

## 令和6年度 第1回 南丹市健幸まちづくり推進協議会議事録

日時：令和6年10月11日（金）

午後1時30分～3時30分

場所：南丹市役所 2号棟301会議室

【出席者】船井医師会 木村 茂委員 / 京都府口丹波歯科医師会 高屋 翔委員 / 南丹市老人クラブ連合会 栗原 幸一委員 / 南丹市女性会 川勝 久美子委員 / 南丹市スポーツ推進委員 小笠原 秀委員 / 南丹市食生活改善推進員協議会 馬淵 政子委員 / Nantan 健歩会 山下 秋則委員 / 健康経営をしている事業者 二九精密機械工業（株）八木工場 小泉 美保委員 / 南丹市商工会 山本 勉委員 / インターバル速歩を推進する者 明治国際医療大学 齊藤 昌久委員 / 京都府南丹保健所 田邊 文子委員 / 南丹市社会福祉協議会 上蘭 和子委員 / 市民公募委員 小笠原 英子委員 / 市民公募委員 和辻 理恵委員

【欠席者】南丹市観光協会連絡会 寺田 弘和委員、南丹市PTA連絡協議会 西村 隆一委員、南丹市小学校長会 榎 貢委員、包括協定大学代表 明治国際医療大学 伊藤 和憲委員

【司 会】健幸まちづくり課長

### 1. 開会

【健幸まちづくり課長】

皆さんこんにちは。ご来場いただきありがとうございます。それでは、定刻となりましたので、只今より令和6年度第1回南丹市健幸まちづくり推進協議会を開催いたします。本日は、委員の皆様におかれましては、何かとご多用にも関わりませず、本協議会に出席を賜りまして、誠にありがとうございます。一部の委員の方はご都合がつかなかったことで、欠席の連絡をいただいております。本日司会を務めさせていただきます健幸まちづくり課の課長の犬谷です。よろしくお願いいたします。

### 2. 委嘱状交付

【健幸まちづくり課長】

本日は、各団体等から報告いただきました委員の皆様の初めての会議でございます。協議会に先立ちまして、委嘱状の交付をします。委嘱状の交付につきましては、皆様方お1人お1人にお渡しさせていただくのが本意ではございますが、代表の方1名に委嘱状をお渡しさせていただきます。恐れ入りますが、お名前を呼びますので、前の方にお進みください。それでは代表して木村茂様、よろしくお願いいたします。

### 【市長】

委嘱状、木村茂様。南丹市健幸まちづくり推進協議会委員に委嘱します。任期は令和8年10月10日までとします。お世話になります。よろしくお願いいたします。

### 【健幸まちづくり課長】

ありがとうございます。他の委員の皆様には、失礼ながら、委嘱状をお席の方に交付させていただいておりますので、ご確認ください。委員の任期につきましては、令和8年10月10日までとなっております。2年間、どうぞよろしくお願いいたします。それでは開会にあたりまして、西村市長よりご挨拶いただきます。よろしくお願いいたします。

## 3. 挨拶

### 【市長】

それでは開会にあたりまして、一言皆様に御礼なり、またお願いのご挨拶をさせていただきたいというふうに思います。南丹市は、市民の健康づくりを進めるために、南丹市の健幸まちづくり推進協議会という組織を作って、その中でいろいろ協議をしながら、方向性なり、或いは運動の進め方とか、そういうものを相談しながら、行政とこの協議会、また市民が一体となって、健康づくりを進めていこうということになっております。その中で、それぞれ委員を選出させていただきたいということで、新しく今期の委員を皆様方をお願いしたり、また募ったりもいたしました。皆様方には、本当に快くお引き受けもいただきましたし、また公募としてご参加いただいた方も、本当に熱心に手を挙げていただきまして、ありがとうございます。

南丹市では、第2次の健康増進・食育推進計画ですね、そういうものをこしらえながら、この計画に基づいて、生涯を通じて健康でいきいき暮らせるようなまちづくりを何とか進めて参りたいということで、取り組みを進めて参りました。いろいろご意見も出させていただきながら、1つは、子ども達の生きる力というか、健康を意識した食生活。それを進めるために、皆さんもご存じだと思いますけども、お弁当の日というのと、それから受動喫煙を、極力減らしていこうということで、タバコの取り組みもして参りました。それから、歩くだけでかなり健康になれると、10歳は若返ると、いやもっと若返るかもしれませんが、インターバル歩行ですね、インターバルウォーキング。開発していただいた方もおいででございますけれども、その取り組みを進めてきたということで、始めは3つの事業を柱として進めて参りました。しかし、ICTを活用した積極的な取り組みを、全国でもポチポチ始まっておるといふ情報を得ながら、南丹市では、ICTを活用した、なんたん健幸ポイントですね、私もこれぶら下げております。この健幸ポイント事業で、これを身につけて歩くことを意識しながら生活していくということが、だんだんと、参加者も増えて参りまして、広がっておるといふふうに思っておるところでございます。そして、令和5年の3月ですかね、この組織ですね、前のメンバーの皆さんの組織のご提案で、この南丹市は、これからも積極的に健幸なまちづくりを進めていくということで、「なんたん

健幸都市宣言」というのを、出していこうということで、これは実現をしておるところですし、まさに委員の皆さん方の話し合いから発展してきた成果であろうというふうに思っておるところでございますし、健康なまちづくりの議論というものも、盛り上がってきておるところというふうに思います。この間、国でも、第5次、ちょっと難しくわかりませんが、国民健康づくり、健康日本21、これを国で提唱しておりますが、しかし考えてみたら、国が法律案、名前をつけて、健康づくりを推進する前から、皆さん方のお力の成果も結果もあって、南丹市ではそれに先んじた取り組みもしておりますし、研究者からも南丹市、皆さん方がですね、市民ですが、非常に頑張っておるといった評価もいただいております。今後、この少子高齢化過疎化の中で、地域の中ではやっぱり、いつまでも住み慣れたところで安心して暮らすために、やっぱり自分の健康は自分で守ろうという機運は、徐々に盛り上がってきておるところでございますし、そういった意味では、住んでいるだけで健康になれるまち南丹市、健幸まちづくりを進めるまち南丹市と、そんなキャッチフレーズで、皆さんとともに、これからも歩んで参りたいというふうに思っておるところでございます。

結びにあたりまして、皆様方の自身もそうですし、また皆様方のお力で健幸まちづくりが加速化されることを願っておりますし、皆様方には大変お世話になりますが、どうぞご協力を賜りますようお願いを申し上げます、開会の挨拶に代えさせていただきたいと思っております。大変お世話になります。よろしく願いいたします。

**【健幸まちづくり課長】**

ありがとうございます。それでは協議会の方に移っていきたく思います。開催にあたりまして、条例第6条の規定により、本協議会は、委員の半数以上の出席がなければ開催できないとなっておりますが、本日の欠席委員につきましては、寺田委員さん、西村委員さん、榊委員さん、伊藤委員さんの4名の方の欠席報告を受けておりまして、出席の委員の皆さんが過半数に達しておりますので、本協議会は成立しているということを報告させていただきます。

#### 4. 委員紹介

**【健幸まちづくり課長】**

それでは次に、委員の皆様方から自己紹介をお願いしたいと思います。お手元の委員名簿をご覧くださいながら、木村先生から順にお願いしたいと思いますので、自席からよろしく申し上げます。

(委員自己紹介)

**【健幸まちづくり課長】**

ありがとうございます。続きまして、事務局職員の紹介をいたしたいと思います。

(事務局自己紹介)

本日は係長の方が事業がありまして来ておりませんが、基本的に係長以上の職員で

対応させていただきますので、引き続きよろしくお願いします。

## 5. 健幸まちづくり推進協議会 会長 副会長選出

### 【健幸まちづくり課長】

続きまして、会長、副会長の選出につきまして、レジメの方の会長副会長の選出の方に、5番ですね、入っていきたいと思います。条例の第5条で、委員の互選により会長、副会長が選出することとなっておりますので、初めに、選出の方法について皆様からご意見を伺いたいと思っております。どのように選出させていただいたらいいかというところなんです。

### 【委員】

事務局一任。

### 【健幸まちづくり課長】

ただいま事務局の方に一任をいただいたわけですが、委員の皆様方の方も事務局からご提案させていただくということでよろしいでしょうか。

(異議なしの声)

ありがとうございます。では事務局の方からご提案させていただきたいと思います。これまで健幸まちづくり推進協議会につきましては、過去4年間、それ以前から、木村先生の方に会長をお世話になっておりまして、昨年引き続きまして、会長については木村先生、副会長については、伊藤先生の方にお世話になれたらと思うんですが、委員の皆様方から、ご異議とかないでしょうか。

(異議なしの声)

はい。ありがとうございます。木村先生の方もご就任いただくということでよろしいでしょうか。

(異議なしの声)

ありがとうございます。伊藤先生につきましては、事前に事務局の方から案を出させていただいた場合に、同意が得られれば、副会長の方に就任いただけると聞いておりますので、そのようにさせていただきたいと思っています。それでは、就任いただきました、木村会長よりご挨拶をいただきたいと思います。よろしくお願いします。

## 6. 会長挨拶

### 【会長】

ただいまご紹介いただきました木村と申します。もう10何年間、会長をさしてもらってまして、今年もまた頑張っていきたいなというふうに思ってます。先ほど市長の方から紹介のあった健幸ポイント。万歩計なんですけども、僕もやってまして、この度、7月の成績が1900何人の中で31位でした。朝早く起きて歩いています。そんなふうにして、皆さんもそんなふうにご褒めをいただきたいと思いますので、これからこのまちづくり

をもうちょっと発展させた形で、僕としては南丹市に関わっていただけたいのかなというふうには思っていますので、活発なご意見の方よろしくをお願いします。

【健幸まちづくり課長】

木村会長ありがとうございました。ここで西村市長につきましては、他の公務がございますので、退席をさせていただきます。

【市長】

皆さんすみません。ここで失礼します。

## 7. 議事

【健幸まちづくり課長】

それでは早速、次第に従いまして、議事の方に移っていきたいと思います。本協議会の条例の第5条の規定によりまして、会議の議長は会長が行うこととなっております。以降の議事については、会長に進行をお願いいたします。

【会長】

それでは議事に入りたいと思います。まず、保健事業報告の方をお願いします。

【事務局】(資料1、資料2、資料3 保健事業報告 説明)

【会長】

はい、ありがとうございました。今までのところで何かご質問ありますでしょうか。なんと健幸ポイントの期限が9月20日から11月30日。ある程度区切っているけど、ずっと続けてというのは出来ないのでしょうか。

【健幸まちづくり課長】

そうですね、ちょっと今の仕組みから言いますと、春に本来は全部の募集を終えているところなんですけれど、春の募集が少し人数が目標にも少し少なかったところもあって、今回2次募集をしております、その随時というお話もあるんですが、ちょっと仕組み上なかなか対応しづらいところもありまして、今後、今ちょっと国の補助を受けてるところもあって、難しいんですけれど、自主財源でやっていく段階では、特定保健指導の中に入っていたとかそういうことも考えておりますので、まず随時ができる仕組みの方も考えてはいるところです。以上です。

【会長】

ありがとうございます。他にいかがでしょうか。

【委員】

ちょっと健幸ポイントについて認識を確認したいんですけども、今の4ページの資料で、だいたい約7割が60歳以上の参加ということでデータとしては出ているのですが、私も実際にダウンロードさせていただいたんですけども、ユーザーとして60歳以上がメインになってくると、どうしてもICT機器の導入にハードルが上がってくると思うんですが、このアプリ自体はどこの層をターゲットとして作られたのかと言う事をまず1個

確認したいのと、あとは60歳以上がメインユーザーになっていくのであれば、いろんなやり方とかも、もう少し検討された方がいいのかなと思うんですが。

**【健幸まちづくり課長】**

はい。ちょっと質問の方にお答えしたいと思うんですけど、アプリの方は、これタニタヘルスリンクという会社がそもそも作っているアプリでして、どこの年齢層をターゲットにしてるといえるということはないんですけど、ただ、この健幸ポイントの仕組みとしては、アプリがなくてもできるというのがポイントでして、首から下げている活動量計を普段下げていただいていることで、まず歩行のデータを取ります。それと月に1回以上なんですけど、健幸ステーションという例えば市役所であったりアスエル園部であったり、各旧町とかにも設置しているんですけど、その健幸ステーションの方で、その活動量計を送信をしていただきます。その時に、体重であったり、全身の筋肉量であったり、体脂肪というのを測る測定器がありますので、それを、活動量計を乗せていただいたところで、そこで測ったデータが、サーバーの方に飛ぶって仕組みになってますので、アプリがなくても管理ができます。アプリがあると身体の状態が見える化される仕組みをとってまして、これはもうアプリをダウンロードしてもらって、IDとパスワードさえ入れていただいたら、立ち上げると見れる仕組みになってますので、そういった方で、パスワードとかIDとかの入れ方ですとかアプリの入れ方がわからない方については、初回の時点でサポート相談会っていうのも設けさせていただいてまして、昨日も開催してるんですけど、サポート相談会の方で、アプリの使い方には慣れていただけるようにしています。なので、例えば、去年の広報とかにも載せさせてもらったんですけど、80歳の方で参加された方もあったんですけど参加当時はガラケーで参加をされてまして、アプリを入れるとスマホであったら、その自分の体の状態が簡単に見れるっていうことを聞かれて、それでスマホに変えられて使ってらっしゃる方もあって、この仕組み自体はやっぱり高齢者の方、特に退職後60以降の方のフレイル予防であったり、健康寿命の延伸のためにこの事業をしておりますので、そういう方がICTに自然に慣れていただけるような仕組みとして事業としては展開しているところです。

**【委員】**

ゆくゆくは、もう皆さんアプリに移行していただきたいという方針ですか。

**【健幸まちづくり課長】**

アプリは移行ではなくてアプリは使っていただきたいと。それは身体の見える化であったり、ゆくゆくは行政サービスのICTへの入口としても考えておりますので。

**【委員】**

それでしたら、活動量計とアプリユーザーの割合は、どれぐらいなんですか。

**【健幸まちづくり課長】**

ごめんなさい。活動量計とアプリは、ちょっと別々のものではなくって。

**【委員】**

ユーザーの割合です。

**【健幸まちづくり課長】**

スマホ会員とあれですね。ちょっと今すぐデータはないんですけど、また調べとくというのでいいですか。えっと今他の者から、活動量計を下げている方は大体9割、スマートフォンでされてる方が1割ぐらいなんですけれど。ただ、これを使ってもスマートフォンは併用できるものなので。ただそれがダウンロードしてる数がどれだけあるかっていうところまでちょっとわからないんです。

**【委員】**

はい。わかりました。

**【会長】**

他はいかがでしょうか。もうちょっと事務局に突っ込んでもらっても。

**【委員】**

5ページの参加者の状況というところで、割合が園部町がすごく高いなあと思って、すごいなと思ってんですけど、何があるのでしょうか。

**【健幸まちづくり課長】**

これは、そもそもの地域に住んでいらっしゃる方の人口がまず違うところがあるので。ちょっと人口比では出してないので単純な割合になりますので、園部が人口的には住んでる方が一番多いので、多くなってしまうのは仕方がないと思います。

**【委員】**

わかりました。

**【会長】**

ICTを進めるという意味では、申し込み時に、アプリを入れてもらうとか、そうじゃなくて何かの機会に疑問ないですかっていうようなことで、何かやってもらったらいいですよね、説明みたいな。

**【健幸まちづくり課長】**

例えばですね、この間ちょうどレポートを皆さん参加されてる方に送らせてもらったんですけど、レポートを送ることによって、ああいうものはどこで見れるんだって話を結構電話とかでもいただいているんですけど、それは実はスマホを持っていたら、すぐに見れるということで、アプリのダウンロードのきっかけとかにはなってるかなと思ってます。

**【会長】**

高齢者はわからないので、これを知りたいという。

**【健幸まちづくり課長】**

そのためにサポート相談会と、ちょっと今広報南丹にも掲載しているんですけど、スマホ教室の方を計画をしております、今募集をしているところです。

**【会長】**

それなら、それも見れますよということを、ちょっと入れといてもらった方がいいですね。

**【健幸まちづくり課長】**

そうですね、スマホ教室についても、この協議会の方でも意見からいただいておりますが、今年度、社会教育課と連携して、KDDIのスマホ教室の仕組みなんですけど、入れさしていただくことになったということを報告しておきたいと思います。

**【会長】**

ありがとうございます。他どうでしょうか。

**【委員】**

今、南丹市の人口は大体3万人ぐらいいて、2000人のユーザーがいらっしゃるんですけど、ユーザビリティとしては3%ぐらいだと思えるんですね。今計算さしていただいたんですけど、これって人口比率と割り当てして、だいたい60代以上が何%ぐらい参加されてるのかっていうのは計算をされてますか。

**【健幸まちづくり課長】**

すみません。今ちょっとそのデータはないので、後日データの方を送らせていただきたいなと思います。

**【委員】**

もし、この6.3%のユーザーが、例えば南丹市の60代以上の、実は50%が加入されていて、残り50%が加入されていないみたいな状況であれば、そこの50%に予算を割り振っていくとちょっと勿体ないんじゃないかなと思っていて。全年代の3割をねらうのであれば、そちらの部分に割り当てるような施策を打ち出された方が、よりユーザーが増えるんじゃないかなと思うんですけど、そのへんいかがでしょう。

**【健幸まちづくり課長】**

事業費ベースで見っていくと、南丹市はちょっとまだ、そんなに年数を重ねていないので、6ページの方でデータを出しておりますけれど、年間医療費については、今のところ5.6万円。介護サービスについては、利用していない方が増えているということはわかってきているんですけど、これをあと5年ぐらい続けていくと、医療費と介護費合わせて大体15万から25万円ぐらいの1人の医療費、介護費の削減効果が出るっていうことが、先に取り組まれてる自治体の例からわかっておりまして、そこを人数に考えていくと、全体的な市の財源としては、十分サービス、他の行政サービスとかの充実をさせていくことが可能かなと思っておりまして、まずは参加者を増やしていくっていうところも必要ではあるんですけど、ちょっと限られた財源でやっているところもありまして、今年については2000人というところになりますので、今後ちょっと自主財源でやっていくにあたってはその辺りも参考にしながら、計画していきたいと思っています。

**【会長】**

ありがとうございます。

**【委員】**

継続者の率っていうのが、4ページの右側のところに書いてあるんですけども、これは継続してる人がっていう意味合いなんですか。納付率っていうのは、よくわからないんですが。

**【健幸まちづくり課長】**

ごめんなさい。これは、すみません。これは参加費を納めている方の8月31日時点の割合ですね。なのでちょっとこれ、継続されてる方が、1000円の負担金を払っていただかないと継続が確定をしないんですけど、今の時点で、その84.4%の方は払っていただいているんですけど、残りの15.6%の方はまだ継続のを納めていただけていないので、ちょっとしっかり確定しているところを、納付期限が12月までありまして、その間ちょっと保留になってる方があるというような認識で。

**【委員】**

いや、何が言いたかったかという、継続されてる方が減ってきてるのかなというのがこのパーセンテージで出てるのかなというふうなちょっと勘違いというか、継続は100%なんですかっていうのが聞きたかった。

**【健幸まちづくり課長】**

継続は100%ではございません。

**【委員】**

はい、ありがとうございます。

**【会長】**

ありがとうございます。先進んどいて後からまた。

**【健幸まちづくり課長】**

すみません、そうですね。あと2問事務局から説明ありますので。内容的には重複するというか、同じような内容のところもあるので、説明が最後まで終わってから質問いただいてもいいかなと思います。

**【会長】**

それでいきましょうか、皆さん、また言ってくれはる。では、事務局の方よろしくお願ひします。

**【事務局】（資料4、資料5 第2次南丹市健康増進・食育推進計画進捗状況報告 説明）**

**【会長】**

はい、ありがとうございます。じゃあ次も一緒にいっていいですかね。(3)番です。

**【健幸まちづくり課長】（資料6、資料7 健幸まちづくり推進協議会令和5年度活動報告及び令和6年度活動計画について ①タバコ対策、②食育の取り組み 説明）**

**【委員】（資料8 健幸まちづくり推進協議会令和5年度活動報告及び令和6年度活動計画について ③『10歳若返るインターバルウォーキング』 説明）**

**【健幸まちづくり課長】**

突然のふりでありがとうございました。このような形で、南丹市の方の健幸まちづくり協働推進協議会の皆様とともに、活動の方していきたいと考えておりますので、よろしくをお願いします。

**【会長】**

ありがとうございます。今、大体の議題については話し合い、説明をしていただきましたが、各委員の皆様、自分の職域の中でのご意見、広範囲に渡っていますので、自分の関係のあるところ、関心のあるところ、ちょっと述べていただきたいと思います。もちろん疑問でも、結構です。老人クラブの栗原さん、どうでしょうか。

**【委員】**

色々勉強させていただきました。私もこれつけています。皆より低いなというデータもいただいています。やっぱり今、老人会でですね、僕はいつも訴えているのは、元気で長生き。せめて90歳までは老人会の行事に参加してください。いつも訴えております。そういうことで、ぜひ健康については関心も持っておりますので、今日いろいろご意見いただいたんで、南丹市こんなすごいことやってはるんやなっていうことも、また私のところ、例えばグランドゴルフ大会、花火大会、色んな行事をやっておりますんで、またそういうところでですね、今日いただいたものも宣伝していきたいなと思っています。それと今までに喫煙の話ですが、例えばグランドゴルフ大会のときもですね、たばこの吸い殻入れをずっと置いてたんです。もう3年ぐらい前からですか、それを置かなくしてます。そういうことで、結果的に禁煙に繋がったらいいなと思います。それと、こないだもあるところですね、健康のために、どういったんかな。ちょっとまた後でします。

**【会長】**

ありがとうございます。

**【委員】**

それとちょっと質問なんですけれども、フレイルとかアンバサダーとか。横文字が多いんですけど、この資料を、もし外に出されるんやったら、ちょっと我々高齢者にもわかるように、日本語で書いてたり、()して書いたりとか、そういうふうにさせていただいたら理解がしやすいかなと思います。また機会があれば、よろしくお願いします。

**【会長】**

事務局よろしいか。

**【健幸まちづくり課長】**

はい。わかりました。すいません。TPOに合わせて資料を作成します。

**【会長】**

女性会の川勝さんいかがでしょうか。

**【委員】**

はい。私のところも健康教室みたいなんに、ヨガとかいろんなものを取り入れてしているんですけど、速歩とかする場合来てもらえますか。では、また提案します。

**【会長】**

ありがとうございます。スポーツ推進委員の小笠原さん、いかがでしょうか。

**【委員】**

はい。僕はまず南丹市のスポーツ推進委員をさしてもらってるんですけど、普段僕の仕事自体スポーツトレーナーっていう仕事をして、専門はいろいろアスリートの支援なんですけど、その中でさっき事務局が挙げてくれてはったデータの中に、睡眠時間に対してその満足度が低下してるっていうのが挙がってたんですけども、やっぱり睡眠ってすごく大事で、運動しようという意欲っていうのもやっぱりその質のいい睡眠がとれないと、なかなか湧いてこないっていうところもやっぱり言われます。その中で今このストレス社会の中で、自律神経ですね。交感神経と副交感神経のバランスが悪い方。その中でも副交感神経の働きっていうのが、本来もっともっと働かないといけないところが、このストレス社会の中で、どうしても叶わないっていうところで睡眠の質が落ちてる。っていうところから考えていくと、スポーツ推進委員としても幾つかのイベントを年間通してやってるんですけども、そういったイベントの開催っていうのもちょっと考えていきながら、食育と同じぐらい睡眠っていうのは大事なんじゃないかなというふうに思ってますので、そういったところのイベントも今後やっていきたいなと思います。

**【会長】**

具体的にじゃあこの取り組みの中で、どんなふうにして入れたらいいのか。そういう提案は。

**【委員】**

そうですね、今おっしゃっていただいたように、例えばスポーツ推進員を呼んでいただいたら。ヨガはもちろん、いわゆるそういう呼吸法であったりというところなんですけども、他は、ストレッチボールを使ったレッスンですとか、他には、もっとマットだけでできるようなストレッチを含めて40分ぐらいでも、十分効果を高めることができると思うんで、各方面商工会さんですとか、社会福祉協議会さんとかでも声をかけていただいて、提案いただけたら、同行できるようなことも連携していきたいなと思います。

**【会長】**

いいですよ。お願いします。それでは1つ食改さんの馬淵さん、いかがでしょうか。

**【委員】**

はい。すみません。食改の方も、先ほど出ていた弁当の日とかいうのがありまして懐かしい言葉かなと。コロナ前には私も担当している地域の小学校の方に食改として出向出さしてもらって、小学校6年生の子たちが、自分の弁当を作るということで、ある程度上げられたレシピの中から選んでおかずを作らるのを手伝いに行かしてもらったことがあったんです。それがもうコロナで途絶えてしまって、それに関わって、私はできなかつたんですけど、梅干づくりとか、切り干し大根作りとか、そういうのも食改から学校に出向かせてもらって、一緒に子ども達と取り組んだっていうのが、もう7年ほど前

になるんですかね。何かそういう取り組みができてたのが、今は食育レシピ、もうそれにかわるだけのものではない話も出てきましたが、どうしても食育レシピから私も去年も、審査員で行かしてもらって、いろいろ食べさせてもらって、何か子どもさんでもこんな考えはるんやと思って感心したんですけど、それに参加する子たちは、全員ではないし、意識の高い子が参加したはるんやろうなと思うし、さっきのいろんなデータを聞いていても、若い人の食に関する意識もだんだん抑えられている部分もあるので、そこに小学校の子たちとかと、もっと私たちも活動として取り組めるような、接点を持てるようなことを、ちょっとコロナもだいぶ治まってきたので、いったん途絶えてしまったものがなかなか学校の先生達も体制も変わりました、中身も難しいけど、今日来させてもらって、そこら辺の大事なものを、また持ち帰らせてもらって、私達も、どうしても高齢者とかに向けてお話とか行く機会はあったりするんですけど、一番大事な時期の子どもさん達と、そういうこう伝えられるような、接点を持てる取り組みができればなと今回、すごく思いました。

#### 【会長】

ありがとうございます。今日小学校校長会の先生が来ておられないのであれなんですけども、一番最初に弁当の日を始めたのは、自己肯定感を高めるという意味合いもあるんですけど、今南丹市でも、要保護児童、食べさせてもらえないとかね。そういう子どもがいるので、そういう子どもが自分で自分の食料をつくれるようにと言う、言うたら小学校、中学校の時はずもう、なんかその辺のものを自分でやって食べたけど、高校行ったらもう自分1人でちゃんと行けるというようなそういう自立した子どもも作りたいな、なって欲しいなという思いがあって弁当の日を作ったんですけど、弁当の日も、だから、健幸レシピのやつは、言うたら長くなりますけど、やっぱり、地道な恵まれない子ども達が、何かそういう子ども達も自立していけるような取り組みというふうに考えると、やっぱり弁当の日の復活は、いいのかなというふうに僕も思ってます。できたら校長先生にも聞いてもらってからやってもらったらいいのかなというふうに思いますので。それでは健歩会の山下さん。

#### 【委員】

はい、失礼いたします。2点ちょっと思うところを申し上げたいと思います。いつでも健幸ポイントでのことをお話しさせていただいてるんですが、レジメ資料に出ています、やっぱり若い人の運動をどう進めていくかということが肝心だということで、健幸ポイントは7割が60歳以上ということですので、若い方について例えば前からも健幸ポイント今もらうと、商品券をいただける、あるいは抽選で特産品をいただけることになってるんですが、たぶん大阪でしたら歩いてだけで儲かりませみたいなキャンペーンをやっている、たぶんそれでどっかのいろんなコンビニでもそういったポイントが使えるような、仕組みをされてると思います。若い人がそういう形で使えるような仕組みっていうのをどうかなと提案させていただいてるんですが、もう1つどうかなということで、若い人が健幸ポイントを多くの自治体がやられてると思いますし、若い人の参加率が多いと

ころの自治体は確か資料でお渡ししたことがあるかなと思うんですが、その辺もう一度ご検討いただいて、いつも課題で上がるのはわかっておりますので。じゃあ具体的にそれをどうしていくのかという、具体的なことも踏み込んでいただいたらいいかなというふうに思いますのと、アンバサダーですね、私もあんまりアンバサダーの関係でちょっと何も活動できていないので申し訳ないですが、いつも通信を送っていただいているんですが、私の前にも多くの方がアンバサダーをやられておりますけど、もう1つ、実際どういうことをしたらいいのかなということ迷っておられることがありまして、送っていただいたものを身近な方にお配りして、進めていくのが使命かなというふうに思うんですが、なかなか周りで皆さん入っておられる中で、進め辛いなという声も聞きますし、今年アンバサダーの活用の仕方とかちょっと語弊があるかもしれませんが、それが明確になればいいのかなというのは考えます。以上でございます。

#### 【会長】

ありがとうございます。もちろん南丹市の若い人も参加してもらえばええんやけど、財源どうなるんやと。今は何かあるみたいなんですけど、その財源を確保するという意味合いもあって後からちょっと提案したいんですけども、なんかそういう取り組みが、ここに持っていったらいいなというふうに思ってます。それでは、二九の小泉さん。

#### 【委員】

失礼します。私どもの方ですね、南丹市様の方にご協力いただきまして、八木工場という工場が八木町にあるんですが、そちらの中で参加者を募りまして、会社としての取り組みとして、この健幸ポイントに参加させていただいております。きっかけは私がはじめ、こちらの方にお邪魔したら、こういうのがあるんだなということで、1度試しにと思ってやってたら周りにも何人かいらっしゃって、商品券もらえるのいいやんみたいな話が会社の中で広まって、でも計りに行ったりとかってもう、そんな出来ないしなあっていう話があって、ご相談したら、測定の体組成計ですね、それを月に1回、お借りするというお話がタニタ様にもご協力いただきまして実現しまして、昨年度、月1回、会社の休憩室の中で体組成計を置いて、参加者はそこで休憩時間に測ったりとかしているということで、今、八木工場の方の従業員約20%弱ですね、19%ぐらいが事業に参加しています。工場ですので、ぶら下げると危険ですので、作業着の中に入れてたりポケットに入れてたりして、参加してる今2年目になります。1年目のときにもう満額になってる人があったんですけど、平日の講習会とかになかなかちょっと参加できないってところがあって、2000ポイントぐらいとか、2500ポイントぐらいの人が一番多かったかなあというところではあるんですが、今年から何かポイントの付与率、いろいろと見直されまして、毎日頑張った分のポイントが多くなりまして、それを今皆さんとても喜んでおられまして、先日通信送っていただいたら、もうすでに4500ポイント満額になってたけど、これって満額になったらもう終わりやな。ポイントは終わりだけど、このままでいくのはチャレンジだねっていうような話をしたりとかして、休憩時間とか会社の中でも、工場なのでちょっと端

から端まで行こうとすると結構な距離があるんですけど、用事があって呼ばれていかなあかん、だるいなって感じだったけど、ちょっと歩数稼ぎにいつてくるわみたいな感じでやってくれたりとかしてるので、会話の中とか、コミュニケーション取りながら、楽しみながら、健康増進に繋がってくれたらいいなという思いでサポートをさせていただいております。具体的に2年目で、ではどれくらい何か効果があったかっていうところで今日来さしていただく前に、ちょうど今年健康診断とかの結果とかの集計の方出たのでそちらの方確認してますと、例年ですね、いくつかの項目にちょっと、めでたくヒットした方にはですね、協会けんぽというところから特定保健指導というのを受けられるというのがありまして、個人面談であまり数値が良くなかった人が、食生活の改善とかの指導を30分間ぐらい、個別に面談するというのを、毎年1度行っているんですが、それにですね、5年連続ずっと呼ばれてた方は今年は呼ばれなかったのが2人ほどありまして、やっぱり話していると、なんですかね、肝臓に関するような数値、血中の脂質、なんかそこら辺の数値が落ちたってということと、あと、これをきっかけに、禁煙したという人が項目から外れたというふうなところがあって、会社の中の従業員の健康増進にも寄与いただいているなというところで、このまま継続できたというふうには思っております。うちの方、本社は、東寺の近くにありまして、京都市内にも工場あるんですが、残念なことに南丹市八木工場の参加ができておりません。他の事業所からいいな一という風に、うち近所にマツモトあるけど行けへんわみたいな話とかもあるんですけど、そういったことが社内に広がることで、会社の中の健康への意識が高まっていけばいいなというふうには思っています。先ほどの資料で拝見した中ですごくびっくりしていたのが、お話し先ほどにも出てましたが、睡眠による休養が十分でないと感じる数字が軒並みすごく高くなっているということと、毎食後歯磨きをする5年生、中学2年生の比率がすごい減っているというか、生活習慣病に関するところの血圧もそうですが、その辺とか、あと思春期、学童期のところの朝7時までに起きる子どもさんの割合、その辺がもうちょっと下がっているのが、なんか親として考えると、すごく心配だなと。高齢者の健康ももちろんこれから推進していただく必要あるんですが、今の高齢者の方ってきっと私たち以上にすごく、若い時代で、健康で体力があってという方が高齢者になっておられるけれども、フレイルとかそういう心配もあるので、この今すでに不健康な状態がお子さんの中に蔓延してしまうと、じゃどうなるのかなあという心配があるので、先ほどから何度かお話しするように、若い世代にも、こういうことを早めに興味を持って取り組んでもらえるような、そういう施策をやっていただければいいかなというふうな、南丹市全体が広がっていくのかなというふうな、財源のことは言われていますが、そういったこともご検討いただければいいかなというふうには思っております。

#### 【会長】

ありがとうございます。すごいよね。もし、言っているなら、検診の結果でやってる人とやってない人で差をつけてもらって、会社の中で発表してもらったら、もっと参加者

が増えるかもしれないけど。

**【委員】**

個人情報に関連もあって、どこら辺まで開示できるかなというところが会社と相談します。

**【会長】**

あと 4500 ポイントいった人は、次 6000 までいったら、次の年、100 ポイントプラスから始めるとかね。インセンティブ与えた方がいいのかなという。どうでしょうか。

**【健幸まちづくり課長】**

事務局回答がいきますか。すみません。インセンティブは本当に 4500 ポイントっていうのは、少ないっていう声もいただいてまして。ただ、うちの方も限られた財源でやっていくってところもあるので、これによる医療とか介護の削減効果をしっかり財政部局の中でとらえてもらって、その中で事業を回せる仕組みを作っていきたいなと思ってるのが1点と、若年層へのところなんですけど、なかなかね、実際興味がない人が多いっていうところがある。それと、スポーツ推進協議会さんとも一緒にやらせてもらったりするんですけど、この間、体力測定会なんかもあったんですけど、一部で高齢者の方がたくさん来るところで、やっぱり健幸ポイント関心持っていてるんですけど、二部でこられたファミリー層の方なんかは、なかなか進めても全然もう興味がないですみたいな感じで、運動されてないわけではないところもあるので、そこら辺はちょっとアプローチは考えていきたいなと思っておりますが、決して運動されてないというところではないので、そこは健幸ポイントに必ず入ってもらわないと困るということでもないのかなというふうに思っています。それと、実は団塊の世代の方って、いま後期高齢になってらっしゃって、すごく元気なようなイメージがあるんですけど、やっぱり現役時代に結構無理をされてることもあって、フレイルの方であったり、健康寿命が短い方とかも実際多かったでするので、特に食生活の生活習慣病の部分でいうと塩分とか、そういうところが十分、減塩ができてなかったりするので生活習慣病によるがんですとか、高血圧とか抱えてらっしゃる方も多いので、そういう方にはやっぱり運動習慣をしっかり作ってもらって、健康寿命を延ばしていくっていうアプローチが、今は大切なのかなというふうに思っています。

**【会長】**

ありがとうございます。先ほど無関心層と言ってましたけどその人を説得してもなかなかね、参加してもらえないので、他のその人のまわりの人を見て、こうしたらこうなるんやっていうのをわかってもらおうと、だんだん、浸透してくると思うので、あえて若い人にアプローチするという事はあんまりどうかなという気もします。八田さんどうぞ。

**【事務局】**

すみません。ちょっと先ほどから睡眠のことで、小笠原さんから、小泉さんからもあったんですけども、ちょっとこれ、設問がややこしくて、実はこれ、睡眠による休養が、

十分でないと感じる人の割合なので、低下しているっていうのは良い方に。十分でないと答えた人が何%かという指標なので、これは少ない方が十分だと感じている人が多いっていうことで、これはちょっと改善してきているという報告をさせてもらって、すいませんちょっとややこしい説明でした。

【会長】

いやそれはやっぱりどっちかに決めといた方がいいよね。これは低い方がいい。これは高い方がいい、ちょっとわかりにくいよね。はい。ありがとうございます。

【事務局】

はい。

【会長】

それでは山本さん、何かあれば、手短に。

【委員】

はい。ちょっと残念に感じていることがあります。病院の中部医療センターのところの階段ですね。こんだけ上ったら何キロカロリー消費みたいなのがあったのがなくなっていると。あの階段上ったら本当か嘘かわかりませんが、こんなにカロリー減ったんやなというのを感じながら、階段上ったことがあるんですけども、それがなくなって残念です。ですので、ちょっとそういったところで興味を持つ方がおられるんだなというところで、町中でそういったものがあったらいいのかな。こんだけ歩いたらカロリーこんだけ減ったよというのがあったらいいのかなというところで運動量の促進には繋がらないかなというふうに思います。私も昨年までタバコ吸ってました。ちょっと病気をした関係で、2ヶ月に1回ぐらい、病院にかかるようになって、タバコ吸ってたせいもあるんやでって言われて、もう2ヶ月に1回病院行かんので、タバコを今やめてますけれども、先生非常にやかましくって、そういった経験もひとつ食生活を変えていく、タバコの習慣もそういったところから変わっていくというところで、昔で言うと、うるさいおっさんが、何か悪いことしとった怒ったみたいだね、そういったことがあれば、また習慣が変わってくるのかなというふうなところで、地域とかみんな健康になろうというふうな思いの中でそういった注意をし合うっていうか、牽制をし合うっていうか、いうことがあったらいいのかなというふうに思います。レシピコンテストについては、今年度、南丹市商工会、園部城祭をさしていただきまして、来年度、一応事業を進める予定にしておりますので、そちらの方でもコンテストの方ですね、優勝されたところにつきましては、出展の方をしていただくところで進めていくことになるかと思っておりますので、また皆さんご協力お願いしたいというふうに思います。健幸ポイントの方ですね、商品券、商工会の商品券を使っていただきます。どうもありがとうございます。というところで、もっともっと使っていただければというふうに思います。

【会長】

ありがとうございました。園部城祭りのときに健幸レシピのあれを出しますよね。あん

ときにね、子どもの主張、何でこれを作ったかとか、こんな栄養がありますよというのを子どもを呼んで、何かチラシ作って、子どもに販売させるっていうね。なんかそんなふうにしたら、もっとね、なんかその子どもが喜ぶと思います。ほんで、先ほど南丹病院で文字が消えたっていうことなんですけど、保健所の田邊さんが言ってくれると思います。田邊さん、今までのご説明で何かありますか。

**【委員】**

南丹保健所の田邊と申します。私はずっと北部の方の保健所をずっと回って勤めてきたんですけども、この春に初めてこの南丹保健所に勤務になりました。すぐにこのポイント、これ入ろうと思ってたんですけどドタバタして入れなくて、追加で募集があって大変喜んでおりますので、すぐに入りたいと思います。南丹保健所は、ずっと京都健康長寿推進地域府民会議という会議を通じまして、4つの部会を通じて活動を展開しているところです。南丹市の他にも、亀岡市、京丹波町が同じ管内にありますので、そこも合わせた取り組みをしているところです。まだまだ、京都府全体もそうですけども、南丹市も、野菜摂取不足、それから塩分摂取量も高いっていうところ辺で、そういったところをキーとする生活習慣病とか死因も多いという状況が続いていますので、まだまだ取り組みを進めていけないといけないかなあと考えております。南丹保健所としてはこういったウォーキングマップいろんなどころで見られたと思いますけども、これが大変好評で、今年も700ぐらい増刷をさせてもらいましたし、あとこの南丹簡単野菜料理レシピもおかげさまで、去年で100を作りまして、今年ももう更に簡単につくれるレシピということで、いろいろ3行程ぐらいで、すぐにつくれる野菜料理ということで、101から105までを今作ってる最中です。そういった取り組みをさせていただいてるところです。それから、タバコに関しましては、通告とかありましたら、ちょっと現地確認をさせていただいて、指導させていただいたりというようなこともしておりますので、もしまた気づかれたこととかありましたらまたご相談いただけたらと思っております。

**【会長】**

ありがとうございます。先ほどこの階段何個上ったらとかね、ああいうなんてね、例えば自分とこの塀のところに、鳥居とかあったら立小便がなくなるとかね。そういうのと似てるんですよ。だから、そういう取り組みをね、僕はやったほうがいいのかなっていうふうに思います。

**【委員】**

はい。ナッジ理論というやつですよ。自然に誰もが健康になれるような。

**【会長】**

南丹病院も階段にそう書いてあったら上ろうかなっていう気になるし、何かピアノの絵を書いてあったら鍵盤の絵が書いてあったら、上っていくとかね。なんかそんなこともできるんじゃないかな。

**【委員】**

健診の申し込みも、あらかじめ日にちを書いて、申し込まないっていう欄を設けないとか。そうしたら必ず皆さん申し込まれるとかそういった工夫ですよ。はい。

【会長】

ありがとうございます。それでは上籩さんどうでしょうか。

【委員】

失礼します。南丹市社協です。社協は人と人の繋がりづくりっていうことで、見守りであったりとか、交流であったりとかいうような、福祉活動を皆さんと一緒にさせてもらってるんですけども、今日会議に出させてもらってちょっと3つ、私の中で勝手に思っていることがあります。まずは、和辻さんもなっていたらいい委員さんに、健幸アンバサダーにたくさんなってもらって、見守り活動をされるときに、健康についての声掛けをしてもらったらいいかなと思いました。それから、見守りの観点から、ふれあい給食っていう事業をしてるんですけども、そこに健康っていうような要素を加えて、今日のメニューはこれです。こういうところに、こういう栄養素があって、こういうふうな体にいいですよみたいなメッセージが入れられたらいいのかなと思いました。それからサロンの方の活動支援で、サロン対抗選手権っていうのがあって、今年は、紙飛行機作って投げて、一番遠いとこまで投げた人が優勝みたいな、そういう大会してるんですけども、健幸ポイントと、ちょっとコラボさせてもらって、みんながたくさん歩いた人が優勝みたいな、みんな健康になりましょうみたいなことができれば面白いのかなと思っています。また社協に帰ってみんなと相談したいと思います。以上です。

【会長】

はい、ありがとうございます。じゃあ、小笠原さん、どうでしょうか。

【委員】

タバコ対策についてですけども、あかんあかんって言うても吸いたい人は吸いたい。もう治らへんと思うんですわ。禁煙っていうてもなかなか難しいですけども、各南丹市の公共施設の中で喫煙室がどれだけあるのかというのは私は1回調べて欲しいと思うんです。病院は別として学校とか公民館とか喫煙室があったら、そこで吸えると、自分もこれではあかんあかというふうで自覚してもらったら、吸わへんようになるのちがうかなというふうに思うのが1つと、それから今物価高いろいろあるんですけども、予防の関係で言うんですけども、インフルエンザとかコロナの予防なんですけども、今注射言われているんですけど、すごく個人負担が高くなっております。コロナも、どれだけ南丹市が援助してくれるかわかりませんが、個人負担がすごく高いので、南丹市の方で、別に高齢者だけと違って若い人でも、補助金を出して増やして欲しいというのも私の要望ですので、聞いてくれはるか分かりませんが、やっぱりインフルエンザでも1人500円ぐらいやったらいけるけど、2000円3000円になると、ちょっともう行かへんわという人もあるし、コロナの予防注射はなんか7000円ほど1人いるというふうにも聞きますし、その辺も予防ということで、南丹市で、また、今すぐとは言いませんけれども、

考えて欲しいなというふうに思います。

**【会長】**

ありがとうございます。うちも敷地内禁煙なんですけど、やっぱりタバコ捨ててあるんですよね。そういう何か部屋を作っても、なかなか禁煙には繋がらないやろうと。それは綺麗にしていくしか、例えばさっきのナッジですけど、肺癌のなんか貼って置いといたらタバコ吸ったらあかんのやなって思うかもしれんし、そんななんか工夫を各施設でやってもらったらいいのかなと思います。

あと今の新型コロナワクチンですけど、大体 3000 円、65 歳以上はね。1 万 5000 円するんですよ。1 万 2000 円を補助してくれてますので、それをさらに南丹市に補助せいというのはちょっと酷かもしれんね。

**【委員】**

でもまあ、要望ですわ。

**【会長】**

要望で。はい。わかりました。ありがとうございます。では和辻さんどうぞ。

**【委員】**

ありがとうございます。私、みんなに健幸アンバサダーにすごい自慢できるなと思ってることが、この医療費がやっぱり安くなってるということは、とても嬉しいことやし、他の方もおっしゃったように、5 年後すぐく下がるってことも、もっとアピールして行って、アンバサダーももちろんそうですけど、みんなで健康になるまちづくりに取り組んでるんよってということをもっとアピール出来るのかなあとと思います。あと若い人は、決してポイント溜めないわけじゃなくて、やっぱり残念なことに、商品券なんです。なかなかせっかくこれポイント貯めても、ローソンでデータをとるんですけど、ローソンで使えたらいいとか、せめてね、なんかちょっと若者的にはどこでもと言わへんけど、南丹市のどこでも行って使えるみたいな方がいいっていうのと、若い子は若い子で、コカコーラのやつ集めとったりとか、あと結構いろんな意味で、何歩か歩いたら、ペットボトルお茶一本もらえますとか、小麦粉パン 1 個とか、結構そういう意味では、若い子は若い子なりにいろんな意味で、健康づくりに取り組んでるんやなっていうことです。あと、ちょっと気になったのはやっぱり、妊婦さんの痩せ願望、今若い人たちがどういう食生活してるのかなってというのは、子ども達の食事もそうなんですけど、実際子どもの親がどういう食事になっているかなっていうところをこのデータを見て思いました。以上です。

**【会長】**

ありがとうございます。いわゆるポイ活っていうやつですね。それはいいんじゃないですかね。

**【健幸まちづくり課長】**

今ちょっとね、うちの課だけでは難しいんですけど、南丹市全体として、そういう地域通貨であったり、電子マネー化はちょっと検討してる部署がありますので、そちらの方

と健幸ポイントは連携していきたいなというふうに思っています。

【会長】

一番はスーパーですね、コンビニでも使えたらいいし。

【委員】

コカ・コーラとかも、歩いた歩数に応じてお茶がもらえるとか何かもらえるっていうのを市がするんじゃなくて、広報の方で、市がしていけばいいんじゃないか。何も全部市がする商工会がする、どこどこがするのではなくて、やってるところのPRをどんどん市さんがやってくれはると、それを知った人間がそれをやっていく。若い人は若い人に合ったやつをやっていくし、年配の方でそういうのも苦手な人は、それをやっていく人というところに、広報の問題ですね。先ほどスポーツ推進委員さんの方からありました、こんなことがあるんやっていうもの自身が、今までここに来たからわかったということがある。というふうな中で、やはり広報不足、連携不足っていうのが問題やと思うので、そこをもっと深めてもらうような行動をしてもらうとありがたいかなというふうに思います。商工会も商品券、ご協力させてもらってますけれども、いろいろ市の他の課と連携して他のものっていう話も出てますけども、なかなか、よくあるお金の面とかで厳しいものもありますんで、やはり使えるものは使うというところで、市の方とも協力していきたいと商工会としても思っていますので、そういったところでよろしくお願いします。

【会長】

ありがとうございます。そうですね、今財源の話があるわけですけども、せっかくこういういろんな人が今集まってきてくれていて、そういう人とコラボできるような取り組みっていうのを考えて、南丹市に収入が入るようにしたらその収入を、言ったら、こういうことで使ってもらえるような取り組みっていうのを、今度は石破首相になって、地方創生はお金を結構回すって言ってますので、とりあえず枠組みを作ってこんなふうにしますというような取り組みをできたらいいなと思って、一応DVDを。

【健幸まちづくり課長】

はい。

【会長】

前、NHKでやってたやつなんですけど。3つぐらいあったんですけど、1つだけちょっと見てもらって、早回しで。それで南丹市にお金が入ったらね、その分財源になるので。

【健幸まちづくり課長】

ちょっと準備の間に、審査員を決めてもらっていいですか。

【会長】

食育健幸レシピの審査員ですけど、おいしいのを食べれますので誰か。あ、川勝さん。よろしくお願いします。

【健幸まちづくり課長】

ありがとうございます。丁度準備ができましたのでご覧いただきたいと思います。

～DVD鑑賞～

**【会長】**

ありがとうございます。例えば保健所で作ってる散歩、ああいうなんを例えば、健幸ポイントを稼いでいる人が歩いてもらって、例えばインバウンドの外国人は、こういうなんを求めてるわけ、ストーリーなり、地元の人としゃべるってことを求めてることが多いので、そういう人を呼び込んで、歩きながら、ちょっと英語の勉強もできたりとか、しゃべって何かできるし、或いは食改さんがあれば、そこのほら、味夢の里の横にホテルありますよね。あそこ自分で食材を買って、自分で作るんですよ。そこへ外国人呼んで、地元の食材を使った料理を披露してもらってっていうようなね。そこでいろんな会話が生まれるだろうし、そういうのがいいということであれば、また次のリピートがあるかもしれない。だからこういうなんをね、今僕らは、それぞれのグループでいろいろやってますけど、それを統合した中で、南丹市にも税金で稼いでもらおうと。或いは直接そこに一旦日当が出るかもしれんし、日当出たらそれはその人のお金になるわけやし。何かねそういうなんでお金を稼いでいかなあ、結局4500円もらえますけど、どっから出てんやりますよね。だから、せっかく石破首相になったんで、もらえるだけもらえるような仕組みを作って、それから自立できるように、何かできたらいいかなあというふうに思ってますので、また事務局、いろいろ考えてもらって、西村市長にもちゃんと言ってもらって、そういう仕組み、先ほどもプロデューサーみたいな人おらはりました、仕組み作りの。ああいう人を誰かおってもらうなり、或いは南丹市でも、なんやたっけ、新しい若い人。何とかづくりの人いますよね、新しい若い人。

**【健幸まちづくり課長】**

地域おこし協力隊。

**【会長】**

そういう人に考えてもらってもええし、それは何か若い人の考えでお金が入ってくるような、或いはそこでみんなが協力できるようなところがあれば協力するというような形で持っていけたら、もっともっところ、良くなるんちゃうかなというふうに、一応僕の提案なんですけど。ちょっと時間長くなりましてすいませんでした。じゃ、これで終わります。

**【委員】**

1個だけいいですか。2分。すみません、ちょっと歯の健康のところに関して皆さんにご共有だけしたいんですけど、歯の健康のところ以前からあると思うんですけど、これおそらく20年前とあまり変わってないかなと思っていまして、今の端的にちょっと情報だけお伝えすると、歯の検診、定期的な歯のチェックだけでは歯の本数が減るっていうのがデータとしてわかっています。なのでこの歯の定期健診じゃなくて、メンテナンスっていうところで、定期的にプロに掃除してもらいましょうっていうところがまず、必要かなと思っているのと、あと8020ですね、80歳になって自分の歯を20本以上保とうっていい

う運動なんです、歯科医師会は53%ぐらい成功しているというふうにお伝えしているんですけども、民間の調査では8.3%しかできないっていうのがわかりまして、おそらく僕の所感もそっちの方が正しいかなと思ってます。実はですね私の高屋歯科医院。南丹市で100年間歯科医をさしていただいているんですけども、南丹市の現段階で南丹市の3分の1の方が来られています。先ほど無関心層をどうするかとお話ししていただいたんですけども、社会保険を使われている方、65歳以下の方ですね、実は7割ぐらいを占めてまして、当院に来られている半分以上が実はこの無関心層になります。そういったところ、健康であったりとか虫歯が多い人っていうのは、やっぱり栄養バランスが悪いのもわかってますし、歯周病が進行していくの40歳以上ですね。歯が1本なくなると、タンパク質の摂取量が優位に減るとデータとしてわかってます。なので、歯科医院からそういった健康的なアプローチが何かできないかっていうところで、そういった健康づくりができる総合的な歯科医院というのを実は宮町に来年の4月にオープンします。そこに体組成計も導入しますので、ぜひ行政の方と連携して無関心層にアプローチできるようなところ。あとはレシピなどもいろいろお考えいただいておりますが、栄養教室も当院で行いますので、そういったところで連携ができればなと思っておりますし、そういった活動がどんどん南丹市の方といろいろできればなと思っております。あとですね、学校検診の方で、歯磨きしていない子が55.9%っていう数字が出たんですけども、これ全国平均から見ればすごく高い数字で、実は、そもそも1日3回以上歯磨きしてる方って、全体の2割ぐらいしかいないんですよ。なので、毎年この毎食後ってことは1日3回なので、1日3回歯磨きしてる子が55.9%っていうのはこれ結構異常な数字なんです。なのでこれは決してネガティブな数字じゃなくて、むしろポジティブな数字かなと思いますので、前向きにとらえていただいてもいいかなと思ってます。はい。あと、私、専門が歯周病関連が一応専門でして、スポーツ関連を一応専門にはらせていただいているので、そういった点からもいろいろ、今後、皆様と一緒に活動できるんじゃないかなと思っておりますので、また今後ともよろしくお願ひします。すみません。

【会長】

ありがとうございました。それでは、事務局にお返しします。

## 8. 閉会

### 副会長挨拶

【健幸まちづくり課長】

皆さん、活発なご意見ありがとうございました。皆様のご協力によりスムーズに進行ができてましてありがとうございます。本来ですと副会長から閉会の挨拶をいただくところなんです、今日副会長、不在でしたので、木村先生の方から総括的なお話もいただいたところで、今日の方は終了していきたいと思います。木村先生、最後よろしいですか。

**【会長】**

これからもよろしくお願いいたします。

**【健幸まちづくり課長】**

ありがとうございます。それでは本日の会議の方は終了していきたいと思います。次回につきましては2月下旬頃に開催をしておりますのでよろしくお願いいたします。本日はありがとうございました。