

## 会議録

|                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 会議の名称                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 令和５年度 第５回西東京市健康づくり推進協議会                                                                                                  |
| 開催日時                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 令和５年11月22日（水曜日）午後１時30分から２時30分まで                                                                                          |
| 開催場所                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 保谷保健福祉総合センター ６階 講座室２（WEB会議を併用）                                                                                           |
| 出席者                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 中澤委員（会長）、浅野委員、井出委員、早田委員（代理出席）、肥沼委員、平山委員、渡辺委員、石坂委員、片白委員、前田委員（代理出席）                                                        |
| 欠席者                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 富永委員、田中委員、伊集院委員、青柳委員、篠塚委員                                                                                                |
| 議題                                                                                                                                                                                                                                                                                      | (1) 大学生調査の結果報告<br>(2) 市民まつり・まちづくりフェス アンケート結果報告<br>(3) 第３次西東京市健康づくり推進プラン策定までのスケジュール案について<br>(4) 第３次西東京市健康づくり推進プラン（素案）について |
| 会議資料の名称                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 資料１ 大学生調査 結果報告<br>資料２ 市民まつり・まちづくりフェス アンケート結果報告<br>資料３ 第３次西東京市健康づくり推進プラン策定までのスケジュール案<br>資料４ 第３次西東京市健康づくり推進プラン（素案）         |
| 記録方法                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/> 全文記録 <input checked="" type="checkbox"/> 発言者の発言内容ごとの要点記録 <input type="checkbox"/> 会議内容の要点記録     |
| 会議内容                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                          |
| <p>１ 開会</p> <p>○会長<br/>「令和５年度第４回会議録の承認について」について何か質問、意見はあるか。</p> <p>○委員<br/>特になし</p> <p>○会長<br/>特にないようなので、これで確定とする。</p> <p>２ 議題</p> <p>(1) 大学生調査の結果報告</p> <p>○会長<br/>「大学生調査の結果報告」について事務局より説明をお願いします。</p> <p>●事務局<br/>資料１に基づき説明</p> <p>○会長<br/>薬学部の学生を対象としているので、母集団の男女比が偏っていることの注釈を入れ</p> |                                                                                                                          |

たほうがよい。他に何か質問、意見はあるか。

○A委員

10年ほど前は、自身が健康ではないという状態をイメージできず、健康な生活や病気の予防について小学校で教えることが難しかった。そのため、自分と健康のことを関連付けて考えさせる工夫をしていた。

最近、コロナ禍の影響により、子どもたちは運動不足であり、特に危ないことをしていなくても、体育の授業等で骨折等のケガをすることがある。遠足や校外学習でも、長時間歩けない児童が一定数いる。食物アレルギーがあったり、目の疲れを感じたりしている児童もいる。また、夜寝る時間が遅い等の生活リズムの乱れも目立つ。長期欠席についても、以前は原因がはっきりしていたが、最近は理由がはっきりしないことが増えた。ただし、以上のことはあくまでも顕著な例であり、すべての小学生に当てはまるわけではない。

○会長

今回は大学生を対象とした調査だが、授業もオンラインで行われている。かなり変化したと考えられる。

## (2) 市民まつり・まちづくりフェス アンケート結果報告

○会長

「市民まつり・まちづくりフェス アンケート結果報告」について事務局より説明をお願いします。

●事務局

資料2に基づき説明

○会長

市民まつり・まちづくりフェスの際に、市の健診のパフレットも配布しているか。

●事務局

配布している。

○B委員

回答者の年齢構成や男女比を教えてください。

●事務局

ご年配の方が多かったように見受けられた。

○B委員

がん検診のターゲットとなる世代だが、面倒・時間がないといった理由でがん検診を受けていないという回答が目立つ。がん検診を受けやすい環境づくりの視点を計画の中に盛り込むとよい。

○会長

口腔ケアは脳血管疾患や心疾患、糖尿病、認知症の予防等にも繋がる。市民アンケート調査や市民まつり・まちづくりフェスでの調査の結果からも、口腔ケアへの関心を持っている者が多いことが分かっている。

○C委員

口腔ケアの目的は口内の健康を保つことである。口の中には、歯・歯ぐき・舌・粘膜等、様々な器官がある。口腔ケアと一言でくくるのではなく、歯周病・歯ぐき・飲み込み・フレイル等、加えてはどうか。健診の時は、これらの項目を細かく診査する。また、かかりつけ歯科医が継続的に経過観察することで変化が分かるので、推奨するとよ

い。

○会長

口腔ケアで一度まとめた上で、その中で項目を分けるとよいと思う。

○D委員

口腔ケアに関して、コロナ禍でマスクの影響か、朝歯みがきをしない小学生が増えていようだ。特殊な状況で口腔ケアを取り巻く状況が変わったことを加味するとよい。

平均寿命に関して、一部報道では平均寿命が下がっていると言われている。市の考えをお聞かせ願いたい。

●事務局

動向を注意深く見守っている段階である。

○E委員

32頁の表3-8のタイトルとグラフが不整合である。

●事務局

今一度確認する。

○E委員

運動が好きな子どもの方が、将来的にも運動を継続すると思う。その意味でも体育の授業等は大事である。課題について、日常生活の中で活動量を増やすとある。私も40～50分かかる十数キロの道を自転車で通勤していたことがあるが、半年ぐらい継続すると身体が適応し、あまり運動している実感が湧かなくなった。日常的な運動だけではなく、それ以外の運動も心がける必要があることに触れるとよい。

○F委員

私は毎日スポーツジムに通っている。また、定期的に5キロほど、7,000～8,000歩を歩くといった運動を実践している。

○G委員

フレイル予防に関して、元気がない時等についダラダラとしてしまい、危険だと感じている。

○H委員

私の孫はプールや運動教室等には通っているが、外で自由に走り回ってはいないようだ。子どもが自由に過ごす時間が重要だと思う。

○I委員

今回委員に就任して、市がきめ細かく市民の健康づくりの取組を行っていることを初めて知った。また、今日来るときに市のスポーツセンターで85歳無料パスが用意されていることを知った。私の父は90歳で亡くなったが、90歳になった際にジムに行きたいと話していた。日頃動く場がない高齢者の健康寿命を延ばす良い取組だと思う。皆で憩える場があればと思う。

○会長

良い内容をやっている、市民に周知できなければ仕方がないので、アピールが重要だと思う。

(3) 第3次西東京市健康づくり推進プラン策定までのスケジュール案について

○会長

「第3次西東京市健康づくり推進プラン策定までのスケジュール案」について事務局

より説明をお願いします。

●事務局

資料3に基づき説明

3 その他

○B委員

平均寿命については、新型コロナウイルス感染症の影響ではないか。

また、口腔ケアについて、高齢者への健康について西東京市と株式会社が協定を締結し、共同で事業を行われるようなので、計画書に記載してはどうか。

加えて、若年層の自殺者数について、対策としてLINEを使って相談事業を行う等の取組を行っていると思うが、そのようなことも計画書に記載するとよい。

●事務局

心の健康については、自殺防止対策について別の章で取り上げることとなっている。また皆様にもお示しさせていただきたい。

本日は、ありがとうございました。

4 閉会