

令和元年度【第2回】府中市保健計画推進協議会

日 時：令和元年10月29日（火）

午後6時45分～8時15分

場 所：保健センター1階 成人保健室

- 出席者 委 員：藤原 佳典（学識経験を有する者・
独立行政法人東京都健康長寿医療センター研究
所 社会参加と地域保健研究チーム研究部長）
井手 徳彦（医療関係団体の構成員・府中市医師会）
黒米 俊哉（医療関係団体の構成員・府中市歯科医師会）
村上 邦仁子（関係行政機関の職員・多摩府中保健所保健対策課長）
清水 春美（公募による市民・市民）
平河 弘子（公募による市民・市民）

事務局：村越福祉保健部長
横道健康推進課長
岩田子ども家庭支援課長
石田子ども家庭支援課長補佐
福嶋成人保健係長
石堂保健師（健康推進課・成人保健係）
島村保健師（健康推進課・成人保健係）
中鉢栄養士（健康推進課・成人保健係）
中村栄養士（子ども家庭支援課・母子保健係）
渡邊歯科衛生士（健康推進課・成人保健係）

※協議会設置要綱第6条の2項により、委員8名のうち6名が出席しているため、本協議会は、有効とされました。

■進行：福嶋成人保健係長

- ・開会宣言
- ・配付資料の確認 ※配布資料は別添参照
- ・傍聴希望者なし

■これより、議事進行は会長となる。

1 議事

(1) 元気いっぱいサポート事業の取組について

【事務局】資料1本講座は、第2次健康ふちゅう21の基本方針であるソーシャルキャピタルの醸成の推進の一つとして、サポーターリーダーを養成し、市民全体に健康

づくりの取組を広げられることを目的として実施しています。平成28年度より開始し、今年度は4回目の実施でした。実施内容については2をご覧ください。今年度初めての試みとしては、「サポーター養成講座」とステップアップ講座である「絵本の読み聞かせボランティア養成講座」の説明会を同時実施し、講座の趣旨の理解や目的意識の共有を図りました。5日間の内容としましては、本協議会の会長である藤原先生よりソーシャルキャピタルの醸成についての講話、ソーシャルウォーキングとしてノルディックウォーク体験、府中市の健康づくりや栄養、ゲートキーパー研修等、各回グループワークを交えながら実施しました。

受講者の内訳については3をご覧ください。年齢階層では60～70歳代が多く、40代・50代の参加は1名ずつでした。例年通り女性が多く、男性の参加は3名でした。受講者の中には、すでに何らかの地域活動をされている方や、地域における課題など目的意識を持って、受講している方が多くみられました。

裏面2ページをご覧ください。元気いっぱいサポーター登録者1,430人に対し講座案内を送付し、説明会の事前申込者は42人、説明会参加者は34人、最終的な受講者数は29人でした。出席状況は、5日間とも出席率が高く、1人1回程度の欠席でした。募集段階から5日間受講を必須とし、講座内でも講座修了の条件として説明したことで参加者自身も意識が高くなっていたと思われまます。参加理由については「健康づくりやノルディックウォーク、サポーター活動や地域のつながりへの興味」が多く、グループワークでは活発な意見交換や交流が行われていました。5に実際の受講者の感想やアンケート結果、写真などを掲載しております。4ページには受講後のアンケート結果を示しました。上の2つのグラフをご覧ください。テーマや内容は概ね満足度が高く、今後の健康づくりに生かしていこうという前向きな回答が多く得られました。

6今後の予定については、市の自主グループへの参加希望としては「読み聞かせボランティア養成講座の受講」が17名、「ノルディックでつながる会への入会」が2名、「府中栄養改善推進員の会への入会」が1名ありました。その他、ノルディックウォーキングイベントや「サポーターリーダー合同連絡会」を11月と2月に表に記載している内容で予定しています。合同連絡会はサポーター養成講座修了者を対象としており、サポーター同士の交流を図る中で、更なる健康づくりの推進を目的としています。報告は以上です。

【会長】資料1 元気いっぱいサポート事業の取組について、ご意見ご感想などいかがでしょうか。

【委員】なかなか盛況ですね。

【会長】そうですね。かなり出席率も高く、幅広い年齢層で。

【委員】これは、初めてということで、養成講座と一緒にやったということですね。

【会長】そうですね。新規のリーダー養成という事ですね。

先輩委員としてご意見いかがですか？

【委員】受講生の年齢幅が広がったのがとてもうれしく思います。40代、50代の方もいれば80代の方も出てきているということは良いと思っています。その後の絵本の読み聞かせとノルディック等の活動にも反映されてくるのではないかと思います。ただ、やはり男性の出席率が少ない傾向であることはさみしいのですが、徐々に増えてくると良いと思います。

もう一つは、ノルディックウォークのすそ野が徐々に広がってきたという感じがします。イベントは複数回ありますが、同じイベントには1年間に1回の参加というルールではあるのですが、次のステップへ上がり、大会へ出たり、府中市の地図作りに参加したりしています。そのようなところで、市にも関心が出てくればうれしいと思います。

【委員】幅広い知識を得て、健康を目指すというところでは、すそ野を広げる核になる人たちがだんだん増えていくのは非常に素晴らしいと思います。

【会長】確かに40代から80代までと非常に幅広いので、ここでも参加者同士の世代間交流になっていると思います。40代50代の方がおられると、SNSを使ってその場で情報を集めたり、発信したり、機動力があるので良いですね。人数的には、一人一人が非常に貴重な方々で、出来れば今後もサポーターリーダーとして長く関わっていただきたいと思いますが。この世代はたぶんお仕事をされているので、限られた時間でも在宅で何かやっていただけるような、長く細く繋がっていただけると良いですね。

【委員】100%の出席率は無いにしても、少しでも色々な方々と交流が出来る楽し続けられるのではないかと良いと思います。

【会長】また、こういう世代の方がお友達を連れてきてくださってメンバーが増えるとそれだけ支援してくれたりする、仲間も増えますからね。男性や若年の方の参加促進ということでは、男性はまだまだ仕事されている方が多いと思うので、少し工夫が必要かもしれません。私も幾つかの自治体のサポーター養成に関わっていますが、働いている世代を積極的に取り込もうと思うと、開催を土曜日にすると集まりやすいなどがあります。職員の方の負担やシフトの事もあると思うのですが、本気でこの世代を集めようとするのであれば、集まりやすい時間帯に設定することも一つだと思います。次年度以降ご検討いただければと思います。

【委員】確かにもっとすそ野が広がると良いですよ。

【会長】こういう市民の方が参加するものは、クリニック等で先生方がちょっと一声かけて、健康づくりをお勧めするなど、一押ししてくださると有効だと思います。

【委員】感想にも「手抜き料理ばかりでしたが色を気にして食べていきたい」と記載がありましたが、シニアの男性は食事が手抜きという傾向が多いので、70代でも是非、男性に参加してもらい、健康寿命を延ばす意味でも食生活なども気にしてもらい、その方がサポーターになって周りの男性の方に広めていくことで、すそ野が広がっていくと良いと思います。

【会長】色々な手法、方策で次回は人を集めるようにすると良いと思います。先ほどの、先生方から一声、といっても、お忙しい診療の中では一から説明するのは無理だと思うので、例えば「こういうチラシがあるから、面白いよ」と言って渡せるような啓発用物があると良いのではないのでしょうか。

【委員】是非、紙一枚でいいので、あるとありがたいです。

【委員】広めるのでしたら、パンフレットなど医院に置いておくのと待っている間にペラペラめくったりして良く見えていますので良いと思います。

(2) 食育に関する取組について

- ・平成30年度食育関連事業実績報告

【事務局】資料 2-1 本調査は、市で実施している食育関連事業を把握し、今後の食育推進の検討資料とすること、庁内や関係団体との連携を図るための基礎資料とすることを目的に実施いたしました。調査は全庁的に実施し、1（2）のA～Kに挙げた食育に関する取組を実施している担当課10課より回答を得ました。

2ページをご覧ください。本調査で把握できた食育関連事業一覧です。

食育事業は乳幼児期から高齢期まで全世代で実施することとしているため、事業の対象をライフステージ別に調査しています。3ページ目の下段にライフステージごとの事業数を集計しています。乳幼児期から高齢期まで偏りなく、食育が実施されていることがわかりました。また、今年度の調査では「市民や関係機関と連携した取組はあるか」調査し、「あり」と回答のあった事業については、連携先の名称を聞き取り、表の右側に記載しています。ここでいう連携先は、委託先など、一緒に事業を運営している関係団体等も含めています。関係機関と連携して食育の推進を図ることについては、第2次計画の3つの共通取組の1つに掲げており、現状を把握しました。企業や医師会、歯科医師会、薬剤師会、市民の自主グループ、農業関係団体等との連携が図られている事業もありました。また、本調査では食育関連事業を実施しているにも関わらず、主管課において該当しないと判断し、回答のなかった部署もありました。広報等で事業の実施を把握していたため、個別にお声かけをし、回答いただいた部署もあり、職員にも「食育」について知ってもらうことも大切だと感じました。

資料には記載していませんが、事業実施の成果については、概ね想定していた成果は挙げられたと回答している部署が多くありました。課題としては、リピーターが多いため新規の利用者を増やすこと、事業運営に係る講師の選定などが挙げられていました。本調査結果をもとに、関係機関と連携し、各ライフステージの課題に合わせた食育の推進が図れるよう、努めていきたいと思っております。報告は以上です。

【会長】只今のご報告について、ご意見ご感想などありましたらお願いします。

【委員】かなり幅広く取り組みがされている。私は内科医なので、高齢者というのが一番気になりまして、各地域包括支援センターで食事に関するいろいろな取り組みがされているのですが、健康推進課でも栄養改善推進員の会で講座というのをやっていて、内容的にはどうなのでしょう。目的が全く違うのかぶらないとは思っているのですが、コラボレーションという感じで出来るといいのかなとも思うのですが。

【会長】その辺りでシリーズになっているのか、とか、今回調査されたことで色々なことが後で整理されたとは思っているのですが、もう少し、年度初めに戦略的に申し合わせるなど連携を取るのとは可能なのか。

【事務局】確かに実際各課で広報をしているのを後でみて、つい最近同じような講座やったよね、という事が発生してはいます。実際に、一度、高齢者支援課ではなかったのですが、別の部署と同じような時期に内容が似ているのがあることが判明し、調整できるのか問い合わせしたこともあるのですが、市民や関係団体と計画を作って実施するので、かなり前からの事前の調整がちょっと難しいと意見をいただいたことがありまして、課題とは感じているのですが今は出来ていない状況です。

【委員】調整は難しいとは思いますが、今回まとめたことがとても良い資料になると思う。複数あることの良さもあるので関係を深められれば良いのではないのでしょうか。それぞれの活動によって時間の長さであるとかで違いがありますので、農政係がやっていたら農園関係などは作ることにかなり時間をかけて取り組んでいらっしやるのかなと思います。一回の啓発で終わる物もあるので、多方面からという

ことで良いのではないかと思います。

【会長】例えば一番具体的な例とすれば、成人保健の場合ですと、生活習慣病の対策という講座が多いと思いますが、高齢者ですとそこにフレイルとか、栄養の話が入ってくる。その辺が、主催者の方がある程度分かっている、白か黒かではなくて、他の講座では生活習慣病はこんな話でしたけど、だんだんチャンネルを切り替えていきたいと思いますという感じで、うまく繋がるような意識でやっていただければ、整合性が取れていいと思います。やはり各講座を出来るだけ事前に把握されて、繋ぐところを、市民の方に矛盾や違和感を、感じさせない形でやっていただければそれぞれで主催されても良いと思います。

見てみると、連携先が、例えば地域コミュニティ課ではキューピーやサントリーホールディングス、いろいろな組合など民間と連携しているところが多く面白いと思う。先ほどの元気いっぱいサポーターでもユニチャームが排泄の講演をしたりして、民間企業はそれなりに上手にプレゼンしたり、面白い目から鱗のような情報を提供してくれたりするので、営業、営業にならない節度は役所の方でコントロールして頂くとして、民間のフレッシュさみたいな部分を取れるとよい。いろいろなところとコラボされると面白いのではないかと思います。その辺は、市民の感覚からすると企業と役所がコラボするのはいかがですか？

【委員】キューピーも中河原ですし、サントリーも地元の企業で、工場見学とかもあり家族ぐるみで来れるので、高齢者の教室だけでなく家族ぐるみの取り組みにも繋げていけたら良いかなと思います。

【会長】今は企業も社会貢献を求められていますし、国の方もなるべく民間企業とやってくださいというところで。全て税金では賄いきれませんからね。

【委員】東京農工大（府中）についても「何日はここで市がたつのよ」と、ノルディックウォークで仲間と歩いている時に話をしたりして、親近感を感じます。

【委員】歯科の先生方にも協力いただいた、摂食嚥下の取組みが、大分積極的にされていて、誤嚥とか色々今問題になっていますので、乳児検診だけでなく、成人歯科健診もして頂いているので、関わりは深いと思いますね。

【委員】食育というところで、我々はどちらかというとならぬと栄養というよりは噛みごたえとか、口とか歯が良いとどう効果があるのかという事を考えてしまうのですが、小さいうちから食育を教育して頂いて、同時に食育を行うためには、口の機能と歯が大切という事を言って頂ければ、その子たちが大きくなって、最終的にフレイルが防げると、オーラルフレイルが同時に防げるとなってくればよろしいのではないかと思います。8020運動という80歳で20本の歯を残そうという運動を昔から我々はやっているのですが、当初は7%位の達成者だったらしいのですが、最近厚生労働省では50%までいったということで、それに伴って長寿等で伸び率が高くなっていくのではと期待しています。

【会長】ありがとうございます。それでは次の報告をお願いします。

・令和元年 食事に関するアンケート

【事務局】資料2-2本調査は市民の食生活状況を把握し、次期計画策定に向けた基礎資料とすることを目的に実施しました。調査期間は令和元年5月から8月で、朝食の摂取頻度、主食・主菜・副菜のそろった食事の頻度、共食の頻度、1日当たりの野菜の摂取量、府中産農産物の摂取状況の5項目を調査しました。調査対象は、食生活応援講座・食育講演会受講者及び元気いっぱいサポーター1,507人とし、有効回答数479人、回収率は31.9%でした。

裏面2ページをご覧ください。

1「あなたは、朝食を食べる日が週に何日ありますか」ですが、市では週に1日以上欠食している人を「朝ごはんを食べていない人」と定義しています。図1-2をご覧ください。朝ごはんを食べていない人の割合は20～39歳で36.8%と最も高くなっています。参考として、図1-3をご覧ください。これは前回平成28年度に一般市民を対象に実施した市民アンケート調査結果です。回答の母数が異なるため、比較が難しいところではありますが、20～39歳の朝ごはんを食べない人の割合は変わらない状況となっており、40～64歳では改善が見られました。

3ページをご覧ください。

2「主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上とる日は週にどのくらいありますか」ですが、二つのグラフの下に参考として国の第3次食育推進計画の目標値を示しております。ここで資料の訂正があるのですが、目標値の「主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上・・・」の後にほぼ毎日を追加して頂きたいと思います。「主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上ほぼ毎日とる国民の割合」は国の目標ですと70%以上となっております。今回の市の結果を国の目標値と比較しますと、40歳以上では、国の目標を達成できている状況が見られましたが、20～39歳では届いていないということが分かりました。

4ページをご覧ください。

3「1日に一度はどなたかと一緒に食事をする日が、週に何日ありますか」の設問では、図3-1のとおり、全体の6割以上が毎日と回答している一方、65歳以上の方で共食する機会がない人が14.6%みられました。図3-2に前回調査の参考データを示していますが、40歳以上ではほぼ変わらない値となっています。

5ページをご覧ください。

4「あなたはふだんの食事で野菜をどのくらいたべますか」の設問では、朝・昼・夕食それぞれで、小鉢で換算して何皿くらい食べるかを調査しました。全体の摂取量は若い人ほど少なく、65歳以上で摂取量が多くなっていますが、それでも目標とされている小鉢5皿、野菜の重量でいうと350gには届いていません。また、朝・昼・夕食で摂取量を比較すると、朝は少なく、夕食で野菜料理を1皿以上食べているという状況が見られました。

5「あなたは、府中産の農産物を意識的に食べていますか」の設問では、図5-1のとおり府中産の農産物を意識的に食べている人は半数以下であり、男女で比較すると、女性のほうが意識的に食べていることがわかりました。図5-2として、総務省行政評価局で実施した調査がありましたので、参考に掲載しています。いつも意識して使用している、たまに意識して使用しているを合わせると6割を超えており、本市は国と比べると意識が低い状況がありました。

本アンケートの集計結果の報告は以上ですが、同様のアンケートを今年度9月に実施したアンケートでも調査しているため、その結果と合わせて集計、またはサポーターや市の講座を受講する市民と一般市民で比較するなど、調査分析を実施していきたいと思います。報告は以上です。

【会長】ただ今のご説明に関して、ご意見ご感想などいかがでしょうか。

【委員】一つ質問があります。朝食の内容についてどのように把握しているのかを教えてくださいければと思います。

【事務局】朝食の内容について、細かい記載はとっていない。

【委員】朝食一つをとっても、調査の内容に中身を聞けば聞くほど朝食喫食率が減ってしまうと思うので仕方ないと思うのですが、バナナ一本でも朝食と言えるかとか、ある

いは、飲んで食べるという朝食も出ているので、野菜が取れないと言うことを考えると、朝食の内容も今後はいかに改善していくかというところも考えられると良いなと思いました。

【会長】朝ご飯の調理に時間を掛けられない実状も考慮する中で、代替するような物でも食べないよりはいいとするのか、ということですね

【委員】小学校に入った子どもたちで、先生からのお話でよく聞くことに、朝ご飯を食べてこない子どもは集中力が欠けて授業にならないということがあります。今はコンビニがある時代なので親が用意できない家庭でも、何と何をそろえればバランスよく食べることができるのかを子どもに伝えて、自分で用意する力を身に付けることも大切だと思います。親は子どもの満足度や子どもの頭をよくすることを考えるので、そのような切り口から啓発していくとよいのではないかと。歯科の先生もいらっしゃるので、よく噛まないで脳が働かないとか聞きますし、そう言った意味でも少し改善できるような働きかけもして頂くと良いのでは。

【事務局】市では、朝食レシピをホームページに載せたり、いろいろなイベント等で配っている。委員の言うように何を食べるかということが最終的に重要な事だと思います。今の第2次食育推進計画の中では、まずは食べる習慣を作る、までを取り組みとして掲げているので、手軽にできるレシピの紹介には心がけている。

今年度夏休みに学校給食センターで、センターの職員と一緒に小学校3年生から6年生までの親子を対象にした「朝ご飯を食べよう」という朝食レシピを紹介する教室を実施しました。委員がおっしゃるように、親御さんがいなくても子どもだけで作れるレシピを、子どもたちが実際に作る実習をしました。子どもだけでも調理をする力を身に付けて欲しいという思いと、主食・主菜・副菜が揃うとバランスの良い食事になる、というところをお子さんに伝えて持ち帰って頂くことを目的としました。実施した感想としては、親御さんからは、「子どもだけでもこんな料理が作れるんだ」とか、お子さんからも、「これなら自分だけでできるので今日の夜作ってみるね」といって帰る子もいて、親御さんに作ってもらいたい気持ちもあるのですが、小さいうちから自分で作る力やバランスの良い食事を学んでもらう良い機会になったと思いますので今後も教育関係と連携して出来ると良いと思う。

【委員】素晴らしいですね。他課と連携しながら一つの事業を興していくのは大変なのですが、教育委員会と健康推進課と、一緒になって皆で子どもを見守っていくことが大事ですし、府中の場合は、センター給食方式で調理場面が見えない状況の学校がほとんどなので、このようにコラボレーションして食の大切さを伝えられる組織というのが素晴らしいと思います。

【委員】おおもとの話ですが、対象の年齢で言うと若年の男性の回答者が少ない。若年層は、朝ご飯を食べるとかはもともと少ないのだが、男性を入れるともっと少なくなると思う。我々男は、食事はかなりいい加減になりますので。このように、企画に参加されている方を対象にアンケートを取っていると思うので、もっと広い範囲の一般人口を対象にすると男性の朝食欠食率も結果がもう少し上がってしまうのではないかと気がします。講座に参加されているかなり意識の高い人がいてもこのぐらいの結果かなという気はしてしまいます。やはりすそ野が広がると良いですね。

【事務局】先ほど説明でもありましたが、同じ内容を市民アンケートという無作為抽出で対

象人数も多く取っていますので、結果は今後明らかになると思います。

【会長】親子で参加できる人は非常に前向きだとは思いますが、むしろ親御さんが朝ご飯を作らない家庭の子でも作れるスキルを身に付ける事も非常に大事だと思います。よい取り組みをなさったと思います。3年生から6年生を対象に一つの学校でされたのですか？

【事務局】会場が給食センターで、市内全域に募集して行いました。

【会長】一回では都合がつかない子もいるでしょうし、何回か開催してリスクのあるお子さんも参加できるように対策される事が大事だと思います。

引き続き、事務局より「2-3」について説明をお願いします。

・妊娠中の食事・栄養についてのアンケート

【事務局】「資料2-3」このアンケート調査は8月より実施しました。10月16日現在351件回収しておりますが、今回の報告にはそのうち8月から9月に実施した240件分のデータを集計したものをお示ししています。調査方法としては、妊娠届を提出に来所された妊婦の方に記入に協力していただきました。

1 ページ目より順番にご説明いたします。

今回の妊娠については初産と経産が半々となっています。年齢については30代が一番多く、約60%となっています。就労の有無については、正規やアルバイト等を含め働いている方が70%となっています。

続きまして2ページ目で、(1)の朝食の喫食については70%の方が毎日食べるという回答していますが、30%の方は欠食があります。朝食を欠食する若い世代の割合は、国の第3次食育推進計画策定時では20～30歳代の男女で妊婦に限ったデータではありませんが24.7%、目標15%以下 となっていますので少し高くなっています。食べない理由としては、複数回答で答えていただきましたが、食欲がないという回答が一番多くなっています。妊娠届を提出される時期は、つわりがおりやすい時期と重なるため、食べたくても食べられない方もいると推測されます。

続いて3ページ目です。

(2)の普段の食事での野菜の摂取量ですが、朝食についてはほとんど食べない、付け合せ程度と回答した方が80%を占めています。朝食は食べていても、野菜を摂取している方は少ないと考えられます。昼食や夕食では朝食に比べると野菜を摂取する人が増えています。1日の野菜の摂取量は350g、小鉢にして5～6皿と推奨されていますが、朝食を毎日食べていて1日に野菜を5皿以上食べている方は26人で11%でした。(3)主食・主菜・副菜がそろった食事を1日2回以上食べる日は週に何回あるかという問いについては、ほぼ毎日あると答えた人が85人、35%でした。国の第3次食育推進計画では43.2%、目標が55%以上となっていますので、低い値となっています。

4 ページ目 (4) 現在食事や栄養について心配なことがありますかという問いに対してはあると回答した方が61%で半数を超えています。心配なことの内容としては複数回答としましたが、つわりや体重増加、赤ちゃんの健康状態といった妊娠中ならではのことが多くあげられています。また食事のバランスがとれているかどうかということも多くあげられていました。

5 ページ目 (5) 妊娠・出産にかかわる女性に対して推奨されていることについて

て知っているかどうかを問いました。妊娠初期のビタミンAの過剰摂取について注意が必要なことについては4割の方が知らないと回答しています。また鉄など妊娠中に付加量のある栄養素があるということについては2割の方が知らないと回答しています。妊娠前から妊娠初期の葉酸の摂取については9割を超える方が知っていました。サプリ等を摂るようにしたという方も多くいました。

6ページ目(6)妊娠をきっかけに食事や栄養に対して意識や考え方の変化について問いました。変化がある・少しあると回答した方が約80%となっています。また、ある・少しあると答えた方のほとんどが、具体的にどのように変わったかという自由記載にも記入されていました。妊娠は自身の食事等を見直す大きなきっかけとなることが伺えます。

(6-2)は自由記載を一部抜粋したものです。アンケートに記載していただいたままの文章になっていますが、葉酸を意識するようになった、バランスを考えるようになった、食べてはいけないものを調べて気をつけるようになった等の記載が多くありました。妊婦へのアンケート調査については、仕事の有無による差や、初産と経産による差などを今後分析していきたいと考えています。また未集計の結果については次回以降の協議会でご報告を予定しています。以上です。

【会長】ありがとうございました。ご意見ご感想などいかがでしょうか。

【委員】葉酸の意識が高いですね、これは今サプリメントもかなり宣伝がされていて、婦人科等でも一部、勧めているようなので、浸透している気がします。

【会長】数値の確認ですが、4ページの(4)の円グラフでオレンジの146.61%とは？

【事務局】数値が146人で61%です。

【委員】このアンケートをお願いして、これを記入した後に質問や、やり取りが増える感じだったのででしょうか？

【事務局】相談を希望される方は声をかけてください、とアンケートの一番下に書いてあったので、これを取ることで何件かの質問がありました。

【会長】せっかくアンケートをなさるので、それ自体が介入というか、手だてになるのが大事ですよ。

【委員】20~30代の朝食欠食や野菜を食べる人の割合を出していらっしゃるのですが、妊娠を機に内容に意識が変わってきたという事では、奥さんの相方、いわゆる男性に対するアドバイスなどで、夫婦で子どもを育てていく訳なので、男性も考える機会になると良いと思う。親子で共食、一緒に食べるのが楽しいよねというところを、このアンケートをきっかけにご主人はどうです?とプッシュする機会として使っていくともっと良い結果が出てくるのではないかと思います。アンケートを取ることで意識が変わってくるのであれば、それを上手に使えばと思う。これだけ細かい調査をされているので。

【会長】確かに個別相談に来られた方には、フィードバック出来ますが、まさかご主人の啓発までなかなか想定できないと思いますが、事務局いかがですか。

【事務局】実際にどのようにするかについて、しっかり詰めてはいないのですが、妊娠中に妊娠届けを出しに来た方に、マタニティーサポートブックという物を渡していて、妊娠中の食生活が載っていて、母親学級、両親学級、父親学級で使っていますので、

自分たちでカスタマイズしたものを毎年作っていますので、そこに、朝食の結果ですとか、お父さんとお子さんと一緒に食べるというところを入れ込むことはできるかなと、今聞いていて思いました。そうすると全妊婦家庭に届くようになるので、その辺りも視野に入れてパンフレット等作成していきたいと思います。

【委員】とっても良いですね。

【会長】そうですね。パンフレット作成も、あえて市でオリジナルの物を作るのか、今の子育て世代ですと SNS 等色々使ってらっしゃると思うので、どういうサイトがあるかは分かりませんが、もしかしたらアプリなどでも色々出回っているかも知れませんが、今までの紙媒体ではない使える媒体があるかも知れませんが調べ頂いても良いかと思えます。

【事務局】マタニティーサポートブックは SNS でも見れるようにはなっています。

【委員】最初に初産か経産かを聞かれています、それによって違いが出たところがありましたか。

【事務局】朝食の欠食のところで、やはり経産でお子さんがあるご家庭の方がお子さんと一緒に食べるからか摂取率が高かったです。初産でお仕事されていて、共働きですと、欠食している割合が高かったです。

【会長】それでは、続きまして資料 3 の説明をお願いいたします。

(3) 自殺対策の取組について

【事務局】 自殺対策の説明に入る前に、今回、参考資料といたしまして、委員のみなさまにもご意見をいただきながら策定しました自殺総合対策計画の本冊と概要版をお渡しいたしました。詳細については、ご確認をいただければと思いますが、本冊 P26～27 に施策の体系図を掲載しています。これから説明いたします本日の資料 3-1 の中に()として基本施策 2 基本施策 3 と示しておりますが、これは、計画のどの施策に基づいて実施しているかということを示していることをあらかじめお伝えいたします。

資料 3-1 をご覧ください

1. 教育委員会・健康推進課共催教職員対象自殺対策研修会について

基本施策 2 『自殺対策を支える人材の育成』として実施しています。今年度については「子どもの心の SOS に気づき、向き合うためのヒントを学ぼう」ということで、NPO 法人 OVA 代表伊藤次郎氏を講師として、7 月 29 日に開催しました。当日は 40 名の小中学校教職員、その他関係機関を合わせ、54 名が参加した。講師の話は、日本の若者（15 歳～39 歳）の死因の 1 位は自殺であること、死にたいと生きていたいで揺れ動いていること、子どもが出すサインや、その変化に気づいて声をかけることの重要性、死にたいと言われた時にやっていいこといけないこと、一人で抱え込まずチームで対応すること等とても具体的な内容で、参加した方からもいざ生徒から SOS を出された時にも焦らず対応できるよう今回のような話が聞けてよかったというような感想を複数いただきました。

2. 自殺対策講演会について

自殺対策講演会について報告します。8 月 7 日に、誰も自殺に追い込まれることのない府中市を目指して～地域のつながりが命を守る～のテーマで、NPO 法人自殺対策支援センターライフリンク代表清水康之氏を講師とし、市民活動センタープラッツ

バルトホールで開催しました。当日は、189名の方に参加いただくことができました。

清水さんからは、とても具体的で、説得力のあるご講演をいただき、感動した という感想をたくさんいただきました。自殺者を生まない社会は全ての人が生きやすい社会であるということ、ネットワークの重要性等実際に足立区で展開されている自殺対策の推進モデルを示され、担当としても非常に勉強になりましたし、今回、様々な立場の方に自殺対策について考えていただく機会となりました。また、当日、遺族支援団体の方より遺族支援に関するチラシを準備いただき、来所者全員に配布することができたことや、ライフリンクより「遺族語る」という自殺で亡くなった方の生きた軌跡を示したパネルをお借りし、会場のホワイエに展示しました。資料の写真の右側は講演が終わった後に撮影したものだが、たくさんの方に見ていただくことができ、遺族支援について、初めて知ったという感想もあり、良い機会となりました。

3. SOS の出し方に関する教育について

今年度も、昨年度と同様、中学校2校に対し、健康推進課職員による講話とボランティアによる絵本の読み聞かせという形で授業を実施しました。授業を実施後、後日、担任の先生方に少し時間をいただき、授業の振り返りということで、当日の授業の流れや生徒が記載している感想の共有を行っています。この振り返りを行うことで、実施した私たち担当者としても、授業の内容について、ブラッシュアップする機会となっていること、また、生徒が書いた感想を読んで、実は自分を傷つけている とか、頭痛が続いていたのはストレスだったのかと振り返った等私たちの視点で気になったものをいくつかピックアップし、学校での様子や支援の状況等確認し、共有しています。学校の先生方からも、生徒たちの感想について、学校以外の機関と共有することで、学校の中で気にはしていても、改めて認識できる機会となったという意見もいただき、このように共有をしていくことも継続していきたいと考えています。以上が主な実施報告となります。

次に4. 5については、今後予定している事業についての報告となります。

4. 職員向けゲートキーパー研修として、仮称ですが、「みんなで考えよう自殺対策」というテーマで、12月20日に職員課との共催で、市職員を対象として開催する予定です。講師は、認定 NPO 法人ビフレンダーズ（東京自殺防止センター）の方にお問い合わせする予定です。

5. 市民協働まつりへの参加については、11月23日に市民活動センタープラッツで開催する市民協働まつりに、今年度初めて「こころの健康情報コーナー～こころといのちを支えあうまちを目指して～」を出展することになりました。詳細はこれから調整していくこととなりますが、市内で活動している自死遺族支援グループ「雨宿り」と協働し、パネル展示やチラシ配架等を通じ、相談窓口の周知等を行う予定です。

【会長】 自殺対策事業について、ご意見ご感想などいかがでしょうか。

【委員】 教えていただきたいのですが、一番初めの「子どもの心の SOS に気づき、向き合うためのヒントを学ぼう」ですが、小中学校の教員40名という事ですが、各校から1名か多くても2名程度の参加ということになっているのでしょうか？

【事務局】 小中学校から1名ないし2名ということで、教育委員会と連携し、教育委員会か

ら学校に依頼をし、参加いただいている。その他、都立高校等からもご参加いただいています。

【委員】ちょうど夏休みに入ったぐらいのタイミングですね。もう少し、先生方がたくさん参加するといいのかな、と思ってしまいますね。忙しいからなかなか難しいと思うのですが。

【事務局】ただ、今回はとにかく1名でも良いので、すべての学校から参加していただきたいという事で依頼しています。教職員向けの研修会は、これで4回目ですが、最初の頃はいらしていただけない学校もありましたので、その頃に比べると、全校から参加していただくというところは実現しています。

【会長】逆の見方をすると、出席した人からはノウハウを学べて良かったという意見も出ており、なにか健康推進課からお願いして参加していただくという構図自体が、ちょっと違うのではないかなという気がします。お忙しい現場という事は分かるのですが、もうちょっと危機感があってもいいのではないかと。

【委員】もう一つ、一人の先生だけが知っていて、職員室で動くというのは難しく、複数の先生でノウハウがあって、この子大丈夫かな、という気づきがあって、そうだね、ということで動く方が動きやすいと思う。現実、先生方は業務が多いので皆さんが都合をつけて出ていらっしゃるのは難しいとは思いますが、ちょっともったいない気がします。

【会長】もったいないですね。この二人のゲストの方は全国レベルで活動されているメジャーな方で、なかなか普通、地域に来てくれるような方々ではないので、本当にもったいないような気がします。

【委員】感想ですが、私はこの自殺対策講演会の方を聞かせていただいて、具体的で、語りかけるような分かりやすいお話だったのと、後、終わってからも皆さん帰られないで、パネルをかみしめるように見ていらっしゃったのが本当に印象的でした。あの場で終わってしまわないで、帰れない気持ちになられたのだと思うのですよね。それも含めて講演だけでなく、非常に良い取組だったのではないかと思います。

【委員】こういうのは、そんなに良い物でしたら録画とか撮っておいて、許可さえ得られれば、今DVDに焼くのは金額的にも安いので、学校の先生人数分配って各自見るようにとか、何かあればいいのではと思いましたが

【事務局】貴重なご意見ありがとうございます。教員の先生方には、今回は録音したり、焼いたりという事は、事前に調整はしていないので記録としての物しかないのですが、今後の在り方については検討の余地はあると思います。ただそれぞれの学校によつての伝達の仕方や、受け止め方も、校長先生や、組織によつて優先順位や温度観の差のようなものは感じているので、細く長く続けていくべきテーマだと受け止めています。

【会長】自殺対策事業自体は、来年度も講演会や研修などは続いていくのでしょうか

【事務局】教職員の研修会は、毎年度実施していく予定ですが、講演会は、計画策定を機に開催したもので、今後については検討していきたい。

【会長】では、引き続き、事務局より **3-2** について説明をお願いします。

・自殺総合対策計画における取組の年次計画

【事務局】資料 **3-2** この資料については、自殺総合対策計画の施策に基づき、推進に向け

た取組について、現時点での予定や方向性を示したものになります。

1 ページ目 2 ページ目は基本施策について、3 ページ目 4 ページ目は重点施策について示しています。1 ページ目、基本施策 1 の地域におけるネットワークの強化 としては、関係課長会議、担当者レベルの関係者連絡会、事例検討会とありますが、ネットワークの推進の機会として、庁内で作成しているマニュアルの改訂や、リーフレットの改訂等行っていく予定です。基本施策 2 のゲートキーパー養成講座については、職員、専門職、教職員、市民等項目を分けて掲載しており、今までは市民対象、専門職対象 として対象者別に講座を開催してまいりましたが、今後、効率よく、ゲートキーパーを養成していくことを考え、対象者別ではなく、講座自体は 1 つにまとめ、誰でも参加できるようなものとして企画、開催していきたいと考えています。

2 ページ目の(3)市民への啓発周知では、9月と3月の自殺対策強化月間について、現在図書館、男女共同参画センター、市民活動センタープラッツや市内 11 か所ある各文化センターでチラシの配架や、図書館ではこころの健康に関する特設展示をしているが、今後、さらに内容を充実していけるよう、調整をしていく予定です。また、(4) 生きることの促進要因への支援 の中にイ自殺未遂者への支援、ウ遺された人への支援がありますが、警察や救急医療機関といった機関でもリーフレット等を配布し、少しずつ連携を進めていければと考えています。また、遺族支援については、死亡届時に必要な方に渡している「死後の手続き一覧」という案内があるが、その中に、こころの相談として、健康推進課の窓口を掲載するよう担当課に依頼しているところです。今後、自死に限らず、大切な人を亡くした方の相談窓口等伝えられるよう工夫していく予定です。

3 ページ目の重点施策(1)の生活困窮者・無職者失業者に関わる自殺対策の推進としては、各施策の中で推進していくものも多いが、ハローワーク等就労支援等を担う団体等との連携をしていけるよう調整を進めていく予定です。

(2) 高齢者の自殺対策の推進では、今回清水氏の自殺対策講演会を開催するにあたり、計画に記載している高齢者の見守りをする関係機関の方に声をかけ、参加してもらっている。今後ゲートキーパー養成についても広く周知していきたいと考えている。

(3) 勤務経営問題に関わる自殺対策の推進 では、国民健康保険の方を対象として実施している特定健診の受診後にこころの健康を含めた情報提供を検討することや商工会議所等と相談し、勤労者方への情報提供の方法等について検討していく予定です。説明は以上です。

【会長】 ご意見ご感想などいかがでしょうか。

【委員】 大事な施策ばかりですね。一つ質問ですが、3 ページの生活困窮者等に対する自殺対策で、これはとても大事な取り組みだと思うのですが、いわゆる生活保護受給世帯等の方は、社会的に不利な条件や、単身者で生活保護の方は、意外に自殺のリスクの高い方がおられて、特に難しいのですが精神疾患少々お持ちの方もいます。ハローワークもそうだが社会福祉の方で、生活保護を担当している部署の方などもより濃密にその方の生活に関わってくると思うので、先ほどの自殺を見る目というか、研修の対象には考えているのでしょうか。

【事務局】生活保護担当部署とは、自殺対策の研修会や、自殺未遂者のケースの共有等、事例を、精神医療のドクターや相談員をされている専門の方等をスーパーバイザーとしてお迎えして、どういう対応ができたのか、何が今後必要なのかなどの勉強会を行っています。そこには、障害者福祉課や高齢者支援課、子どもの関連部署からもたくさん参加していただいております、ケースの共有の中で意識を高めていただく取り組みは始めています。

【事務局】自殺対策計画の17ページ中央の、自殺実態プロファイルにおける市の主な自殺の特徴で、これは警察庁と国が各市で計画を作りなさいという中に、府中市のプロファイルとして、推奨されるのが、重点パッケージとして4カテゴリーなっています。また、上位5区分を見ていただきますと、1位、5年間の累計が24件あるのですが、男性40～59歳で、仕事はあって、同居者もいるのだが、配置転換から過労、人間関係に悩み、うつ状態になって自殺ということで、各市に下されている客観的なデータもあります。これは健康推進課だけでなく、担当課長会や策定の中でも共有しているので、委員のおっしゃったような関係各部署でも検討され、1件1件の対応も含めて、色々な課が対策に関わっている状況をお伝えします。

【会長】生活困窮者は色々な意味でハイリスク層だと思う。もちろん自殺に対してのハイリスクであると同時に、健康自体も健康弱者というか、色々な余病を抱えていらっしゃる。しかも健康診断もないというところもあるかと思うのですが、国の方でも、生活困窮者や経済的にリスクの高い人の、生活困窮の部門と健康推進の部門が連携するようなモデル事業とか、あるいはリスクの高い人のデータの共有などを推奨していると聞いたことはあり、いくつかの自治体では、例えば保健師が生活困窮等の部署に配置されているなど聞くのですが、そういう動向は府中市ではどうなのでしょう。

【事務局】府中市で言うと、生活保護を担当している生活援護課にも保健師職が配属されています。また、自立生活支援の担当部署もありますので、健康推進課そのものと事業的などところでも絡みというよりは、その課その課での対応という中で、必要がある場合は協働して動いているというところですね。引きこもり対策などでは、うつの部分も含めて、支援する角度も様々なので、今後対応していく部分も多いのではないかと思います。

【会長】窓口で、ちょっとリスクの高い方が来た場合に、保健師が控えていて何かあれば対応できるとか、あるいは窓口の方への指導、支援という体制はとれているのですか。

【事務局】具体的にどの部署からどういう人を研修に参加させてほしいという積極的な話は、その課のその課の判断に任せているが、ただ、一番窓口での対応がネックとなりやすい事、そこに対応する職種がある程度見えてくる部署につきましては、こちらの方からもお願いし、連携して意見を出す場に来ていただくなど取り組んでいきたいと思っております。

【委員】ゲートキーパーの養成のところで、職員など専門職と、市民の垣根を減らして、とあるが、一般市民などが隣人として学べるような講座や企画を、来年度以降は考えていらっしゃるということですか。

【事務局】今回の自殺対策講演会でも、市民にも来ていただいた。ゲートキーパー養成講座も出来るのではないかと思いますので、来年度以降考えて行きたい。

【委員】ゲートキーパーの養成講座で、市民とあるのですが、特定の選ばれた市民なのか、一般に興味のある人なのでしょう。

【事務局】平成28年度に、一般市民向けのゲートキーパーの養成講座をしております、どなたでもお申込みをいただければという事で開催しました。今後もやっていく方向で考えております。

【会長】元気いっぱいサポーター養成講座の中にも一コマありますよね。これを受けたら、

ゲートキーパーの養成講座を受けたというようなフルパッケージの内容になっているのでしょうか。

【事務局】サポーター養成講座の中の一コマは、ゲートキーパー養成講座を受けたという事になります。それとは別に、サポーターではない、一般の市民や、関係機関も含めた全ての方に来ていただけるような講座を来年度以降行っていきたい。

【会長】本日予定されている議事は以上になります。

続きまして次第「2 その他」について、事務局から説明をお願いします。

2 その他

・ 次回の開催時期：令和2年2月予定

【事務局】今年度の保健計画協議会の開催につきましては、年度内にもう一回開催を予定しています。今回は、来年の2月を予定しております、その際には、今年の8月から9月にかけてとりました市民アンケートの速報につきましてもご報告できる予定で準備を進めてまいります。

・ 第3次健康ふちゅう21策定に関するスケジュールについて

【事務局】参考資料にもつけました、第3次健康ふちゅう21策定に関するスケジュールについて、現時点で予定しているところまでお伝えします。

現在推進中の第2次計画は来年度いっぱい計画となっており、次の年度から推進する計画を策定する必要があります。今年度中には、策定に関する専門的な知見を持ち合わせているシンクタンクを選定し、一緒に計画を策定していくことになります。その業者の選定にかかる事務が12月頃から徐々に発生してくる予定です。来年2月に第3回の本協議会を実施するころにはおおむねその業者も決まっていると思われるので報告できる内容に関しては、その時に報告いたします。来年度1年かけて計画を策定していきますが、例年この協議会は年3回開催しておりますが、計画策定の年度につきましては年度中に5回の開催を予定しております。第1回目は計画の目次や章立てについてご意見をいただき、第2回、3回で内容を詰めていきたいと考えております。そして、11月頃には計画の素案が出来上がる位の進捗で進めてまいりまして、その後、パブリックコメントを募集し、それを反映して来年度末頃には完成となる予定です。

本協議会のメンバーにつきましては、来年の策定に向けましても、皆様に引き続きお願いしたいと考えております。推薦につきましては、年度が替わる頃をお願いしたいと考えておりますのでお忙しいところ大変恐縮ですけれどもよろしくお願いたします。

・ 議事録について

本日の議事録は後日委員の皆さまにご確認いただき、1ヵ月半後くらいまでには公開をする予定です。公開は、これまでと同様の場所で予定しています。会議録においては、発言者の氏名は記載せず、会長については「会長」、それ以外の委員については「委員」と表記させていただきますのでご理解ください。事務局からは以上でございます。藤原会長、お願いいたします。

【会長】事務局からの連絡事項についてご質問はございませんか。

それでは無いようですので、これで本日の第2回府中市保健計画推進協議会を終了いたします。長時間にわたり、お疲れ様でございました。

以上