

会議名(審議会名等)

平成23年度第4回小金井市市民健康づくり審議会

事務局(担当課)

福祉保健部健康課

開催日時

平成23年9月13日(火) 13:30~15:00

場所

小金井市保健センター講堂

出席者

審議会委員 12名

会長 丸茂 恒二委員 副会長 鴨下 健夫委員

委員 井上 雄一委員 新藤 芳雄委員 西村 多加子委員 小林 久滋委員

篠田 昭彦委員 木所 義博委員 大西 義雄委員 善如寺 日雄委員

古明地 節子委員 増田 和貴委員

事務局

福祉保健部長

健康課長

健康係長

健康課副主査

ジャパンインターナショナル総合研究所社員 2名

傍聴の可否及び傍聴者数

傍聴可・傍聴者数0人

会議次第

別紙のとおり

審議会内容

健康課長 本日はお忙しい中お集まりいただきましてありがとうございます。ただ今から、平成23年度第4回小金井市市民健康づくり審議会を開催いたします。まず、初めに事務局よりご報告いたします。井上・水上委員から欠席のご連絡が入っております。それでは丸茂会長、開会のご挨拶をよろしく願いいたします。

会長 みなさん、こんにちは。お暑い中、お忙しい中、お集まりいただきましてありがとうございます。平成23年度第4回小金井市市民健康づくり審議会を開催いたします。小金井市保健福祉総合計画、健康増進計画の骨子案の話が中心になると思いますので、よろしく願いいたします。

健康課長 議事に入ります前に、資料の確認をお願いいたします。まず、9月5日にお送りさせていただいた小金井市保健福祉総合計画骨子案(8月26日現在)というものです。それとお手元に配布させていただいております、小金井市保健福祉総合計画策定に伴うアンケート調査結果報告書という厚い冊子になっております。また、第2回の審議会議事録です。議事録については訂正がありましたら9月30日までに事務局までご連絡ください。資料がお手元がない方、いら

っしゃいますか。それでは、これより議事に入らせていただきます。会長、よろしくお願ひいたします。

会長　それでは本日の議事に入らせていただきます。小金井市保健福祉総合計画及び骨子案について、報告をお願いします。

岡研究員　よろしくお願ひいたします。前回、初頭で素案の全体案を説明いたしましたので、今回は前回課題になっておりました点と変更点について説明いたします。

まず、目次の1頁目ですが、第3章の第2節に健康づくりの重点事業で、今回の計画全体を通して、何か目玉になる事業施策を作れないかという事で3点ほど検討しました。第3節の分野別の基本方針とタイトルを変えています。この分野別については国の基本方向の節で変更はありませんがそれを総括する形での重点施策を入れています。内容では17頁で、第3章計画の基本理念・方針ですが、仮にみんなで楽しく健康づくり・まちづくりとしています。皆様のご意見を伺いたいと思います。計画の概要として、基本理念に続いて重点事業を3つ並べました。「小金井らしい食生活の推進」です。これは小金井市の食育推進計画に基づいて取り上げたものです。

「身近なウォーキングの普及」は手軽にできる運動という事で取り上げています。そして、最後は「地域センターを活用した健康づくり」は、新しく地域センターが出来上がるので、関連して事業が実施できないかという事で、今回3点ほど重点事業として追加しております。その内容としては18・19頁に第2節健康づくりの重点事業の内容が3つまとめてあります。本計画に定める基本理念を具体化していくために重点事業を定め推進していくことになります。1点目は小金井らしい食生活の推進です。小金井らしい食生活のあるひとづくり・まちづくりを、“Koganei-Style”として、地域に展開していきます。楽しい食を通じて家族の団らんや地域の人のふれあいを深め、心身の健やかな健康を育みます。新鮮な地場野菜によって旬の味わいを楽しみ、地域に優しい食生活の実践を図ります。を趣旨にして推進していきます。その下の小金井らしい食生活とはという事で、小金井市食育推進計画の主旨です。大きな○印を見ますと、地場を中心とした新鮮な野菜を楽しみ、低農薬等、良質な野菜にこだわる。職場やコンビニエンスストアのことも書いてあります。家の人や友人・知人とのだんらんを大切に食事をする。地域のふれあいを大切に、環境に優しい食生活を実践する。この辺を栄養・食生活とからめて大きな事業の一つとしています。

2つ目、19頁になりますが身近なウォーキングの普及。ここは主に運動になります。3点挙げていまして、いつでも、だれでも、どこでも実践可能で手軽な健康法として、ウォーキングによる健康づくりを普及します。単に歩くだけではなく、地域の自然や食生活、歴史的・伝統的な視点も盛り込んで、歩く魅力づけを図ります。その下に訪れたい市内の公園、施設等の主な場所を書いており、地域の良さを活用しながらの歩く運動を推奨します。そして、ウォーキングコースを選定し、周辺の花の栽培や美化活動なども含めてまちづくりへとつなげていきます。という事で事業を上げています。最後に地域センターを活用した健康づくりという事で、地域センターの特性を生かして、健康づくりの啓発、健康づくりの教室、講演会など健康づくり推進のテーマに沿った事業を推進します。そして公民館の健康づくりに関連した事業を通じて、市民の自主的なグループ活動を促進し、地域に根差した健康づくりの展開を図ります。下には市内の地域センターの拠点と4つ目の地域センターの開設が予定されており、その施設を活用しながら健康づくりをしていこうという事で、前回から追加した3つの重点事業を入れていますので、ご意見をいただければと思います。

それから、細かい点としまして23頁に分野別の取り組みの推進があります。まず、現状と課題のところではアンケート調査を実施しましたので、その中での課題を追加しました。施策の目標の2点目ですが、このたび重点事業を追加したことに合わせて「小金井らしい食生活」の推進を図ります。を目標に追加しました。

続きまして25頁の3 食育の推進で1点目に食育推進計画の推進としています。これも小金

井らしい食生活の推進を具体的な事業として追加しています。

続きまして28頁の第2節 身体活動・運動の現状と課題に当たる部分で、一番下の4点目、アンケート調査結果による課題を追加しています。それから施策の目標の2点目で重点事業に伴い、誰もが参加しやすいウォーキング等の普及を図ることを目標として追加しています。

それから29頁になりますと、身近にできるスポーツ・体操等の普及の中で、ウォーキング等の普及を追加しています。

続きまして32頁、第3節 休養・こころの健康づくりの2点目、これもアンケート調査結果によるストレスの状況等を追加しています。最後に自殺予防に向けた取り組みの推進の必要を書いています。ここは現状と課題の追加部分です。

続きまして35頁、第4節 飲酒・喫煙です。この現状と課題の部分についてもアンケート調査結果による課題等を3点ほど追加しています。喫煙・受動喫煙対策と毎日飲酒の状況を追加しています。

続きまして38頁、第5節 歯と口腔の健康です。ここでも現状と課題で歯の本数・8020運動の推進に向けた課題を追加しています。

続きまして41頁、第6節 糖尿病・循環器病対策です。現状と課題ではアンケート結果でかかりつけ医・かかりつけ歯科医に関して必要性を追加しています。それに伴い施策の目標の3点目にもさらなる普及を図ることを追加しています。

以上が前回資料からの追加部分になります。ご検討をよろしくお願いいたします。

会長 ありがとうございます。ただ今説明がありましたが、本件についてご審議をお願いいたします。ご意見、ご質問等ありましたらお願いいたします。アンダーラインのところ、前回から変わったところなのですね。

岡研究員 そうです。アンダーラインが前回からの追加点です。

会長 食事・栄養・運動等の部分が中心になるようです。

健康課長 前回、ご指摘いただいた悪性新生物というものがよくわからないということで、4頁ですが「がん等の悪性新生物」と修正させていただきました。

古明地委員 前回、篠田委員から小金井らしい地域の特性を生かした健康づくりや色々な表現方法を入れたほうがいいのではないかという話がありましたが、そのところはどのようになったのでしょうか。

会長 どの様に盛り込んだのか、お願いします。私が見た限りでも食事や運動、ウォーキング等に小金井らしさを入れ込んでいる印象はありますが。

岡研究員 小金井らしさをいろいろ調べたのですが、具体的には食事や散歩が小金井らしさなのかと思います。また、地域センターもあるのが今のところ小金井らしさかなと思います。

古明地委員 17頁のところの1節目ですか。

岡研究員 そうですね。前回小金井市が長寿日本一になった時の条件に自然環境が非常に美しく、その環境の中で長寿を達成できたという事です。そういった環境を入れるとすれば、2番目のウォーキングのところで少し入れられるかなと思います。他にも可能性があれば入れていきたい。

会長 18頁の下の方に参考に「小金井らしい食生活とは」とあるが、これを見ても具体的には

何なのか良く判らないのですが。

鴨下副会長 小金井らしい食生活といっても、じゃあ一体何かなと思う。「これ」と言うものがなく生産量も微々たるものである。江戸野菜などと言って取り組んでいる農家もいるが、江戸野菜もそれにのめり込んでやっているところもあるが、11万市民には微々たる量でしかない。小金井らしい食生活にある地場を中心とした新鮮な野菜を楽しみ、低農薬等、良質な野菜にこだわるとうたってもらいと、農家は喜ぶと思う。私も農家なので嬉しい。ただ、生産量が微々たるもので、80%は地方から来る野菜でしょうから、小金井産の野菜なんて微々たるものであるのが現状ですから、このようにうたっていただけるならいいのではないかと思います。

会長 野菜を取ることが健康にいいという事は判っているが、何かもう少し改善した方がいいでしょうか。

古明地委員 もうちょっと小金井らしい、現在持っている自然のお金をかけなくても良い地域の良さを利用した健康づくりという事だと、ウォーキングや体操は自然に場所があるし、お金をかけなくても、その辺をしっかりとPRをしていけばできる。名勝や地域を回る朝のウォーキング等が書いてあるが、どこどこを回れば何キロ歩いた距離になるとか何カロリー消化したことになるとか書かれている健康づくりマップとかを作って、市民に健康づくりの目安にして配ったりすれば、具体的にいいのかなと思います。たまたま、中央線は高架になったのですが、北には玉川上水、小金井公園、南には野川、栗山公園、武蔵野公園があり、ラジオ体操等大勢の人が一緒に集える場所がタダであるので、そういうものを有効利用した形の健康づくりができるように市民にPRするのが、最高かなと思いますし、お金をかけずにできる部分かなと思います。施設を作らなくてもできることのほうが、予算よりも先かなと思います。

会長 そういうマップを見たことがある。色々な場所で、見たことがあります。

健康課長 そうですね。「てくてくマップ」等、いろいろな部署でマップを作っています。

会長 市役所でやっているのですか。

健康課長 市役所とか商工会とか、さまざまです。

古明地委員 健康づくりに役立てるのなら、この計画の基にもう少し市民の役に立てるように、資料を市民に提供できるようにしたらいいかなと思います。

健康課長 計画を進めていく上での具体的な事業・施策の中で行っていくもので、この計画上では載ってこないです。

会長 これは骨子案だから、入らないんですね。

古明地委員 もう少し自然とか、置かれている地域の特性みたいなものを利用するような表現があってもいいかなと思ったのですが。ただ漠然と基本理念にそれぞれに合った健康法を確立し、楽しみながら続けていくことができる健康づくりを推進します。と書いてあるが漠然としているし、どこかに入れてもらいたいと思います。小金井市らしい地域の特性を生かした健康づくりの様なものを入れてほしいと思います。

健康課長 小金井市は自然が豊かなので、そういう文言が入るよう検討します。

古明地委員　そうするともっと柔らかくなるし、納得がいくと思えました。漠然として、とりとめのないことだけれども。

会長　物足りないかもしれないが、19頁にある程度書いてある事をもう少し、広げてという事でしょうか。

健康課長　その辺については検討させていただきます。

大西委員　それに関連して、ウォーキングがいかに関心のために良いという事を教育等にかみ合わせていかないと、ただやれというのでは何のためにやるのかわからない。いかに健康のために良い、小金井が自然に恵まれている、したがってこれを推進して30分でもやっという計画と一緒に長くやってもらいたい。

古明地委員　賛成です。

大西委員　最近気が付いたのだが、ウォーキングをやると非常に良いですね。40歳頃の若い時はウォーキングなんてやっただけで無駄だと思っていたが、年をとるほど実感する。最近若干メタボリックなので1日置きに1時間半ぐらい歩いて2か月ぐらいたつと、極めて調子が良い。本当に調子が良いと感じます。

会長　実感されている人の意見が一番説得力がある。食事療法もちろん大事だが、ウォーキングは有酸素運動で生活習慣病の予防にもなるし、治療にもなる。あとメンタル、精神面でもストレス解消や気分転換にもなる効用もある。強調しても強調しすぎることはない。ぜひ進めたい。最近は朝早くから歩いている人が多く増えている。何か他にありますか。

善如寺委員　ここで審議していくのは骨子案だけなのでしょうか。それが終わったら終わりなんでしょうか。

会長　骨子案の検討が終わったという事ですか。1頁目にスケジュールが書いてあります。来年1月～2月に計画全体の確認、確定という事ですが、その後どうなるんですか。

福祉保健部長　1頁目を見ていただきますとスケジュール案が載っています。今は大雑把なスケジュール案しか載せていませんが、9月・10月に骨子案の施策・文言の検討となっており、11月には計画の数値目標・指標の検討となっています。1月～2月には計画全体の確認、確定となり、これが大まかなスケジュールになります。

善如寺委員　骨子案に関しての計画は判ったのですが、実際に実施するところについての意見が委員から出されたように、ポイント、ポイントでやったところがいくつかあると思います。例えばウォーキングでよいという事が判って話した通りで、こういう効果があるとか、個人的には効用感を出すためにキロ数をメモして行って、日本縦断だとか地球1周だとか地球から月まで歩いたとかを目安にする表を作るとか、やり方はいろいろあると思う。個別には達成感を促すための、個別の案の検討を実施するにあたってどうなのかが一つと、小金井市報は出されているけれども、小金井市に住んでいて実は見たことがないという人がいた。57歳の方で小金井市に住んで15年になるが、見たことがないという人がいたので、話を聞いてみると、マンションに住んでいて配布されない部分があったりして、徹底されていないような話を聞いたので、こういう大きなものを作って皆に知らしめるための確認事項はどのようにされているのかなと思います。先程の野菜直売場の話でも、1回マップをもらったことがあるが、時間が書

いていないので、行っても空いている時間がそれぞればらばらですから判らないのです。直売所が確かにあっても品物がないとか。何時から何時までとかお知らせの様なものがしっかり出来ていくというような、一つ一つの積み重ねが、こういう事につながっていくと個人的には思っているのですが、実は具体的な案ということについての方策はあるのかと質問している。

健康課長 確かにおっしゃるとおりですが、計画には施策の体系があり、それに基づいて分野別の取組みの推進をしていくこととなりますが、それはそれぞれの主管課がきちんと推進していくことなので、計画の中にはそこまで細かいところは載って来ません。計画を推進する中で進捗状況を毎年調査報告するようになるので、その中で具体的に各課が、どう取組みを進めていったかとか、具体的な事業や施策を報告する形になると思います。それを審議会委員に検証してもらう流れになるので、あくまでも計画の中では分野別の取組みと事業ということで、事業の細かい取組みはここには載ってきませんが、毎年の検証の中で、委員の皆さんにチェックしていただくという流れになります。

会長 市報が届かないところがあるという事だが。

健康課長 担当は広報秘書課ですが、全戸配布をしているはずですが。表札が出ていないので、届かないというところもあり、二世帯住宅だったり等もあると思いますが、担当課に連絡していただければと思います。

善如寺委員 判りました。言っておきます。

会長 最近始まった木所先生が出ている策定委員会ではどうなっていますか。

木所委員 この中よりまとまっていると思いますが、健康づくりとはまた違う町の暮らしとかを重点的にしたアンケートを取り、かなりボリュームのあるものになっていて、こちらの方も来週夜、委員会をやるが、最終的にその中で意見をまとめていくことが難しいことと、また、同じように一体どこまでやるのかという事もある。当然、今日の委員会の中でも、計画案に関して意見が一杯あるわけで、多少内容の変更があってもすごく良い骨子案が出ているので、どうやって実際問題、下におろして実行していくことになるかと、市の所管が違うし予算の問題も出てくる。健康づくりから大気汚染など色々な方法があると思うが、実際私が関係した委員会の中では到底、そこまでは時間的には無理なので、その上の段階でまとめていけばいいのではないかと思う。保健福祉総合計画のアンケートの委員会と同じような人数でやっているが、同じような形で進んでいると思う。

会長 重なる部分もあるが違う部分もある。具体的にはなかなか難しいですね。

木所委員 アンケートは町内会などでも取っており、今集中的になっているのは、3. 11の震災後、災害防災の対策を含めて考えていければいいのではと審議されている。

大西委員 今日いただいた報告書はどう活用するのですか。全部読んでおいてくださいという事ですか。

健康課長 これは各部門のアンケートを集約したもので、各部門で計画の中に主なものを入れて活用するということとなります。

大西委員 私達が協議しているのは健康づくり審議会で、健康になるためにどういう事を策定

していけばいいかという事を、計画していけばいいと思う。第4章には介護保険の事が書いてあり在宅医療のこととかが書いてある。我々は保健医療の事をしているのでそれとの関連性はどうなっているのか。

福祉保健部長 保健福祉総合計画という作りが、地域福祉と健康増進、介護保険、障害福祉の4つの計画を全部1冊にしたものです。今回の健康づくり審議会で審議いただいた内容については、この冊子の75頁からが健康増進計画の策定のためのアンケートですので、121頁までが、健康増進計画の策定に必要なニーズ調査で全部合冊になっています。今、皆さんには健康増進計画についてご審議いただいておりますが、出来るだけ冊子もこういう形で4つの計画が1冊にまとまった形で出てきますので、関係のないものが入っていても内容的には1冊にしてあるという事になります。

大西委員 第2章という事ですね。

福祉保健部長 はいそうです。

会長 他にはないでしょうか。来月もこの続きというか検討ですね。

健康課長 そうですね。当面のスケジュールからいくと、数値目標とか指標の検討、施策の文言の検討になりますが、時間があればそういうところに入っていただきたいと思います。数値目標がこれでいいかどうか。これはちょっと違うのではないかと、こっちを入れたほうがいいのではないかとというようなご意見があれば、その辺も合わせてお教えいただければと思います。例えば37頁の数値目標のところ、飲酒に関する取組みの推進では、「お酒を毎日飲む人の割合」で、現状は33.6%で目標をどう設定するのか、お酒を毎日飲むことが悪いのかどうかとか、あるいはその量によっても毎日飲んでも差し支えないのではないかとかという意見もあると思いますので、目標の設定とか休肝日を設けるとかその辺のご意見も合わせていただければと思います。

会長 書いていないところはこれからという事ですね。34頁に睡眠で休養が十分取れているかの人の割合とかですね。よろしいですか、他にご意見はありますか。今事務局から説明がありました様に、数値目標がまだ空欄になっているので次回までに個人で検討していただければと思います。私も考えてきますので。

健康課長 ジャパン総研の方にお聞きしたいのですが、指標のたて方というのは何に基づいているのですか。

岡研究員 今入れているのは東京都や国が指標として作っているものを参考にしています。アンケートの設問を作る時もそうです。朝食の取り方やバランス等についても基本的には今のところは国等の指標を参考にしています。どれを入れるかは決められていませんので。もっとも1分野について、もっと国は非常に細かく10位入れているが、これ以外にも小金井市で指標にした方がいいというものがあれば、各自治体で自由に入れてもいいことになっている。目標値は自治体によって様々ですが、きちっと入れるところもあれば単純に上げる、下げるとか入れているところもあります。あるいは区切りがいいところで20.何%を減らして20%にしたり、1割位減るだろうかとかいう感じで入れたりしている。

会長 目標をたてたら当然、達成率や達成プランで評価しなくてはならない。

岡研究員 おそらく5年位先にもまた同じような調査をして結果を見て、同じ指標で何%になっているかで評価すると思う。

鴨下副会長 骨子案に出てきている以上の具体策をこの会でやった方がいいのか、どうなんですか。ウォーキングとか健康とかありますが、そこまでここで検討していくのかどうか。

岡研究員 ウォーキングについてはウォーキングマップを作ってはどうかとか、ウォーキングの有効性について学習の機会を設けてはどうかとかの案をいただいて、後ろの事業の方でそういうことをしますとはっきり書いているのかどうかを検討される事なので、市の財政事情もあると思いますが、そういった案のご提案もいただければと思います。

鴨下副会長 難しい。そこまで突き進んで、この会議で検討するのか。これに少し色を付けてまとめるのかの兼ね合いですね。

会長 そうですね。いい案だけ作っても実行に移さないとしょうが無い。なかなか難しいところだが、その辺は来年度ですね。

福祉保健部長 この計画については、3月いっぱいまでかけて策定する訳ですが、実施は平成24年4月から行なう。先程健康課長から話があったように、この計画ありきで、もっと具体的にするにはどういった施策をするかという事は、主管課が決めていくことである。予算等の兼ね合いもあるので、出来る・出来ないがあるが、あくまでも計画を基にどのような施策を展開していくかを決めて、年に2回の健康づくり審議会で検証をして、課題を抽出し、それに対する意見をいただくことになるので、今回具体的に内容では無いと私自身は考えています。

会長 骨子案だから骨組みを作り、それをどうやっていくかを次のステップで検討する。

鴨下副会長 そこをはっきりしておかないと、こういう会合をやっているもどこまでやっていか判らない。部長の話だとこれに少し色を付けるぐらいでいいのかなと、私は理解したのですが。

健康課長 あくまでも骨子案を元に、文言の変更や小金井らしさを多少加えるというようなこととなります。先程古明地委員が言われたように、理念の中に小金井らしさを入れるとなれば、文言をもう少し検討していただくとか、ここに自然とか水とかの文言を入れるとかの案を、委員の皆さまからいただければありがたいです。

増田委員 前回の会議で小金井らしい計画案にとの意見があって、健康づくりのシステム事業という事で回答をいただき、前回より小金井らしさが出ていると感じています。小金井らしさという事で思うのは、17頁の基本理念の中に健康寿命を延ばすとあるが、同じ小金井の計画で高齢者保健福祉総合計画の中で、健康寿命が小金井市は北多摩南部地域医療圏の中で一番長いというデータを、計画の中に載せようという話が出ています。保健福祉総合計画にも載せるかどうかは事務局で検討していただいて、より小金井らしさを出していただくというような考え方もあるでしょうし、高齢者福祉計画の方では「小金井体操」といったものが小金井の中で取り組んでいる取組みの中では独特ではないかとの意見もある。そういったものをより浮き立たせる形の表現方法もあるのではないかと思います。ただ基本的には非常によくまとまってきたとの感想を抱いています。

会長 私も同じように感じた。欲を言えばきりのないところもあるが、骨組みとしては良くで



きていると思う。

古明地委員 31頁に小金井さくら体操の参加者数で現状150人となっているが、あれだけPRもしているのに年間できっとするぐらい少ない数字なのでびっくりした。漠然と体操だけでは、私の中ではラジオ体操に近い感じですが、朝、何もお金をかけなくても自由に参加できるような思いがあったのですが、体操、ウォーキング、運動、小金井体操、この辺で充実したらと思います。さくら体操という名前はとってもいいので、もっともっと広がっていると思ったら意外に少ない数字でびっくりしています。この辺を充実したら計画案の骨子案にさくら体操は、ネーミングがすごくいいので入れたらと思います。

会長 やはり広報、PRでしょうか。みんなに知らせるという事は大事ですね。

健康課長 28頁の分野別の身体活動・運動の中で、「市内では高齢者自身の参加による小金井さくら体操等の取り組みが行われていますが、さらに誰もが参加しやすい・・・」とうたっています。

古明地委員 さくら体操、ウォーキング、ジョギングはとってもいいと思う。小金井さくら体操という言葉はPR、キャッチフレーズになるかなと思う。その辺を計画の中で表示していつもらえればと思います。

会長 どこでやっているかは市報に載っているのですか。

健康課長 はいそうです。

大西委員 私は内容がよくわからないのですが、毎週載っているのですか。

福祉保健部長 今資料がないのでお答えできないのですが。

健康課長 市報で毎週載せているわけではないと思います。

大西委員 では内容はどうなっているのでしょうか。

健康係長 介護の予防のためにある体操です。

大西委員 毎日やっているという事ですか。

古明地委員 毎日行っていない。

福祉保健部長 詳しい事は今調べますが、先程のアンケートの中にも介護の関係がありましたが、介護の計画も同じように作っています。そこが主管しているのです、そこがもっと細かく、健康寿命を延ばすというところで、いつまでも元気でいただくための体操として、大きく取り上げようとしています。こちらでは健康としては載せませんが、もっと深く計画として載せるのは介護保険の方の計画で載せているので、こちらではこの位の状況でとどめておくことになります。もし今細かいことが必要ならば、調べて後でお教えいたします。

鴨下副会長 さくら体操というのは強烈だな。さくら体操はきついよね。もう、一昨年になるが、敬老会の席でやらされたことがある。体操も長い。一昨日、会合があって、その時包括支

援センターの人が来て、座っていて首を動かしたり、肩や足を動かした。その時市長もいたが、「これだけでも体がほぐれるね」と話をした。座ってやる体操だったのできつくはなかったが、さくら体操はかなりきつかった。

新藤委員 あの時、筋トレの後にやったのと会長が来てから練習したのとかで、全部やると大変だった。

鴨下副会長 体操を全部やると大変だね。長いので。一部ならいいけど。体操というのは体のいろんな所がほぐれる。

会長 元気なお年寄りが多いですね。

大西委員 体操はいいですよ。やる時間帯や毎日やっているのかが判らないのじゃダメだからもっと広めるのなら、広報しないと。

鴨下副会長 ラジオ体操の場所ではやっていないのでしょうか？ラジオ体操ならどこでもやっているけれど、そこではやってないから。

健康課長 市報の件は今調べています。「高齢者の福祉のしおり」の中にさくら体操が載っています。65歳以上で要介護・要支援の認定を受けていない方、医師より運動の許可を得ている方で、費用はスポーツ保険代が掛かります。介護福祉課で事業を行っています。

会長 いつ、どこでやっているかは判らないですか。

健康課長 具体的にはわかりませんが、市報でお知らせしていると思います。

会長 申込むわけですね。誰でも参加できる訳ではないのですか。

古明地委員 申し込むとか、3か月単位とかあると思います。包括センターとか自主地域でグループでやっているとか色々あるでしょう。

健康課長 担当は介護福祉課で、介護福祉計画の中で主に取り上げていくと思います。具体的な施策としては介護福祉課が行うことになると思います。

会長 とにかく皆さんに判るようにして、誰もが参加できるようにして広報していただきたい。

健康課長 広報はいずれにしても必要なことだと思いますので。計画を進めていく上で十分に啓発していきたいと思います。先程委員から、いろいろご提案いただきましたが、そのような視点でそれぞれもう一度見直しいただき、文言をこういう風に変えたほうがいい等のご意見をいただければありがたいと思います。

会長 数値目標とかも一緒に見てもらえば。

健康課長 数値目標は東京都を見ると、「上げる」とか「下げる」の文言になっていたりします。具体的な数字だとなかなか難しいので、「増やす」「減らす」「上げる」「下げる」とかになっていふ場合もあります。

会長 「上げる」「下げる」とかなら入れるまでもなく分かり切っている。いいものは上げ、悪いものは下げればいい。

健康課長 「がん検診」に関しては、国も都も目標値を50パーセントとしていますが、職域といって会社に勤めている方が勤め先で検診を受ける数値も含めています。市で行っている国民健康保険加入者対象で、職域を除いたものと、なかなか難しいと思いますので、その辺は考えていただきたいと思います。

古明地委員 だから低いわけですね。

健康課長 数値目標に50%は難しいかなと思いますので、国や都に準ずるのか、市独自の数値を設けるのか、その辺を考えていただきたいと思います。

増田委員 文言に対して、4頁の下のグラフの「主要疾患別死亡率の比較（人口10万人別）」と出ているが、たぶん平成21年度のデータだと思うが、年度を合わせたほうがいいと思う。もう1点は、7頁の4番「がん検診実施状況」で子宮頸がん検診の受診率が大きく伸び、乳がん検診も増加傾向にあります。とあるが、グラフを見る限り増加率で一番高いのは、乳がん検診になっているので、乳がん検診と子宮がん検診の順番を変えたほうがいいと思います。子宮頸がんは4.8%から15.0%に、乳がん検診は5.3%から20.7%に、なっている。

会長 子宮頸がんが3倍位、乳がんは4倍になっている。入れ替えた方がいいですね。数字で出ていますからね。

増田委員 最後に目標の数値の件だが、目標数値にすべき数字は選んでいただいている気はするが、最近言われているのは、主観的健康感が高いと、その後の健康寿命が延びると言われている。健康と感じている人の割合を目標数値にできる等もある。このアンケート調査をざっと見る限りでは、主観的健康感を反映している数値ではなさそうなので、ベースラインが無いとなかなか入れづらい部分もあるかもしれないが、もし入れられるようだったら入れるようにした方がいいと思う。

健康課長 アンケートもチェックしながら、入れられるかどうか検討します。次回までにそれぞれ、ご意見を持ち寄っていただくようお願いいたします。

会長 それぞれ見ていただいて、意見、入れられるところ等、次回までをお願いします。

健康課長 次回は10月になりますが、皆さんのご都合はいかがでしょうか。時間は同じになります。

会長 候補日を挙げていただけますか。

健康課長 それでは18日の同じ時間でよろしいでしょうか。会場は別途お知らせいたします。

福祉保健部長 遅くなりましたが、お手元に「さくら体操」の小金井市のホームページからダウンロードしたものを配布しました。真ん中あたりに、小金井さくら体操の自主グループの申込先が、市内4か所、高齢者の地域包括支援センターがあり、にし、みなみ、きた、ひがしの4つの地域包括支援センターで申し込みを受け付けている。時間は一律ではないので電話で内容を聞いたうえで申し込みをする形になります。今皆様にお知らせできるのはこのような資料

となります。先程の骨子案の31頁を見ていただいて、「小金井さくら体操の参加者数」の下に「資料：第4次小金井総合計画」は「しあわせプラン」というものです。こちらが最上位計画で、これに基づいて健康増進計画も作っていくわけですが、この中に高齢者福祉計画があり、その中で小金井市さくら体操は介護予防体操の充実という事でそのなかでうたっている。介護福祉課が高齢者福祉として細部にわたる計画を作っています。対象が高齢者で現状が平成20年度で150人だが、目標はその隣に500人としている。この数値目標は平成27年度を目途に150人を500人にするという目標を持ったのは、数値をジャパン総研が入れてくれたからである。既に数値が入っているのはもともと計画があるからです。健康としてさくら体操を入れたが、内容の細かいことについては、介護の高齢者施策の方で審議していますので、ご理解いただけましたでしょうか。遅くなって申し訳ありません。

会長　これはホームページですね。

大西委員　ホームページからできるのですね。

福祉保健部長　はい、できます。さくら体操が映像で見られるという事です。

会長　高齢者でパソコンが使える人はいるけれども、なかなか自分でホームページを見たり出来ないから、市報に判り易く載せたほうが、いいですね。

古明地委員　教室が始まる前には市報に載っていると思います。

会長　これを持ちまして本日の審議会は終了させていただきます。ありがとうございました。