

会議録

1. 名称 令和 8 年度 第 1 回 かほく市健康づくり推進協議会
2. 日時 令和 8 年 7 月 10 日（金） 開会：19 時 00 分 閉会：20 時 35 分
3. 場所 ほのぼの健康館 2 階 検診ホール
4. 出席委員 10 名
5. 事務局 8 名
6. 議題（会議に付した事項）
 - ① かほく市健康プラン 2 1（第三次）について
 - ② 令和 7 年度事業報告及び令和 8 年度重点事業について
 - ③ かほく市の健康課題～肥満予防～について
7. 提出資料 別添資料
8. 議事質疑等の大要 別紙のとおり

議事質疑等の大要

時間		内容
		開会
19:00	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8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。 本日の出席委員数は、13名中10名の出席をいただいております、過半数の方が出席しておりますので、かほく市健康づくり推進協議会要綱第6条第1項の規定により、本会議は成立することをご報告いたします。 今年は、改選年につき、本来でありましたら市長より委嘱状の交付をすべきところではございますが、お時間の都合等ございますので、皆様方のお手元に置かせていただいております。ご了承願います。なお、任期は令和10年3月31日までの2年間です。よろしくお願いいたします。 はじめに健康福祉部長が挨拶いたします。
19:03	健康福祉部長	部長挨拶
19:02	事務局	有難うございました。 それでは、本日が初会合ということで、それぞれ自己紹介をお願いしたいと思います。委員の皆様から自己紹介を一言ずつお願いしたいと思います。所属とお名前が結構ですので、次第裏の名簿順に一言ずつごあいさついただければと思います。よろしくお願いいたします。 委員・事務局自己紹介
19:13	事務局	それでは、次第に従いまして、会長・副会長の選出に進めさせていただきます。要綱第4条により、この会の会長並びに副会長の選出については、委員の互選により選出することとなっております。 （会長・副会長の選出）
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」とあります。 会長から就任のご挨拶をいただき、ここからの進行をよろしくお願いいたします。
	会長	【就任あいさつ】 最初に議題①「かほく市健康プラン21（第三次）について」事務局よりお願いいたします。
19:15	事務局	① かほく市健康プラン21（第三次）について

19:18 会長
事務局

続きまして議題②について、事務局よりお願いいたします。

② 令和7年度事業報告及び令和8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) 予防接種事業
- (5) 健康づくり事業（健康増進・栄養改善・食育・歯科保健）
- (6) 高齢者支援事業（地域支援事業）
- (7) 精神保健・障がい福祉事業（身体・知的・精神）
- (8) 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施

について説明。

質疑応答

19:40 会長

大変興味深い事業がたくさんありましたが、これらについて、ご質問やご意見はございますでしょうか。

委員

母子保健事業の「5歳児発達調査」の取り組みが素晴らしいと感じました。この発達調査をどのように行っているのか、もう少し詳しく教えていただけますでしょうか。

事務局

5歳児発達調査は前年度から開始しました。年中児の保護者と保育士を対象に、発達障害のリスクを検査するアンケートに回答していただいています。

保護者の主観が含まれる調査ではありますが、お子さんが社会性や行動面で「今どこが得意で、どこが苦手なのか」を把握するためのものです。

結果を受け取った保護者からは、「やっぱりそうだったのか」「ここが苦手だと思っていた」といった感想を多くいただいております。

委員

介護予防サービス（プラチナ元気塾や介護予防講座など）についてですが、「通いの場」の取り組みは徒歩圏内で開催されるのが理想的だと思います。実際の状況はいかがでしょう。

事務局

通いの場は、公民館や地区の集会所をお借りして開催しており、基本的には「自分の足で歩いて行ける距離にあること」を前提としています。

しかし、かほく市の地理的な条件により、同じ地区内であっても通うのが難しいケースが見受けられました。そのため、今年度から開催する短期集中型の元気塾では、ご自宅からの送迎を予定しています。

また、自宅でも運動に取り組んで健康を維持していただくため、多職種の専門職の協力を得ながら、自立に向けた支援を行う教室も開催する予定です。できれば、その教室を卒業した後は、ご自身で通いの場に足を運んでいただけるようになることが理想です。

19:50 委員

定員に達していますか。

事務局

まだ定員 15 人には達しておりませんので、気軽に高齢支援係の方にご相談いただけたらと思っております。

委員

歯科についてですが、昨年度のこの協議会で先生にご協力いただけることになり、今年度それが形になっていることをお聞きし、大変嬉しく思っております。

今回、定期的に歯科受診されている方の実態を把握するとのこと説明がありましたが、現段階で決まっている具体的な内容や方法を教えていただけますでしょうか。

事務局

先日、歯科医師会の先生方が集まる会議に出席し、お願いをしてまいりました。具体的には、今年度 7 月からの歯周病検診対象者のうち、すでに定期受診されている方がいらっしゃった場合、名簿または受診券に「メンテナンス中」と記載して返信していただくよう依頼しております。

委員

国では「国民健康・栄養調査」を無作為抽出で実施しており、同時に「歯科疾患実態調査」をあわせて実施する年があります。その結果によりますと、全国的に「この 1 年間で 1 回は歯科を受診した」と回答した人は、調査対象者の約 64% に上ります。

この調査に協力してくださるような健康意識の高い方はもちろんですが、定期的なメンテナンスに通っている方は、実際にはもっと多いのではないかと感じています。

委員

かほく市はかなり前から歯科検診の公費負担を実施しているため、検診を受けている人やメンテナンスをしている人の割合は高いのではないかと思っております。

数年前から「定期受診している方がどのくらいいるかを調べてみてはどうか」という話が出ており、今年度、実際にどれぐらいの割合が出るか私たちも楽しみにしています。

すぐに全てを実現するのは難しいこともありますが、少しずつ前向きに進んでおり、改善の糸口が見えてくるなど、歯科医師会と行政が良い形で連携できていると感じます。

会長 それでは、議題③「かほく市の健康課題」に移ります。冒頭でもお話に出ましたが、肥満予防についてご説明をお願いいたします。

事務局 （肥満と生活習慣病、子どもの頃からの予防の重要性について説明）
本日は子どもの頃からの肥満予防を中心にお話ししましたが、肥満予防は子どもだけの課題ではなく、生涯を通じた健康づくりに繋がるテーマです。皆様のお立場から、子どもから高齢者まで市民が健康な生活習慣を身につけ、肥満や生活習慣病を予防するために「地域でできること」や「必要な取り組み」について、ぜひ率直なご意見やお知恵をいただけますと幸いです。

20：00 会長 今ほどご説明がありました通り、少し具体的な意見交換の場にしたいと思います。ぜひいろいろなお立場からのご意見をお聞かせください。いかがでしょうか。

委員 総括的な意見になるかもしれませんが、例えば、3歳児の親御さんに資料を配布する件についてです。「孫守り」をしている祖父母が現状を把握していないと、子どもが泣き騒いだときにその場しのぎで食べ物を渡してしまう状況はよくわかります。しかし、子どもを預けている手前、親からはなかなか言いにくいものです。
そのため、孫守りをしている世代を含め、各世代に現状を把握していただくために、わかりやすい媒体を使ってどのように周知していくかを検討してもよいと思います。
また、かほく市がこれだけ事業を行っているという事実を、もっと強くPRしてほしいです。例えば、各重点事業を1枚の紙にまとめ、そこにあるQRコード等から詳細を検索できるようなものがあれば、より多く周知できるのではないかと思います。
また、この会議自体をケーブルテレビで放送するだけでも価値があると思います。今回のように話を聞くだけで「気をつけよう」と思えます。テレビやチラシを通して、市民の方に気づいてもらえるような周知ができればよいですね。
今回配布された事業報告書も市のホームページから見られるとよいと思います。

会長 周知することで皆が意識を持ち、「アディポシティ・リバウンド」が広く知られるような町になっていけば素晴らしいと思います。

委員 子どもの将来の肥満については、外遊びが減っているなど環境的な要因もあると思います。肥満になるか痩せるかは各家庭の中での話にな

るため、市がリーダーとして組織的に介入できる範囲には限界があります。

そんなときこそ、各種団体など、地域づくりに一生懸命で協力的な人が集まる組織の力が必要になるのではないかと個人的に感じています。65歳まで働く時代において、市がどれだけ頑張っても、行政だけでは限界があるというのが実感です。

委員

肥満が原因で様々な病気を引き起こし、結果的に大病に至ると多額の医療費がかかります。個人の生活姿勢の積み重ねが、高額な医療保険制度を蝕み、税金の無駄遣いに繋がっているという事実に対して、何か一つでも「気をつけよう」という意識づけができればと思っています。

例えば、平均的な塩分摂取量が非常に高い市町村が、摂取量を下げる取り組みを実施した結果、塩分の過剰摂取に起因する病気の有病率が下がったという事例を聞いたことがあります。「あれこれしましょう」ではなく、「塩分と果糖飲料に気をつけましょう」のように狙いを2～3個に絞り、意識して摂取量を下げる取り組みを行うだけでも、体はよくなると思います。

委員

食改では、子どもを対象に野菜の摂取を増やすため、先日も学童に行きました。ベジメーター（野菜摂取量測定器）を活用したり、米粉で作った野菜入りせんべいを一緒に食べたりと、野菜を摂ってもらうためにいろいろと取り組んでいます。

委員

スポーツクラブで日常的に子どもたちと関わる中で感じるのは、幼少期から競技に特化した、「遊ぶ・楽しむ」という段階を越えたスポーツ環境が多くなってきているのではないかとことです。

まずは「体を動かすことが楽しい」と思ってもらうことが大切です。市内にはスポーツ遊びや運動を楽しめる施設があるので、そうした施設を知ってもらうための発信も非常に大事だと思いました。

また、高齢者の運動習慣については、特に男性の高齢者にどうすれば参加していただけるか、プランニングの再検討や広報の工夫次第で参加を促せるのではないかと考えながらお話を聞かせていただきました。

委員

先ほど、乳幼児期に経験する食体験や食環境が、大人になる過程での一生の健康問題に繋がっていくというお話を聞き、今、目の前にいる子どもたちに私たちがどのように接していけばよいのか考えさせられました。

こども園では、0歳から2歳までの保護者と連絡帳を通じて、ご家庭で

の食事状況や就寝時間などの生活についてやり取りをしています。振り返ってみると、少し肥満傾向があるお子さんのご家庭の食事に偏りがあるといった傾向がみられることを思い返しました。

園でできることには限界があると感じました。保護者や祖父母を巻き込み、家族の意識改革を行うことが非常に重要であり、その啓発方法が現在の課題でもあります。

現在、こども園では保護者と繋がるために「コドモン（※保育支援アプリ）」を使っています。例えば、アプリを通して肥満予防に対する情報発信をしたり、保護者が集まる場に出向いて対面でお伝えしたりすることで、参加した方の反応を直接感じられるので、そのようなやり方も実施できればよいのではないかと思います。

委員

赤ちゃんから高齢者まで、かほく市は非常に手厚い支援をしている市だと思います。

子どもの生活には親や祖父母の影響が強いですが、小学校に行き始める頃になると、学校で肥満のことや塩分摂取の影響について学ぶようになり、学習したことを周りの人や親、高齢者にも話していくようになります。こうした循環が非常に大事だと思います。

「野菜を摂りましょう」という取り組みに続いて、塩分チェッカーなどを活用して塩分量が見える化したり、塩分を摂りすぎると将来病気になるという教育も大事です。かほく市は食材が豊かですが、食べ過ぎれば肥満に繋がる食材も多いです。しかし、食べないわけにはいきません。「どれくらい食べたらいいのか」「食べることでどれだけのカロリーを摂取するのか」「消費するにはどれくらいの運動をしなければいけないのか」を知り、「少し控えようかな」と思うきっかけになればよいと思います。

あとは、未受診の方をいかに糖尿病にさせないかという点も重要であり、やはり食事環境や運動が鍵になると考えています。

会長

貴重なご意見ありがとうございます。

この3歳、4歳の状況が、40年後、50年後、60年後の将来への贈り物になるのだと思うと、責任重大だと感じました。

それでは、時間になりました。その他事務局からのお知らせはございますでしょうか。

事務局

次回の第2回の会議につきましては11月10日（火）の19時を予定しております。

引き続き、委員の皆様のご意見をいただきながら進めてまいりたいと考えておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。以上でございます。

会長

それでは、本日の議事はこれで終了したいと思います。

初回ではございましたが、委員の皆様のおかげで非常に有意義な初会合となりましたことを、ここにお礼申し上げます。

この会議を、ますます実りあるものにしていきたいと思っております。

今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

20:33

閉会