

令和4年度（2022年度） 第2回 健康すいた21推進懇談会 議事要旨

開催日時	令和5年（2023年）2月15日（水）午後2時から午後4時まで
開催場所	オンライン（zoom）
出席者	岡本 玲子委員長、中村 清美副委員長、新居延 高宏委員、千原 耕治委員、 三田 康子委員、山下 節代委員、谷 将行委員、円野 久子委員、広瀬 志保委員、 山本 雅子委員、福島 一美委員、今泉 まり委員 (以上12名)
欠席者	山本 保治委員
議題	(1) 健康すいた21（第3次）分野別取組の検討 ア 分野5 歯と口腔の健康 イ 分野6 たばこ ウ 分野7 アルコール エ 分野8 診てもらう (2) その他 ・かるしお大作戦について（健康的な生活習慣づくり重点化事業）
資料	資料1 健康すいた21（第3次）分野別取組の検討 資料2 かるしお大作戦について（健康的な生活習慣づくり重点化事業） 参考資料1 健康すいた21（第3次）の進め方について 参考資料2 健康すいた21（第3次）評価指標一覧 参考資料3 健康すいた21推進懇談会設置要領 参考資料4 健康すいた21推進懇談会委員名簿

発 言 概 要

(1) 健康すいた 2 1 (第 3 次) 分野別取組の検討

●委員長

参考資料 1 「健康すいた 2 1 (第 3 次) の進め方について」の裏面に示されているとおり、前回の会議では、市や関係団体の取組の情報共有や、健康すいた第 3 次計画の重点ターゲットへの取組についてご意見をいただきました。

本日の会議では、計画の進捗管理や推進のために、分野ごとの具体的な取組について検討したいと思います。

なお、今回は分野別取組のうち、「歯と口腔の健康」「たばこ」「アルコール」「診てもらう」の 4 分野について検討し、残りの分野については、来年度の会議で検討予定としております。

それでは、早速議題に入りますので、議題 (1) 「健康すいた 2 1 (第 3 次) 分野別取組の検討」から、「分野 5 歯と口腔の健康」について、事務局から説明をお願いします。

【資料 1 に基づき事務局から説明】

●委員長

市で検討している取組の内容についてのご意見、ご質問の他、地域団体の方であれば、取組に関して市や関係団体と連携できそうなこと、イベントなどの提供できる場や手段等があればお願いします。

●委員

3 月 4 日に南千里駅前のニュータウンプラザとまるたす広場で、レディース健康フェスティバルというイベントを開催する予定です。

このイベントでは、医師会や薬剤師会等、様々な団体のご協力をいただいておりますが、口腔という観点では、コロナ禍によりマスクをつける中で様々な悩みがあり、子供でも嚙む力が弱くなっていることもあるため、歯科医師会にご協力していただきました。

歯ヨガを実践されている先生をご紹介いただき、「お口の健康から全身の健康美へ導くヨガの実践」をテーマに講演会を開催する予定です。興味を持たれている方が多く、申し込みも多数きています。

このように「美」という観点から、口腔ケアへつなげることも 1 つの方法だと思います。

●委員

資料 1 スライド 3 にある「歯科健診の実施」の取組として、成人歯科健康診査が 30 歳からとありますが、15 歳から 74 歳の障がいをお持ちの方も対象になります。

もう 1 点、「ライフステージに応じた指導及び周知啓発」の取組として、3 歳児を対象にした「親子のよい歯のコンクール」も実施しているので、追記していただければと思います。

また、次世代向けの事業として、歯科医師会主催の出前講座も 13 年ほど実施しています。様々な団体から申し込みがあり、歯に関することでも、それ以外のことでも依頼があれば歯科医師会の先生が講演しています。

●委員

若い世代への啓発だと、子育て世代が集まる「子育てサロン」を実施している地区があるため、活用できるのではと思いました。そのような場で医師の講演等ができれば、参加する人も増えるのではと思います。

私の担当する地区でも子育てサロンを立ち上げようと思い、交渉しているところです。

●委員

既に子育てサロンで出前講座を数回しております。出前講座は、子育て世代から高齢世代まですべての世代が対象です。子育てサロンの他、児童館や公民館等でも講座をしたことがありますので、地区や地域の方へもそのような活動があるとぜひ周知していただき、利用してもらえればと思います。

●委員

高齢者向けに低栄養レシピを作成しましたが、今年度は噛む力に焦点を当てて「噛む噛むレシピ」と「コツコツレシピ」を高齢福祉室からの依頼で作成しました。

噛む噛むレシピは、吹田市のクックパッドに掲載されていますので、また周りの方にもお伝えいただけたらと思います。

●委員

就労世代への啓発に関して、吹田市商業団体連合会は、年に数回会議をしており、様々な団体が参加しています。会議開始前に健診の周知啓発等は可能かと思っています。

●委員

成人保健課が養成する健康サポーターや高齢福祉室が養成する介護予防推進員として、講習等の手伝いをしています。オーラルフレイルをテーマとした講習は、介護予防推進員として参加したことがあります。健康サポーターとしてはないため、そちらでも広めてはどうかと思いました。

また、南千里にある口腔ケアセンターでは、全世代へ「健口チェック」を、65歳以上へは講習実施されていますが、参加する方が固定していますので、他の方へも周知できればよいのではと思っています。

○事務局

成人保健課でも、今年度の産業フェアで、健康サポーターの方に協力していただいて、働く世代からのオーラルフレイルについて啓発を実施しております。また、口腔ケアセンターが今年で10周年のため、歯科医師会の先生方と様々な取組をしております。

さらに、フロスの使用を促すようなポスターや歯科健診の受診勧奨用ポスターも現在作成しておりますので、啓発についてまた皆様のご協力をいただきたいと思います。

歯の健康は今後、重点課題と思っていますので、取組をどんどん進めたいと思っています。

●委員長

市や関係団体が様々な取組をされていて、その一元的な情報が資料1のスライド3に示されていますが、いつ、どこで、どのような取組があるのか等、もう少し具体的な情報が一元的に発信されていると、市民や関係団体が活用できるのではと思いました。

●委員

小中学校の歯科健診では、虫歯ではないが歯医者に行った方がよいというグレーゾーンの診断をされることがありますが、結局虫歯ではなく、学校から結果を求められることもないので、歯医者に行かないままということがあります。

かかりつけ歯科医について、他市にかかりつけがある方も多いため、吹田市の成人歯科健診をうまく活用できないことがあります。市を跨いで受診ができればいいと思います。愛知県では、健診の記録ができる歯の健康手帳があり、お便りが来れば、歯の健康手帳を持って健診に行くというくせがついていました。子供の頃から使い続けており、私の両親もずっと使い続けていることから、きっかけを与えたり、続けられるような仕掛けや仕組みを作っていくことも1つの方法だと思いました。

また、健診や給食がなくなる高校・大学では、健康への意識がない人は健康状態が悪くなってしまいうこともあります。そのためには、自分でケアできるような仕組みや、インセンティブが得られるような仕掛けがあるといいと思います。

教育機関で勤めていた頃、口の状態が良くないから歯医者に行きたいが、歯医者へのハードルが高いことや、時間がかかること、どこに行けばよいか分からないこと、近くにないこと等、様々な理由で受診から遠のいてしまう人がいました。そういった人を救えると、その方々のその後の生活ないしは市の財政も楽になるのではと感じています。

●委員

まず、学校の健診はスクリーニングのため、そこで受診や治療が必要と診断されても、吹田市で受診する必要はありません。どこで受診していただいても構いませんが、市で情報を管理するためにも処置をしたことは報告していただければと思います。

高校・大学は市の健診がない期間ですが、歯科医師会として市に要望しているところです。近いうちの実現すればいいなと思っています。

●委員長

では、次の議題にまいります。「分野6 たばこ」について、事務局から説明をお願いします。

【資料1に基づき事務局から説明】

●委員

卒煙支援ブースについて、具体的に説明をしていただけますか。

○事務局

禁煙を促す密閉型の喫煙所です。通常、喫煙所ではたばこを吸うだけですが、今回整備している卒煙支援ブースは、禁煙を促す動画を流し、喫煙者の方へメッセージを伝え、たばこを吸いながらも禁煙を考えていただけるような場所にできるよう、準備を進めています。

医師による禁煙治療の具体的な説明動画や、実際に禁煙を成功された方がどのように禁煙を決意され、禁煙を続けてらっしゃるのかというような体験談動画を作成中です。

●委員

禁煙外来を実施していますが、チャンピックスという飲み薬の供給が現在十分ではないため、実質、禁煙外来ができていない状況です。吹田市では禁煙治療費の一部助成がありますが、市民の方が活用されているのか教えていただけますか。

○事務局

一昨年からチャンピックスの供給が停止されていることから、禁煙外来を中止している医療機関もあれば、ニコチンパッチなどで対応して継続している医療機関もあります。令和3年度は薬の供給の停止や、新型コロナウイルスの影響もあり、禁煙治療費の助成申請は39人と少ない状況ではありますが、禁煙外来については継続されているということで、市民へ周知を行っている状況です。

今年度の申請者数については、現在集計中ですが若干減少しています。やはり治療ができないことが影響しているのではと思っています。コロナ前は69人、初めて治療費助成を実施した年では89人と多くの申請がありましたが、少しずつ人数が減っています。啓発をして申請者が増えたこともありますので、今後も様々な場で周知していきたいと思っています。

●委員

昔は、肺がんになるからたばこをやめましょうと言っていました。しかし、たばこは肺の扁平上皮がんは関係がありますが、最近急に増加している肺の腺がんに関しては、実はたばこは関係ありません。むしろたばこは、COPD（慢性閉塞性肺疾患）、昔で言う肺気腫慢性気管支炎の方にリスクが高いので、禁煙を促す場合には肺がんではなく、COPDにならないようにするという内容で啓発等を行う方が説得力があるのではないかと感じています。

●委員長

貴重な情報をいただきました。

市には、COPDについて啓発するような媒体はあるのでしょうか。

○事務局

禁煙治療の一部助成の啓発チラシへは、COPDの他、禁煙の効果や、乳幼児への影響など、世代ごとに関連のある情報も一緒に掲載した上で、乳幼児健診やイベント等で配布しています。

●委員長

イベント等で、関係団体がポスターやチラシを使用したい場合は、提供してもらえますか。

○事務局

依頼があれば提供させていただいております。実際に、健都クリニックモールやマンションの管理組合へ配付した実績もあります。ぜひ、お声がけください。

●委員

少年野球のコーチや整体の先生など、子供と関わる大人の方が喫煙をしているところを見かけます。そのような方や関係団体への働きかけは何か行っているのでしょうか。

○事務局

資料1の説明にありました「協賛事業者制度」は、市内の企業や事業者に働きかけ、スモークフリーの取組に協力していただくことで、行政だけではなかなかカバーできない就労世代へのアプローチを進めていくための制度です。教育関係の企業や事業者にも広める予定です。協賛いただける場合は、スモークフリーの理念に賛同しているという意思表示のステッカーの配付を考えております。活動は来年度以降も継続して実施します。

また、ホームページやSNSでの啓発の他、子供たちに募集した禁煙啓発ポスターには、喫煙している大人へのメッセージも書かれているので、効果的に発信して、広く市民の方に見ていただけるようにと考えております。

いただいたご意見を参考に、今後の取組について検討してまいります。

●委員

もう1点、路上喫煙について教えてください。駅近くにたばこの自動販売機が設置されており、その下にバケツが置かれています。そこは、病院の近くで、子供たちもよく通る場所ですが、いつも誰かがたばこを吸っています。市は、どの程度の規制や注意ができるのでしょうか。

○事務局

市民の方などから同様のご意見、ご相談を受けることがあります。現在の健康増進法等では、罰則を伴うような規制や強制的な撤去はできませんが、望まない受動喫煙を防ぐという意味で、施設の管理責任者等と相談の上、置き場所の変更などを依頼している状況です。

●委員

路上喫煙禁止のマークが路面に貼られているのを見たことがあるので、屋外喫煙が多いところへも貼ればいいのかと思いました。

薬剤師会では、小中学校で学校薬剤師が、薬物乱用防止教室の中の一環として、たばこやアルコールの話をしています。今年は集計前のため実施校の数は確定していませんが、毎年、小中学校全校で教室を実施しています。ゲートウェイドラッグと言われるように、たばこやアルコールは薬物使用の入口となり、その後の乱用にも繋がるため、誘われても必ず断るということを教え

ています。アンケートでは、たくさんの子が「タバコは吸わない」と答えており、両親が吸っている場合は、吸わないように注意するという答えもありました。以前、私の薬局でも、子供から注意されて、たばこをやめた方がおられたので、子供の力は大事だと思いました。また、その子供が大人になってから吸わないような環境を、みんなで力を合わせて作らなければいけないと思います。

先ほど、COPDの話がありましたが、せきやたんの症状で薬局に来られた方へ問診をする際、喫煙していればCOPDを考えます。最初からたばこのことを言うと、嫌がられてしまうこともあります。何度もお話ししていくと禁煙を考える方もいるため、このような地道な活動も必要ではないかと思っています。

○事務局

先ほどの補足です。吹田市は環境美化条例で、歩きたばこやポイ捨てが市内全域禁止されており、先ほどお話しがあった路面に貼っている喫煙禁止のステッカーは、路上喫煙禁止地区ということを示しております。路上喫煙禁止地区は、駅前を中心に市で指定した場所に貼っていますが、なかなか市民の方まで情報が届いていない状況です。屋外での喫煙についても、罰則を伴うような規制や強制的な撤去はできませんが、望まない受動喫煙を防止することは、屋外であっても同じですので、環境美化条例や府条例などについてもっと広く周知できるよう、来年度以降も引き続き活動してまいります。

●委員長

続いて「分野7 アルコール」について、事務局から説明をお願いします。

【資料1に基づき事務局から説明】

●委員

断酒会では、講演会を開催していると聞いているので、開催回数を増やしてもいいのではと思います。

○事務局

地域保健課では、精神保健グループでアルコール依存症等の問題を抱える方の相談を受けており、断酒会とも連携しています。断酒会主催の断酒を考える会に精神保健グループの職員が出向き、相談を受けています。

また、本市は令和2年度から中核市となり保健所を持ちましたが、それ以降は断酒会と一緒に、市役所本庁のロビーでアルコール週間に合わせた展示による啓発を行ったり、市報やホームページに、アルコールに対する問題や適量飲酒に関しての啓発をしています。

●委員

先ほど、COPDの話をしていましたが、COPDが全国民の1000万人とすると、アルコール依存は約100万人とされています。しかし、社会的にはアルコール依存症の方が問題であり、社会的な損失を大きく受けることになります。DVや交通事故、鬱病、認知症は、圧倒的にアルコール依存の方が影響があるということは周知の事実です。医師会としては年2回程、市民の公開講座を開催して、アルコールから慢性肝炎、肝硬変、肝細胞がんに移行するなどといったアルコールの本当の怖さを伝えるようにしています。

●委員長

最後に「分野8 診てもらう」について、事務局から説明をお願いします。

【資料1に基づき事務局から説明】

●委員

健診受診率の低下とありましたが、受診者数は最近増えています。しかしながら、コロナの影響もあり従来よりは少なくなっています。受診率低下による影響の1つに、がんの発見の遅れがあります。3年という期間は大きく、早期がんは進行がんになってしまいます。

また、コロナ禍の中、外出が制限される高齢者では、フレイルないしオーラルフレイルが増えて、例えば誤嚥性肺炎が増えるという悪循環を招いています。受診率を向上させるためには、嫌々受診するのではなく、積極的に受診するという社会となるよう、ナッジ理論を上手く使っていくべきだと思います。

●委員

アンケートの聞き方が影響しているところもあるかもしれませんが、かかりつけ歯科医を持っている方はコロナ禍でも比較的多いという報告があります。

口腔健康管理を目的に学校健診等を行っており、定期的に管理することが予防につながると考えています。ICTを活用して、健診結果を自身の携帯電話で確認できるような取組が進んでいると思いますが、そういった環境も整えば、より良いと思います。

歯周病菌は18歳頃から定着し始めるため、若い世代の歯科健診受診率をあげるためにも周知啓発やインセンティブ等の取組を行うことも方法の1つだと思います。

●委員

現在はコロナで実施できていませんが、健康サポート薬局において市民の方へ健康相談や骨密度測定、ストレスチェックなどができるイベント等を開いていました。ここ数年実施できていませんが、再開していくと思います。

日常的なところでは、血液検査結果をかかりつけ薬局に見せてくれる方に対し、数値の推移を診た上で気になることがあれば、専門の病院へかかるようアドバイスをしています。

薬剤師会では、昨年12月から、健都において月1回、市民向けに健康講座を始めました。様々なテーマで実施しており、市民に対して予防医療の観点から健康増進に力を入れてまいります。

●委員

小学5年生と中学2年生を対象に実施されている生活習慣病予防検診ですが、中学校を卒業すると終了するのか、それとも継続的に受診できるものなのか、教えていただけますでしょうか。若い世代への健診のアプローチをどのようにされるのかも気になっています。

○事務局

小学5年生と中学2年生を対象にした生活習慣病予防検診は、保健給食室が実施しております。対象は全生徒ですが、スクリーニングをかけて該当した方の中から希望者が受診されるという仕組みになっています。小学5年生、中学2年生で受診すると、その後1年間はフォローとして検診を受ける期間がありますが、おっしゃる通り、卒業後は自身や家族の日々のセルフケアでの対応になります。

生活習慣病予防に関する取組は、本市でも日々進めており、現在は子供と保護者の健康増進に寄与するための仕組みづくりとして、アプリの開発を進めているところです。国立循環器病研究センターが開発した生活習慣病の予防チェックといった知見も搭載して、実装に向けて進めており、卒業後も自身の健康状態の経過を確認できるような環境整備をめざしています。

●委員

生活習慣病予防検診の話が出たので、少し補足させていただきます。検診後、子供と保護者に対し、年1回栄養相談を実施しています。SATシステムを使って、普段食べている夕食をフードモデルで選び、摂取カロリーや食事の傾向を知ってもらいます。また、お菓子に含まれている砂糖の量や普段の食生活についても話しています。

●委員

大阪府の健康増進アプリ「アスマイル」は、歩いたり、健診を受診することでポイントが得られるものです。吹田市は、市町村ポイントを導入していませんが、導入すれば意識が高くなり、アスマイルの普及にもなります。アスマイルの機能には、AIによる生活習慣病の発症リスク予測もあり、健康増進に寄与する良いアプリだと思うので、市町村ポイントの導入についてぜひご検討していただければと思います。

●委員長

アスマイルは、市町村と連携してポイントが貯まる仕組みになっているのですか。

●委員

市町村が開催するイベントに参加したり、市町村が作成したウォーキングコースを歩くとポイントが貯まります。活用できる部分が増えてきているので、個人的にはとても楽しみにしています。

●委員

直接的に健診受診を促すようなものではありませんが、事業団では健康展のような大きなイベントをはじめ、生活の中での気づきを与えるために、レディース健康フェスティバルで骨密度や肌年齢を測定できるようなブースを開いたりもしています。それ以外にも、2ヶ月に1回、ディオス北千里でマルシェを開催しています。買い物のついでに、健康に関する気づきを得てもらうために、事業団や千里金蘭大学、カーブス、ポーラ等が健康啓発ブースを出展し、測定や相談を行っています。4月はウォーキングナビをテーマに歩き方についての講座、6月は疲労度の測定、8月は足型を測定する機器を用いて3Dで足型を取り、かかとの向きで今後どうなるかといった話をしました。10月は糖化度測定を実施しましたが、2時間で75人程の参加がありました。12月は握力と内転筋外転筋の測定をしました。現在は北千里のみでの実施ですが、今後広げていけたらと思っています。希望ですが、各地域にお住いの健康サポーターの方々に地域の特色を教えてもらい、一緒に実施していければと思っています。

また、歯磨きの指導について委員にお伺いしたいです。健康展で歯科衛生士会が、歯磨きの指導をやられていましたが、とても丁寧に教えていただいて、大変よく分かりました。街中でも実施できればと思いましたが、難しいでしょうか。

●委員

面白い取組ですが、口の中は千差万別なので、1人1人の口腔状態を見て、歯ブラシの指導をしたり、歯間ブラシ、フロスなどを勧めたりと時間がかかるため、なかなか難しいところがあると思います。世間では、オーラルフレイルについて取りざたされています。口腔機能の低下という意味ですが、市民へ周知するために、舌の力や口周りの筋肉、口腔の乾燥具合を検査できる器具を使ったイベントを開催するのもよいのではと思っています。

●委員

商工会議所では、毎年集団検診を実施しています。コロナ前は1200名程が受診していましたが、令和4年度は800名程と減少しています。ちらしの配付や、指導員の声かけ等ができればと思っています。

●委員長

非常に活発な議論をしていただきました。分野別取組の検討については一旦終了し、次の議題「かるしお大作戦について」事務局からお願いいたします。

【資料2に基づき事務局から説明】

●委員

今年度、給食試食会を実施している学校は多くありませんが、次年度以降、小学校で給食試食会を実施することがあれば、ぜひかるしおのメニューを使ってほしいです。保護者が実際に試作し、おいしいと実感すれば、より浸透するのではと思います。

●委員

子供の頃から減塩に気を使うのは良いことだと思いましたし、大人になって高血圧になる人が多いので、こういった取組にはとても賛成です。

吹田市には国立循環器病研究センターがあるので、先生方の協力を得て、ますます減塩のメニューが作られることを期待しています。

●委員

減塩と聞くと、美味しくないというイメージを持たれる方が多いと思います。味噌を全部入れた上でお湯をいっぱい入れて、薄いから減塩だと思い、美味しくないけど減塩したものを飲んでから大丈夫だと自信を持って言われる方もいるため、正しい減塩について情報提供していきたいと思います。せっかく国立循環器病研究センターでおいしい減塩食を作られているので、吹田市でも市民の皆さんに浸透していけばと思っています。

●副委員長

私自身、3年前までは保健所において、公衆衛生の最前線で健康増進のために多くの分野を横断して、様々な啓発をしていました。管理栄養士だからといって食だけを啓発するのではなく、他の分野との横のつながりを大事にしていました。この懇談会では、そういった横のつながりを持って情報交換等をされていることが素晴らしいと思いますし、私自身もその仲間の1人として、北千里駅前マルシェと一緒に活動を行っています。本学は管理栄養士の他、看護師、保健師、助産師など、人と関わる専門職を育てていることもあり、学生ボランティアと一緒に参加して、市民の方に何か気づいてもらえるよう実践も含めて活動し、この会議にも参加している次第です。

先ほど申し上げた横の繋がりについて、健康づくりの話となると、健康や福祉、医療関連が中心になりがちですが、他分野、異業種とどれだけ繋がれるかで、啓発力が変わるということを実感しています。そういう意味では、先ほどから話が出ている商工会議所への期待が大きくなります。私自身、飲食店と繋がりがなかった時、1番アクセスしたのは地元の商業団体だったこともあり、他業種との繋がりをもっと意識していきたいと思いました。

啓発して知識を入れた人々がどのように実行するのかという時に、家族や親しい友人など、自分の最も身近なコミュニティの中で伝え合っていくのではないかと思います。コロナ以降、YouTubeなど様々な情報発信の方法が出ましたが、こんなことをした、あんなことをやっていたと口で伝え合えるのは、やはり1番身近な家族、親しい友人だと思うので、啓発をする際は、ぜひあなたの大切な人にも伝えてねと一言添えていきたいと改めて思いました。

最後に、普段大学生と接している立場で申し上げますと、高校から大学、さらには社会人になって2、3年目ぐらいまでの20代前半の方が、一番健康への関心が途切れやすいところだと思います。元気な10代20代では、受けなければいけないから健診を受けるという意識がありますが、自分が40、50代になった時を見据えた10代20代の過ごし方ができるような意識を作ることは、大学の責任の部分も大きいと思いました。入学時プログラムでは、学生生活や勉強の仕方について話す時間はありますが、自分の健康を守るための話をする時間が十分かと言われると、なかなか難しいと感じています。学生生活を送る中で、健康を害して、学校に来れなくなったり、勉強が続けられない学生もいるため、やはり高校、大学における健康教育の重要性を感じた次第で

す。

●委員長

以上で本日の案件が全て終了となりました。事務局から何かあればお願いいたします。

○事務局

次回の会議につきましては8月頃を予定しております。日程等決まり次第、また改めてご連絡をさせていただきます。

来年度は、残りの分野1から分野4の取組について議論をしていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

(閉会)