

令和6年度 第2回さいたま市健康づくり・食育推進協議会 議事概要

◎ 日時

令和7年1月16日(木) 15時30分～16時45分

◎ 場所

さいたま市役所 議会棟2階 第7委員会室

◎ 出席者

《委員》内山委員、大塚委員、小川委員、落合委員、小林委員、近藤委員、篠原委員、菅野委員、並木委員、服部委員、巻委員、松本委員、湊委員、桃木委員(会長)、脇之蘭委員

《関係課》中央区保健センター：山口所長、中央区保健センター：下野所長補佐兼係長

桜区保健センター：田場主査、健康支援課：高木主任、

農業政策課：今井主事、健康教育課：西川主任指導主事兼係長

《事務局》保健衛生局保健部：齋藤部長

保健衛生総務課：浅野課長、今野参与、竹村課長補佐兼係長、松本主査、山田主査、大久保主任、中山管理栄養士

《傍聴人》なし

◎ 欠席者

《委員》秋山委員

◎ 会議資料

・次第

・さいたま市健康づくり・食育推進協議会 委員名簿

・さいたま市健康づくり・食育推進協議会 関係課職員名簿

・座席表

・資料1-1 「さいたま市健康づくり計画」の目標指標について

・資料1-2 さいたま市健康づくり計画モニタリング指標(案)

・資料2 取り組むべき課題の現状について

・資料3-1 健康づくり及び食育に関する取組について(健康教育課)

・資料3-2 健康づくり及び食育に関する取組について(保健センター)

1 開会

2 議事

(1)「さいたま市健康づくり計画」の目標指標について

《資料》

・資料1-1 「さいたま市健康づくり計画」の目標指標について

・資料1-2 さいたま市健康づくり計画モニタリング指標(案)

〈事務局〉

資料に基づき説明。

【意見、質疑・応答】

桃木会長：短期間でわかるモニタリング指標の提案とのこと。私の方から質問するが、これまでの中間評価並びに最終評価と、今回新設するモニタリング指標との関係・位置付けについて改めて説明をお願いしたい。

事務局：今まで中間評価や最終評価をするに当たっては、国と同様に達成状況に合わせて、AからEの5段階で評価を行ってきたところ。現時点においては、中間評価や最終評価については、従来通り、既存の指標について評価をすることを想定しているものである。今回示したモニタリング指標については、あくまで実績を確認し、各団体のPDCAサイクルをまわすためのものと考えている。

桃木会長：このモニタリング指標の設定について、埼玉県立大学の服部委員、何かご意見やご質問はあるか。

服部委員：評価というとあまりなじみがないのではないかとと思われるが、先程説明があった通り、計画に対しては中間評価、そして最終評価で次の計画へつなげていく。評価の際は、市民調査の実施や、国の評価指標に合わせて評価をすることになるが、例えば5年後に今年度の評価をしても、何がその評価の値に影響が出るかということは、5年間開いてしまうと関連が見えないということがあると思われる。

やはりPDCAサイクルにおいて、活動をした結果どうだったかということ、1年ごとに見ていく方が、効果が見えやすいということになると思う。

そうすると「毎年調査をすればいい。」ということになると思うが、市民調査等はかなりの労力もお金もかかる。

1年ごとにデータを確認するとなると、資料1-2にある埼玉県衛生研究所データや市のがん検診の結果、保健統計等、活用できるものがある。最終評価に繋がるような項目を挙げていると思う。それを毎年見ていくことにより、小さな変化から、5年、10年の変化を見られる。今回の指標を挙げたことにより、振り返りをした際に、変化がなくても維持されていると評価ができるし、悪化が見られればどう改善していくかというところに繋げていけると思う。

また、埼玉県衛生研究所においては、さいたま市だけではなく、県内市町村のデータも毎年取られている。さいたま市だけのデータも大切だが、他市町村と比較し、良い点があれば参考に改善していくという考え方もある。

さいたま市での活動について評価をして、また次の年という形で活用をしていけるという点で、既存の数値を使うということはとても大切と思う。

桃木会長：もう1点確認したい。資料1-2内、‘備考’の箇所について、先程も服部委員から説明があったが、これは埼玉県衛生研究所のデータの中の、さいたま市のデータということで理解してよろしいか。また、埼玉県内の他の市町村との比較もできるということとか。

事務局：仰る通り。

巻委員：モニタリング指標設定自体については、特段問題ない。1つだけ質問をしたいのは、資料1-2内の8. 飲酒の基準値について、男性と女性の違いに何か科学的な根拠があるのか。

事務局：国の方で、生活習慣病リスクを防ぐための指標として、1日当たりの飲酒量については

男女差をつけて設定している。その理由としては、男女の体格差が非常に大きく、また、筋肉量や水分量によっても影響が異なるなどがデータとしてある。

近藤委員：資料1-2内の5. 身体活動・運動について、「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施」とあるが、具体的にはどのような運動が該当か。

事務局：この指標については、特定健康診査（40～75歳未満）における問診項目に入っており、受診者の回答によるもの。国から、「健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023」が示されており、その中には、いわゆるスポーツだけではなく、洗濯といった家事などの動作も含めて捉えてよいとされている。

近藤委員：例えばペットの散歩や食事の支度等もありということか。

事務局：動きによって活動の強度が変わってくるため、厳密にいうと、運動量が人それぞれ違ってくるといえる。だが、あくまでもこの指標は、運動習慣を確認する項目となっているため、大きく捉えている。

桃木会長：この問診項目については、非常にアバウトな文言と思っており、ここにある運動とはどういう運動を捉えているのかという事がわかりにくい。そのため、本当は市民調査を実施したいと考えている。市民調査の中で運動習慣があると答えた人に対して、どういった運動をしているのか、1日にどのくらいの運動なのか等。それによって、生活習慣病のリスクが変わってくるとかあるのではないかと考える。

内山委員：埼玉県衛生研究所のデータについて、さいたま市民が対象で、国民健康保険加入者の健康診断を受診した方の結果ということか。

事務局：さいたま市国民健康保険加入者に加え、全国健康保険協会（協会けんぽ）加入者のデータを抽出した結果である。

モニタリング指標の設定について、承認。

3 報告

(1) 取り組むべき課題の現状について

《資料》

・資料2 取り組むべき課題の現状について

〈事務局〉

資料に基づき説明。

【意見、質疑・応答】

小川委員：資料中の朝食欠食の箇所について、「若い世代」とあるが、データ抽出の対象者が40～75歳未満となっている。「若い世代」と表記する理由はあるか。

事務局：前回の市民調査の結果として、20代30代の若い世代における朝食欠食の割合が多かった。市民調査で推移を確認しようとする、5年後と間隔があいてしまう。毎年推移が確認できるものとして、対象は異なるが、埼玉県衛生研究所のデータを活用することとした。分析の仕方として、年代を区切った示し方も出来ると考えられるため、今後検討していく。

脇之菌委員：朝食欠食に関して、20代30代の若い世代への対策は特に重要と考える。何か対策や取り組んでいることがあれば伺いたい。

事務局：若い世代へとなると、どうしてもまずは情報を受け取ってもらうという事が重要と考え、さいたま市食育ナビを用いて食に関する情報発信に力を入れている。また、すぐに情報が得られるように、市公式 X や LINE、市民アプリのお知らせ機能を活用し、情報発信するようにしている。引き続き情報発信を行いつつ、行政だけではなく様々な団体等と連携しながら出来る取組を検討していきたい。

桃木委員：全てのデータについて言えるが、40～75歳未満のデータについて、年代ごとに数字が変わってくるのではないかと推測する。例えば朝食については、70代はちゃんと食べている等。その点の分析は出ているのか。

事務局：データ自体は年代ごとで確認することができるが、本日はお示しできるものがない。

(2) 健康づくり及び食育に関する取組について

《資料》

- ・資料3-1 健康づくり及び食育に関する取組について（健康教育課）
- ・資料3-2 健康づくり及び食育に関する取組について（保健センター）

〈事務局〉

資料に基づき説明。

【意見、質疑・応答】

並木委員：栄養教諭制度ができたことにより、食育が盛んに実施されている。自身の経験から、授業をしても子どもは3か月、6か月すると忘れてしまう。そのため、授業をした後に、親にも知らせるようにした。食育というのは子どもに対してだけではない。学校は親に知らせる良い場だと感じる。また、子どもが先生になり親に伝えることで、子どもも覚え、親も関心を抱く。学校での食育は非常に重要と考える。

また、保健センターにおいては、地域住民への発信を非常によくやられている。やはり身近に感じるものは覚えていくし、体験することはとても重要と感じる。

【各委員から】

内山委員：資料3-2の健康フェアについて、これはすごくいい取組だと感じた。健康に関心がある人というのは、自分から情報を取っていかう、食育ナビとか見てみようと思うかもしれないが、大体関心がない方が多いと思われる。「健康フェアを目指してきた。」というのではなく、「他のことを目的としてきて、たまたまやっていた。」から、ちょっと参加してみようかと思える。こういった取組をこれからも実施して欲しい。

大塚委員：保健センターでの取組を聞き、もし次回予定が決まったら、保育施設支援課を通じて、ご案内を保護者の皆様に周知してほしい。様々な方が興味を持ってくれると思う。あと、今、物価が高騰しており、家庭での栄養バランスが悪くなってないかなってところだけはすごく気になっている。

小川委員：取組について、市民に広く行き渡っていいイベントだと思った。イベントを企画した際には、栄養士も喜んで参加するため、会にぜひ声をかけてほしい。よく、「栄養士さんはどこにいるの。」と言われる。やっぱり食は一生のことであるため、何かあった際には、会にお

声がけいただければぜひ参加したい。

落合委員：今回報告を聞き、それぞれの分野での取組がなされていることがよくわかった。

管理栄養士としての自身の話になるが、長野県は、本当に血圧が高く、栄養摂取量が貧困でという過程を見てきたが、今は素晴らしい県となった。さいたま市・埼玉県も、ぜひ全部が1位のすばらしい自治体になってほしい。

小林委員：商工会議所としての取組のテーマは、適塩。これは市民の生活習慣病の予防や、食生活の改善のために、減塩を意識しながらも、おいしい食を通じて、適切な塩分摂取を目指すといったようなもの。

具体的には、市内の飲食店、学生とコラボし、ナトカリ塩を使用した商品の開発や販売を実施している。この調味料がなかなかくせがあり、味を整えておいしいものにするにはかなりの知識や経験が必要。そのため、試験的に毎年、新しいメニューを開発し取り入れている。

2つ目の取組は、さいたま健康ライフサポータープロジェクトといい、市内の飲食店や、食品小売店に協力いただき、市民の健康づくりに貢献しているお店として、広くPRすることで、間接的に健康増進に繋がるような、支援として取り組んでいる。しかし、やはりこれだけでは弱く、登録店の拡大や広く周知するにはなかなか至らないというのが現状。最後に、今は健康経営という言葉が最近是非常にフィーチャーされており、会社ぐるみでの健康管理を、経営的な視点で実践するといった取組であるため、一人ひとりに対する適塩・減塩という取組よりも注力している状況。

近藤委員：ちょうど資料で田島中学校の給食だよりが出てきたが、自身も薬剤師としてこの学校を担当している。この他にも、学校保健委員会等で、生徒とPTAを交えて、「早寝早起き朝ごはん」の取組をやってきたことがある。学校保健委員会の中で、今日の朝の献立を発表してもらったことがあるが、非常に千差万別。牛乳だけだとか、いろいろ食べる方は大体夕食の残りを朝に 等、そういった話を聞いている。食育に関しては、各学校で取り組まれていると思う。

篠原委員：運動指導をしているため、健康フェアの取組がとても気になった。団体でも駒場体育館を使って年に2回健康フェアを実施している。その際に体組成測定なども実施するが、結果がすぐ見えるため、フィードバックしやすく動機づけになる。このような取組みが身近にたくさん行われるようになるといいと思う。また、若い世代の朝食について、運動や食事等の様々な習慣は、やはり子どものころに繋がっており、今ここにきて朝食を抜くことは絶対ないというような感じに育っている。おそらく多くの人たちがそうだと思うため、やはり学校で様々なことに力を入れていただいたらいいだろうなと思った。

菅野委員：子どもの食育がやはり大事かと思うが、なかなか学習指導要領などの決まりも様々ある上に、学校も授業の中にいろいろ盛り込みたいところで、大変かと思う。また、今回の取組のように本当に歩いている市民を捕まえて、いろんなところで実施をできるというのは、すばらしい取組かと。啓発ポスターをたくさん作るより、直接はやはり出会えるというところで、意味があるかなと思う。

並木委員：会では乳幼児から高齢者までを対象にしていろいろな事業を実施している。しかし、会員のみではできないことがたくさんあり、事業にあたっては、各分野の方々と連携しつつ、指導を受けている。やはり市民に伝えていくには、やはり地域と地域の触れ合いとか、そ

れから親子の触れ合い、それから親同士が重要と感じる。

先程の学校の取組についても、やはり子どものうちから食育が大切と感じているため、成長しても忘れないように、継続することが大切じゃないかと思う。

松本委員：自治会連合会では特に議論するようなことはないが、西区の方でスーパーが閉店するという事で、住民が困っている。最近の情報では、高齢者は買い出しなどでも遠くへ行けない、近くに買い物できる場所がないと言っており、その点を市に要望した。そして福祉の視点から、今回企業と連携し、地域に販売車が回ることが決定した。市としては初めてではないかと思われる。

湊委員：本日はいろいろ参考になる報告を聞いた。今後地域の方に交流の場を立ち上げて、食育や健康づくりの情報を皆さんに伝えていきたいと思っている。

ただ市民に事業について知らせる際に、告知の方法がなかなかない。その点行政と相談しながら進めたい。

脇之園委員：協会けんぽは、主に中小企業で勤める人が加入している医療保険。会員は140万人程度。健診の状況として、受診はするが、保健指導の受診率は残念ながら全国最下位を3年続けてとってしまっている。

また、事業所ぐるみで健康づくりに取り組む、健康経営の宣言の数についても、全国でかなり最下位に近いところにおり、なかなか健康づくりっていうところに対して、無関心な方が多い状況になってしまっているのかなというところがある。

特定健診の対象が40歳以上だったので、そこに向けての取組を続けてきたが、今は、生活習慣が悪くなってしまいう前に何かしないといけないんじゃないかっていうところに少し目を向けるようになってきた。検診の対象の年齢を今後広げたり、あとはそれこそ学校教育の中に、協会けんぽとして働き盛り世代の方が加入している健康保険として、何かしらご協力を仰ぐことができるのか、今後取組を行っていききたい。またご協力を皆様にもお願いすることもあるかと思うので、よろしくお願ひしたい。

巻委員：指標の評価に従って、行政の取組として、食育に対しては学校での教育、それから、市民に対しては、健康のフェアという形で実施と、ちゃんと一生懸命やっていると思った。自分たちの団体としても、様々な歯科口腔保健の取組を行っているが、市民に対して周知するというのが一番、難しいところである。

健康フェアについて10区で取組まれたのか。今後続ける予定か。また、今回の企業とはどのように連携したのか。

事務局：仰る通り、10区で取組んだ。今後の展開については検討していきたい。また、今回の企業については、市と包括連携協定を締結しているため、そこから連携していった。

巻委員：もし今後同様の取組をするようであれば、ご協力できると思う。ぜひ市歯科医師会としてブースを出させていただきたい。こういった取組はなかなか難しいと思うが、ぜひ続けてほしい。

服部委員：健康フェアに対し、本日の会議でこのようにすぐ協力者が得られたり、意見が出ることにについては素晴らしいと感じた。

もともと健康でいる方が、10年20年先の病気のことを考えて健康的な行動を取るというのはなかなかやはり難しい。学会でもやはり、無関心層への働きかけはとても大切だということを知っている。では、どうきっかけを作るかというところが大切になってくると思うが、

まさに無意識の中で、先程の健康フェアのような場所に行き、話を聞いて帰る中で、今まで知らなかった驚きみたいなことから、参加して楽しいと思えて、その積み重ねが最終的に10年後20年後の健康に繋がっていく。そう考えると、今回のフェア等や各団体で取り組まれている事業といった取組が、市民の健康につながっていくと改めて感じた。

例えば、保護者への食育について、小さい頃にやっぱり濃い味で育ったら大人になってもやはり濃い味付けになるだろう。子どもの頃から取り組み、さらに子どもから言われると親も動くという事で、家族を含めての働き方という面では、やはり学校は重要。とても大変な中でも、食育に取り組まれているとことが、最終的には将来の健康につながっていく。

本会の委員になってから各団体における取組状況を聞く中で、様々な市民や企業等が協力して様々な活動がなされていると感じる。個人や家族、企業や地域等にそういう資源があることで、知らないうちに健康的な情報が入ってくるという状況になる。いろいろな活動がなされているからこそ、住むことによって健康になれる地域と言われていく。そういった地域づくりということが、皆さんの活動の中で、ずっと積み重ねて作り上げられているのかなというところは、今回聞きながら感じた。

桃木会長：最後に一言。健康フェアについて、確か以前に実施をしていたような気がする。その際に医師会にも依頼があり、市民の方々に、健康のアナウンスや、骨粗鬆症検診を実施した記憶がある。資料の中で、体操体験とあるが、次回やる際にはぜひ市内ゆかりのダンサー等と連携出来たらよいのではないかと思う。

それから、塩分について、私自身小学校の学校医でやっているが、その学校保健委員会が年に1回ある。今回食育ということで、学校給食に関する食塩含有量等を栄養教諭の方或いは給食担当の方が話をしてくれたが、そこに参加しているPTAが役員さんしかいなかった。本来であれば、多くの親御さんに聞いていただきたい内容ではあったのだが、なかなかPTA役員数名しか参加してないという現況。ぜひPTA協議会の方からもそういった場に参加してもらえよう、お声がけをお願いしたいと思う。

学校給食は食塩相当量が1日6グラム程度で設定されていると思われる。その味つけを、家庭に持って帰ってもらうということが大切になってくる。並木委員からも話が出たが、家庭の味と学校給食の味を比較し、どっちがおいしいではなくて、どっちの味が濃いか、そのように聞いてもらおうと、おそらく違いがわかってくるのではと思う。

昨年10月に日本心不全学会が、市のソニックシティで行われた。その中で市民公開講座もあり、希望者の方に血液検査をさせてもらった。BNPという心不全のマーカーを測定した。10~20人測定したが、その中に基準値を超えている人が3名ほどいた。基準値を超えている場合、心臓に負担がかかっているという事になる。自覚症状がなくてもそういった状況になっているということがわかるため、血管年齢血圧測定、或いはBNPの測定をぜひ健診にて取り入れていただくと、若い世代の、働き盛りの方の健康を、保つことができると考えている。

4 保健部長挨拶

5 閉会