

行方市 100 人委員会「第 1 分科会」議事メモ

議論した基本目標	日本一「元気で包容力のある地域」をつくる
コーディネーター	石井
審議員	石渡、香本
説明担当者（自治体）	健康増進課、生涯学習課スポーツ推進室
日時	2021 年 5 月 30 日（日）13 時 20 分から 14 時 50 分
その他	参加者数 <u>会場 4 名</u> <u>オンライン 1 名</u> 欠席者数 <u>16 名</u>

総括

コーディネーター総括

- 全般的に、行政が場を提供するというのも重要だが、地域・市民の自発的な活動に対して行政がどうかかわりを持つのか、どういった支援策があるのかを考えることが重要。
- 健康は当人の自己決定に依存するため、測り方が必要。
- 特定検診の受診率が高くなるのが健康につながるとは言えない。
- 検診結果をみてどうだったか。それを見て自分を見つめる・振り返る後押しをする方法を考え、市民の自己分析を掘り下げるサポートをすることが行政に求められる。
- ターゲット層を 40～50 代に絞らず、若年層にも眼を向けても良いと考える。
- 当人が自身の状態を把握し、意識づけを高めるための取組みを検討する必要がある。（健康受診カルテのようなもの）

協議の流れ（摘録）

テーマ① 健康寿命についての分析

市) 健康増進課から。

基本目標実現シート及び基礎資料の読み合わせの部分は割愛

健康課題は、外来の受診率は低い、悪化すれば受診する。腎不全の受診率も増加。糖尿病起因の受診も増加。

予防に力を入れていきたいが、実態は追いついていないことが課題であると考えている。

市) 生涯学習課から。

これまで総合戦略にスポーツが入っていなかった。入れていきたいと考えている。

基本目標実現シートの読み合わせ部分は割愛。

スポーツ推進計画の基本理念で「誰もが、いつでも、どこでも、いつまでもスポーツに親しむ事が出来る」をあげている。年代・障がいの有無に関わらずスポーツの目標を掲げる。

委)：委員、コ)：コーディネーター、審)：審議員、市)：説明担当者

成人のスポーツでも運動をしている人は59%と一定いるが、週に1回以上実施している人46%であり、定期的に継続して実施できる人が少ないことが現状であり、課題。高齢者は日常的に農作業をしている人もいるが、運動習慣を身に付けられるよう運動機会を増やすことが目標。

審) 特定検診の受診率を上げたとき、市民にたいしてどのような効果があるか？市民の健康に必ずしもつながるとは思わない。市民の健康状態を統計的にとることに、どのような支障があるか。

市) 高齢者に限らず、すでに何かしらの病気を持っていてかかっている、かかりつけ医の方で検診を受けている人も多い。国保であればかかりつけ医の受診を報告いただいて、受診率に計上することはできるが、情報を提供いただくにあたっては、医師会の考えや個人情報保護の壁でクリアされていない。

審) 支障を取る除くことに方策は？

市) 医師会に足を運んで理解を得ようとしている。

コ) 検診の傾向から、行方市特有の病気の傾向などをつかんでいるか？

市) 検診と医療費のデータでみると、腎不全が全国的にも増えている。また、これが糖尿病に起因しているということは全国的な傾向で、行方市にも当てはまる。検診を受けた人のデータから、行方市独自の特徴は、同規模の市町村と比べて喫煙率が高いこと・一回の飲酒量が多いこと・塩分過多による高血圧が多いことがあげられる。

審) 私が以前携わっていた業務では、特定検診を受ける前の世代にアプローチしていたことがある。他世代でなく、40~50代にアプローチをかけている理由を教えて欲しい。

市) 特定検診というカテゴリの中で見ると、40~50代の検診率が低いことからフォーカスしている。20~30代が生活習慣病の要精密検査の判定になることも多いので、検討はしている。

審) 市民の検診に対する優先順位が低いのでは、と感じるが、特定検診を行う日程が、「仕事や地域の活動とかぶるため受けられない」という声はあるか？

市) 検診に来た人の家族は一緒に受けられないか、聞いたりすると、「健康だからよい」「仕事があつて」などの回答がある。仕事と重なる時間帯のため、「自分は元気だから大丈夫」という意識で日常生活に支障がないから検診を受けていない方もいると思う。

委) 会社から案内されて受けている検診は、特定検診率に含まれていないということでしょうか？

市) お見込みのとおり。この場で提出したデータはすべて行方市国民健康保険に加入している方のデータのみ。

委) 会社勤めの方は会社の方針の中で自分の健康のことを考えるだろうと感じた。

コ) 重要な指摘。健康増進課のミッションは全市民の健康を考えることだが、手元にあるデータは国保加入者の分しかなく、一部の市民データから全市民の健康を考えなければならない。どの市でも起こっていることではある。市民が病気になると医療費がかさむと市

の財政に影響するので、国民健康保険にフォーカスしてしまうことはよくあることだが、ミッションは忘れないように。

コ) これまでの意見をまとめる。

- ・ 特定検診の受診率が高くなるのが健康につながるとは言えない。
- ・ 健康は当人の自己決定に依存するため、測り方が必要。
- ・ ターゲット層を 40～50 代に絞らず、若年層にも眼を向けても良いと考える。

テーマ② ライフステージに応じた市民の運動やスポーツ活動の推進

コ) 前回の会議で「行方市民は車を持っている人が多く、運動量が少ないのではないか？」という意見があった。実際の傾向はどうか？

香川では「うどんを飲み込むように食べる」という風習が、糖尿病などの生活習慣病につながっているという例があった。「このまちにはこの病気の傾向があるよ！」と言えれば意識づけにつながると思う。

市) 車の所有台数に伴って、糖尿病等の疾病も増えているといわれており、これは行方市にも当てはまる。歩いてどこかに出かけるというのが障壁になっている。

委) 仕事による影響もあると思う。現場仕事をしていれば歩く。

また、車による影響はあれども、個人の取組み次第かと思う。個人としてウォーキング、サイクリングなど運動しており、ジムに通うなど心がけている。

コ) 生活習慣をある程度分析しないと、ターゲットが決まってこないのでは、考えないといけない

審) 成果指標にある「運動習慣のある人の増加」についてだが、“運動習慣”とはどんなものを指すか？どの程度の重みの運動を指標にしているのか？

市) 健康増進課で作成した「行方市健康づくり計画」で定めている。1日30分以上&週に2回以上というのを指標にしている。40~70歳というくくりはない。

コ) 行方市は、統廃合が進んだことでスクールバスが増えたという環境の変化があった。スクールバスが増えたことで、こどものスポーツテストの結果が下がったという情報はあるか？

市) この場では持ち合わせていない。

コ) 統廃合が進んだことで、「部活などで可能なスポーツの種類が広がった」or「歩いて行ける範囲でチームが減ったので、スポーツクラブへ参加しづらくなった」などはあるか？

市) スポーツ少年団は20団体くらいある。合併や統合により減ったというより、純粋にこどもの人数が減っているという認識。

コ) こどもの人数減は仕方ないが、スポーツに関わる率・数が上がったなどの話は出ているか？それとも下がっているか？

市) 把握していない。

審) スポーツ活動で、どのようなことを重視しているか？例えば、スポーツ少年団の活動を上げることを目指しているのか？

行政が目指すやりたいことというより、地域でどのようになることが目的・ゴールと考えているかを教えて欲しい。

市) プロスポーツ選手を呼んでのスポーツ教室や、誰もが参加できるスポーツイベントを開催していこうと思っている。(みんなのスポーツフェスティバル；年齢や障害の有無にか

かわらずに参加…など)

審) 市がやることはわかったが、地域や市民が目指す形があれば教えて欲しい。

市) 市民全体の運動を測る活動はいろいろとやっている。

審) 市の取組みはわかった。スポーツ少年団への働きかけや、高齢者のスポーツ大会などは地域でやっているか？

市) 地域でグランドゴルフなどは活発に動いており、高齢者の生きがいにもつながっている。市主催の大会にも参加してもらっている。

審) スポーツ少年団や高齢者の集いでもよいが、何か考えることあるか？

委) 自分は趣味でソフトボールをやっているが、人数を集めることが壁になる。少人数でもスポーツができれば。市外に目を向けると、民間のジムが増えているが、行方市にない。人数を集めなくても単体や少人数で運動できるジムなどが市内にあればとは思う。

委) 市内にあるジムが、コロナのせいで平日のみの利用で使いにくい。

コ) 役所で考えると、どうしてもスポーツ施設やイベントの拡充という方向に向かいがちだが、民間との協力・誘致などによる継続的な効果を含めて考えることが必要。

少年団についてだが、以前は口コミや近所の付き合いでの参加があったが、以前より人数が減ってきている現代においては、口コミや付き合いによる人数集めの効果は少なくなってきた。そのため、行政が地域のスポーツクラブに対しチラシを作る支援を行っている例がある。

審) スポーツが通じて健康維持、というのが目的と考えてよいのだろうが、スポーツに対して苦手意識を持っている人へのアプローチは？また、高齢者などで「外に出てこられない」人が健康維持するための方法はあるか。出てこられる人、スポーツ好きな人だけが利益を受けられるような感じに見える。

市) 外に出てこられない人へ無理に出てきてもらおうとは考えていない。現役で農業をやっている高齢者もいる。仕事しているからスポーツをしない、という方がいるのも理解している。

審) ゴールとしては体を動かしていればいい？スポーツ＝健康ではないので、スポーツすることが健康づくりの手段・指標でなくてもいいのでは？と思った。例えば農業などで体を動かしている方はスポーツの場へ無理に出てこなくても良いとは思っている。

コ) 必ずしもスポーツイベントへ参加しなくても、スポーツを通して楽しむことができれば良いという考えもあるかと思う。

イベントへの参加を促すのは良いことだが、中には年に数回のイベントにしか参加しないという方も出てくると思う。こういう関わりは市の目標とは違う。グランドゴルフ、少年団、あるいはまた別の活動で、習慣的に取り組めるようにイベントで仕掛けられたらいいと思う。

委) スポーツとみると、やるひと・やらない人がはっきりわかれると思う。やらない人へス

スポーツをやらせるのは難しい。例えば霞ヶ浦などでサイクリング・ポタリングをしている方をみると、自分もやってみようかなと思うことがあるが、なかなか踏み切れない。

では何が重要なのかを考えると、一緒に取組む仲間をつくることが重要だと思う。これはスポーツだけに限った話ではないが。

コ)「ほかの人と一緒にだと頑張れる」という方も多くいると思う。

ひとりでストックにできるひともいれば、何人か集まった方がいい人もいる。

【総括】

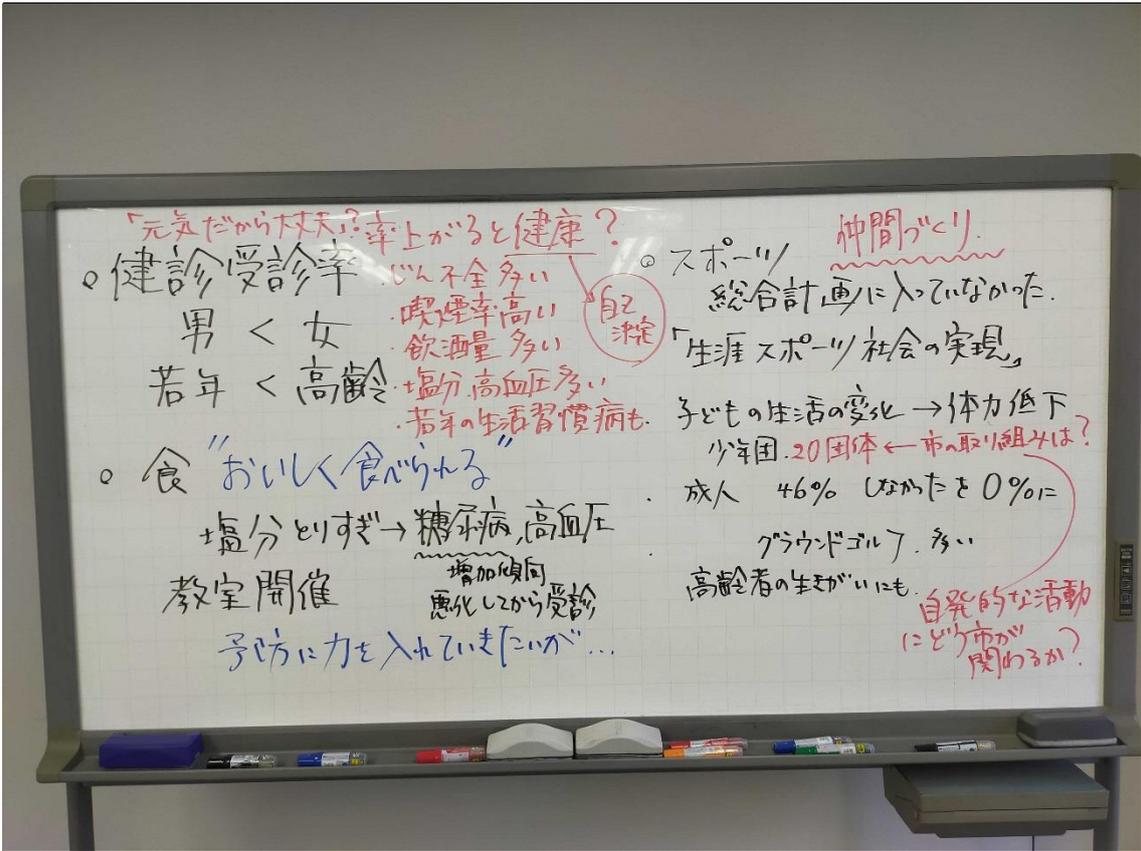
審) 健康については、当人が状態を把握し、意識づけを高めるための健康受診カルテのようなものがあったとしても良いのではないかと思う。

また、全般的に、行政が場を提供するというのも重要だが、地域・市民の自発的な活動に対して行政がどうかかわりを持つのか、どういった支援策があるのかを考え、取組んでいくことが重要であると思う。

審) スポーツ・健康には自発的な動機が必要で、単純な好き・嫌いなどを含めた「人の価値観」というものと密接する。

検診結果をみてどうだったか。それを見て自分を見つめる・振り返ることが大切だが、行政はこの後押しをする方法を考え、市民の自己分析を掘り下げるサポートをすることが求められると考える。

ホワイトボードの写真 (コーディネーターが議論をまとめた資料含む)



「元気だから来院? 率上がると健康?」

○ 健診受診率

男 < 女
若年 < 高齢

・ 喫煙率高い
・ 飲酒量多い
・ 塩分・高血圧多い
・ 若年の生活習慣病も

自給

○ スポーツ

仲間がたり

総合計画に入っていない

「生涯スポーツ社会の実現」

子どもの生活の変化 → 体力低下
少年団・20団体 ← 市の取り組みは?

成人 46% しなめたと0% =

グラウンドゴルフ 多い

高齢者の生活がいきい

自発的な活動
にどのくらい関与する?

○ 食 "おいしく食べられる"

塩分と砂糖 → 糖尿病、高血圧

教室開催

予防に力を入れています(こい)...