

令和8年度健康日本21かりや計画推進委員会 会議録

令和8年8月4日（火）午後2時00分

刈谷市総合健康センター3階 講座室

【出席】 平川委員長、宮地委員、鈴木雅詞委員、染谷委員、鈴木克幸委員、高橋委員、野々山委員、小室委員、清水委員、正木委員、杉浦委員、垣見委員、戸田委員、伊藤委員

【欠席】 1名（亀田委員）

【事務局】 加藤福祉健康部長、杉浦福祉健康部政策監、新實健康推進課長、石川健康推進課課長補佐、前島健康企画係長、笠井成人保健係長、羽田野健康増進係長、福西健康推進課主査、矢田健康推進課保健師、山田健康推進課保健師
田崎子育て支援課長、青木子育て支援課課長補佐、稲岡子育て支援係長、宮地母子保健第1係長、伊藤母子保健第2係長

【傍聴人】 2名

1 開会

- ・開会あいさつ（加藤福祉健康部長）
- ・配布資料の確認（事務局）

2. 議題

（1）第3次健康日本21かりや計画について

- ・事務局より説明
- ・質疑応答

（委員）概要版よりも詳細な内容を確認できるものは、ホームページ等に掲載されているか。

（事務局）概要版のほか、本冊を市ホームページに掲載している。

（委員）概要版には、市民が取り組む健康づくりと掲載されているが、市民への周知状況や反響はどうか。

（事務局）反響までは把握できないが、市民への周知については、各事業や健康づくりを推進する団体への説明、教室での紹介を行っている。引き続き周知に努めていく。

（事務局）加えて、健康推進課公式インスタグラムでの発信、総合健康センター1階サイネージでも情報提供等を行っている。

（委員）市民が取り組む健康づくりの中で、家族や友人と一緒に運動することや、公園・運動施設を利用することが示されているが、7月、8月は暑さが厳しく、屋外での運

動が難しい。ウィングアリーナ刈谷や体育館の観客席周辺の通路等、屋内を開放してもらえると、運動に取り組む人が増えるのではないかな。

(委員長) 今の意見は、自然に健康になれる環境づくりに通じるものである。運動できる場所の情報提供や、屋内でできる運動の紹介等も考えられるのではないかな。

(事務局) 現時点で、無料で開設される運動施設は把握できていない。暑い時期でも自宅で行える運動の啓発等、今後検討することが必要と考えている。

(事務局) ホームページにウィングアリーナ刈谷の体育館の観客席周辺の通路を有料で開放している情報が載っている。

(委員) 地域でも有料の運動施設ができ、昼間から多くの人を利用している。健康を意識している人は、身近で簡単に運動できる場所があると利用しやすいのだと思う。

(2) 第3次健康日本21かりや計画の進捗状況について

- ・事務局より説明

- ・質疑応答

(委員) 高齢者の口腔機能に関する取組について、歯科医師から直接受診や指導を勧められると、本人も必要性を感じやすい。

(委員) 4か月児健診で実施しているエジンバラ産後うつ病質問票は母親のみが対象だが、父親も育休取得や子育て参加が増えているため、父親の状況もあわせて確認するとよいと思う。また、ファミリーサポートセンターが4か月児健診で周知できることは、保護者に直接情報を届ける機会として大変ありがたい。

(事務局) 4か月児健診では、すべての母親がエジンバラ産後うつ病質問票に回答し、点数が高い方は保健師がフォローする。近年、産後ケア事業や産後ヘルパー等の支援を拡充し多く利用されている。気になる父親にも、必要に応じ保健師が声かけを行う。

(委員) スポーツ推進委員の広報活動について、子ども会、放課後子ども教室、児童クラブ等からニュースポーツの指導依頼が多い。現在もInstagram等で広報しているが、今後の広報活動は、スポーツ推進委員が担うものなのか。

(事務局) 今後、スポーツ課が中心となって進めていくものと考えてる。

(委員) 糖尿病やメタボリックシンドロームについて、治療中と回答していない人には、薬は飲まず定期的に検査を受けている人を含む可能性がある。加齢とともに血糖値は上昇するため、健診での確認と受診勧奨が重要である。肥満症の治療も保険適用の

範囲が広がっているため、医療機関で治療を受けられることを周知してほしい。

(委員) LINEを活用した運動支援の取組はあるか。

(事務局) 刈谷市では、長寿課が「いつでもつながる体操教室」をLINE上で配信しており、市内在住の65歳以上の方を対象に、毎週1回のライブ配信や過去動画の視聴ができるようになっている。また、通いの場の情報や市公式LINEでの健康情報の発信、過去にげんきプラザで作成した運動動画の配信等も行っている。

(委員長) MCIや軽度認知障害のセミナーは、参加者が少ないとのことだが、自分が認知症ではないかと確認することに抵抗がある方も多いと思う。女性のオンラインこころの相談室のように、気軽に相談できる仕組みを活用できるのではないかと。地域の医師等にも協力してもらい、気軽に相談できるオンラインの機会があるとよいと思う。

(委員) 高齢者の低栄養やフレイル予防について、SNSだけでは届かない人がいる。薬局や医療機関等にポスターやチラシを置く等の周知も有効ではないか。また、子どもの運動やスポーツについて、部活動の地域移行により、クラブチーム等に入るには費用がかかる場合があるため、費用面の補助等も検討するとよいのではないかと。

(委員) 電子たばこについて、現時点では健康影響が明確でない部分もあるが、紙巻きたばこより悪くないからよいという受け止めにならないよう、早めの周知が必要ではないか。禁煙や受動喫煙防止の場面で、電子たばこも含めた分かりやすい啓発が必要だと思う。

(事務局) 電子たばこについては、健康被害への影響がはっきりしない部分もあり、どこまで言い切れるか難しいところがあるが、喫煙や受動喫煙防止に関する啓発の中で、電子たばこについても注意して控えるよう発信している。今後も国の動向等を注視し、情報提供に努める。

(委員) スポーツイベントの場面で、近くで電子たばこを吸っている方に注意した際、「電子たばこならよいのではないかと」言われたことがある。現場で判断に困らないよう、電子たばこも含めて明確に周知していただけるとありがたい。

(3) その他

・事務局より説明

(委員) 先日、朝にテレビでラジオ体操を見に行ったら、体がよく動くように感じた。ラジオ体操は単純でどこでもでき、朝一番に行くことで体のリズムを整えることにもつながると思う。また、子どもの頃、食品について学んだ記憶や経験は長く記憶に残り、食事や健康への意識につながると感じる。

(委員長) 今のお話は、ライフコースアプローチにも通じるものだと思う。子どもの頃の体験や記憶が、その後の食事や健康づくりへの意識につながるということだと思う。

3. 閉会