

令和7年度第1回笛吹市健康づくり推進協議会議事録

開催日時：令和7年11月6日（木） 午後2時30分

開催場所：笛吹市役所本館3階301会議室

出席者：戸田委員、野村委員、小池委員、櫻井委員、長田委員、風間委員、
竹内委員代理小尾委員、向山委員、塚田委員、古屋委員、弦間委員、
大久保委員、中村委員、杉原委員

欠席者：望月委員、霜村委員、大森委員

傍聴人：2名

事務局：岩間保健福祉部長、坂本健康づくり課長、健康づくり課健康企画担当3名、
同課成人保健担当3名

【進行：坂本健康づくり課長】

1 開会

設置要綱第6条第2項に委員の総数の過半数の出席をもって、成立するという
ことになっており、本日17名の委員中14名の出席により会議は成立することをご報告する。

また、2名が傍聴人として出席をしている。この会議は公開予定である。

2 保健福祉部長あいさつ

3 委嘱状の交付

4 委員・事務局 自己紹介

5 会長・副会長の選出【会長 戸田委員・副会長 弦間委員】

6 会長あいさつ【戸田会長】

7 協議【議長 戸田会長】

- (1) 第3次健康増進計画について
- (2) 令和7年度健康づくり事業の取組について
- (3) 意見交換

健康づくり課健康企画担当、同課成人保健担当より資料に基づき説明後、委員からの意見交換を行った。

【意見等】

議長 説明に対して質問や意見、感想をお願いする。全国健康保険協会委員いかがか。

委員 全国健康保険協会では、中小企業の従業員及び、扶養家族の健康の増進及び給付金の支払いなどを行っている。胃と大腸と肺がん検診プラス血液検査を従業員に約 5000 円程度で提供している。扶養家族に特定健診を提供している。

議長 働いてる方のメタボリックシンドロームは血压等と関係がかなりあるので、一番大事なところである。食生活改善推進員は意見があるか。

委員 食生活改善推進員は、社会福祉協議会が開催する地域の高齢者サロンに出向き、簡単に蛋白質が摂れる栄養価の高いレシピの紹介や、調理実習をして一緒に食べ、話を聞く、災害で水が使えない時の洗口液・液体歯磨きの紹介を行っている。また、減塩の取組を行っている。232 人の会員一人ひとりが 1 人当たり 4 件、塩分測定器で汁物を測定している。笛吹市の平均自立期間と山梨県の差があり、笛吹市の塩分摂取量は右肩下がりではあるが県より高く、平均自立期間と連動していると考ええる。今年はフレイルサポーターとフレイル予防のためのレシピを考えた。高齢者が対象なので火を使わず、電子レンジで調理でき、高蛋白で栄養価が高い内容となっている。市内の各中学校に登校する児童に、食改で作成したティッシュペーパーを渡しなが、『今朝ご飯を食べてきたか』と声をかけ、朝食は大事だという話をしている。

議長 歯科医師会長いかがか。

委員 糖尿病と口腔内の関係というのが最近分かってきた。市が内科医院に歯科の受診を勧めるパンフレットを設置している。口腔内の歯周病の進行が血流にも影響し、糖尿病のある方は口腔内の環境を改善しないと血流が改善しない。糖尿病との関係が周知されてきたことを重要視している。パンフレット作成の他、歯科医を受診した時に、糖尿病があると確認できた時には、内科の受診を勧めるなど相互に紹介している。健康フェスタでは、歯周病の簡易検査キットを業者の方が紹介する。リスクのある方を抽出し、受診を勧め受診のきっかけにしていきたい。

議長 笛吹市は農業従事者が多いが、農協の健康についての取組はいかがか。

委員 山梨県厚生連健康管理センターのからだいきいき健康応援プログラム事業で、「今日も明日も明後日も元気いっぱい農作業でアグリサイズ」を山梨県厚生連の看護師が指導する催しを行った。また、「コツコツ元気に骨粗しょう症予防教室」を実

施した。骨を強く保つための生活習慣や食事のポイントをわかりやすく伝える催しを行った。来年1月には時短簡単お手軽クッキングを計画している。女性部全体では600人程だが、参加者は10名程度である。参加者を拡大していきたい。

議 長 自営業の方は健診を受けにくい方もいると考えるが、商工会の企画等はあるか。

委 員 商工会の会員は1800社ぐらいだが、商工会の役割としては健康を推進する情報を会員に提供することではないかと考える。

議 長 会社のトップの方が健康に興味示していただかないと、なかなか会社全体での意識が上がらないこともある。重要な役割である。子どもの酒・たばこについて養護教諭代表委員いかがか。

委 員 中学校に保健師が行き授業をしているのか、それとも資料提供のみか。また何学年か。

事務局 がん教育を希望するかアンケートを行った。希望した中学校は一宮中学校のみで12月4日に保健師が2名出向き、出前授業でがんの健康教育として、喫煙や飲酒生活リズムや食事の講話を行う予定である。過去には一宮西小学校、一宮南小学校石和南小学校でも行っている。児童本人だけではなく、家族にも伝えて欲しいというメッセージもあり講座を行っている。

議 長 笛吹市はまちづくりの中でウォーキングのしやすさで満足度が高い市だと聞くが、スポーツをする方も少ない。スポーツ推進委員の取組や現状はいかがか。

委 員 スポーツ推進委員は毎年11月22日か23日頃、歩きやすく自然も多い金川の森公園に、7キロと3キロのコースを作り、笛吹市民ウォークを開催している。今年はウォーキング教室ということで歩き方のレクチャーを市の陸上部に講師を依頼して行う予定である。参加人数がとても少なく、約70人のスポーツ推進員が半数以上で、市民の参加が少ない状況である。老人会福祉会にも参加を依頼したため、3キロのコースも作った。7キロのコースは途中でニュースポーツとして新しいスポーツの体験コーナーも設けている。各委員に広報していただければ、様々な人が市民ウォークでウォーキングを楽しんでいけるかなと考える。金川の公園を歩くと、本当に歩きやすいコースで、継続的にそこを利用して歩いてくれば良いと考える。年1回軽スポーツフェスティバルとして、軽スポーツに特化したいろいろなイベントと合同で行っている。9月に体力測定ということで、笛吹市の体力年齢を測る企画があり、夜と休日の昼間2回開催している。この企画もやはり参加人数が少な

い。結果を国に報告し、山梨県や笛吹市の体力年齢体力測定の数値が平均して上がってきている。65 歳以下と 65 歳以上に分けて体力測定をしているが、65 歳以上の参加者が合計で 6 人と少ない。この協議会や市の担当者にもう少し参加者を増やす形を作っていただきたい。広報に掲載しているが人が集まらない状況である。

議 長 社会福祉協議会の意見はいかがか。

委 員 社会福祉協議会ではサロン活動等で高齢者の方の集まりに、食生活改善推進員の講習で健康な食事の取り方などのお話を伺う機会が大変多くある。市から介護予防の事業を受託し、月に 1 回各公民館などで介護予防の体操や、手芸など健康を維持できるように活動している。

議 長 民生委員では健康対策などはいかがか。

委 員 民生委員児童委員は組織としての活動ではなくて、それぞれ地域で一人ひとりの民生委員児童委員が活動するのが、基本である。特に 1 人暮らしの高齢者の方々に訪問をして、いろいろ話をしながら『食事や体の具合等はどうですか』と話ながら、もし異常があった場合には、役所の担当の方に連絡をして、繋げていく活動を民生委員は実施している。私自身は一宮町に住んでいるが、果樹地帯で高齢の方、85 歳の方も割合皆さん元気で作業をしている。一人暮らしの高齢者でちょっと心配な家庭にお伺いした時に、『少しでも動いた方がいいよ』とかそんな話をしながら活動している。

議 長 本当に大切なセーフティーネットだと思いご苦労を感じている。
かかりつけ薬剤師として健康相談を受けること多いと思うが、薬剤師会としての対応はいかがか。

委 員 笛吹市薬剤師会には 22 薬局が加盟している。薬剤師は、健康サポート薬剤師、かかりつけ薬剤師、認知指導薬剤師、禁煙サポート薬剤師など認定を取っている。まちの薬局には薬剤師がたくさんいるので、協力していきたい。各種団体のイベント活動チラシを薬局に設置し宣伝しながら進めていきたい。先日、投薬をした時に『金川の森のウォーキングに行った』という患者さんがいた。骨粗鬆症の検診から薬を飲み始めた人だが、患者さん自身が何とか予防していこうという気持ちがあるのでぜひ続けていただきたい。

議 長 様々な力を入れている取組が市の広報を通して、参加者の方や困ってる方に届くと良いと考える。峡東保健所所長の意見はいかがか。

委員 先週、5500 人規模が参加する日本公衆衛生学会総会が開催され、学会長の講演で健康寿命が長い要因として、食塩摂取量の減少と喫煙率の低下を挙げられた。食生活改善推進員の委員が食塩摂取と健康事業に絡めて述べられたことも関連しているということである。同じく学会長講演で、日本での特定健診は法律で 40～74 歳までを対象にしているが、30 代以前までに肥満は完成すると。その年代層に対する学校保健や職域保健と連携した対策が必要ではないかと述べられていた。先ほど、笛吹市の取組で運動教室参加者に施設内温泉利用無料券を渡すと説明にあった。日本公衆衛生学会総会で温泉に関するグループワークがあり、静岡県河津町で運動部に所属する高校生に対して、旅館の入浴施設を日帰り利用を無料にする取組をしたところ、普段はシャワー浴のみである高校生も、入浴の大切さを理解したという報告があった。温泉の効果・入浴の効果は主として温熱効果だが、週 7 日入浴する人は、週 6 日までの人と比べて認知症のリスクが 25%減するという論文があった。元の論文に当たってないが、入浴にシャワー浴も含むか、浴槽の湯に入るのだけなのか、不確かなことは言いにくい、そのような報告もある。湯に入る大切も併せて温泉利用無料券を付けるときに利用者に教えていただければと思う。入浴、自転車、ウォーキング、その他の運動にせよ安全が大前提ということに留意していただきたい。

議長 市民代表委員の感想はいかがか。

委員 一市民として様々な催しに参加したい。ウォーキングに参加者が少ないと話があったが市民にわかりやすく利用しやすい周知の方法をお願いしたい。

委員 一宮町在住だが、区で健康ウォーキングを行った。お子さんから高齢者までかなりの人数が参加された。その方たちの感想として、金川の森を歩くことによって自分の気持ちや気分が上がった。散歩をすることをこれから先もしていくことが重要なんだと話をされていた。様々な市の状況を、知ったので、これから先、地元区で進めていきたい。

議長 これで議事を終了する。

【進行：健康づくり課長】

笛吹市笑顔ヘルスプランの概要版に、計画の推進に向けて情報発信の充実と記載してある。協議会の委員の皆様はイベントや情報の周知方法に商工会や薬局等の活用を願いたい。

また、各委員に周知の協力を願いたい。健康づくりの様々な取組については、成人保健担当の担当者が各団体に声をかけさせていただく。ご協力をよろしくお願いいたします。

8 その他

委 員 笛吹市民ウォーク（令和 7 年 11 月 22 日開催予定）のパンフレットの持ち帰りをお願いしたい。

9 閉会