

令和6年度 第2回 南丹市健幸まちづくり推進協議会議事録

日時：令和7年2月17日（月）

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 / 南丹市小学校長会 榊 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
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
【司 会】 健幸まちづくり課長

1. 開会

【健幸まちづくり課長】

ただいまより令和6年度第2回南丹市健幸まちづくり推進協議会を開催します。本日は委員の皆様におかれましては何かとご多用のところ、ご出席をいただき誠にありがとうございます。本日司会を務めます南丹市健幸まちづくり課長の太谷です。よろしくお願いします。条例第6条の規定により本協議会は出席委員が過半数に達しておりますので、協議会が成立していることをご報告させていただきます。出席状況につきましてはお手元の委員名簿の方にあらかじめ欠席を聞いている方については記載しております。それでは開会にあたりまして木村会長よりご挨拶をお願いします。

2. 会長挨拶

【会長】

皆さんこんにちは。今年度最後の委員会となりますが、これからの協議会の方向を考えようということであらかじめ皆さんには資料をお配りしております。皆さんの考えについて、こうあったら良いなとかこうして欲しいとかあるいはこれだったら出来るとか、そういうような具体的な提案をしていただければ色々と考えていくことも出来

ますので皆さんよろしくお願いします。今日は期待して来ております。よろしくお願いします。

3. 議事

【健幸まちづくり課長】

ありがとうございます。それでは次第に従いまして早速議事の方に移っていきたいと思います。本協議会条例第5条の規定により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します。

【会長】

それでは始めたいと思います。1つ目の議事、健幸まちづくりについての事務局からの報告をお願いします。

【健幸まちづくり課長】

それでは、お手元の資料を元に説明をさせていただきます。パワーポイントでも資料を投映しておりますのでご確認いただければと思います。

まず初めに、なんたん健幸ポイントについてですが、概要につきましては第1回で説明させていただきましたが欠席されていた委員もおられますので簡単に説明させていただきます。なんたん健幸ポイントにつきましては4年目に入りますが、ICTを活用して住民の方が生涯楽しく過ごせるための健康づくりを習慣化し健康都市を実現するための健幸まちづくりのハブとなる事業になっております。健幸ポイントに参加している方は、歩くことを中心に生活を組み立てていただく事になりますが、測定して貯める・健診を受けて貯める・参加して貯めるというポイントをインセンティブとして健康づくりの習慣化を行っていく制度となっています。この事業は国の補助金を活用して実施していますが、4市町連携ということで南丹市だけでなく兵庫県の西脇市や福井県の大野市、岩手県の新潟市と連携してそれぞれ切磋琢磨しながら住民の方も担当者の方も創意工夫しながら進めていく事業になっています。令和6年度現在の人数ですが、一番下にあります1907人の方が参加いただいています。一時は2000人を超えていたんですが、最終のポイントの案内をする中で継続の意思が無い方もおりまして現在は1907人となっています。

2ページ目の方で現在の参加人数や年代別の参加状況を取りまとめています。

3枚目の資料ですが、今年からサポート相談会というのを事業のスタート時に実施しております。今年については京都府立大学の大学院生がインターンシップで南丹市に来ておりましたので、大学院生がミニ栄養講座という形でサポート相談会で栄養の提案などをしておりました。出席状況については表のとおりです。638人のうち142人がスタートにあたってサポートを受けたいという事で参加しております。

次の資料が八木町日置地区の取り組みということで、こちらは健幸ポイントに参加されている方を中心に日置の方でこういうウォーキングコースを設定されたりとか、明治国際医療大学の先生を呼んでスポーツ教室のような形で運動指導もされて独自で健幸

ポイントを活用した集落支援事業を展開されています。また新聞にも出ていましたが、こういった動きを受けまして日吉町胡麻地区の方でも「胡麻で健幸はかろう会」という形で地域の方が独自に健幸ポイントに参加されている人を中心に健幸ポイントを測定する場を設けていただいています、こういう形で地域での健幸ポイントの取り組みが広がっています。健幸ポイントの送信拠点については現在 13 か所設置しております。

7 ページ目は今年度は参加キャンペーンをしておりまして、駅構内にのぼりの設置もしております。8 ページになりますが、健幸マイスターさんの交流会をしております。健幸マイスターさんというのは、健幸アンバサダーの方と健幸ポイントに参加されている人の中で積極的に活動に参加されている人を中心に健幸マイスターに認定しておりまして、現在 50 名ほどが認定されておりますがその中で 17 名ほどが集まっています。また健幸ポイントの交換会の方でもマイスターさんにご協力いただいています。

9 ページは健幸アンバサダーの養成講座についても今年度開催しておりまして、今年度は 46 人の方が新たに受講されまして合計 252 人となっております。10 ページにアンバサダー養成講座の様子を載せております。特に目立った事例としては民生児童委員の方で健幸アンバサダーに入っている方がおられるんですが、その方は民生委員の活動の中で健幸アンバサダー通信を地域の方の見守りに利用されていると報告を受けています。

11 ページからはタバコの対策になります。第 1 回目でご案内させていただいていましたが、タバコの受動喫煙防止に関して南丹市で受動喫煙防止を全域で取り組む条例を 3 月議会で提案しております。タバコについては 14 ページまで続いておりますが、15 ページではこういった形で条例制定に向けて地域のイベントにタバコのチームが出向きまして、条例制定に向けての住民の方の意識の状況を聞いたりキャンペーンをさせていただいています。インスタグラムの方でも受動喫煙防止について吸う人・吸わない人がお互いに気持ちよくできるためのルール作りをしていこうという啓発をしています。今現在 3 月の議会での議決を経て制定となりましたら 4 月以降には具体的に条例の告知や受動喫煙防止のキャンペーンも引き続き展開していきたいと考えています。

15 ページ以降が南丹市健幸食育レシピコンテスト事業の状況となっております。今年度は 463 件の応募がありまして 16 ページに審査の状況などを載せております。今年度の入賞作品については 8 点ありました。それぞれ受賞作品が出ておりまして年々受賞作品のレベルも上がってきている中で入賞 8 点・入選 2 点の計 10 点に絞り込むというのが難しくなっています。嬉しい悲鳴ではありますが審査している栄養士の方からそういった声を聞いています。この入選・入賞作品の活用啓発につきましては小中学校の給食で提供させていただいたり、2 月 14 日には南丹市内の保育所・幼児学園・こども園の方で給食として提供されました。あと京都新聞さんの方にも出していただいていますし、5 月に開催される園部城まつりでも健幸レストランという形で商工会さんと連携してキャンペーンが出来るかと思っております。

健幸まちづくりについての報告につきましては以上となります。

【会長】

それでは、事務局からの説明が終わりましたので質疑を行いたいと思います。今の報告の中で何か分からないことや聞いておきたいことがあればお願いします。

食育レシピコンテストで入賞８点・入選２点とあってこれを活用しないと思います。今は園部城まつりで使うという話もありましたがもっと活用を増やしてはどうかと思います。

【健幸まちづくり課長】

今回審査員の中で、ささ鳥さんという美山で鶏を育てていらっしゃる方が京都たんばもんの関係で入っていただいていたんですけども、そちらの方が自社のインスタの方で鶏肉を使ったレシピを実際に作ったものを上げてもらっていて、凄く見た目も美味しそうで良い取り組みだったので、出来たら南丹市の事業者の方ですとかそういった方々にレシピで作ってみたものを掲載してもらったり、一番良いのは今回食品衛生協会の方も審査員として入っていただいていたんですけども、園部城レストランのような特別な機会だけでなく実際に普段の飲食店でも食べられるようになったらと審査をする中でも話をさせていただいていたので、出来たら商工会さんと連携する中でそういった形で進められたらと思っています。

【会長】

そのためにはインセンティブというか商工会の人が手を挙げて、私のところはこんな事をやっていますというアピールに対して、何か宣伝になるような事が出来ればより希望者も増えるかと思います。

【健幸まちづくり課長】

また相談しつつ進めていきたいと思っています。

【委員】

３月に受動喫煙防止条例を議会に出されて４月以降に条例制定と書かれているんですが、具体的に条例の内容を詳細に教えてもらうことは出来ますか。

【健幸まちづくり課長】

詳細については簡単に言いますと南丹市では公共の道路や公園などでの喫煙は原則禁止とするという条例制定を考えています。大阪市では先月から開始されたかと思いますが、そちらでは京都市とかでもあります過料、取り締まりをして罰金を科すんですけども、南丹市の方では理念条例として提案していますので原則喫煙は吸えないとなってますが、取り締まりをして罰金を取るようなものではなく、まずは公共の場での喫煙者・非喫煙者のルール可をしていきたいと考えています。具体的には受動喫煙を防止するためのキャンペーンのマークを作ってステッカーを配布したり等考えております。

【会長】

事あるごとに集まりがあったらこの会場では禁煙ですよ書いておけばいいことで

すね。

【健幸まちづくり課長】

公共施設に関してはもう既に禁煙になっていまして、今まで道路とか公園などの屋外の公共施設での受動喫煙については禁止事項になっていなかったもので、それも禁止になります。

【委員】

なんたん健幸ポイントの取り組みを広げていくことが大事だと考えているんですけども他の3市町ではどれくらいの活用者があるのかというのと、それぞれで何か特徴的な取り組みをされていたら紹介をお願いします。

【健幸まちづくり課長】

他の市町についてですね。ちょっとお待ちいただいて、資料を用意してから回答します。

【会長】

時間がかかるみたいなので、他に何かあれば先に。

【委員】

健幸ポイントの退会者が何人かいらっしゃるとお聞きしましたが、退会される理由が何かあれば教えてください。

【健幸まちづくり課長】

色々ありますけども、よく聞くのは健幸ポイントの活動量計を洗濯してしまったりとか農作業で汗のせいで壊れてしまったとかいうので、活動量計が5000円するんですけどもそこまでお金を出して継続するのはちょっとという人が多いです。スマホでも出来るのでお伝えするんですけども普段持ち歩かないという人もいまして十分な歩数が稼げないというのもありますし、活動量計を首からさげる習慣がなかなか作れないとかデータを送信する習慣が保てないというので思ったよりポイントが貯まらないので辞める人が多いです。

【委員】

私も辞めた1人なんですけども、歩くのに力を入れてしまって他の所で運動したりしているのに歩数を稼ごうと思って歩きすぎるから先生から着けるとどうしても歩きすぎるから辞めておく方が良いと言われました。実際私は農作業したり自転車に乗ったり色々と動いているのでもう良いかなと思ってやめました。

【会長】

それだけ動いてたらいいかもしれないですね。

【委員】

ラリーのことを聞きたいんですけど、4市町で一緒にやっているけどもどれだけ南丹市に効果があったのか。沢山の人が参加されて順位も表示されて、私も一生懸命歩いて今回19位に入ったんです。ただ足が痛くなるくらい歩いたんで、あまり競争するような事

になると自分の為とはいっても歩かないといけないような気がして1日で多い時は3万歩くらい歩いたこともありました。意識してしまうから南丹市だけでやってほしいという意見もあります。

【健幸まちづくり課長】

先ほどの質問とあわせてお答えさせていただきたいと思います。まず西脇市で継続されている人数が3013人、福井県の大野市が2920人、南丹市がこの時の資料で2057人ですけど現在は1900人程度、金ヶ崎町が1038人。金ヶ崎町は町なので全体の人口は少ないんですけど大野市と南丹市は割と人口が近いんですけども大野市さんの方が多いということで、取り組みに差があったのかなと思うんですけども今年度は大分ウチも挽回してきています。西脇市さんなんかは人数が凄く多いんですけども聞いていると市立病院があったりその病院の問題を以前抱えておられたようで医療に対して関心が凄く高かったり、市長が率先して参加されていたり。今、西村市長は健幸ポイントを事あるごとに話に出してもらっていますけども。やっぱり数が力なので、西村市長についても健幸ポイントに2000人近い人数が参加されたという事で医療費の削減効果も見えてきたし介護についても利用が少なくなってきたという事がはっきりわかってきたということで、これはもう是が非でも進めていきたいと思っていただいている所です。西脇市は人数が多いせいもあって医療費の削減効果がハッキリと出ています。南丹市は中くらいの部分で、これも人数が多くないと統計上のデータがハッキリ分からないという所が1つ。医療費の削減効果が他と比べて少ないというのは出ています。西脇市と大野市は大きく削減されていて10万円以上出ています。南丹市の場合は、まだ国保医療費だけで見ると1人当たり5万円くらいという話です。それと南丹市だけのイベントですけども3月に実施を予定しておりますので、その時は南丹市だけで行うことになります。南丹市の方でも3万～5万歩くらいの方がいますので、上位にいる人は恐らく毎朝走っているような人です。10キロ20キロくらい走っているような人ですね。歩くだけでは多分上位に入るのは難しいかと思います。なので南丹市のイベントは3月に開催しますのでそちらで頑張っていたらと思います。

【会長】

日本人は、割と頑張ろうという人が多いです。ただ自分の健康を考えると1万歩とか決めて歩いた方がよいのではないかと思います。

【委員】

健幸ポイントの全体の人数の割合を見てやっぱり女性の方が多い。先ほども紹介されていましたが地域の中で取り組みをしても頑張っておられる女性が多くおられる。私も主人がしていなくて、農作業とかをする者は身につけて作業するのは難しい。動いているけども健幸ポイントにはならずにいるという事もあって男性の参加者が少ないのか。でも健幸ポイントに参加することによって自分の健康を気にすることは大事だと思うし、この男性の参加者を増やすにはどうすればいいのか、男性の意識を変えるかとい

うのは一つ考えるべき所だと思います。

【会長】

よくデイサービスでも女性の参加者の方が多いですね。それはやはり皆で歌ったりとかは男性にとっては魅力的に映らないんでしょう。麻雀とか賭け事の方が踏み込みやすいと思うのでそういう感じのイベントがあればと思いますけども。

【委員】

便が出ないから薬をもらいに行くという人がいたのですが、歩かないといけないって伝えたら成功したと聞きました。

【会長】

そういう成功体験があったら歩くようになるでしょうけど、それを世の中の男性に普及させるにはどうしたらいいか。

【委員】

それはやっぱり奥さんと一緒に歩かないといけませんね。

【会長】

仲がいい夫婦ならいいけど。

【委員】

ウチはそうして1か月前くらいから2人でやってます。

【会長】

健幸ポイントでも結局は商品券が貰えるからというちょっとした欲もあって、気持ちは良く分かりますし、人を誘導するような仕掛けが出来たら男性も参加者が増えるかと思いますね。アイデアの問題。

【委員】

私も健幸ポイントを始めた時に頑張りすぎて足首や膝を痛めたんですけども、今考えると靴が良くなかったのかなと。歩いている所が舗装されている道路ばかりだったので脚への衝撃が頑張りすぎて蓄積したせいもあって。そこから靴の相談とか歩き方も見てもらって、靴ひもをしっかりと結んだりとかストレッチをしたりとか自分なりに健康を維持するために頑張っているのに色んな所痛めたら意味がないなど。そこも含めて色々と同世代の方とお話して、頑張りすぎるとこういう事になりやすいから自分にとって丁度いいくらいの運動がどのくらいだろうという話をしたら意外と皆興味を持ってもらって参加したいと言ってくれたり。しかもポイントが商品券に交換できるというのは凄く魅力で、男性でも女性でも順位を含めて頑張る人は頑張るんですけども最終的には自分のために何かができるという意識が高まる町になったら良いなと周りの人に積極的に呼びかけています。

【会長】

案外、サロンみたいなのも良いのかもしれませんね。社協はどんな感じですか。

【委員】

社協に来てもらっている男性陣でマイスターの方がいらっしゃるんですけども、凄く忙しそうに今度マイスターとして行かなきゃならないという話をされています。とてもお元気にされているので、マイスター制度をもう少し広げるとかマイスター活動を増やすようにされても良いんじゃないかなと思いました。

【委員】

健幸ポイントは健歩会の中で、今会員が80名近くいますけども大体皆さん楽しみに健幸ポイントを利用されています。男性の方が少ないという話がありましたけども、ここ数年男性の会員が増えてきました。年代だと仕事をリタイアされて70代までくらいの人が増えてきていまして、ウォーキングをした後大概是皆さん食事を楽しみにされていて、同級生の方が多いので同級生と食事をするのが1つの楽しみになっています。そういった歩いた後のコミュニケーションを楽しみにしている方が多いかなと。また年度変わりますけども、そういった形で沢山入っていただきたいなと思っています。

【委員】

老人クラブですけども、今どれくらい入っているのか。私自身も掴んでないので。今年もグラウンドゴルフ大会とかワナゲ交流会も色々と予定しているんですけども、事務局の方、まだ日程は決まっていないんですけども大会の時とかに時間を準備しますので、説明に来ていただけたりとかがするのでしょうか。

【健幸まちづくり課長】

また対応させていただきますので担当者と事前に調整いただけましたら。

【委員】

そういう事で、もうちょっと取り組んでいきたいと思います。

【会長】

スポーツ推進委員のほうはどうでしょうか。

【委員】

ウチの母親から1日何万歩歩いてるという話しがありましたが、他の人でもそういう事は結構あると思います。実際この前も、私のジムに若い女性が来られて、理由を聞いたらもうちょっと痩せたいと。ただその人体重が36キロしかなかったんです。それでこれはちょっとと思って。その方だけでなく逆に無茶苦茶身体を鍛えに来ている若い男の子もいますけども、どれだけ鍛えてもまだ足りないとちょっと洗脳されているような。そういう所はおっしゃるように健康のためにやっている事が逆効果になってしまいますのでそれをどうすればいいのかという話なんです。今日はスポーツ推進委員で来いますので、そこは健幸まちづくり課の方とも相談しながら歩くだけでなく、先日計画していたイベントが大雪で中止になってしまったんですけども、そういうイベントを開催しながらポイントも得られるという機会をもう少し増やしてほしいかなと思います。もちろん歩きすぎる人はいると思いますけども、それだけでポイントを得るんじゃなくてそれ以外の機会にポイントを獲得できるものを計画していけたらと思います。意見な

のか回答なのか分からないですが。

【会長】

ありがとうございます。私も今言われたことでちょっと考えてきたので後でお話させてもらおうと思います。会社としてはどうでしょうか。

【委員】

今お話を伺っていて歩きすぎる問題というのはなるほどと思いました。確かに振り返ってみると歩くことが良い事というアナウンスは積極的にされていますけども、歩きすぎだったり何が適切かというアナウンスはあまり行われていなかったという気がしますので、可能であれば今後勧誘とかイベントの時に自分にとっての健康な歩き方や足に合った靴の選び方とか、人ごとの1日あたりの歩数の目安が分かれば競争心を抑制するきっかけにもなるかと思いました。ウチの会社の方でも頑張っているようですけども何名か更新をストップした者もいます。理由としては外出先で紛失したという人や水濡れで使えなくなったけど5000円は高いという人と、あと病気をされて今年は歩くことは無いからお金を振り込まなかった。それで快復したけども1回抜けると再加入できないらしいという話がありまして、限られた資源の中で難しい所もあると思いますけども何かの理由で1年空いてしまっても復帰できるような手立てがあれば思い直して参加したい人にもより良いかと思います。怪我とか病気とか転勤とか色んな事情があると思うので、救いの手立てがあるといいと思います。あと再購入の5000円にもう少し補助があればこちらからもプッシュ出来るんですけども。それでも私も水没したんですけども私含めて3名ほどは購入していますので、その辺り今後何かいい策があれば継続性も高まるかなと思いました。この日置地区の取り組みは素晴らしいと思ひまして、南丹市の自然豊かな中を歩いておられるこの写真が非常に良いなと思いました。道に表示されているとか、こういう事が南丹市内に広がると南丹市外の人もウチに働きに来ている人もいますし、企業としても南丹市がこういった形で活性化していくのは非常にありがたいと思います。会社の中では3月の目安なんですけども従業員向けの健康掲示板を設置する予定でして、健康診断の結果の見かたであるとか栄養面なども含めて健幸アンバサダーに送っていただく資料ですとか定期的に使っていただいているレシピなどを自由に取れるような形での掲示板を設けて社員向けにPRしていこうと準備しています。

【会長】

ありがとうございます。南丹市補助の方はどうでしょうか。

【健幸まちづくり課長】

途中脱退された方が再開できないというのは今現在国の補助事業を活用していて委託事業なんですけども、その事業が成果型連動報酬というもので成果が出たらそれに応じて報酬を支払うものになっています。なので脱退・加入で変動すると委託費を算出するときの成果がしっかり出ないという事もあって、今は再加入出来ない状態になっています。補助事業が無くなったあとについては再加入できる仕組みになっていいと思います。

し、5000 円が高いというのもあるんですけどもそもそも日常生活防水くらいは本来あって然るべきかと思うんですけども、そちらについてはタニタさんに強く要望しています。あともう 1 つ、これは今スマートウォッチに対応していないんですけども一般事業になった時には、恐らくアップルウォッチとか、タニタのアプリには対応していますし、国の補助事業の関係で活動量計かスマホかどちらかしか出来ないんですけどもスマートバンド等にも対応できる形になるかと思います。

【会長】

洗濯機に入れてしまったとかの話を何度か聞いたんですけども復活できる方法があって、すぐに電源を入れずに分解して、電池とかのところが乾燥させたら動いたという話も聞きました。他にいかがでしょうか。

【委員】

ウォーキングの歩数が多いとか自分に合った歩数がどれだけかという話を聞いていて、そういった研究をしておりますので、すごく反省しております。情報を全然流せていなかったなど。私事ですけども、附属のスポーツ医科学研究所ができましたので、またそちらの方では出来るだけ情報を市民の方々に分かりやすくして流していきたいと思っています。歩数は今まで 1 日 1 万歩というのが独り歩きしていったみたいで、それで多く歩けば歩くほどいいという認識になっていったみたいです。実際には 5000 歩でも 8000 歩でも大丈夫だという事です。強度は息が弾んでちょっとしんどい位が適度な強度とされています。そういった情報を分かりやすく市民の皆様に伝えていきたいと思っていますのでまたよろしくお願いします。

【会長】

ありがとうございます。具体的に南丹市の方から言ってもらったほうが大学となるともりがちになるので、出来たら南丹市とも相談して頂いて。

【委員】

今グランドゴルフをやってるけども、3 ゲームやって大体 3200 歩ぐらいでした。

【会長】

大分時間が経ちましたけど、保健所の方はどうでしょうか。

【委員】

感想になりますが、17 ページの食育レシピコンテストの表彰記事を拝見させていただきまして、ただ表彰するだけではなく、学校給食でもレシピが提供され、地域で活動が広がっている事が素晴らしいなと思いました。あとは学校給食だけでなく病院給食や企業給食等で広がっていることも取り上げてもらったら応募した人の意欲にも繋がるのではないかと思います。

【会長】

そういう色々な所で受賞されたレシピが使われて、作った子どもの自信に繋がるように出来ればと思いますので商工会、会社、施設といった所に持って行ってもらって告知

をしてもらったら良いですね。そのことを必ず作った子どもに知らせて子どもの自信に繋がると思うのでそういう形をしてもらえればと思います。大分時間が過ぎました。次に事務局の方から与えられておりました自分の所の組織でのアイデアなど、こんな事が出来るかもしれないというのをお願いします。あと1時間くらいしかないので手早くお願いします。

【委員】

ありがとうございます。私の方からはなんたん健幸ポイントの健診を受けて貯めるという点に注目しておりまして、この項目の中に歯の健診も入れてほしいと思っています。参加されている60代から70代80代の方は、一気に歯が悪くなる年齢なので、その時に何か早期のアプローチが出来れば医療費の削減にも大きく繋がるんじゃないかと思っていますので、そこは是非検討して頂きたいと思います。

【健幸まちづくり課長】

今も実は歯の健診でポイントがあるんですけどもガン検診とかと一緒にしているので、出来たら来年からは歯だけでポイント加算できるようにしていきたいと思います。

【委員】

健康について3つの課題が出ていますけども、私がいつも色々な大会などで訴えているのは、人生の勝利者とは健康で元気で長生きする人だと言っています。そのためにグラウンドゴルフや色々な行事をしていると言っているんですが、やっぱり日常生活の中でこの3つの課題もありますけどもそれ以外にもそれぞれが健康に留意して取り組みをしてもらっています。私自身も色々やっていますが、やっぱり会長が元気でないとダメだろうという思いで自分に縛りをかけてやっております。その中でこの分については南丹市がやっていただいたら私どもも付いていこうと思いますのでよろしくお願いします。

【委員】

女性会の方は、一応精神的な部分や身体づくりとか色々な面で社会参画など4項目ほどやっているんですけども、なんせ会員が少ないものですからなかなか広がらないんです。会員さん以外の人に来てもらうように呼び掛けて1日研修旅行をしたり、ウォーキングとかヨガとか吹奏楽を聞いたりとかしているんですけどもなかなか広がらないのが現状です。

【委員】

スポーツ推進課としては、課自体が企画してやっているイベントもあるんですけども、今年も何件か依頼を頂いたんですが例えば小学校さんからボッチャの講師に来てほしいとかモルックの講師に来てほしいとか、そういった依頼を頂けると10名ほどいますので行かせていただくことも出来ますし、そういう繋がりを持ちながらスポーツや運動にもっと他の方が触れられる機会をもっと設けたいと考えています。スポーツ推進委員も10名ほどいる中で結構色々なジャンルの方がいますし、先ほど言われていた靴ひもの結

び方とかカイロプラクティックを持たれた方、私なんかはスポーツトレーナーなのでトレーニングの仕方とかウォーキングアドバイザーをしています。それから千代川の方で整体業をされながらスポーツジムをされている方。他にも色々ジャンルも多いので結構多様な要望にお応えできていると思っています。学校さんや商工会さんや老人会さんでこれくらいの人数でこんな事をしてほしいというのがあれば依頼して頂ければ対応させていただきたいですし、健幸まちづくり課からも提案いただいたら契約させて頂いたり、運動スポーツ健康という所にもう少し皆さんが触れ合っただけの機会を来年度は頻度を増やしていきたいと思っています。

【委員】

食生活改善推進員という立場で進めておりまして、色んな事がありましたけども特に一番印象深いのがコロナ禍前には小学校に行ったりして子どもたちと一緒に弁当作りを手伝わせてもらって6年生の子たちと一緒に、栄養士さんの提案されたメニューを題材にして子どもが自分のお弁当を作る取り組みとか、私が直接関わっていた地域の方だったら梅干しを漬けるとか、何かそういう食改の方の立場から学校の子どもさんたちに色々お伝えできていた時代が5年6年前でして、この頃ちょっとコロナも収まってきましたので少しずつ行かせてもらおうかと。でも一旦閉じてしまうと学校との繋がりも先生も変わられたりしてなかなか戻らないというか。私たちの方も委員の方が高齢化しておりまして要請を受けてもどれだけの人数がいけるか、5年というのは結構厳しいものがあったと思います。でも機会があれば特に子ども達に和食の大事さをお伝えできるような機会を考えていけたらと思っています。

【委員】

Nant an 健歩会です。先ほど言いましたように今は80名くらいですけども一時期コロナ前は120名くらいいましたがコロナで2~3年休止した関係もありまして。今回は丁度合併協議から20年になるんですが、会員を広く募集しようと思っております。それと一時昔は保健医療課さんに色々ご協力頂いて一般会員さんをですね、会員じゃなくても参加できるようなコースを設けてやってきていました。そういうような一般の方も参加できるようなコースを考えながら広くポイントを何とかできるようなことも考えていきたい。併せて20周年に向けて市民の方と多く関わることが出来たらと構想段階ですけども考えております。

【委員】

二九精密機械工業の小泉と申します。弊社の方では健幸ポイントに社員を勧誘しまして、会社の方で測定も出来るという形を取り入れて2年目がちょうど終了する所になります。出入りはありましたけども、今年に関しては新規で3名が申し込みをしていただいた形で皆で楽しく取り組んでもらっていると思います。来年度も継続してお世話になると思いますので、社員に情報提供しながら進められたらと思います。これを始めて2年経ちまして会社の中でも若干動きも出てきまして、健康診断の結果を大雑把に何となく

しか把握というか精査していなかったんですけども、次年度からは年代別とどういったカテゴリーが多いのか、健診結果を精査していこうという事になりまして、個人情報ですのでタイトに会議するよりも自社の社員の健康状態がどうなのかを把握して次の策に繋げていこうかという動きを次年度から進めていこうという形になりました。こちらの八木工場の方では先ほど申し上げた健康掲示板という形で社員にそういった啓発をする、社員の健康意識を高めることで、それぞれの家族の健康意識も連動して上がってくるといふ風な狙いもありますし、そういった形で1企業ですけども健康意識の高まりの裾野を広げていくような動きが出来ればと思っていますので、また情報をいただきながら進められたらと思います。

【委員】

商工会として特にこれについて協議をしたということは無いんですけども、園部城まつり先ほどから出ていますけども、そちらの方で健幸レシピをレストラン等でPRしながらまた事業者さんの方に活用して頂きたいというようなPRは出来ると思っておりますが、なかなか規制等難しいところがありますので自主的にやっていただくというような話になってくるかと思っておりますけども、PR等を出来るだけ進めていきたいと思っています。

【委員】

美山小学校の榊です。先ほどから出ている食育のレシピについては始まってから随分定着してきたと思いますし、関わっていた子ども達からも応募があって賞に選ばれたことが励みになっているので引き続き色々な方法で広めて頂けたらと思っています。あとここの健幸まちづくり課とは違うかと思いますが、以前保健医療課の方だったと思うんですけども小学5年生と中学2年生の健康アンケートをずっと続けて頂いていて、調査とか結果も小中学校に返してもらっているのですで各学校では使っているんですけども、今は、こども家庭課になったので管轄外のこともかもしれませんが、市としてそのアンケートの結果を広報していただければと思います。

【委員】

インターバル速歩の齊藤ですけども、今年度は細々と毎月1回インターバル速歩をして頂いている人がいらっしゃいますので続けられるように支援をしてきました。来年度は名前をちょっと変えて100まで生き生きサロンという形で、毎月1回はサロンの活動を支えていこうと思っています。健幸まちづくり課さんとは、また協力して人集めや広報いただくような形でしていきたいと思っています。

【委員】

南丹保健所です。南丹保健所では毎年3月に京都健康長寿推進・京都丹波地域府民会議というのをやっておりまして、食環境部会・タバコ環境部会・歯の健康8020推進部会・運動普及啓発部会と4つの部会に分けて活動していることを報告し、次年度はどのように取り組んでいこうかという内容の会議を実施しております。今日は南丹市の活動を聞かせて頂いてとても素晴らしい活動をされていますし、この府民会議の方では亀岡と京

丹波町も含めた3市町での取り組みの交流もありますので、他の所の素晴らしい所も取り入れて頂いたり情報交流しながら全体を引きあげていく活動をしていきたいと思っています。

【委員】

南丹市社会福祉協議会です。南丹市社協では健康すごろくというのを毎年冬に実施してまして現在113人の方に応募いただいております。そのうち71人が健康のためにやっているという回答でした。その中で外出の頻度を聞かせてもらったところ毎日外出している方は81人でした。健康意識の高い人は外出もされている、社会参加をされているのかなと見ています。また社会参加活動・社会貢献についても健康に繋がっていると聞きます。今度ボランティア交流会で、社会参加やボランティア活動が健康寿命の延伸に繋がりますという講演会をさせてもらう予定です。健幸ポイントについて、もしポイントを付けていただけるのであれば、そういったボランティア活動にも何か上手くポイントを付けてもらって健康に繋がれば良いのかなと思います。アイデアですが、ふれあいいいきサロンというのがあります。地域の方が公民館に集まって交流されているんですが、今もして頂いているんですが健幸まちづくり課さんからフレイル予防教室に来てもらったりとか、明治鍼灸の方から鍼灸体験に学生さんに来てもらったり、健康づくりに繋がるような講座をまたご案内できたらと思いますし、一人暮らしとか高齢世代の方にお配りしている見守りチラシの方にも健康に繋がるような啓発が出来る内容を掲載出来たらと思っています。

【委員】

一般代表の小笠原です。2人に1人は、がんになるという時代です。先日、がん検診の案内が南丹市から来まして見せて頂いたんですけども、胃がん・大腸がん・肺がんの受診率が凄く低いと思います。やはり、がんというのは予防が難しく防ぎようがないというのががんです。2人に1人ががんになるという時代に自分の自覚症状があつて医者に行った場合は1~4のステージ、健診を受けて再検査された時にステージ1~2の間、とにかく早期発見・早期治療ががんには一番良いと言われてますし、がんサロンを15年ほどしてまして、患者さんにどうしてがんが見つかったのか聞いたら健診を受けていなかった人が5人に1人くらいはおられます。早期発見・早期治療がベストですので、とりあえず健診を受けて頂くような活動をしてほしいと思います。その意識付けを市民に対してどうしていけばいいか模索している。この健幸まちづくり協議会の中でもがん対策を入れて頂ければと思います。コロナ前は京都府のがん対策に協力して乳がん・肺がん・胃がんの検査を受けましょうというキャンペーンを保健所さんと一緒になって、マツモトとかバザールとか駅とかで1年に1回は必ず実施していたんですけども、コロナで駄目になってしまいました。市民が健診を受ける意識付けをしたいと思って参加させていただいています。

【委員】

私も1市民としてですが、今は高齢者のふれあい地域サロンをさせて頂いているので社協さんと保健所さんにお世話になって、南丹元気づくり体操の普及とお口の体操、高齢者が集まって一人暮らしでどうしても誰とも喋らないからお口の体操という事で集まっていたいて毎月させて頂いています。あと地域の40代50代、私らくらいの世代でマスクを外すと口元にほうれい線があったり今まで隠していた時期が長かった分口元が気になる方が多くて、高屋先生もおられますけどお口周りのケア、舌の体操だとかお口周りの内側から出来るケアとか。おしゃべりカフェという名目で集まっているんですが、お口周りのほうれい線とかたるみとかが改善できるような、小顔教室みたいな皆で楽しく生涯を過ごせるための地域づくりをしていきたいと思います。

【副会長】

健康というのは凄く難しくて、誰に対して健康を言ってるのかにしてもやる事が違うと思うんです。南丹エリアでは高齢者が多いから高齢者のための健康にするのか若い人の健康なのか、また八木や園部のような都会的な所と美山とか日吉みたいな所と、それはやる事も違うので非常に難しい。健幸ポイント＝歩くというイメージが強くて、歩けば全て健康になるという訳では当然ないので、色んな多角的なサポートプランが必要じゃないかと思っています。昔は食事運動が健康の大原則でしたけど、今は孤独とかそういうものが重要視されていて、繋がりがあれば人と歩いたりとかスポーツもできるので、そういう意味では健康なまちづくりと言う事を考えたら多角的に見ていかないといけないのかなと。この健幸ポイントをやっている人は健康の意識は高いので、この人たちは何でもやる人ですのでこの人たちを伸ばして行って下の方を引っ張っていくという考えもあれば、健康無関心層を含めた真ん中あたりの人をどうにかしようとするのが普段普通に住んでいるだけである程度健康になるような形を町の中に作るのが良いんじゃないかなと。先ほどありました昔の食事を作るのを教えるとか、そういう事もこの地域の人が昔からやってきた事なので意味のあることだと思うので、そういう事をしてもらう事で食習慣を改めたりというような年代的に歩くことを中心に色々な事業を組み合わせたいかなと。がんのこともそうですし、色んな事を組み合わせないと健康にならないですし歩くのもそうですが歩けなかったら参加できない、だからといって健康を諦めていい訳ではないですし。色んなやり方があるので、どの世代をターゲットにするのか細かく分けて出来ることから順番にやっていくのが良いかと思います。自分も健康の意識が高いと思っていますけども通勤以外で歩くことは少ないですし、歩くと食事も増えてしまうので、多角的なサポートが必要だと思いますし誰に向けて発信しているのか、若い人ならスマホ依存なども含めて考える必要がありますし、色んなことを一度会長と一緒に整理しながら多層的に組み合わせると良いですし、折角地域の方が色んな知識を持っていますし、若い人たちがいれば高齢者も元気になりますし、逆に若い人も色んな知識がありますから病気になったら病院に行けばいいという考え方じゃなくて自分たちの方法を教えていく仕組みが出来たらと思います。理想ではありますけど住むだけで健康になるま

ちを作る仕掛けづくりを少しずつしていけばと思います。あとポイントをお金に還元できるという仕組みは凄く良いと思います。ちょっと高い設定をしておけば次への目標になりますし、順位が見えるようになっているのも良いと思います。ただこれが行き過ぎると違った方向に進んでしまいますし、歩きすぎなども含めて健康と言いながら別方向に進んでしまうのは良くないのではとも思います。

【会長】

ありがとうございます。色々出ていましたけども各立場においてこれが出来るというような事を言ってもらいましたが、これをどうやって他の市民に伝えていくのか。今の協議会の中では年寄りから小学生まで対象になりますので。伊藤先生が言われたように対象を絞るということも大事だけど、まず知ってもらう事が大事なのかなと思います。1つこの協議会の方向性として、以前ビデオを見てもらったように南丹市を活性化させるには色んな仕組みを作らないといけないという話はしたんですけども、じゃあこの協議会は何をしたらいいのかちょっとだけ考えたんです。何を考えたかというところ齊藤先生が言っていたインターバル速歩ありますよね。それを八木で考えると八木の河川敷の運動場が1周で1.5キロなんです。2周したら3キロ行ける。その中に例えば健幸レシピを使ったブースみたいなものを途中で作って、また何百メートル行ったら別のブースを置いて、それで2周してもらったら3000、4000歩くらいはいけますし、その人の体力によって2周する人もいれば3周する人もいる。その中でブースに寄れば10ポイントとか。そういう中で自分の所のPRをする。スペースを考えたらそんな感じですけども色々やり方はあって運動公園の所の室橋までの真っすぐの道がありますからあれを往復したり。その途中で社協さんだったら健康すごろくの話だったり、僕だったら健康相談に応じたりとかすれば全部が参加できるんじゃないかなと。そういうイベントをして知ってもらう。知ってもらったら、情報をそこで渡して、また来てくださいねとこういうイベントがあると紹介すれば知ってもらえるんじゃないかなと。健幸まちづくり推進協議会の中で1回そういうイベントをしてみてもいいかなと。南丹市は広いですし4町それぞれでやってみるとか。参加できる団体には参加してもらえれば、案外この活動を知ってもらえて、しかも皆さんが言いたい事もそこで言えると。そんな事をしてみても良いのかなと自分なりに思ったんですけども、これが良ければ南丹市の人や事務局の人とも考えてもらって。そういうイベントで知ってもらうことがスタートじゃないかなと思っています。他に何か話を聞いて質問等ありましたら。

【委員】

全然違う話ですけども大阪万博で南丹市さんが地域の暮らしと健康長寿というブースを出されると見まして凄く楽しみにしているんですけど、何か教えていただける情報はありますか。

【健幸まちづくり課長】

伊藤先生いけますか。詳しくは僕もちょっと。多分伊藤先生の方がご存知かと。

【副会長】

私を知る範囲では万博なので南丹市のことを知ってもらうという要素が強いので、南丹市の中で色んな所にイベントとか伝統文化が残っているのでそういうものを体調に依じて遊べるようなヘルスツーリズムといわれるような仕組みを私が作っているアプリを使って南丹市の魅力を健康と紐づけるような目的があります。今言っていたようなインターバル速歩のコースがあれば紹介したり、この地域の食文化も含めて紹介するブースを出す予定です。まあ私が中心で企画している訳ではないですけども意見としてはそういうものを思ってますし、今風ですけども VR ゴーグルとかで実際にその場所に行った感覚になって体験もらうというのは予算の問題もあってそこまでできるか分からないですけども、滝を見て癒されたりとかそういう事も出来るので、そういう所で南丹市に来ていただきたいと思っています。あとは南丹市の方々は自分たちの地域の文化が意外と健康に繋がっているんだなと知ってもらえれば。どれくらいの予算があるかで変わってきますけどもそういう物が体験できるように発信できればという事で、健康の町というイメージを知ってもらって京都市内のオーバーツーリズムの人達をこちら側に引っ張って来られるように。商工や色んなものが関わっているので私がそう考えているという事です。

【健幸まちづくり課長】

ありがとうございます。南丹市の場合は商工観光課がメインの窓口になっていて伊藤先生の所の養生のベンチャーと絡みながら、あと聞いたところでは園部城の VR はあるそうなので、その辺りを上手く活用していくように聞いています。出展自体は京都府が京都館みたいなものを押さえていて、その中で南丹市も入っていくと聞いています。

【副会長】

テーマごとに分けられていて、南丹市が入るところは命というテーマで亀岡市は環境というテーマになっています。先ほどあったようにイベントを開いてもなかなか来ないのではないかと。地域のお祭りとかそういうものも重ねると人は元々そういうものに参加するようになってるので、そんな風にすると新たなイベントも良いと思うんですけども、元からあるものに参加してもらって町づくりの意味とか地域のこととか色んなアイデアを出してくれる人もいると思うので参加型にしていくのが良いのかなと。それが VR 上で再現できると良いかなと。私が大分意見を出しているので、もし意見があれば取り入れることも可能かと。

【健幸まちづくり課長】

秋以降ですよね。

【副会長】

9月1日から7日の間が南丹市のブースと決まっているのでその1週間しか。

【会長】

来ようと思った人が受け入れられないという状況だと困りますね。どこに行くか分

からない時にそういうものがあれば。

【健幸まちづくり課長】

今日はちょっと来られていないですけど4月から南丹市観光協会が発足して寺田さんが会長になられると言っていますので、そことも連携して誘客に繋げていくと計画を聞いています。

【副会長】

VRはスマホからでも見られるような仕組みにはしたいと思っているので、参加しないと見られないというよりは、参加すればより分かりやすいという物にして、南丹市のホームページなどで情報が発信できるようにしていきたいと思っています。

【委員】

先ほど歯の検診について話しましたが、来年からですか。

【健幸まちづくり課長】

今までもあったんですけども、がん検診とかと合わせてポイントにしていたので、健康日本21の第3次で歯の検診もハッキリと位置づけされてきましたので、歯の検診も独立してポイントが付与されるように来年度は設計したいと担当に伝えております。

【委員】

これは私の職業柄でもあるんですけど、在宅とか施設の方に赴くことがありまして、歩けない方の歯の本数が明確に関連していて、歯科医師会が8020運動を令和2年度で51%の方が達成できたと報告はしているんですが残っている人とそうでない人との差が顕著で、それが結局社会的な幸福であったりとか、独居老人の方とか、そういった人がやはり喪失率に関わっているというのは色んな論文やデータで出ています。健幸ポイントに参加されている方は元々意識が高い方で、そういう方は歯科医院に来られているんです。歯のメンテナンスもされているしご自身のケアもしっかりされている。歯があるから栄養のあるものを食べられるし、筋力も衰えないし、自分の足で歩けると。その逆の健康無関心層ないしはちょっと関心があるけど自分で動けない方が総じて在宅に行ってしまうたり施設に入居して歩けなくなったりという事があるので、そういう部分を押さえていけないといけないかなと個人的には思っています。ただ健幸ポイントの趣旨からはずれてしまうので、果たしてこの場で話して良いものか悩ましいところですが、地域としてはそういう課題があると思っています。

【会長】

先ほど男性の方が健幸ポイントの参加が少ないという話でしたけども、似たような事ですね。結局極端に低い人に参加してもらうにはどうしたらいいか、やっぱり仕組みづくりにあると思います。それをこの場で話し合うことは意義のあることだと思います。

【委員】

受診者を増やすということを考えてほしいなと思います。

【会長】

その為には、知ってもらふ機会が無いと。先ほど伊藤先生が言われたような何かの機会に合わせてもいいし、健幸ポイントに参加している人にまず来てもらうのも良いし。そういう機会に参加できる人は参加してもらって宣伝してもらふ形にすれば良いかなと思います。あと弁当の日なんですけども復活する予定はあるんでしょうか。

【委員】

先ほどお返ししようかどうか迷いましたが。確かに以前お世話になった時はかなりの成果も出ていると聞きましたし良い取り組みだと聞かせてもらっていました。全国的にも、一時流行っていたと言う事も知っています。学校によってその辺りの状況が違うので、また随時、学校に声をかけていただけたらと思います。状況によっては復活できる学校もあるかと思います。

【委員】

こっちから学校に行っているのか、学校の方からこういう事に取り組むので、食改さんにお手伝いをしていただけないかお願いされたら行きやすいと思って。行ってもよいのなら、メンバーとも考えますので。

【委員】

学校も色んな団体さんから依頼や問合せがありまして、全てを受けていると学校のカリキュラムが進まないという部分もありますので、恐らくですけども学校から依頼するというのが一旦切れてしまうとなかなか無いのかなと。学校の職員も変わりますから。そういう意味では、勇気を振り絞って学校に来てもらうと上手く進むかもしれません。

【会長】

これは南丹市が前にそのようにしてもらっているの、南丹市が取り持ってもらって。そうしたら食改さんだけでなく色んな人が関与できますので。南丹市に音頭はとってもらったと思いますけども。

【健幸まちづくり課長】

木村先生とも相談していたのですが、今日色々とした意見を取りまとめて市長の方に提言していく中で教育長にも伝えていきますし、食の問題以外にも小笠原さんが言われたがんの教育についても小学校で学習していくことになっているので、総合的な健康づくり、食と運動と予防とを小さい時から教育していくことでそれが健康無関心層の親や祖父母の取り込みにも有用とされているので、そういう所も踏まえて南丹市まるごと健康づくりとして進めていきますので取り組めたらと思います。

【委員】

今言われたように、去年美山中学校でがん教育をされたんですが、その時呼んでもらったので行ったんですけども、本当にストレートに子どもには入りました。患者さんと中部医療センターの部長さん2人が講演されたんですけども、そういう所からも家に帰って子どもから検診受けなきゃという事も広がっていきますので、それはずっと続けて頂きたいと思います。

【委員】

先ほどから健康無関心層のアプローチについて話がありますが、他の歯科医師会とか他の市の先生からも色々ご提案があるんですけども、今現在、年に1回労働安全衛生法に基づいて企業健診がされていますがその中に歯科の項目が一切無いんです。市によっては最近企業健診の中に歯科検診を盛り込んで健康無関心層に対してアプローチするという方法を取っている市町村が増えてきていまして、愛知県だと全市がそれを導入しています。市の条例で企業健診に歯科を入れるように定められている例がありますし、京都府だと宇治市などでそういう動きが出ていますので、この機会に南丹市でも年1回の企業健診の中に歯科検診を入れて頂くとある程度健康無関心層をキャッチアップできるんじゃないかなと。その中でもごくごく僅かかもしれませんが健幸ポイントに参加してくれる人が出てきたら少しは価値あるものになるかと思いますので、健康都市という意味では企業健診に歯科を入れるというのは検討して頂ければと思います。

【健幸まちづくり課長】

総合的な意見の中で伝えさせていただきます。また歯科医師会さんともご相談した方がいいですね。

【委員】

そうですね。若者が何か言ってると思われるかもしれませんが。

【健幸まちづくり課長】

南丹市では節目での歯科検診をしている所なのでまたそことも連携していきたいと思います。企業の方は直接企業の方で独自に取り組まれている所もあるので、企業健診に必ず取り入れるようにするのは難しい面もありますし、南丹市に本社が無いと難しい面もあると思います。二九さんもそうですね。

【委員】

そこを条例でなんとか。

【委員】

歯科検診というのはこの健康診断に取り入れる場合は具体的にどういったことをされるんですか。

【委員】

従来の市民検診と同じような形で歯科医師が会社の方に赴いて、企業健診の中の一環として一部屋お借りしてプライバシーに配慮して検診するイメージです。

【委員】

虫歯がこうだから治療した方がいいですよというような診断をされると。

【委員】

虫歯があると労働生産性が下がるという事も分かっているのです。

【委員】

実は工場の中で歯科検診が必要な作業というのがあるので、実際には会社の健康診

断に歯医者さんが来ていただいているんです。ただ今はその作業をしている者だけ。ウチの工場だと6名か8名くらいだけが歯科検診を受けているんですけども、それが節目だとかでオプション的にプラスできるという感じですか。

【委員】

全従業員に対してになります。

【委員】

ウチは希望者には会社負担で女性の検診だったりとか腫瘍の検診とかそういうものも全部附随してきているので、多分市からの何かの要請でというのは非常に動きづらいかもしれませんが、そういった情報を市が流していただくことで市もこんな風に斡旋してますよという事で社内でオプションとして盛り込んでいく事は可能性はあるかと思いました。

【副会長】

今までのお話を聞いていて思うんですが、情報を知ってもらうために私が今やっているのは健康のためのコミュニティづくりに力を入れていまして、学校とか企業という繋がりがあればそこから情報が伝わっていく。これは老人会もそうですけども、まず繋がりが無い人は情報が来ないのでその仕組みをどうやって作っていくかという事と、同じ情報が何度も色々な所から来ると情報が多層化される。例えば学校に全然行けていない子どもとか老人会に参加していない人とかは情報が届かなくて一番の健康無関心層になるので、今までの老人クラブとか学校だけでなく新しいコミュニティ、買い物に行った時に参加できるようなライトなコミュニティが多くあれば、情報を何度も得て重要視してくれると思います。健康のやり方をどうするかというのが大きな議題でしたけども、どうやって繋がりを作るかという事の方が大事だと思っていて、それが出来上がれば情報を発信すればいいだけなのでまずそこも合わせてやっていけば情報が広がっていきやすいと思います。今は従来の隣組や自治会のようなものでは無いので難しい課題ではありますが、複数のグループに所属することが健康寿命を延ばす鍵でもありますので、どうやってグループに参加してもらうかも、本協議会の課題なのかなと思います。

【会長】

他にどうでしょうか。南丹市としてはどうですか。今出た意見の中でこれだったらいいとか、出来る出来ないは別としてこれは良いなとか。

【健幸まちづくり課長】

そうですね、今色々と意見が出ましたし木村先生が提案されたウォーキングイベントを中心とした各団体の展示であったり実践の場みたいなところを来年ちょっと実施するというのを中心にして提案頂いたことが出来る仕組みづくりとか、例えば歯科医師会としては、職場・企業での全員の歯科検診を推奨していますとか提案などをそういう展示や実践が出来ると良いなと思っていますし、市としても住んでいるだけで健康で幸せな町づくりを進めていくんですけども言うのは簡単ですけど実際にやっていくのは難しいこ

とですので、伊藤先生が言われたように南丹市だけでも色んな地域性があるのでそれぞれ住んでいる所で末永く、健康寿命を伸ばしていくという事が大切なのでそれが出来るウォーキングという取り組みを人が繋がる場所で展開できれば良いのかなと個人的な感想になりますけども聞いていて思いましたので、引き続き健幸まちづくり推進協議会の皆さんと南丹市の健幸まちづくり課と、あと南丹市ではこの2月から庁内推進部会という市長を中心として各部署が横断的に健康について取り組んでいくという組織作りも出来た所なのでそこも中心に進めていきたいと思います。

【会長】

ありがとうございます。他にご意見いかがでしょうか。遅滞なく順調に進んでいますのであと2分くらい余裕がありますがいかがでしょうか。無いようですので、自分の所の団体でこれが出来るというアピールポイントがあれば。高屋先生の所は大分言われたんで、老人クラブの方はどうでしょうか。

【委員】

私の所は、さっき元気で長生きと言っていましたけども、今年は100歳を目指そうというスローガンでいこうと思っています。と言いますのも去年私の囲碁仲間の廣瀬さんという方が100歳になられて元気でピンピンされているんです。そういう事があって何とかそういう事を皆に知って欲しいし100歳まで元気で生きられるという事を実証していただきましたので元気を頂いて老人会はそういう旗を上げて頑張ります。健康に十分留意して出来ることをやっていこうという思いでいます。

【会長】

ありがとうございます。先ほど言っていたウォーキングをする中で100歳まで元気で歩こうというタスキを掲げて歩いてもらったらと思います。女性会はどうでしょうか。

【委員】

私の所はこれというものじゃなくて、例えば食生活の所がやられるならそこと協力するとか、女性会だけで何かというのはちょっと難しいかなと思います。

【会長】

ありがとうございます。馬淵さんがよく知っておられると思うのでまたそういう話し合いをしてもらったらと思います。スポーツ推進委員の方はどうでしょうか。

【委員】

多方面からお誘い下さい。

【会長】

馬淵さんどうですか。

【委員】

食生活改善推進員の会員数がどんどん減ってきていまして、コロナ禍で食改になるために市が開催されます養成講座を受けないと会員になれないという事でここ数年は出来ていなかったものが、来年度は復活しますと市の方から連絡されましたので是非色

んな方に講座を受けてもらってメンバーを増やして活気づけていきたいと思いますので、また身近な会員になって下さる方に広めていきたいと思いますので、ご協力をお願いします。

【委員】

先ほど言っていたことと同じですけども出来れば会員を増やしていきたい。
特に、60歳後半から70歳くらいの方を増やしていきたいと思っています。

【委員】

健幸ポイントに参加していない人が健康意識が無いという訳ではないと思います。
参加していない人も健康な人は健康でいますし、逆にそういった人の調査をするのも1つかと思います。これは商工会としての意見ですけども、食育レシピについては各事業者さんに提供を強制することは出来ません。ただ自主的にやっていただくのには協力するという形ですので、皆さんの方から言っていただければそれも広がるかと思っていますので協力していきたいと思っています。

【委員】

お弁当の日の件ですけども、特に小学校の校長には伝えておきたいと思っています。

【委員】

でも行けるか分からないですよ。

【委員】

2つ追加であります。1つはインターバル速歩を中心に市民に広げていきたいと思いますが、出来るだけ指導できるというか地域に入ってリーダー的に活動してくれる人を今年は増やしていけたらと思っています。もう1つは、昨年6月に設置された当学附属スポーツ医科学研究所のことです。何をするのかの3つの柱を立てていますが、実際に何をするかについてはこれからです。皆様からすると、今は何をしているところか良く分からないと思います。ですから、先ほど「調査をしてもらったら」という話もありましたけども、そういった要望がありましたら是非言っていただけたらその要望に応えていけるようにしたいと思っています。

【委員】

保健所は健康づくりの事業以外に、難病対策やコロナを含む感染症予防等、色んな取り組みをしているところです。様々な関係機関を繋げながら俯瞰的に地域を見ていけたらと思っていますので、またご意見等いただけたらと思っています。

【委員】

社協です。伊藤先生が言っておられた繋がりをつくるのが社協だと思っています。健康づくりをする手前の所で繋がりをしっかり作るということをやっていききたいと思いました。それから健康づくりをしたくても経済的な理由で出来ない人もいますので、そういう方をサポートして健康づくりが出来るような暮らしになるように社協としてやっていかないかと思いました。

【委員】

がん予防は難しく、早期発見が第一です。市民が検診を受ける意識付けを要望します。

【委員】

子どもたちの教育という所で健康の教育も大事だと子育てが終わってからですけど
思いました。

【会長】

ありがとうございます。もう時間も迫っていますので終わりたいと思います。最後に命の教育だったっけ、悪い人に会ったら逃げろという教育は絶対必要だと思っていますのでそういうものを入れられたらと思っています。ちょっと余計なことでしたけども。それではこれで終わりたいと思います。事務局に返します。

【健幸まちづくり課長】

木村会長ありがとうございました。皆様には活発に意見交流いただきありがとうございました。閉会にあたりまして伊藤副会長からご挨拶をお願いします。

4. 閉会

副会長挨拶

【副会長】

皆さんお疲れ様でした。南丹市の方々が健康になるために、関心層・無関心層も含めて皆さんが参加できるような形を作っていくといけないと思います。その中では先ほどの繋がりが大切かと思っているので、色んなサークルの活動とか様々な活動を知ってもらって皆さんが多重的にできたらと思います。そこで皆さんに同じような事が伝えられればと思います。ちょっと関係ない事ですが、大学の治療院が桂川イオンの中にあるんですが、イオンのモール道という物があって快適な温度でウォーキングをして健康を維持するという人もいます。そういう人たちが買い物もしてお店を盛り上げている。この地域で同じようなことが出来るわけじゃないですが、そんな風に本来の目的に追加して結果として経済が活性化するというような仕組みが考えられればと思っています。また万博の事についてもお伝えしたいと思いますのでよろしくお願いします。

【健幸まちづくり課長】

伊藤先生ありがとうございました。以上をもちまして本日は閉会したいと思います。議事録についてこれまでは詳細な議事録を作成していましたが、あまり個人の事が分かってしまう議事録もどうかという事でご意見もいただいておりまして、一旦精査をする形で、議事録が出来たらもし良ければ委員の皆様を送付させていただいて何か不都合な点があれば赤字修正いただくような形をとらせていただければと思っていますがよろしいですか。事前に1週間から10日間程、確認時間をとっていただいて返送いただくことになりますがよろしいですか。（異議なし）

では、そういう形にさせていただきます。あと木村先生から次回は通常秋ごろに開催を予定し

ていましたがイベントの提案も頂いていますので、一旦市の方に持ち帰らせていただいて次回の開催については秋になってしまうとイベントも出来なくなってくるので、どういう時期の開催がよいか、また検討したいと思います。次年度につきましては議事録の送付と共に開催時期のご案内ができればと思っています。本日はありがとうございました。