

## 会議録

1. 名称 令和7年度 第1回 かほく市健康づくり推進協議会
2. 日時 令和7年6月30日(月) 開会：19時00分 閉会：20時30分
3. 場所 ほのぼの健康館 2階 検診ホール
4. 出席委員 12名
5. 事務局 8名
6. 議題(会議に付した事項)
  - ① 令和6年度事業報告及び令和7年度重点事業について
  - ② 各団体での健康づくりや肥満予防の取り組みについて

### 議事質疑等の大要

時間	内容
19:03	開会
事務局	皆さん、こんばんは。本日はご多用の中、ご参集いただきまして誠にありがとうございます。定刻になりましたので、ただいまから「令和7年度第1回かほく市健康づくり推進協議会」を始めさせていただきます。(委員交代の紹介) 任期は令和8年3月31日までとなっております。どうぞよろしくお願ひ致します。
19:08 健康福祉部長	部長挨拶
19:13 事務局	それでは、お手元の会議次第に基づきまして議事審議に入ります。協議会要綱で「会長は会議の議長となる」となっておりますので、ここで進行を会長にお願いしたいと思ひます。
19:14 会長	それでは、最初に議題①「令和6年度事業報告及び令和7年度重点事業」について、事務局より説明願ひます。
19:15 事務局	1 令和6年度事業報告及び令和7年度重点事業について (1) 母子保健事業 (2) 不妊・不育治療支援事業 (3) 成人保健事業

- (4) 健康づくり事業（健康増進・栄養改善・食育・歯科保健）
- (5) 高齢者支援事業（地域支援事業）
- (6) 精神保健・障がい福祉事業（身体・知的・精神）
- (7) 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施
- (8) 予防接種事業 について説明。

- 19:35 委員  
事務局  
委員  
事務局  
委員  
事務局
- 带状疱疹の予防接種についてはどのような周知を実施しているのか  
対象者に対して個別に案内通知を送付している。  
対象者には随時案内を送付しているのか  
今年度に対象になる方には、6月末に案内通知を実施している。  
予防接種は自己負担があるのか  
自己負担はあります。
- 19:38 委員
- 成人の糖尿病に対してですが、健康について食事と適度の運動についての啓発をすれば、実践もできるのではないかと思う。人間は老いていくと膝などにガタがきて、動きたくなくなり、身体機能の低下につながる。膝関節の健康維持という点で膝に負荷をかけずに前後に振ることで軟骨が再生すると外科の先生が言っていた。取り組みやすいシンプルなものがよい。
- 19:42 会長
- この後、健康づくり事業や内臓肥満についての話も出てくると思いますので、後ほど合わせての回答ということによろしいでしょうか。  
かほく市では、こどもから高齢者まで、それぞれの課で健康づくりの取り組みを実施しております。  
先ほどの説明でも、特定健診結果において肥満割合が多く、内臓脂肪症候群を起因とした生活習慣病の発症予防が重要との説明がありました。事務局よりかほく市の状況について簡単に説明をお願いします。
- 19:43 事務局
- （資料3について説明）
- 19:55 会長
- このような現状の説明を踏まえ、皆様に宿題として、3つのお題がありました。どの内容でもかまいませんので、皆様からのご意見をいただければと思います。
- 委員
- 商工会の方ではスモールチェンジのチラシを事務所に貼ってある。なかなか日中仕事しているので、事業に参加することは難しい。身体を動かすことも多いので、日中の疲れで改めて運動することが難しい。日曜日の行事であれば時々参加できることもあるかなという思いがあります。
- 20:00 委員
- コロナからあまり行事できていない。働き世代の人たちと一緒に身体を動かす行事ができたらと思っている。リクリエーション祭を実施し

ていたことがあるが、また子どもから大人まで気軽に参加できる事業を実施したいという思いがあります。

ウォーキングで万歩計はつかえなくなるのか？

事務局

万歩計自体は使用できるが、ポイントをつけるということができなくなります。

委員

私たちとしても、そのようなことができるといいなと思っていたが、新しいやり方になったら相談させていただきたいです。

20:03 委員

クラブパレットはかほく市から事業を受託させていただいている。事業報告書 P88 プラチナ親父道場は昨年新規で実施した事業である。男性に限定して参加してもらっている。子育て世代から高齢者まで、場所や人材・アイデアなどはたくさんあるので、我々も一緒に実現できればと思っています。

20:05 委員

高松女性会としてというより、個人としてプラチナ体操や長年アクロスの会員となっており取り組んでいる。女性会での行事でとなると 70 代前後の方となりますが、我々もどのような事ができるかということも考えて行事を企画していきたいです。

20:08 委員

学校では健診や保健指導、体重測定年 4 回、保健体育などで健康づくりに取り組んでいる。また小児期の肥満は成人期への肥満につながりやすいということで、そのような視点での取り組みはあまり実施していなかったと反省している。メタボの割合が高いという原因についての分析結果について教えていただくと対策がとりやすい。また、健康意識が低い人へのアプローチについて考えていただくとよいと感じた。私自身がウォーキング事業について知らなかったので周知についてもしっかりしていくとよいと感じました。

20:10 委員

職員の健康、日頃から身体を動かしているのに、運動不足は感じていないが、簡単にストレッチなどができるといいという意見があった。食事については、各家庭の考え方や事情があり簡単に済ませたり、大人の生活リズムに合わせているという現状はあると思います。子どもの健診などの時などに保健師と協力して、伝えていけたらと思っています。

肥満予防という程ではないですが、子どもが楽しく身体を動かすということを意識している。肥満について保護者になかなか伝えることができないが実際に園にきて他の子を見ることや他の人と話すことで改善しないといけないと思っていただけることもあるのでそのような機会も大切にしたいです。

20:13 委員

食生活改善推進員という点から、食生活事業としては、親子食事教室や生涯骨太クッキングとか若者、働き世代、高齢世代までの取り組みを実施している。減塩活動や栄養バランス食、みんなでの食事を食べるという食育啓発を実施しています。野菜を 350g 食べることに取り組んでいます。

- 20:15 委員 子供から大人に至るまで近年、内向きになってきており、家の中で過ごす傾向があると感じている。このままだと地域はどうなるのかと感じる。メタボについても進んでいくと思われる。WAON ポイントの取り組みもよいが、例えば事前にエントリーをしていくつかの高い項目が3年以内に目標まで下げれたら、住民税を減税しますとか賞金ができるなどの生活にメリットがあるような取り組みをすれば、達成に向けて頑張ろうということにつながるのではないかと思います。
- 20:19 委員 女性と男性ではタイプが異なる。男性は、時間が決まっていたり固定されている事業への参加よりは、自分のペースでできる事業の方が参加しやすいのかなと感じます。
- 20:20 委員 国の閣議決定された骨太方針の歯科の分野では、糖尿病と歯科についてのまとめ、医療連携をとることが望ましいと発表されている。糖尿病がよくなれば歯周病がよくなる。その反対も同じ。歯磨きした後食べないということであれば肥満予防につながる。すべての年齢を対象に歯科医師会としてミニセミナーのような形で啓発したい。少しでも協力できればよいと感じている。時間さえいただければご協力できるのではないかと思います。
- 20:23 委員 科学的な観点を求められる。資料3についてメタボの資料について成績がよい市町での食事や運動はどうか、伸び率の高い市町や低い市町の状況はどうかなどもう少し掘り下げして分析したらよいのではないか。川北町は特別な取り組みをしているのかなど、他市町に学んだり、データを分析して委員に提示していただくとよい。もっと効率よく、費用対効果、成績のよい市町との違いは何なのか。県レベルでもわかるのではないのでしょうか。データを深掘することで何か突破口が見つかるのではないかと思います。データから読み取っていくことが大切であると感じる。
- 20:26 委員 ウォーカビリティという、町全体が歩きやすい街をテーマとしていて、自然に歩く街づくりという提案がありました。かほく市内にも素敵な小道があるのかなと思いますので、そのような場所を活用などの環境設定、また看護大学の先生で、草履を履くだけで健康になるということを推奨してますので、少しでも意識がかわるということにつながったりしていかないのかと感じます。
- 会長 いろいろなご意見をいただきました。時間の関係もありますので、ここまでとしたいと思います。
- 事務局よりその他お知らせ等ございますでしょうか。
- 20:28 事務局 熱中症を防ぐために、ダニに気を付けようというチラシを配布しております。これから暑い中での活動や野外での活動が増える時期になってくると思いますので、各団体の方でも活動時に予防や普及啓発にご協力いただければと思います。よろしく申し上げます。

20:29 事務局

なお、次回の第2回健康づくり推進協議会は、11月10日（月曜日）19時を予定しております。委員の皆さまよりご意見をいただきながら進めてまいりたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。それでは、本日の議事はこれで終了したいと思います。

20:30

閉会

