

新居浜市健康都市づくり推進協議会 会議録

日 時：平成29年7月25日（火曜日）13：00～14：00

場 所：保健センター3階 大会議室

出席者：中山会長・加藤正隆委員・加藤智彦委員・村山委員・秦委員・明石委員・續木委員・
仙波委員・藤田恭子委員・松木委員・山崎委員・頼木委員・森田委員・矢野委員・
原委員・白石委員・加藤京子委員

欠席者：川上委員・柴田委員・高橋委員・藤田一十百委員

事務局：木戸・宮崎・堀・近藤・山内・岡部・渡辺・岩崎・黒川・京野

| | |
|---------|--|
| 事務局（岡部） | <p>本日はお忙しい中、御出席いただきましてありがとうございます。定刻がまいりましたので、今から、「新居浜市健康都市づくり推進協議会」を開催いたします。</p> <p>本協議会は新居浜市審議会等の公開に関する要綱に基づき傍聴席を設けております。本日の傍聴者はいらっしゃいません。</p> <p>会に先立ちまして、新居浜市福祉部長から御挨拶を申し上げます。</p> |
| 白石部長 | <p>みなさん、こんにちは。</p> <p>本日は、大変お忙しい中、「平成29年度新居浜市健康都市づくり推進協議会」に御出席いただきまして、誠にありがとうございます。また、平素から新居浜市の保健福祉事業の推進につきまして、御支援、御協力を賜りまして、厚くお礼申し上げます。皆様、御承知のように、本格的な人口減少時代の到来や、少子高齢化の進行、経済のグローバル化など、本市を取り巻く社会情勢は大きく変化しており、地域の課題に的確に対応した、個性あふれるまちづくりの推進を求められているところでございます。</p> <p>健康長寿社会の実現に向けた取組につきましては、「第2次元気プラン新居浜21」に基づきまして、健康寿命の延伸に向けた事業を主要施策として、がん検診の無料化や健康長寿拠点づくりなどの事業展開を継続して行っているところですが、市民一人ひとりが、健康的な食生活と、運動習慣を継続できるような仕掛けや、健康への無関心層をターゲットにした施策などが重要ではないかと考えております。</p> <p>今後は、健康づくりに関する市民自らの取組や行政の取組だけでなく、社会全体で支えることにより、新居浜市を健康な町にすることが大切であるとと考えておりますので、委員の皆様方には、これまで以上に御指導、御協力いただきますようお願いいたしまして、甚だ簡単ではございますが、私の御挨拶とさせていただきます。本日はよろしく願いいたします。</p> |
| 事務局（岡部） | <p>ありがとうございました。</p> <p>続きまして、委員の皆様ですが、今年度新しく委員になられた方もいらっしゃいますので、ここで自己紹介をお願いしたいと思います。</p> <p>（自己紹介）</p> |

| | |
|---------|--|
| 事務局（岡部） | <p>ありがとうございました。 なお本日、柴田委員は欠席の連絡を頂いております。 それでは、お手元の会次第にそって、進めさせていただきまますので、よろしくお願ひします。</p> <p>まず最初に、資料の訂正をお願ひいたします。資料3ページの委員名簿中、4番の、村山勝志委員につきましては、愛媛県薬剤師会新居浜支部の「副支部長」に、11番の仙波学委員につきましては、新居浜商工会議所中小企業相談所副所長・産業振興部副部長・経営支援課長にそれぞれ訂正をお願ひいたします。</p> <p>また、資料11ページにつきましては、医療対策事業の28年度実績等に誤りがありましたので、お手元の資料に差し替えをお願ひいたします。引き続きまして、岡部副会長が退職されましたので、新居浜市健康都市づくり推進協議会設置要領第4条に基づきまして、新しく副会長の選出をお願ひいたします。</p> |
| 秦委員 | 事務局案はないですか。 |
| 事務局（岡部） | <p>事務局では福祉部長の白石委員にお願ひしたいと考えております。副会長は白石委員に決定いたしました。 それでは、白石副会長は前の席へお願ひします。</p> |
| 事務局（岡部） | それでは、これからの進行は要領第5条の規定によりまして、中山会長にお願ひしたいと思ひます。よろしくお願ひします。 |
| 中山会長 | ただ今より、お手元の会次第にそって、議事をすすめてまいりたいと思ひます。まず、議題（1）新居浜市健康都市づくり推進事業について事務局より説明をお願ひします。 |
| 事務局（黒川） | <p>平成28年度実績及び平成29年度保健センター事業計画について説明いたします。まず、母子保健事業についてです。新居浜市では、妊娠期を健やかに過ごし、母子ともに健康な出産・育児が行えるよう、母子保健事業を展開しております。妊産婦に対しましては、母子健康手帳の交付及び妊婦健康相談、妊婦一般健康診査、妊婦歯科健康診査、里帰り等により県外で妊婦健診を受けた費用を助成する、妊婦健康診査事業補助金等で、安全な出産に向けた健康管理に努め、妊娠期からの母子支援に取り組んでいませう。</p> <p>お手元の資料4ページを御覧ください。資料の右端は、平成28年度実績、その左隣の実施予定回数は平成29年度の事業計画回数となっております。</p> <p>平成28年度から変更になった点では、少子化対策の一環として、不妊に悩む人に対して、不妊治療費の一部を助成していますが、一般不妊治療</p> |

費助成事業では、母親の年齢を40歳未満から43歳未満に引き上げました。実績は延べ36人でした。

特定不妊治療費助成事業では、これまでの体外受精や顕微授精に加えて、男性不妊治療についても対象とすることになり、延べ77件で、そのうち男性不妊の申請については2件ありました。

次に、成人期の健康支援の取組についてです。成人期の保健事業については、主に健康増進法に基づき、健康診断、健康相談・健康教育、健康手帳の交付・家庭訪問指導、ウォーキング推進事業、食育推進事業、禁煙推進事業、健康づくりポイント事業などがあります。

資料の6ページを御覧ください。3段目の成人歯周病検診ですが、生涯を通じて自分の歯で美味しく食べ、健康な生活を送るためには、「8020」80歳で20本の歯を持つことができることを目指して、40歳から70歳を対象にしていますが、昨年度より30歳から70歳と対象年齢を拡大して実施しております。昨年度の実績は30歳代の受診者数が305人、内訳は男性99人、女性206人で、若い世代の関心も高いことがわかりました。また、下から2段目の若年者健康診査については、これまで若い男性が気軽に受けられる検診の機会が無かったので、若い世代からの生活習慣病予防ということで、昨年度から新規で始まりました。53人が受けられ、8割近くの人に何らかの生活習慣病の疑いなどが見られました。次に7ページを御覧ください。禁煙推進としまして、昨年度、新居浜では初めて「第16回全国禁煙推進研究会」が開催され300人の方が参加されました。今年度は6月11日にFC今治の岡田武史オーナーをお招きし、2017年愛媛お笑い健康ライブが開催され、禁煙をはじめ、まちづくりについても熱く語っていただき、多くの方が聞き入っておられました。また、各中学校の全校生徒に将来にわたって、喫煙しないように、喫煙防止教育冊子「たばこってな～に？」を配布して啓発しました。

次に、がん検診についてですが、昨年度の実績は6ページのとおりでございます。がんの早期発見・治療によりがんの死亡を減らすために、一人でも多くの方にがん検診を受けていただくよう、平成27年度から胃がん、肺がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん、前立腺がん、肝炎ウイルス検診の個人負担金を無料にして、市民が受けやすい体制にしたこともあり、平成27年度は前年度に比べて、約2倍の受診者数になりましたが、昨年度は伸び悩んでいる傾向となっております。

次に、各がん検診を受けて、精密検査が必要となった人がその後精密検査を受けたかどうかをみたものです。精密検査受診率は100%を目指しているものですが、大腸がん検診については54%と約半数の人しか精密検査を受けておらず、他の検診も6～7割にとどまっている状況です。新居浜市では4人に1人ががんで死亡している状況ですので、まずはがん検診を受けていただくこと、そして精密検査が必要になった時には、すべての人に精密検査を受けていただくような働きかけに力を入れて取り組んでいきたいと考えています。

次に、健康増進事業についてです。現在、健康づくりリーダーとして、87名の健康都市づくり推進員を委嘱しています。今月から新たに2年を任期として、毎月1回の研修会、ウォーキング推進事業の企画・運営、に

いはまげんき体操の普及啓発、地域での健康づくり活動などを行うことになっていきます。

昨年度の研修会の内容はスライドのとおりです。推進員自身から他の地域での取組を知りたいという声もあり、10月には西条市の推進員との交流会を開催し、意見交換会を実施しました。西条市には400名を超える推進員が活動しているということも知り、新居浜市でも推進員の人数を段階的に増やしていくことを検討しています。

また、3月は健康づくりイベントとして、推進員の企画により、第1回健康フェスタを開催いたしました。今回は心の健康に着目して、ストレスフリーな生活を送る方法を身につけるために、「幸せをはぐくむ素敵な人間関係「プラスの言葉は幸せを呼ぶ」と題して、講師に西予市立明浜中学校養護教諭井上千代先生による選択理論についての講演会をメインとしました。オープニングの船木小学校金管バンドによる生演奏やストラックアウト、折り紙のコマ作りなど、子どもが楽しめるようなコーナーも用意し、3世代交流を通したところの健康づくりを推進することも目的に実施しました。

健康フェスタはウイメンズプラザの3階多目的ホールにて実施しました。その時の様子は御覧のとおりです。この健康フェスタについては、推進員2年任期の集大成として、2年に1回の開催を予定しています。

次に、健康都市づくり推進員の地域での活動実績は、スライドのとおりです。報告書が提出された37人の実績になりますが、啓発資料の配布、いはまげんき体操の実践、地域でのウォーキング大会等で、延べ716回、10,000人を超えての健康づくり活動を実施していただきました。

次に、ウォーキング推進事業についてですが、市民全体に健康づくりを啓発するシンボリックな事業であり、だれでも気軽に取り組めるウォーキングの普及、定着を図ることを目的として平成27年度から、健康都市づくり推進員が中心となって実施しています。

昨年度の実績はスライドのとおりです。昨年度は、年間9回10コースを実施し、一般の方が延834人、推進員が延127人、合計961人に参加していただきました。平成27年度と比較すると、参加者数は1.6倍で、特に50歳代以上の人が増加しています。今後は、子育て世代や働き世代の参加数も増やしたい思いもあり、今年度は休日の開催を2回予定しております。次に、体組成計についてです。資料の8ページを御覧ください。昨年度、体組成計を購入し、資料中段の健康教室「いきいき体爽 健康サポート教室」と「+10運動チャレンジ」や、市民体育館やウイメンズプラザなどで実施している教室に合わせて、体組成測定ができるように設定して、延べ1,935人の方の測定を行いました。

筋肉量は30歳を境に、運動習慣がない生活を行っていくと、毎年1%ずつ減っていくと言われているので、まずは自分の身体がどうなっているのかを知っていただいて、元気に長生きしていただくために生活習慣の改善を考え直すチャンスにさせていただけたらと思っています。

今年度は特定健診の結果説明会の日程に合わせて、定期的を実施します。特定健診を受けていない人でも、広く18歳以上の市民を対象としていますので、ぜひ御利用ください。

| | |
|---------|--|
| | <p>次に、食育推進についてです。食育推進計画では、「元気つくろう！食力（食事から）」をスローガンに、重点目標として、「食のバランスを整える」「正しい生活習慣を身につける」「食文化を継承し、食環境を整備する」と3つを掲げ、具体的な目標を設定して食育を推進しています。実績につきましては、資料8ページ9ページをご参照ください。特に9ページの減塩推進事業につきましては、「減塩チャレンジ」として、食生活改善推進協議会と共同で、3,260人に普及することができました。</p> <p>次に、感染症対策事業については資料10ページを御覧ください。3段目の乳幼児予防接種として、昨年10月からB型肝炎予防接種が定期接種になりました。</p> <p>資料10ページの精神保健事業については、特に変更ありません。</p> <p>最後に医療対策事業については、資料11ページの差し替え分を御覧ください。</p> <p>新居浜市におきましても、医師の減少、高齢化、後継者不足等により医師確保が非常に困難な状況になっております。昨年度は、医師会との協働事業により救急医療について15分程度の啓発DVDを作成いたしました。</p> <p>最後に今年度は新規事業としまして、新居浜市医師確保奨学金貸付制度を設けました。この制度は、将来医師として新居浜市の指定医療機関に勤務する気持ちのある医学生に、修学上必要な資金を貸し付けることにより、市内の医師を確保し、地域医療の充実を図ることを目的としています。卒業後、一定の期間内に市内の指定医療機関で貸付期間と同期間、医師として勤務した場合、奨学金の返還を免除する制度です。国内の大学で医学を専攻する学生で、新居浜市に本人又は保護者の住所があること、新居浜市内の高等学校を卒業していることなどを応募資格としています。募集人員は3名で、10月2日まで受付しています。</p> <p>以上で実績報告と事業計画の説明を終わります。</p> |
| 中山会長 | <p>ただいまの説明に関して何かご質問やご意見はございませんでしょうか。</p> |
| 加藤委員 | <p>成人保健事業に関して質問させていただきます。昨年度も同じ質問をしているのですが、将来的に日本人の死亡原因の3位以内にも入ると予想されているCOPDのことが事業項目として挙がっていない。禁煙推進研究会の時に医師会がCOPDに関する展示をしたり薬剤師会で肺年齢の測定をしていただいたりしています。第二次元気プランにはま21にも載せていますし、やはり事業項目に挙げて頂くことで積極的な対応を求めたいと思います。昨年度も質問していますが、この中にCOPDに関することは何か入っていますでしょうか。</p> |
| 事務局(山内) | <p>成人保健係の山内です。市役所や保健センターのロビー展示や健康教育ではCOPDを取り上げていますが、事業項目としては挙がっていないので、今後は項目として挙げ、実施回数や参加人数も載せたいと思います。</p> |

| | |
|--------|--|
| 加藤委員 | それはリスクを考えると非常に取り上げ方が小さいと思います。例えば肺年齢を健診に含めたり、健康教育でも重点的に取り上げるなど、市民にきちんと周知できるよう考えて頂きたいと思います。 |
| 中山会長 | 他に何か御意見や御質問はありませんか。 |
| 加藤委員 | 医師確保奨学金貸付制度についてですが、同様の奨学金が出る産業医科大学などの取扱いにいついてなど曖昧な点があることや、応募資格にある国内の大学で医学を専攻することや、勤務についての条件を固く縛りすぎると応募者が出てこないのではないかと危惧しているが、そのあたりのことに関してはどうお考えですか。 |
| 中山会長 | 只今の加藤委員の質問に回答をお願いします。 |
| 事務局（堀） | <p>御質問に対してお答えさせていただきます。まず、要件についてですが募集要項に掲載している条件で今回は募集させていただくことになっております。自治医科大学等のように診療に関して条件を付けられるような大学に入学されている医学生については、今回は奨学金の対象にはならないような取扱いにさせて頂いています。同様に他市や県から奨学金を受けている方も対象外になるように条件を決めさせて頂きました。また、返還の条件につきましては貸付を受けた期間と同期間勤務していただくということで、例えば6年間貸与された場合は2倍にあたる12年間の内に6年間勤務していただくという条件にさせて頂きました。</p> <p>先ほど加藤委員が仰ったように、専門医の取得に関しても新しい制度が入ってきていますので、なるべく奨学金を借りて頂きやすく、勤務しやすいような条件にしたいと考えました。6年間貸与された方は12年間の内に貸与を受けた期間勤務となっていますが、引き続き勤務していただいても結構ですし、一度新居浜市外で勤務して再度新居浜市に戻って勤務するなど通算で6年間勤務すると良いという条件になるように考えて選定いたしました。また、この制度につきましては今年度から開始したものですので、先進地等の制度を参考に作成いたしました。先進地につきましても、現在奨学金を貸与中であり、医師として働き始めた方が居ない状況です。県の制度は、初めて今年度から研修医になって勤務し始めた第一号の方がいるという状況です。</p> <p>医師にとってどのような条件にすることが一番勤務しやすいのかなどこちらが分かりかねるようなところもありますので、今後の状況を見定めながら必要に応じて改正していきたいと考えておりますので御理解いただけたらと思います。</p> |
| 加藤委員 | 応募資格に関して、この書き方では分かりにくいところがあるので、今後洗練していただけたらと思います。 |
| 中山会長 | 他に追加で御質問はないですか。 |

| | |
|-------------|---|
| 森田委員 | <p>西条保健所では、毎年テーマを決めて実施する健康づくり推進事業があります。今年、西条保健所管内の新居浜市、西条市ではCOPDをテーマに取り上げておりますので両市や医師会とも相談しながら取り組んでいきたいと考えております。</p> |
| 中山委員 | <p>ありがとうございます。他に何か御質問はございませんでしょうか。COPDに関しては、また後ほど検討会などの場を持ちたいと思います。</p> <p>それでは、続きまして健康都市づくりポイント事業について事務局から説明をお願いします。</p> |
| 事務局 (黒川) | <p>健康づくりポイント事業について御説明致します。この事業は、市民の健康づくりに関する関心を高めて、健康行動をとるための動機づけになるよう、平成27年10月から始めた制度です。</p> <p>日々の運動実践目標を必須項目とします。また、追加目標として野菜1日350g以上の摂取、禁煙などの生活習慣に関する取組や健診の受診、健康講座への参加等、健康づくりに関する取組をポイント化し、ポイントに応じて、施設利用券や図書カード等との交換、また、社会貢献として小中学校や幼稚園や保育園に「図書カード」を寄付することもできるようになっています。事業の対象者は18歳以上の市民で、高校生は除きます。申込みは、保健センターか国保課の窓口、又はメール、郵送によるものがあります。</p> <p>これまでの取組について説明します。資料の一番後ろのページと前の画面を併せてご覧ください。昨年度末までの1年半で3039人に手帳を発行しました。勸奨も頑張っていて加入者数は増えていますが、人口に占める加入率で見ると、18歳以上の3%にとどまっています。</p> <p>加入者の状況は、性別で見ると、男性27%、女性73%と女性が多く年代別で見ると、65歳から74歳までの方が45%と最も多く、次いで40歳から64歳が38%などとなっています。</p> <p>ポイント手帳を交付した場所は、保健センターが90%となっていますが、公民館などで実施したがん検診会場での発行も含んでいます。他に国保課での発行が9%、郵送やメールでの申込みが1%ありました。</p> <p>次に、職業についてです。無職が62%と最も多く、次いで会社員が14%、自営業が5%、公務員が4%となっています。</p> <p>手帳を発行した人へのアンケートによると、健康づくりに対して関心はありますか？という問いに対して 大変関心があるが54%、少し関心があるが43%と参加時から関心があるという方がほとんどですが、特に関心はない方も2%いました。</p> <p>次に、申込時の運動の頻度です。1日30分以上運動をする頻度についての問いに対して ほぼ毎日が30%、週4日以上が15%、週2、3日が21%となっており、週2、3日以上運動している人は66%でした。</p> <p>次に、運動を始める、継続するために必要だと思うことという問いに対して時間・余暇が1,246人と最も多く、次いで、一緒にする仲間が897人、運動のサークルや運動施設の情報、家族の理解などが比較的多</p> |

くありました。

この事業で貯まったポイントの交換申請は、1月の1か月間に限定して保健センターで手続することになっています。また、1年間ポイントを繰越すこともできます。今年1月には初めての交換申請事務を行いました。

資料を御覧ください。2についてですが、交換可能ポイントは400ポイントからとなっています。400ポイント貯めるには、ウォーキングだけだと週5、6日実施して3か月程度かかることを考慮し、交換可能な人は平成28年9月末までの手帳発行者と仮定して出しています。2, 273人中505人が交換申請をされました。

青いグラフが手帳発行者、赤いグラフが交換申請者です。手帳発行者のうち交換申請した割合は、男性では26.9%、女性では20.5%で男性の方が高くなっています。

次に交換申請された505人の貯まったポイントについてです。今回の申請者の最高ポイントは4,281ポイントで、平成27年10月からほぼ毎日、ウォーキングと野菜350g以上の摂取に取り組み、健診を受けたり、ウォーキング大会などに参加された結果ということでした。申請者の平均では1,470ポイントとなっています。交換希望商品は、500円の図書カードが最も多く、835枚、次いで、マイントピアの入浴券が248枚。市民体育館の利用回数券が66冊などで、また、社会貢献として35人から保育園・幼稚園、小中学校への寄付申請をしていただき、3月上旬までに各施設に図書カードとして、お届けさせていただきました。

次に、健康づくりについての関心が、参加申込時と比べてどう変わったかを聞いたものですが、かなり上がったが27%、少し上がったが57%を合わせると、84%が健康づくりの関心度が上がっていました。

また、日常生活の中で、意識的に体を動かすようになったかを尋ねた問いでは、大いに心がけるようになったが29%、少しは心がけるようになったが37%、以前から心がけており、今も継続しているが32%などでした。

1日30分以上の運動をどの程度実践したか、を聞いた問いでは申込時から継続して週2日以上実践したが79%と最も多く、ほとんどしなかった人も3%いました。

この事業に参加しての感想については、自由記載してもらっているので、その意見を8つに分けてまとめてみました。A3の資料をご覧ください。

まず、③の目標設定についてです。自分の体調に合わせて、手軽にできる目標が設定できたので、できることから意識を持って頑張れ長続きした。目標を掲げたことで、体を動かすことを心がけるようになった。目標に向かって実践し、目標を達成できた喜びを感じることができた。目標をもって生活する大切さがわかった。また、現在、運動の実践目標はウォーキングか体操のどちらかを選択していただいておりますが、自転車、水泳等も目標に追加してほしい。雨の日にはウォーキングがしにくいので、体操でも可とするなど、ウォーキングか体操か毎日選べるようにしてほしい、などの意見がありました。

次に④の記録についてです。記録することが意識付けになり、継続する

はげみになった。記録することで、自分の実践を振り返り、反省することもできた。ポイントが貯まるのを見ながらやる気もアップして、毎日の積み重ねの大切さを知った。といった意見と、手帳への記録方式は面倒なので、スマートフォンなどでポイント計算が自動でできるとよいという電子化を望む声と、今の手帳方式も年齢問わず良いという声がありました。

次に⑤の気持ちの変化については、健康に対する意識が向上した。健康について考えるきっかけになった。自信が持てるようになった。前向きになった。チャレンジしてみよう・続けてみようという心が芽生えた。もともと健康づくりに取り組んでいた人からも、もっと良くなるようにしよう、健診を受けようなど意識が向上した。ということがありました。

⑥行動の変化については、体を動かすのが苦にならなくなった。少しでも時間があれば、体を動かすようになった。運動を意識して実践し、習慣化できた。健康教室にも積極的に参加して、勉強になった。などがありました。

⑦身体の変化としては、体がスムーズに動くようになった。以前よりも体力がついた。風邪をひかなくなった。気づいたら体重が減っていた。野菜350gの目標で体重が3kg減った。体重はあまり変わらなかったが腹囲が6cm減り、体脂肪が減った。中性脂肪が正常値になった。など嬉しい成果が表れている人もたくさんいました。

⑧のインセンティブでは、ポイントを貯める楽しみが運動や健康づくりに取り組む楽しさを発見することにつながった。健康づくりは自分のためという意識だったが、ポイントを地域に貢献できると思うと頑張れる。等の意見がありました。

⑨の認知度では、周りの人がこの市の取組を知らないのが残念。ご近所の方や友達に声かけした。たくさんの人に周知すれば健康増進が進むと思う。という意見がありました。

⑩の体制のところでは、高齢化社会を迎える新居浜市にとって非常に良い取組だ。楽しみながら健康づくりを意識できるので、事業の継続を希望する。安全にウォーキングなどができるように、自転車道、歩道等の環境整備が進むことを願っている。という意見がありました。

手帳発行時のアンケートで生活の中で体を動かすことを心がけていないという人が3,039人中667人いたのですが、この中で交換申請に来た人は109人いました。この109人中96人は申込時よりも体を動かす意識が上がったと答えており、また、ほとんど運動していない人94人中66人が、週に2回から3回以上運動をするようになるなど、体を動かす意識が向上し、活動量もアップしたことにより、体にもよい変化が現れたことがわかりました。

今回交換申請をした505人のこの事業に対する満足度については、大変満足が23%、満足が57%を占めていました。不満と回答した人は1%で5人おりましたが、その理由としては目標達成できない日が多かった、続かなかつた、自己申告がストレスになった、などがありました。

以上のことから、今後の課題について4点あげました。

まずは、あらゆる年代の参加者の増加（認知度の向上）、次に中断せず継続して実践できる人の増加、そして取り組みやすい目標設定の提供、4つ

| | |
|------|--|
| | <p>めに取り組みやすい記録媒体の提供です。</p> <p>今後の健康づくりポイント事業の在り方に対して、委員の皆様からの御意見をいただけたらと思います。以上です。</p> |
| 中山会長 | <p>ありがとうございました。只今の健康づくりポイント事業の説明に対する質問や追加の御意見等ございましたらお願いします。</p> |
| 秦委員 | <p>私は、約600名の生徒とそれぞれの公民館などで健康づくりをしております。管理栄養士の岡部先生と共に、出来るだけ食育でバランスよく栄養をとるためのパンフレットを作成しています。このようなレシピを各スーパーやコンビニの入り口などに置かせてもらっています。とても人気があって、すぐになくなるほど、市民の健康に対する関心が高いのだと思います。また、ポイント事業の実践目標にもなっている野菜350g摂取についてですが、皆さん350gをどうしたら摂れるのかわかっていません。中にはキャベツだけ350g摂っているという人もいますが、そうではないよ、と。例えばキャベツ、ゴボウ、ニンジンなどこのくらいですよと言う、具体的でわかりやすいものができていて、保健センターの御指導のもととしているので、この状態を続けていただけたらと思っています。</p> |
| 中山会長 | <p>是非、わかりやすい取組を今後も続けていただけたらと思います。ありがとうございます。他に何か御質問等はございませんか？</p> |
| 秦委員 | <p>全国の会長会によく行くのですが、愛媛県が高血圧で亡くなる人が多いのが、これだけ一生懸命しているのにどうしてそうなるのか教えてください。</p> |
| 中山会長 | <p>確か、愛媛県より香川県の方が高血圧が多いです。うどんの塩分が多い関係からか、愛媛県はどちらかというのがんの死亡率が高い、新居浜市のことは分析できていませんが、普段の生活習慣の影響で高血圧や糖尿病などになるので、医師会も含めてこういう機会を通して市民へどんどんアピールしていく必要があると思います。</p> |
| 秦委員 | <p>よろしくお願いします。先生方にも御指導いただきながら頑張っていきたいと思います。</p> |
| 中山会長 | <p>今回の会でもありましたが、がん検診を普及させて、いかに早く早期発見で見つけて、完全治癒するかが一番の大きなポイントになると思います。受診率を上げることと、市民に対して、自分の健康は自分で守るという認識を持たせるような働きかけを、これからも続けていただけたらと思います。</p> <p>他に特に御質問や御意見はございませんか。</p> |
| 加藤委員 | <p>今、調べてみたのですが、都道府県別の高血圧の死亡数ランキングが、愛</p> |

媛県が32位となっています。

秦委員

NHKの番組ではもっと上の方だったと思います。これだけしているのにどうしてか、とってしまいます。

中山会長

最近話題のマダニですが、SFTSというマダニのウイルスによる感染症が年間何人かありまして、比較的高齢の方に多くなっています。愛媛県では南予、中予で感染して、亡くなっている報告があるが、今のところ西条・新居浜等東予区域でのSFTSの発症報告はされておられません。ただし、最近のニュースでも出たようにSFTS感染症は、エイズなどのように人から人へは移らない、今回発表されたのはマダニに感染した猫に噛まれた方が感染して発症して亡くなったという報告があります。ですので、その辺の野良猫は、叢にも行っているマダニもいっぱいいて、犬の散歩でもついている。5月以降、自医院だけでもマダニが引っ付いたというのが5例あります。マダニの特徴は、痛くもかゆくもない、噛まれていても気が付かない、いかに肌を露出させないのかが一番だが、長そで長ズボンでも隙間から入ってきて、太ももやお腹や顔も噛むのです。痛くもなんともないので1週間から10日くらいマダニが引っ付いたままになっている、どんどん血を吸うので、最初は米粒くらいからスイカの種くらいになり、血液を吸ってパンパンになるとグリーンピースくらいになります。そのくらいになって初めて、イボがあるとかで来られて、これはマダニだ、とわかるようになるのですが、一番気を付けてほしいのが、マダニを引きちぎらないことを気を付けてください。引きちぎりますと、マダニの場合は刺し口がセメント物質で皮膚の中に固まっているから、引きちぎると皮膚の中に刺し口が残るので、いつまでもしこりになって、固く赤い症状が続きますので、できるだけ早めに医療機関に行って、一番いいのは局所麻酔して皮膚ごと取り除くのがいいですが、難しい場合は例えば、ワセリンのようなものでマダニの部分全部をカバーし軟膏で窒息死させる方法や、局所麻酔剤を周りに塗りピンセットで挟むなど方法があります。マダニらしいことがわかったらそのまま医療機関を受診すること、今までは山等でないと生息していなかったが、最近はこのあたりの庭や公園で噛まれたという報告がたくさんあります。小さなお子さんたちを外で遊ばせる機会があったら、お風呂などでよく観察して何か普段見ていないようなものについていないかよく見てあげてください。いるようなら医療機関を受診してください。

あと、小さいお子さんには関係ありませんが、梅毒が非常に増えていまして、心当たりあるような場所に行って、ふだん見られないような症状が出た場合には、早めに専門医を受診することが、家族を含めてみなさんが幸せに過ごすために大事なことだと思うので注意してください。

マダニは一生のうちに3回、血を吸うと言われています。幼虫の時、成虫になる前の時期、成虫になってからの合計3回、血を吸って大きくなって子孫を残します。その3回の中に、誤って噛まれてしまい、万が一SFTSに感染してしまうような怖い人生を送りたくはないと思うので、十分に気を付けてください。

| | |
|------|--|
| 明石委員 | 先ほどの猫の話ですが、猫にノミ取りの首輪をつけていてもマダニには効果がありませんか？ |
| 中山会長 | マダニはノミとは違うので、蚤取粉でどれだけ効果があるのかはよくわかりません。 |
| 明石委員 | 家から出さない方がいいのでしょうか。 |
| 加藤委員 | 先ほどの高血圧のデータ、少し古かったようですので、高血圧の新しいデータを見てみました。2017年の統計でみる都道府県の姿を見てみますと、愛媛は確かに上の方で17位ですね。従来、東高西低と言われていたが、東の方で塩分摂取量が多いと言われていた青森や山形よりも今は上の方になってきた。東日本が対策を進めている中で、もう少し愛媛県も考えていかないとはいけません。以前言われていた東高西低ではなくなってきたので、西日本が上位にランキングされているところも増えてきているようです。厚生労働省が出している統計ですので間違いはないと思いますので、訂正させていただきます。 |
| 中山会長 | 他に御質問や御意見などはございませんか。 では、時間も参りましたので、他に意見がないようでしたら以上をもちまして、新居浜市健康都市づくり推進協議会を閉会します。 お疲れ様でした。 |