

令和3年度 第2回さいたま市健康づくり・食育推進協議会（書面会議） 会議録

◎開催期間 令和4年1月27日（月）から2月10日（木）まで

◎出席者 桃木委員（会長）、角田委員（会長職務代理）、秋山委員、荒木委員、大塚委員、小野崎委員、加藤委員、小林委員、小森委員、近藤委員、並木委員、服部委員、松村委員、松本委員、溝口委員、湊委員

◎欠席者 なし

◎資料

- ・次第
- ・さいたま市健康づくり・食育推進協議会設置要綱
- ・さいたま市健康づくり・食育推進協議会委員名簿
- ・御意見等記入用紙
- ・令和3年度第2回さいたま市健康づくり・食育推進協議会 要旨
- ・資料1 「さいたま市ヘルスプラン21（第2次）」等の計画期間の延長について
- ・資料2-1 令和3年度「さいたま市健康づくり及び食育についての調査」の概況について
- ・資料2-2 令和3年度市民調査の概況とヘルスプラン21（第2次）及び第3次食育推進計画の目標値の達成状況について
- ・資料3 さいたま市ヘルスプラン21（第2次）及び第3次さいたま市食育推進計画に関する取組事例について
- ・サポーター通信23号
- ・がん対策推進講演会「がん患者の心のケア～コロナ禍でつながる大切さ～」のチラシ

◎報告

(1)「さいたま市ヘルスプラン21（第2次）」等の計画期間の延長について

・資料1 「さいたま市ヘルスプラン21（第2次）」等の計画期間の延長について

<説明>

さいたま市ヘルスプラン21（第2次）等の計画期間の延長について、委員の皆さまへ令和3年9月30日付けの文書をお送りし、御質問等を受け付けた結果について報告いたします。

ヘルスプラン21（第2次）等の計画期間を延長する理由は「2 背景」、「3 要旨」に記載のとおり、国の計画期間の延長に関する通知を受けたものです。

それについて委員の皆さまから御質問を受け付けたところ、「4 協議会の意見」に記載のとおり、反対意見等はありませんでした。

また、「1 さいたま市ヘルスプラン21（第2次）等とは」に記載の3つの計画の計画期間を1年延長することについて、12月のさいたま市議会の保健福祉委員会において報告し、了承されましたので報告申し上げます。

今後のスケジュールは「5 スケジュール」のとおりです。

各委員からの意見（名簿順）

<荒木委員>

国の計画期間延長を受けての変更であり、前回の回等でもお答えした通り、特に意見はありません。

目標値についても、令和4年度の数値を使用するとの事、理解できます。

<服部委員>

新型コロナウイルス感染症によって予定していた活動ができず設定していた目標達成が困難になったところもあると考えます。

<湊委員>

「歯と口腔の健康」に関する最新知識のパンフレット・冊子の発行の予定ありますか。

事務局より

・令和4年度以降、目標値の達成状況について整理し、本協議会で報告させていただきます。

・歯科のパンフレットにつきましては、歯科疾患やライフステージに応じた歯と口のケア方法などについて取り上げた歯科口腔保健啓発パンフレットを令和4年3月中に発行し、各区役所保健センター、市内の歯科医師会所属医療機関等で配布いたします。

## (2) 令和3年度「さいたま市健康づくり及び食育についての調査」の概況について

### <説明>

令和3年6月～7月に、「さいたま市健康づくり及び食育についての調査」を実施いたしました。調査の目的、調査設計、回収結果は、[資料2-1](#) 1～2ページを御確認ください。3ページ以降は、各計画の数値目標のうち、この調査の結果で評価するものについて、一覧にまとめたものです。表右端に記載の「達成・未達成」は目標値の達成状況です。目標値を達成したものは、✪達成と記載しています。3～6ページは「さいたま市ヘルスプラン21（第2次）」、7～8ページは「第3次さいたま市食育推進計画」の数値目標です。これをグラフにまとめたものが[資料2-2](#)です。

[資料2-2](#) 1ページは、「さいたま市ヘルスプラン21（第2次）」の目標値の達成状況です。67個の目標値のうち達成したものは7個で10.4%でした。項目は、健康の意識、野菜摂取の割合、子どもの家族との食事の割合、睡眠及び受動喫煙に関するものでした。目標値は未達成だったものの改善した項目には、↑を記載しています。項目としては、喫煙に関するものが多くありました。

平成28年度に実施した「さいたま市ヘルスプラン21（第2次）中間評価」（以下、「中間評価」という。）でまとめた4つの課題の「①肥満者の増加」については、[資料2-1](#)の3ページ中央の「20～60歳代男性の肥満者の割合」及び「40～60歳代女性の肥満者の割合」の計8つの項目で評価し、8つの項目のうち1つ改善しています。

2つ目の課題「②糖尿病有病者および予備群の増加」については、[資料2-1](#)の3ページ中央の「⑫糖尿病治療継続者の割合」で評価し、改善しています。

3つ目の課題「③働き盛り世代の朝食の欠食者の増加」については、[資料2-1](#)の4ページ中央の「①朝食を食べている人の割合」の「20歳代男性」、「30歳代男性」及び「20歳代女性」の3つの項目で評価し、改善が見られませんでした。

4つ目の課題「④睡眠による休養がとれていない人の増加」については、[資料2-1](#)の5ページ中央下の「①睡眠により休養を十分とれない人の割合」の「全体」、「10～40歳代男性」及び「10～40歳代女性」の3つの項目で評価し、全ての項目で改善しています。

[資料2-2](#) 2ページは、「第3次さいたま市食育推進計画」の目標値の達成状況です。27個の目標値のうち達成したものは5個で18.5%でした。項目は、子どものゆっくりよく噛んで食べる割合、野菜摂取の割合、家族との食事の割合、食事の行儀作法、非常食の備蓄に関するものでした。目標値は未達成だったものの改善した項目には、↑を記載しています。項目としては、成人期の男性に関するもの、食中毒予防等でした。

調査の結果は後日、委員の皆様へ送付させていただく予定です。

- ・資料2-1 令和3年度「さいたま市健康づくり及び食育についての調査」の概況について

## 各委員からの意見（名簿順）

### <秋山委員>

P4について

4①朝食を食べている人の割合

20歳代男性 53.7%→48.2%→40.7% 悪化？

30歳代男性 60.7%→48.8%→60.0% 改善？

年代別に要因があったのでしょうか？

### <荒木委員>

20歳代女性のやせの人の割合がH24年25.2%→R3年15.7%ととても改善された事を、個人的には評価したいです。「ヘルスプラン21（第2次）」での取組を今後も継続して、これから妊娠を考える女性の意識改革を進めて欲しいです。

未達成項目がまだまだ多い。一年延長されたことで少しでも改善されればと思います。

### <大塚委員>

調査時期が新型コロナウイルス感染拡大の真っ只中ということもあって未達成の項目が多いことは致し方ないと思います。しかし、健康への意識付の割合が高く、目標が達成されたことはうれしく思います。

### <加藤委員>

調査結果がホームページなどで公開されるのはいつ頃でしょうか。

### <近藤委員>

7 喫煙について。学校は敷地内禁煙ですが受動喫煙のない環境は無理なのでしょうか。

### <並木委員>

達成項目は少ないが、前に向かっていきます。

### <服部委員>

達成5、未達成22の結果だけみると厳しい評価ですが、中間からR3年調査までの間、新型コロナウイルス感染症により、住民の生活が大きく変化したと考えます。達成度にも影響したと考えますが、いかがでしょうか。

### <松村委員>

特に調査の回答が平均を下回っている（B）15～59歳の方々の回答率アップが必要だと感じました。郵送による配付や回収ではなく携帯電話やスマホ等なら少しは改善は期待できますでしょうか。

### <溝口委員>

調査対象者の選出は、どのように行われているのでしょうか。

### <湊委員>

達成も含み策定時からの改善状況は上向き傾向も見られ、健康に関して幸せを感じる時はどんな時か市民の思いを感じ取れました。

未達成の要因は。

### <角田委員>

P4⑨60歳代における咀嚼良好者の割合は「なんでも噛んで食べることができる」と回答した者の割合でしょうか。回答者の主観に基づく回答でしょうか。

- ・資料2-2 令和3年度市民調査の概況とヘルスプラン21（第2次）及び第3次食育推進計画の目標値の達成状況について

### 各委員からの意見（名簿順）

#### <秋山委員>

いずれも達成した項目の対象者には子ども（20歳未満）が多い傾向がみられます。子どもへの食育の成果があったということでしょうか。

#### <荒木委員>

新型コロナウイルスの影響が今回の調査結果の中でどれだけあるのかは分かりませんが、両親などのテレワークで一緒に食事が出来るようになったり、テレワークになることで朝食時間が出来たりと関係があったかも知れないと考えます。

#### <並木委員>

成人の肥満者の数が目につきます。食育の立場からの改善に努力すべきです。

#### <湊委員>

市民の健康について実践・実情が理解出来ました。

#### 事務局より

- ・朝食を食べている人の割合が、年代によって悪化、改善が見られた要因については、更なる分析が必要です。いずれの年代も目標は未達成であることから、朝食摂取について、更なる普及啓発等に取り組む必要があると考えております。
  - ・妊娠を考える女性の意識改革については、生涯を通じた女性の健康について啓発してまいります。
  - ・学校での受動喫煙について目標は未達成であるものの、数値が改善した背景には、改正健康増進法の施行による敷地内禁煙が徹底された効果があったと考えております。今後も受動喫煙のない環境が達成されるよう、効果的な周知啓発等について継続的に取り組んでまいります。
  - ・今回の市民調査では、明確に新型コロナウイルス感染症の影響が出ているとは言い切れませんが、例えば外出の機会が減り自宅にいる時間が長くなったこと等により、「肥満者の増加」のように悪化した指標があることも見受けられます。また、達成度にも何らかの影響を及ぼしているのではないかと考えております。
- 未達成の項目が多いことについては、生活習慣を変容し、継続することの難しさが根底にあると感じております。

・「60歳代における咀嚼良好者の割合」は、市民調査で「なんでも噛んで食べることができる」と答えた人の割合です。

・子どもを対象とした食育は、保育施設や教育機関を中心に、多くの取組が実施されており、目標の達成につながったと考えております。また、新型コロナウイルス感染症の影響も感じられる例として、休校やオンライン授業、保護者の在宅勤務等により、「朝食または夕食を家族と一緒に食べる回数」等の増加につながった可能性も考えられます。

・様々な外的要因に関わらず、子どもの頃から望ましい食習慣を身につけられるよう、引き続き食育を推進してまいります。

・肥満者の割合が増加している年代を中心に、主食・主菜・副菜を組み合わせた栄養バランスに配慮した食事をとること、エネルギーや食塩の調整を心がけること、規則正しい食生活を実践すること等の普及啓発に取り組み、市民の適正体重の維持や生活習慣病予防に努めてまいります。

・令和3年度に実施した市民調査の対象者は、年齢階層及び性別が均等になるよう無作為で抽出した市民です。市民調査の回収率を向上させるための方法については検討してまいります。結果につきましては、さいたま市食育ナビ (<http://www.saitamacity-shokuiku.jp/>) にて公開中です。また、令和4年4月以降に市ホームページ等に公開してまいります。

◎意見交換

(1) さいたま市ヘルスプラン21（第2次）及び第3次さいたま市食育推進計画  
に関する取組事例について

- ・資料3 さいたま市ヘルスプラン21（第2次）及び第3次さいたま市食育推進計画に関する取組事例について

<説明>

委員の皆さまにも御協力いただき作成した今年度の取組事例は47事例です。表紙の次に47事例を元に分野ごとの成果や課題をまとめています。なお、文末の（ ）内には主な引用元を記入しています。

1～14ページは本協議会の委員の皆さまから御提出いただいた事例です。2つの協議会が統合したことに伴い、今回から、ヘルスプラン21（第2次）の分野別の目標「4 1日3食バランスのとれた食生活の推進」に分類した取組には、事務局が「第3次食育推進計画の目標・重点プロジェクト」の分類も記載しました。

15ページ以降は庁内の取組事例のシートです。

各委員からの意見（名簿順）

<秋山委員>

コロナ禍においてもオンライン形式や感染予防対策を考慮しながら多くの講座が開催され、健康増進につながる取組を積極的に行うことが分かりました。

個人的には、栄養計算の演習をどのような内容で実施されて、参加者の反応はいかがだったのか興味を持ちました。

<荒木委員>

各講座の開催方法をオンライン形式にするなど、早急の対応が出来ており評価が出来ます。

さいたま市私立保育園協会の取組事例について、手洗いの重要性は日々感じています。改めてこのような時間を設けて行うのはとても大切であると思います。

<大塚委員>

さいたま市私立保育園協会では、三大アレルゲン（乳、卵、小麦）を使用しない献立のオンライン調理講習会を行いました。現在、小麦を超えて、くるみ摂取によるアレルギーが増えています。保育所では、くるみの提供はありませんが、家庭における摂取に気を付けただく様に広く周知していきたいです。

<小野崎委員>

各団体が様々な取組をされて努力をされていることが伺えますが、高齢者がまだまだ増えるさいたま市において、健康寿命を延伸する重要性はますます高まっていくものと思います。

#### <加藤委員>

どの事業につきましても、協働した課・所・団体等が多岐にわたっており、連携することの大切さを感じます。

コロナ禍であっても沢山の事業が実施されており、工夫をすること、継続することの必要性を感じます。

#### <小林委員>

皆様方の事例、それぞれの個性があり、大変参考になります。

それぞれの取組について、“広報の連携”ができるとより効果が挙がるように思いました。企業向け、従業員向けの取組であれば当商工会議所も後援などが可能な場合もありますので、お声がけいただければと思います。

#### <小森委員>

今般、当支部の取組として「協会けんぽの集団健診～特定健診と合わせたがん検診、歯科健診、特定保健指導の実施～」について報告しました。報告書にも記載のとおり、集団健診と合わせてがん検診や歯科健診が同時に受診できる会場は早期に定員に達することが多い等、同時実施に対する加入者のニーズは高いです。

今後も引き続き、がん検診同時実施市町村の拡大や歯科健診会場の拡大等に努めます。

#### <近藤委員>

コロナ禍の中、皆様オンラインにしたり、定員を減らしたりして密を避ける等、工夫しての取組に苦勞していると思います。

今年度もコロナの影響は多々有ると思いますが、感染予防対策をしっかり行い、感染リスクを避けながら事業に取り組んでいきます。

#### <並木委員>

多様な伝達手段で全ての対象者に情報を広めることから始めたいと思います。

#### <服部委員>

新型コロナウイルス感染症による影響が様々ある中でも、工夫して、様々な取組をされていることが、成果につながっていると思えました。また、コロナ下でも、様々な活動を継続されていることは、素晴らしいと思えました。

#### <松村委員>

P18 さいたま市健康マイレージは目標を大きく上回り素晴らしいです。興味ある取組やコンテンツによる効果だと考えられます。

また、スマートフォンなどで実施できるのも使いやすい施策であるならば、前ページ1(2)でコメントした調査の回答率アップにもつながるのではないのでしょうか。

#### <溝口委員>

各区の保健センターでの取組が、興味深いものが多かったです。

今、コロナ禍で、様々なイベントが中止になったり、何をやるにも規模を縮小させることを考えますが、「健康第一」ですし、早くコロナも落ちつきこのようなイベントがより活発に開催できる日が来ることを切に願います。

### <湊委員>

この先、コロナ禍が収束しつつ日常が戻れば、全世代の地域市民に向け健康料理教室が再会になると思います。

その際、健康づくり・食育について世代別の資料、例えば栄養編、運動編、休養編等の資料があったらと考えます。

### <桃木委員>

目標を達成させるための効果的な取組について検討すべきと考えます。そして、施策を実行に移すべきと考えます。

### <角田委員>

コロナ禍のため事業の中止、縮小を余儀なくされた団体もあったようです。オンラインを用いた事業を行なった事例もあるようですので、オンラインを用いて事業のできる団体は積極的にオンラインを利用してほしいと思います。

#### 事務局より

・P29 北区保健センターが実施した「糖尿病予防教室」の栄養計算の内容については、市販のパンフレットを用いて、参加者が自身のBMI や目標摂取カロリーを算出した後、炭水化物量をもとに日頃の摂取カロリーを算出しました。この体験を通じ参加者からは、必要な炭水化物量を知ることができた、糖質が多い野菜や果物を好んで食べていることが分かった等の反応がありました。

・令和5年度に「さいたま市ヘルスプラン2 1（第2次）（H25～R4）」、「第3次さいたま市食育推進計画（H30～R4）」及び「さいたま市歯科口腔保健推進計画（H27～R4）」を統合することに合わせ、より効果的な事業を展開できるよう委員皆様の御意見を頂きながら進めたいと考えております。

◎その他

**全体を通しての意見**

- ・ サポーター通信 23 号
- ・ がん対策推進講演会「がん患者の心のケア～コロナ禍でつながる大切さ～」のチラシ

**<説明>**

- (1) 健康づくりに関する取組について実践し、健康づくりの輪を拡げていく団体、施設、店舗等の「ヘルスプラン 21 サポーター」を取材した「サポーター通信 23 号」が完成しましたのでお届けいたします。(1～2 回/年発行)
- (2) 今年度のがん対策推進講演会「がん患者の心のケア～コロナ禍でつながる大切さ～」のチラシをお届けいたします。YouTube で動画を配信いたしますので、ぜひ、御視聴ください。

**各委員からの意見 (名簿順)**

**<秋山委員>**

どのような状況下においても、健康づくりのため様々な工夫ができることがわかりました。健康増進の一助となるよう、できることから貢献させて頂きたいと思っております。

**<荒木委員>**

本当に多くの取組が予定されており、このような事業により市民の健康が維持、向上している事を感じます。とても良い計画が出来あがっているので、是非良い結果につながればと思います。

**<大塚委員>**

次年度は対面で会議が行えると良い。

**<小野崎委員>**

ご検討いただきたいことがあります。

**(1) 地区や自治会における健康推進員の設置**

自治会活動の限界もあり、強制や強い制度化は難しいかもしれませんが、地域のシニア層にとっては、自治会からのお知らせや働きかけはまだ重要なものと思われれます。

希望する自治会でもかまいませんが、地域健康推進員のような役割(制度)をつくり、自治会や地域で健康づくりを進める際に正しい知識を持ち、関係機関から有益な情報を伝えられるメンバーを各地域に配置していくことが、地域での動きを活性化させていくためには必要かと考えています。

**(2) 健康体力づくりのための市民組織の設立推進**

いきいき百歳体操で自主サークルの設置を推進されてきたかと思いますが、活発に活動されているサークルも、5年、10年経つと加齢の影響は確実に表れ、導入前に比べて当然効果はでていたとしてもやがて衰えていくことは否めません。

公民館サークルや各地のサークル活動を見ても、多くのサークルはメンバーの入れ替わりは少なく、やがて取組が縮小していくものがほとんどです。

その時に、また大きな事業費をとって普及啓発事業を行うようにするのは、持続可能な取組であるとは思えません。

取組を個人で継続することも大事ですが、各地域で継承していただくことも大切です。

地域スポーツクラブのような組織の設立を誘導し、組織として地域で活動を継続していく仕組みの構築を目指すことを望みます。

団体の認定制度をつくり、一定の受益者負担のもとに活動する団体を、介護予防保険などから支援するなどすることで、デイケアなどに行く手前のところもカバーする仕組みをつくれないうのでしょうか。

学校施設の活用は今後いっそう求められてきますし、学校が各地域にまんべんなくあります。年寄にとっても愛着のある場所で通うことに心理的な抵抗が低いことも期待できます。

武道場など学校施設の有効活用（優先利用）を認め、健康体操などを展開し地域住民が若干の自己負担のもとに運動を続けるようなことを促進すべきかと思えます。

#### (3) さいたま市シルバーポイント（長寿応援ポイント）事業の「長寿応援シール」制度の変更（見直し）

現在、浦和スポーツクラブのように会費をかけているところは、「長寿応援シール」の対象外となっていますが、会員の方からは、継続的に健康維持を図るための努力を続けようと会費まで払っているのに、無料の場所にスポットで参加するだけでもシールをもらえる（特典を受けられる）のはおかしいのでは、と意見が出ています。

営利目的でもなく、地域で会費を出し合って進めているこのような活動は、ぜひ対象としていただくようにお願いします。

#### (4) 健康経営を目指す企業等とのマッチング

地域の取組を進めていく上では、しばしば財源の確保が課題となります。

そこで単に企業から協賛をいただくのではなく、市内企業の従業員やその家族も、各団体の取組に参加できて、社員やその家族の健康福祉が達成されるような WIN-win の関係をつくるには、行政の仲介なども有効かと思えます。

### <加藤委員>

適正体重を維持している方の割合が目標値よりも開いている点は、コロナの影響も少なくないのかなと思いました。

### <小林委員>

ヘルスプラン21の指標改善は一朝一夕にはいかないわけですが、それぞれができることを継続していくこと、その積み重ねがさいたま市の健康増進につながっていくと思います。必要に応じ、上記で述べたような、何かしらの連携が深まるとより効果的になる可能性が高まると感じます。

### <並木委員>

行政と民間との連携を強化していきましょう。

#### <松本委員>

社会に大きな影響を与えている新型コロナウイルス感染拡大防止に伴い、緊急事態宣言やまん延防止等重点措置の実施などの影響により、特に高齢者の皆さんが外出の自粛を余儀なくされ、健康づくりに支障を来しています。

今後、生活様式が変化せざるを得ないのではないかと思料しています。

#### <溝口委員>

目先の忙しさに負われ、つつい自身の健康は二の次になってしまいがちですが、健康づくり、食育に関して、もっと私たち親世代に広めていくことがとても大切だと感じております。

#### <湊委員>

資料2-1、2及び資料3では、事業者の詳細な事業内容に感心しました。今後の事業の参考にいたします。

#### <桃木委員>

サポーター通信を見ました。個別の店名を出すことに違和感を覚えます。又、そばアレルギーのある人にとっては不快な印象をもつかもかもしれません。考慮すべきと考えます。

#### 事務局より

・地区や自治会単位での健康づくりを推進する基盤の1つとして、平成16年度から続く「ヘルスプラン21サポーター」の制度があります。現在、市内の27自治会と125団体（医療機関、薬局、飲食店、NPO等）が登録しています。2年前には岩槻の自治会の活動の様子を「サポーター通信21号」で取り上げました。今後も市民に本制度を知っていただくために、記事の内容を精査し、登録されている団体の種類が偏らないよう紹介してまいります。

・学校施設の利用や「いきいき百歳体操」、「シルバーポイント（長寿応援ポイント）事業」など、地域の健康づくり施策について、今回頂いた意見を所管課にも共有させていただきます。