

令和7年度 第1回守山市健康づくり推進協議会

日時：令和7年8月27日（水）

午後2時から午後3時30分まで

場所：守山市役所3階33・34会議室

1 出欠状況

(1) 出席者（12名）

岡村会長（Zoom）、福田副会長、間下委員、朝見委員、田中委員、富田委員、藤本委員、小林委員、岡田委員、今井委員、吉村委員、植村委員

(2) 欠席者（6名）

坪田委員、中井委員、遠藤委員、川田委員、松浦委員、今津委員

(3) 事務局

健康福祉部 武内部長、遠山次長

すこやか生活課 今江課長、市川参事、阿部係長、百田主査、岩波主査、岩砂主任保健師、豊島栄養士、井上歯科衛生士

(4) 傍聴者 なし

2 内容

(1) 開会

(2) 会長および副会長の選出について

会長：岡村 智教 委員、副会長：福田 正悟 委員

※当日は、岡村会長がリモートによる出席のため、会議の進行については、福田副会長が代行

(3) 協議事項

ア 第3次健康もりやま21について

イ 令和7年度の主要な取組等について（P13まで）

発言者	内容
事務局	資料1-1、1-2（P13まで）について説明
福田副会長	質問、意見をお願いしたい。
間下委員	世界禁煙デーに合わせた街頭啓発だが、薬剤師会でも同様の取組を実施している。今年度は野洲駅前とランチ大津京での啓発を実施

	<p>した。薬剤師会に声をかけていただければ、協力できると考える。また、睡眠に関する普及啓発の部分において、自殺対策の活動も含めて実施されていると思うが、ゲートキーパー研修もされると記載されているが、対象はどなたか。</p>
事務局	<p>資料1-2の18ページでも説明させていただこうと思っていたが、ゲートキーパー研修は毎年対象者を変えながら多くの方に受けていただこうとしている。今年度であれば、健康推進員現任講習で実施した。また、教職員向けの講習や市YouTubeでゲートキーパー養成講座の動画を作成し公開している。</p>
間下委員	<p>ゲートキーパー研修は薬剤師会も実施している。9月7日に実施予定である。薬剤師のみの研修であるが、多職種連携等検討されているのであれば、ご協力できる。</p> <p>最後に、女性の健康について。県でもプレコンセプションケアの取組がされており、薬剤師会でも今年度からプレコンセプションケアに取り組むこととなった。学校への講師派遣等も実施しているので、ご要望あれば声かけいただきたい。</p>
福田副会長	<p>薬剤師会で取り組まれている事業を市の方に情報提供していただきたい。</p>
朝見委員	<p>3ページの推定野菜摂取量測定イベントの件ですが、ベジチェックに加えSATシステムを入れたというのはとても良い取組と感じる。どちらも結果がその場で出るので、参加者がインパクトを受ける。SATシステムはレンタルだと思うが、食事の種類が多い方が参加者に訴求できると考える。数多くの種類があるセットを借りられるように検討いただきたい。</p>
植村委員	<p>10ページの睡眠による休養の目標値が示されているが、男性と女性で目標値を分けているのはなぜか。</p>
事務局	<p>こちらの目標値は、令和4年度に実施した市民アンケート調査の結果を基に定めている。男性と女性で結果に差があったことから、目標値はそれに合わせて定めた。</p>
吉村委員	<p>健康の定義が疾患の予防と病気や障害があっても健やかに暮らせると大きく分けると2つになると思う。前段で疾病対策、後段で人と人とのつながりの話になるという理解でよいか。</p>
事務局	<p>資料1-1の2ページのライフステージ・ライフコース別行動目標の下に自然に健康になれる環境づくりについて記載をしている。ここで例として挙げているのは、個別の健康課題が主になっているが、</p>

	<p>人とのつながりも健康づくりには重要な要因と考えており、社会環境の質の向上の部分に含めている。また、第3次健康もりやま21の方針にも誰一人取り残さない健康づくりや心身の健康を一体的に推進する健康づくりを挙げており、障害の有無などに関わらず、すべての市民が楽しく、自分らしく生活できることが健康の一つと考え健康づくりを行いたいと考えている。</p>
岡村会長	<p>国の計画である、健康日本21を県・市は確認しながら計画策定をされている。基本的には生活習慣があつて危険因子があつて、病気になるという流れを断ち切るという考えがもともとある。ただ、生活習慣になると「歩きましょう」となっても歩く場所がないとか、「食事に気を付ける」となっても食事の選択肢がないとかでは困るので、周りの環境が大事となる。この環境はもっと大きな環境で、人とのつながりも含めた環境という土台があつたうえで、従来の予防の流れを更に促進して支えるという仕組みになっている。分野によっては、病気に近いところと、そこから一見遠く見えるところとが混在しているのはやむを得ないところがある。市でどこまでできるかの濃淡もあるので、全体的にみると施策が入り混じっているようにも見える。建付けは土台に人とのつながりを含めた環境づくりがあり、環境を整えていくことで健康づくりに関するすべてが網羅されての健康計画となっている。</p>
小林委員	<p>スマホの使用時間について懸念している。小学校中学年から中学生は家庭内で長時間スマホを利用しており、睡眠不足につながり早起きがしにくいということを聞いている。植村委員にもお伺いしたいのだが、学校での取組はいかがか。家庭内での約束ももちろんであるが、すこやか生活課と学校教育課と学校との連携はいかがか。</p>
事務局	<p>学校教育課では早寝早起きに関するチラシの配布等を行っていると言っている。睡眠という切り口でのすこやか生活課と学校教育課との連携は出来ていないが、今後の課題として思っている。</p>
植村委員	<p>早寝早起き朝ごはんについては、これだけを取り上げて授業をすることはないが、日常的な学級指導、保健室からのお知らせは保護者向けに実施している。スマホやタブレットとの付き合い方については、頭を悩ませている。家庭内でルールを決めてこどものスマホ・タブレットとの付き合い方を見守ってほしいとお伝えはしている。健康とは直接関係ないかもしれないが、犯罪やトラブルに巻き込まれないように学級活動の中で警察や携帯電話会社と連携しながら発</p>

	達段階に応じたスマホ・タブレット教育を実施している。保護者へどのように啓発していくかは課題と認識している。
福田副会長	スマホ利用と睡眠不足の関連について、全国的な動きはあるのか。
岡村会長	スマホに関する問題については、今まさに検討をしている状況であると理解している。情報が入ったら共有させていただく。

イ 令和7年度取組事業について (P14 から P22 まで)

事務局	資料1-2 (P14 から P22 まで) について説明
朝見委員	<p>本学の学生が作成したレシピが活用されありがたく思っている。市内レストランや社員食堂での提供が今後増えるとよいと思っている。食べて自然に健康になれるという状況を目指していただきたいが、家庭にも展開するためには、家ではスマホやタブレットを使って料理サイトを検索して作成することが多いため、守山市公式アカウントを作って令和7年度の郷土料理のアレンジレシピも含めて掲載する等してデジタルで残すということも重要だと考える。健康推進員が考えたレシピも守山市の財産と考えるので、そちらの掲載も含めての実施はいかがか。</p>
藤本委員	<p>守山市の有線放送にて、健康推進員のレシピ紹介を実施している。レシピをホームページに掲載する等はしていきたいと考えている。</p>
富田委員	<p>今年度から幼稚園での給食が始まったが、幼稚園で3歳児を見たが給食を食べているからか体格が良いように見えた。幼稚園の先生に聞いたら、「給食を食べているから」と言っておられた。</p> <p>民生委員として赤ちゃん訪問をしていると、外国の方が多くなった。子育てや離乳食に悩んでいるのかと思い尋ねると、市役所の方が上手に対応して下さるので子育てが楽しめていると言われていた。相談できる場があるということが、市民を安心させていると感じている。</p> <p>また、高齢者サロンで骨粗鬆症の話を地域包括支援センターの方にいただいたが、参加者は熱心に聞いておられた。予防メニューも簡単そうだから作ってみようかなとおっしゃっていた。今回はこちらから骨粗鬆症の話をしてほしいとお願いをしたが、健康施策で「この部分を皆さんに知ってほしいので、自治会でお話させてほしい」と市から言ってもらえたら、自治会で展開できると考える。</p>
今井委員	<p>富田委員の関連ですが、療育の歯科指導に行かせてもらった時に、偏食の相談がある。これしか食べないということと言われるので、</p>

	甘味制限のお話もできないことがある。療育の先生と相談しながら対応したりしているが、よりよい取組があれば教えてほしい。
福田副会長	全国的な課題であると思うが、難しい問題である。
岡田委員	野菜たっぷりレシピについては、商工会議所を通じてレシピの共有をしていただければ、協力ができると思うので、教えていただきたい。また、市内の中学生がもりやまいちで郷土料理を出されているが、すこやか生活課と関連があるのか。
事務局	別の取組である。
岡田委員	中学生の取組は活気があり、発信もがんばっているので連携しても良いと感じた。
福田副会長	自殺対策でゲートキーパーの養成数が多くなれば、自殺者が減るといふエビデンスはあるのか。ゲートキーパー養成講座修了者数は増加しているが、自殺者数は一定のままなので確認したい。
事務局	エビデンスまでは把握していないが、相談支援対応をしている従事者としてはゲートキーパー研修を受けていただいて、悩みがある人を早期に発見いただき、相談窓口につないでいただくというのが、大事だと考えている。
福田副会長	岡村会長に伺いたいが、自殺者対策の所でゲートキーパー数を増やせば自殺者数が減っていくというエビデンスはあるのか。
岡村会長	論文として直接的なものはないかと思うが、相談できる先がたくさんあると予防につながるというエビデンスはあると思うので、その一環としての整備だと理解している。
福田副会長	ゲートキーパー数が増えても相談できる人が相談窓口にいなければ全く意味をなさないと考えたので、お尋ねした。
田中委員	健康レシピは非常に良いなと思っている。アプリ等で配信されるとさらに良いと考える。早寝早起きの話だが、1人1台タブレットを持っていると思うが、課題をタブレットで提出するのもある。課題提出の締切が夜の11時59分までということがあると聞いている。子どもたちはその時間に間に合わせるためにその時間まで起きて課題を仕上げていたとしたら、早寝早起きに影響しているのではないかと思う。
福田副会長	植村委員、学校での状況はいかがか。
植村委員	すべての小・中学校を把握しているわけではないので、実際のタブレットで提出する課題の締切時間まで設定ができたのかはわかりかねる。タブレットを用いた電子データでの提出はすべての課題で

	はなく、半分以下ではないかと推測する。
福田副会長	教育委員会にも、確認してみる。
事務局	朝見委員、田中委員にご意見いただいた部分について回答させていただく。 14 ページの野菜たっぷりレシピについて、今年度調理の様子を撮影しショート動画にして公開する予定にしている。できあがった動画はレシピ集に二次元コードとして添付や広報を実施する予定にしている。手順を見ていただくことで、野菜の切り方やサイズを確認してもらい実際に調理するという行動につながるように取り組んでいく予定である。
朝見委員	動画でしかもショート動画とするのはいい取組だと思う。

ウ 令和 8 年度以降の取組計画について

事務局	資料 2 について説明
朝見委員	意見であるが、環境づくりの「共食する人の増加」は、「守山共食の日」を月 1 回あるいは数カ月に 1 回実施したり「守山共食強化ウィーク」を打ち出すのはどうかと考える。市内のスーパーと共同して、「守山共食の日」にオードブルを売り出ししていただくのはいかがか。オードブルなので、祖父母を家に呼んでみようという可能性がある。また、それが習慣になって月 1 回でもそのような取組ができると、目標値の達成に近づくかもしれない。オードブルがおいしかったら、また別の機会でも集まってみんなで食べるということにつながるのではないかと考える。定着させるのが難しいかもしれないが、一案としてお伝えする。
事務局	今後、検討していく。
岡村委員	健康日本 2 1 では、健康日本 2 1 推進全国連絡協議会というものがあり、170 団体以上参画している。国の目標値を達成するためにどのようなことができるかを、参画団体に投げかけている。各団体の強みやよくかかわっている所などがあるので、国では「計画の目標達成のためにできること」を働きかけているところ。
間下委員	「睡眠による休養を十分にとれていない人の減少」であるが、睡眠をとれていない原因がわからないが、睡眠時間が取れないことが原因と考える。忙しい人で午前 2 時に仕事から家に帰って、次の日の仕事のために午前 5 時に起きて準備を始める人だと、3 時間しか寝られない状況も考えられる。その場合は、仕事の内容を改善しない

	<p>といけないのではないかと。それ以外であると、単純に寝つきが悪いとなると、薬で解決する必要もあると考える。寝られない人に対しては、受診を促し解決を図ることが必要ではないか。</p>
福田副会長	<p>年を重ねると、睡眠時間が短くなっていく人が多いため、薬を飲んで眠りにつく方が多くなる。特定健康診査の間診票でも「睡眠で休養が十分にとれている」があり、主治医が確認、把握することで指導ができると思う。</p>
藤本委員	<p>健康推進員の活動で8つの部会に分かれて、分野ごとの取組を実施している。滋賀県の健康づくりが雑誌に特集され、その中で守山市健康推進員のたばこ部会が掲載されている。19日の食育の日には健康推進員が市民向け街頭啓発としてティッシュ配布をしている。その時に、「今日のご飯をみんなで一緒に食べてくださいね」と声かけながら配布し、食育の推進を行っている。</p> <p>また、むし歯予防部会では年間何回も公演している。幼稚園や小学校のこども向けの時があれば、高齢者向けに行うこともある。今後も健康推進員活動を実施していきたいと思っているが、人数が減っており運営に苦慮している。健康推進員に興味がある方がいれば紹介していただきたい。</p>
福田副会長	<p>健康推進員の活動が、滋賀県の健康づくりに寄与されていることがわかった。今後もぜひ頑張っていたきたい。</p>
岡村会長	<p>計画の推進は、市の関係者と連携して市民の方にも参画してもらうことで、目標値が達成するというのが非常に重要である。どのように人を巻き込んでいくかが課題となる。この協議会では、様々な団体の代表者が集まっていることから、意見を出しあっていければと思う。今年度末や、次年度以降に市民の健康状態が良くなっていくというのが非常に喜ばしいことと思うので、ぜひ一緒に頑張っていければと考えている。</p>
事務局	<p>本日欠席の南部健康保健事務所 松浦委員から意見をいただいているので、紹介させていただく。</p> <p>「健康もりやま21の推進に関して、守山市でPDCAを回し、重点化して取り組まれていることが資料からうかがえる。湖南圏域としてもはたらき世代の健康づくりは重点としている。社員食堂での情報提供をきっかけとして野菜たっぷりレシピの提供に早速つながっている展開は機動性があるよ。企業や団体とのコラボが自然と健康になれる環境づくりに重要であるため、守山エリアでコラボが</p>

	生まれるよう引き続き一緒をお願いしたい。」
福田副会長	他に意見が無ければ、終了とする。

(4) 閉会