歯になってしまったが、怖がらないで治療はできている。仕上げ磨きも含めて小さい時からの子供への歯が大切ということを親が心に留めておいてもらえたらいい。そのために、歯が大事ということをどのような場所で啓発したらよいか考えるが、高齢者との関わりが多いのが現状。
委員	歯と口腔の現状とは、子どもが対象か、全世代か。
事務局	すべての世代が対象。
委員	災害が起こった時の口腔衛生状況が重要。高齢者になってからもかなり意識してケアをしていくことが大切。
会長	高齢者に対してもしっかり取組をお願いしたい。

		(2) ・令和7年度健康増進課事業計画について (事務局から説明)
会 長		新たな取組があるようである。今後の取組を見守りたい。 ・自殺対策について (事務局から説明)
委 員		働き世代に対して出前講座を増やすにはどうしたらよいか議論したい とのことだが、意見はないか。
委 員		健康問題が自殺の原因になっている。出前講座につなげるチャンスか と思う。傾向から、健康診断やメンタルについての講座等も職場の中であ るとよいと思う。
委 員		企業単位で、メンタルヘルスの問題について必要に応じて出前講座をし ている。以前山口労災病院の院長だった田口先生が産業保健総合センタ ーの所長をしておられ、出前講座の専門性が高い。従業員が50名以上 の企業は産業医が必要でメンタルヘルスもしているが、今後企業規模関 係なく義務化される。企業から支援要請が増えてくると思う。情報が入 りやすい環境を整えることが重要かと思う。
会 長		メンタルヘルスチェックが広がってくるということだが、問題があった 後、その受け皿がないのが現状。
委 員		まずは入口で課題に対していかに早くアプローチできるかその仕組み づくりが大切と思う。早期発見には、挨拶やコミュニケーションといっ た基本的な行動が大切と思う。会話がないと相談もできない。 人材育成の取組をされているが、サポーターとなられる方はどのような 方か、その対象を聞きたい。
事 務 局		サポーターになる方は、一般市民の方。どなたでもサポーターになるこ とができる。そのような人を増やしていいきたい。
会 長		自殺対策についてほかにご意見はないか。なかなかよい策がないのが現 状。実績の報告を確認したが、相談件数が20件程度と少ない印象だが、 どう広げていくかが課題と思う。
委 員		自殺対策の相談のところで、電話件数が増えてきている。相談を必要と する人が増えており、相談窓口があることが知られてきている。一方、 来所が減っている。市町では、身近な相談窓口として対面の来所相談先 をしっかりと啓発していけたらいい。宇部市では、来所相談が月に2、3 件ある。対面のいいところは、表情など全体的なことも見られるし、次 につなぐこともしやすいので、来所、対面の相談が増えるとよい。 職域との連携の中で、メンタルヘルスは連携の柱となる。国の制度が変 わってくると思うが、自己チェックがまだできていない人もいる。事業 所内でも相談先が十分でないところもある。人間関係が十分でなければ、 相談できないので、外に相談先があるとよい。行政や関係機関が多く の場を持っていると相談できてよいと思う。
		(3) その他
		特になし
オブザーバー		コロナで停滞していた事業が通常に戻って熱心に取り組まれていると

思う。地域職域との連携が出てきておられると思うが、健康福祉センターでも大切と思っており、循環器疾患や脳血管疾患を予防するために体重コントロールに着目し、取り組み始めている。市町と連携しながら進めていきたい。また、働き世代へのメンタルの取り組みは、ストレスチェックはR 8までには、50人未満の職場でも実施していくという動きがある。労働局と情報をもらいながら、企業を対象に保健所からも周知していきたい。保健所としても自殺対策に取り組んでいる。年2回、暮らしと心の合同相談会を、県弁護士会、精神科医師、生活相談サポート宇部に入ってもらい相談会を実施しているので、タイミングの問題はあると思うが、これらもうまく活用してもらえよう取り組みたい。

(3) その他

特になし

6 その他

- ・第3次山陽小野田市食育推進計画について
- ・健康で長生きのまちづくりフォーラムについて
(事務局から説明)

質問等は特になし

(閉会)