

令和５年度 第３回 ウェルネスプランかこがわ策定委員会
議事録

開催日時	令和５年１１月１４日（火） 午後１時３０分～午後３時３０分
開催場所	加古川市民会館 小ホール
出席者 （委員）	中田委員（委員長）、富永委員（副委員長）、前田委員、笠谷委員、福田委員、徳西委員、久保田委員、石見委員、柿本委員、萩原周委員、坂田委員、徳田委員、長谷中委員、梶本委員、１４名
欠席者	萩原殉委員
事務局	加古川市 健康医療部 市民健康課
傍聴者	０名
次第	１ 開会 ２ 議 事 （１）第３次ウェルネスプランかこがわの素案について （２）パブリックコメントの実施について ３ その他 ４ 閉会
資料	第３回 ウェルネスプラン策定委員会 資料 資料１：ウェルネスプランかこがわ策定委員会委員名簿 資料２：ウェルネスプランかこがわ策定委員会事務局名簿 資料３：ウェルネスプランかこがわ（第３次）の計画骨子（案） 資料４：ウェルネスプランかこがわ（第３次）素案 資料５：ウェルネスプランかこがわ（第３次）の策定に伴う パブリックコメントの実施について 【追加資料１】座席図 【追加資料２】事前質問等 【追加資料３】新旧対象表

議事内容（発言者、発言内容、経過等）	
委員長	議事開始
事務局	議事（Ⅰ）第３次のウェルネスプランかこがわ素案について のうち、第Ⅰ章から第３章について説明。
委員	質疑なし
委員長	前回の意見が反映されて、変更、修正があったということですね。続いて第４章に移ります。
事務局	議事（Ⅰ）第３次のウェルネスプランかこがわ素案についてのうち、第４章、計画の施策展開について、主に健康増進計画にあたる５つの分野について説明。 事前に本日欠席の委員からの質問をいただいておりますので、事務局から説明と回答をいたします。 （質問） 健康管理の現状と課題について、糖尿病有所見者についての記載はあるが、HbA1c のデータの男女別データも追記してはどうか。 （回答） 今回、性別には区切らず、総数として表示をしておりますが、ご指摘の通り、男女別のデータを追加で記載します。 （質問） 糖尿病以外にも、心疾患や脳血管、高血圧、ＬＤＬコレステロールの問題もあります。第４章では、生活習慣病や循環器疾患のことも触れており、圏域と加古川市の比較から見た現状や課題も検討してみてもどうか。 （回答） ご意見の通り、高血圧と脂質異常のデータについても、現状と課題に追加で記載し、併せて、先ほどの糖尿病のデータと同様、男女別データも記載します。 （質問） 行政関係機関の取り組みについて、重点的に取り組む点、新規で取り組む点

	などの表示があると、取組の優先順位がわかりやすいのではないかと。 (回答) この計画は 12 年間の計画期間となっているため、特にプランの中では、重点・新規という記載はいたしません、ご指摘の通り、優先順位をつけて取り組む方が良く考えますので、毎年、優先順位を決めまして、重点的に取り組む項目について、実施計画の方では明記していきます。
委員長	糖尿病について HbA1c の男女別データ、循環器の各項目についても総合的になり大事なことだと思います。
委員	39 ページ、次世代期に「スマートフォンやタブレット端末などの情報機器による生活リズムの乱れに気をつけましょう」とあります。スマートフォンの無料アプリで、自分の摂取した調理の栄養分や、運動量、睡眠時間の状態を管理出来るものがあります。全世代共通項目として健康管理に利用しましょう、と取り上げれば、より具体的な健康管理の目標数値指針になるのではないかと思います。
事務局	ご意見の通り、最近のアプリの活用は健康管理に大変有効であり、若い方を中心に使われていることが多いと思われます。アプリについては健康管理のツールとなるため、行政関係機関の取り組みの③にあります、生活習慣病に関する知識の普及啓発の中で、市民の皆様、アプリの活用について、具体的に周知、啓発を行っていきます。また、特に全世代共通につきましては、体重管理、健診結果を確認できます。
委員長	加古川市では、30 年間、医療情報、健康情報、特に保健センターで行った健診の血液データ等、それから中央市民病院とか県立医療センターの血液データを保存しています。また、保健センターではアプリを作成して、健診データ、人間ドックのデータを身体アプリとして確認出来ること等、広めていこうとするところです。そのアプリについて、ご出席の委員より説明をお願いします。
委員	身体アプリについては、保健センターで今年 4 月以降に導入しております。健康診断のみでご利用になられる方々も、お申し込みをいただいております。そういった方々は、健診のデータだけが自分のスマートフォンで、見られるようになります。委員長から説明があった、地域医療に加入している方は、ご自分の主治医のところ受けた、血液検査の結果もアプリで確認できます。治療期にあるときの自分のデータの変化と、健康診断データの変化が、把握できるので非常にわかりやすいと思います。
委員長	保健センターで今年 4 月以降に導入しております身体アプリについて、健診データから自分の腎臓の機能が年々落ちていくのが、グラフでわかるようになっていきます。生活習慣を改善して頑張りましょう、というような指導にも使っております。情報提供に関して、スマートフォンで確認できる時代が来ており

	ます。是非とも皆さんに知っていただきたい。
委員	第４章の３３ページの健康管理に関連して、ＬＩＮＥの「加古川市市民健康課 2023」を、友達登録させていただいております。定期的にいつも参考になるような情報がたくさん入ってくるので、モチベーションアップに繋がっています。そこから相談画面や、かこがわごはんのレシピ集に繋がったり、とても参考になります。いろいろな世代に共通して、参考になる事柄が多いので、これを皆さんに知っていただく機会を設けられたらいいなと思いました。
事務局	「加古川市市民健康課 2023」は、「ＬＩＮＥde 健康応援！」という名称で、昨年から市民健康課で実施しており、１００日間、ご自身で決めた健康目標に向かって、健康、管理に取り組んでいただいています。また、定期的に市からＬＩＮＥを通じて健康情報等をお届けし、モチベーションに繋がるような取組を行っています。現在登録者数は６００名を超えており、若い世代の方も多数登録をいただいておりますが、今後、より多くの市民の皆様にご参加いただけるよう、商業施設等でも周知を図りながら、各世代にわたって周知が進むように取り組みを進めていきたいと思っております。
委員	４４ページ記載、「全世代共通で、今よりも１日１０分多く体を動かしましょう」とあります。最低でも１５分運動しましょうと世間では言われているので、具体的に１０分から１５分の運動を続けましょう、とか、ＷＨＯでは６５歳以上は週１５０分、週３回以上運動を推奨しているので、同じように具体的な数字を示した方がより取り組みやすいと思っております。
事務局	ご意見のあった「今より１日１０分多く体を動かしましょう」の１０分とは、新しい身体活動基準で定められた基準を達成するための実践する手立てとして厚生労働省から国民向けのガイドラインとして示された「アクティブガイド」のメインメッセージであり、今よりも１０分多く体動かそうに由来したプラス１０運動です。基本的に全く体を動かしていない方や、忙しくて身体活動量が不足している方をターゲットとした内容になっていますが、プラス１０によって、死亡リスクや生活習慣病発症の割合を低下できるという意見もあることから、すでに運動習慣が確立している方にとっても、プラス１０分というのが、わかりやすい取組になると考え、今回全世代共通のスローガンとして挙げています。ただ、ライフステージに応じて、よりもう少し具体的な表記に変えることを検討します。
委員長	「１０分」という話になりましたが、ラジオ体操が大体１０分ぐらいです。６時半に起きて頑張ってラジオ体操しましょう、１００歳いきいき体操もいいです。楽しみながらも、１０分はかなり長い時間です。一生懸命やると汗もかきます。汗をかくぐらい、ラジオ体操をやってください。と患者さんに進めています。
事務局	議事（１）第３次のウェルネスプランかこがわ素案についてのうち、（３）

委員	心の健康、(4) たばこ・アルコール、(5) 歯と口の健康について、事務局から説明。 たばこの害について、早朝時間帯の通勤時の歩きたばこや、自転車に乗りながらのたばこが気になります。「禁煙しましょう」だけでなく、当事者がドキっとするようなわかりやすい表現にするなど、今後資料作成の際にはお願いしたい。
事務局	「歩きたばこ」や「自転車に乗りながらのたばこ」については、喫煙のマナーの部分に当たり、多くの市民からも受動喫煙が気になるとの意見があります。現在の取組は、ポスターやチラシを配布等により普及啓発しているところですが、今後は、具体的に「歩きたばこ」、「自転車に乗りながらのたばこ」等の記載をするなど、市民にもわかりやすい表現にし、周知を図っていきたいと思います。
委員	前後しますが、現状値と、目標値の間に大きな乖離が見られる。市の5%の改善率。目標値の置き方について、確かに、現状の数値と目標値に大きな差がありますが、10年後の目標ですし、国の指標がそうだとすることであれば、このままで良いと思います。
事務局	議事(1)第3次のウェルネスプランかこがわ素案についてのうち、(6)栄養・食育について事務局より説明。 事前に本日欠席の委員からの質問等をいただいておりますので、事務局から説明と回答をいたします。 (質問) 朝食をほぼ毎日食べている人の割合について、今回の最終評価では、中学生、高校生で悪化していたが、指標として中高生を挙げていない理由は何か。 なお、18歳以上の成人指標は、20歳30歳代の朝食の欠食でそれぞれ目標を達成し、改善傾向にある。 (回答) 中学生、高校生を指標に挙げない理由は、中学生、高校生が朝食を食べていない理由として、「食欲がわからない」、「食べる時間がない」という理由を挙げ、家庭全体として、生活リズムを整えて、朝食を食べることを習慣づけることで、幼少期から高校生にかけて、朝食の摂取にも繋がっていくと考え、今回の指標については、中高生に局限しない指標にしています。 (質問) 野菜を1日5皿以上食べている人の割合については、これは新規項目ですか。 また、現状と課題の解説ページに解説の記載がありません。さらに、目標値が現状値よりも0.7%しかプラスになっていない理由は何ですか。今後の具体

的な取組の中で野菜 5 皿などの文言も加えた方が良いのではないのでしょうか。

(回答)

現状と課題の解説ページには今後追加で記載します。目標値の設定について、今回の指標については、国や県で設定していない、市独自の指標になります。改善率を 5% で計算し、17% 以上の目標にしました。具体的な取組では、個人・家庭・地域の青年期・壮年期の取組の中に、「1 日野菜を 5 皿食べましょう」と記載をします。また、野菜 5 皿の後に 350 グラムが目安と、併せて記載します。

(質問)

栄養成分表示を参考にする人の割合について、今回の最終評価では維持になっているが、最終指標に挙げる理由は何ですか。県や国は「食品の安全性の知識、行動力を持った人を増やす。」という目標があるので、加古川市も同様に項目を挙げた方が良いではないか。

(回答)

栄養成分表示を参考にする人の割合というのは、現在の計画の最終評価で、10 年前から特に変化がなく、維持となっていました。目標値を達成していない。食を選択する力を身につけているか、また栄養バランスを考えて食べているか。市の独自項目として、引き続き、評価指標に挙げたいと考えています。

(質問)

家で食事の挨拶をいつもする子供の割合について、今回の市民アンケートでは、高校生も下がっています。挨拶ができる子供が増えることで期待される効果は何ですか。

(回答)

挨拶ができる子供が増えることで期待される効果は、命をいただくという感謝の気持ちを育てることが挙げられます。アンケート結果では、高校生になると、一段と食事の挨拶をする割合が減っていますが、幼児や小学生のころから、そういう意識を育てることで、中学生、高校生と成長しても、食への感謝の気持ちを持続させることができると考え、このような設定にしました。

(質問)

指標、郷土料理を知っている人の割合について、18 歳以上アンケートでは「知っていて食べている」という割合なので、次回の評価時と比較できるように、この文言を指標にしてはどうですか。現状と課題で、中学生で減少幅が大きいとあるので、指標を 18 歳以上としている理由は何ですか。

(回答)

ご意見の通り、郷土料理を知っていて食べている割合に変更します。18 歳以上にしている理由は、郷土料理の認知度や、食べている割合というの

	は、中学生の減少幅が大きい現状がありますが、加古川市では、中学校給食が開始になり、学校における食育とあわせて、郷土料理の認知度は今後上がっていくものと考えられます。そこで、教育の場で習得した知識を子供たちが家庭に持ち帰り、家庭で広げていくことや、高齢期にある人々が郷土料理や行事食などを次世代の若い世代に向けて広げていく機会を提供していくことで、すべての世代を通じて、郷土料理の認知度の向上を図りたいと考えていますので、指標の年齢は中学生に限局せず、18歳以上と今回設定をしています。 (質問) 指標、食品ロス削減のため何らかの行動をしている人の割合について、今回の最終評価では、目標を達成していましたが、再度指標に挙げる理由は何ですか。同じカテゴリーの市内産県内産の食材を、使うように心がけている人の割合の評価は×になっています。こちらにも何らかの取組が必要ではないですか。 (回答) 食品ロス削減への取り組みについては、第二次計画の最終評価の中でも大変改善していた部分になります。食品ロスについては、市民の関心も非常に高く、加古川市全体としても、様々な部署が連携し、取組を進めています。ぜひ評価指標として設定し、引き続き取組に力を息入れていきたいと考えています。 また、市内産県内産の食材を使うように心がけている人の割合については、評価指標には挙げていませんが、取組は推進していく必要がある項目であるため、地産地消の推進として記載します。 食育に関心のある人の割合が計画策定時値 59.2%です。国の目標値が 90%なので、修正されて目標値 90%になっています。加古川市の目的、目標値を設定して、達成できる目標値にした方が良いと思う。国と県の目標値は広い地域のことであって加古川市の実情に沿わない面もあると思います。加古川市独自の数値を策定してはいかがか。
委員	
事務局	食育に限らず他の分野でも、目標値が現状値からかなり乖離しているものもある、この部分に対する他の委員の方からもご意見があれば、参考にさせていただきたい。
委員長	国の基準に合わすのか現実的な目標にするのかという問題ですが、いかがでしょうか。
委員	現実的な数字にする場合、加古川市が独自に定めた数値に何か注釈をつけて、国の目標値も併記する方がわかりやすいのではないかと。
委員	現状の数値と目標値の開きが非常に大きい場合に、中間目標達成の数値等を併記してはどうか。

事務局	中間評価に向けて、取り組みを進めるという意味でも、5%の改善率で策定します。また、市独自の指標、目標値である事も明記していきます。
委員長	国の目標値と乖離している、というのも大事な情報です。併記を付け加えて、現実的な目標にするということですね。
委員	79 ページ、「子供の頃から栽培、収穫、調理を体験できる機会を提供します。」について、栽培、収穫、調理は全園ができていとは限りません。遊びとして取り入れている園もあります。食と関わる体験活動という意味で広くとらえる表現にしてはどうでしょうか。機会の提供というのでは表現が弱いので、現在できていないように誤解をされる可能性があります。小学校・中学校と合わせて、「活動体験の充実を図ります」という表現に変更してはどうか。 また、食育活動は、園で可能な限り推進しています。当園では栽培、収穫、調理以外にも、食と関わる体験活動を、生活の中や遊びの中でたくさんしています。表記的には、「栽培・収穫・調理」という限定ではなく、広くとらえるような形でしていただけたら良いかなと思います。実際の園も食育計画をつくり、実施していますので、機会の充実を図るとともに、保護者への啓発も付け加えてもいいと思います。
事務局	この部分につきまして小・中学生のことも記載をしています。校園長会から出席の委員の方にもご意見を伺いたいと思います。
委員	学校では学習指導要領に則り、教育活動を行います。それ以外を特化して活動することは非常に難しい状況であります。学校運営協議会等と連携しながら、地域の実情に応じて、食育の活動を取り入れているというのが現状です。
委員	(関連する質問として) 79 ページ、④幼稚園、認定こども園、保育所と連携した食育の推進の中で、食事マナーの習得に向け支援します。について、食事マナーだけでなく、子どもたちが楽しく誰かと食事をする、食事をしながらコミュニケーションをとる、という部分も含めて育んでいくということもあるので、社会性や協調性等についても、広く明記をしていただきたい。
事務局	ご意見の通り、追記で社会性や協調性等について明記をしていきます。 議事（１）第３次のウェルネスプランかこがわ素案についてのうち、（７）親と子の健康について説明。
委員	質疑なし 議事２（１）のうち、第５章、計画の推進体制と進行管理について説明。
事務局	委員からの意見については、事務局で検討して、素案に反映をお願いします。

委員長 事務局 委員 委員長	また必要に応じて、事務局と質問された委員で協議していただき、最終確認は、委員長である私に一任いただきたいと思います。 議事（２）パブリックコメントの実施について説明。 質疑なし 本日の議事を終了します。
--	---