

(様式第1号)

第1回 芦屋市健康増進・食育推進計画策定委員会 会議録

日 時	平成29年4月26日(水) 午後1時30分～
場 所	芦屋市保健福祉センター
出 席 者	委員長 柴田 政彦 (大阪大学大学院医学系研究科教授) 副委員長 野田 京子 (芦屋栄養士会会長) 委員 溝井 康雄 (芦屋市歯科医師会監事) 東郷 明子 (芦屋市民生児童委員協議会副会長) 磯森 健二 (芦屋市社会福祉協議会常務理事) 上坂 泰代 (芦屋いずみ会会長) 佐藤 義和 (芦屋市老人クラブ連合会副会長) 福本 敏之 (芦屋市商工会事務局長) 多田 直弘 (市民委員) 稲岡 由美子 (兵庫県芦屋健康福祉事務所地域保健課長) 三井 幸裕 (こども・健康部長) 事務局 近田 真 (こども・健康部健康課長) 田中 佐代子 (健康課主査(子育て世代包括支援担当)) 辻 彩 (健康課健康増進係長)
事 務 局	こども・健康部健康課
会議の公開	公 開
傍 聴 者 数	0人

- 1 開会
- 2 委員委嘱, 委員紹介
- 3 委員長・副委員長の選任
- 4 正副委員長あいさつ
- 5 協議事項
  - (1) 計画策定の基本的な考え方について
  - (2) 計画策定までのスケジュール
  - (3) アンケート調査票について
- 6 その他
- 7 閉会

1 開会

【事務局近田】本日はお忙しい中, また足元の悪い中, 芦屋市健康増進・食育推進計画策定委員会にお集まりいただき誠にありがとうございます。私は事務局を務めます健康課長の近田でございます。よろしくお願いいたします。

本市における, 妊娠から出産期, 乳幼児期から高年期までのライフステージごとの健康づくりや, 食育活動の施策を総合的にそして計画的に推進するため, 平成25年3月

に第2次芦屋市健康増進・食育推進計画を策定しております。この計画は、平成25年度を初年度とし、平成29年度を目標年度として5年間の計画となっております。今年度が最終年度となりますので、計画の進捗状況の把握や評価を行い、第3次芦屋市健康増進・食育推進計画を策定するということでお集まりいただいております。委員のみなさまから貴重なご意見やご提案をいただき、素晴らしい計画ができればと考えておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

## 2 委員委嘱・委員紹介

## 3 委員長・副委員長の選任

## 4 正副委員長あいさつ

**【委員長】** 委員長に推薦していただきありがとうございます。会議には不慣れですので慣れるまでギクシャクするかもしれません。この行政の取り組みは非常に大事だと考えております。みなさんのご意見を取りまとめ、芦屋市の発展につながればと思っております。よろしくお願いいたします。

**【副委員長】** 会長の補佐ができればと考えております。仕事もしておりますが、策定委員会には出席させていただきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

## 5 協議事項

### (1) 計画策定の基本的な考え方について

**【事務局田中】** (資料1の説明)

**【委員長】** ありがとうございます。ご意見、ご質問等ございませんか。芦屋市の特徴というものをお話していただけますか。

**【事務局田中】** 健康寿命は、兵庫県は国に比べて少し長いというデータがでております。芦屋市としては、今後9年、団塊の世代が75歳以上を迎えられるにあたり、その時期を健康で健やかに過ごしていただきたいという思いから、このたび新しくフレイルの予防を第2次計画から追加させていただいております。

**【委員長】** ありがとうございます。他にご意見、ご質問はございませんか。それでは次に移ります。

### (2) 計画策定までのスケジュール

**【事務局近田】** (資料2の説明)

**【委員長】** スケジュールについて、何かご質問はございませんか。ないようでしたら、次に移ります。

### (3) アンケート調査票について

**【事務局近田】** (資料3の説明)

**【委員長】** たくさん項目があるので、1項目ずつみていきたいと思っております。まず、「回答者自身」についてご意見はありませんか。問5で、町名を書くところがあります。これは分析するとき地域ごとの違いをだすために必要なのですか。

**【事務局田中】** 次の事業展開を図るにあたり、地区ごとに地域差があるようであれば参考に

させていただきたいと考えて町名をとらせていただきます。

【副委員長】問8の「健康保険証は次のどれですか。」は追加項目になっていますが、これはなぜ追加されたのですか。

【事務局田中】こちらは後ろに健康づくりについてのところで、検診を受けているか、受けていないかという項目が検診ごとにあります。そちらとクロス集計をさせていただくためにとらせていただきたい項目です。

【委員長】検診の受診率を上げるという、1つの考え方ですね。それでは次の「職について」について、何かご質問はございませんか。

【副委員長】問10の表で、「いつも実践している」「実践している」「あまり実践していない」「全く実践していない」と4つにわけてあるのには意味があるのですか。

【事務局辻】県のほうでも食生活アンケートというものを実施しています。そちらの項目と併せてあります。

【稲岡委員】問10の⑩だけ「たべること」とひらがなになっています。

【事務局田中】ありがとうございます。

【溝井委員】よく噛んで食べるということについては、脳の前頭前野で効果があります。そういったことでエビデンスについての表現がもう少しほしいと思います。このアンケートでなぜかということまで書くのは大変だと思いますが、最終的には必要だと思います。問11について、朝食を食べることがなぜ必要なかは、寝ている間に低下した脳の働きを活性化するからです。アンケートについては、必ずエビデンスについての説明が必要だと思います。

【事務局近田】アンケートについては、容量の限界があるのでなかなかそこまでは詳しく書けないと思います。計画や計画の概要に入ったときに、そういった説明はできる限りわかりやすく載せていきたいと思います。

【溝井委員】表現していただければよいと思います。検討してください。

【多田委員】今は食事や健康に対するテレビ番組が随分増えました。視聴率もあるようです。もちろん視聴率がとれているからテレビ局がつくりだしてくると思いますが、今はネットなどもありますので昔に比べると知識だけは持っておられる人がたくさんいると思います。

【溝井委員】平均寿命が、女性が87歳、男性も80歳を超えたという中で、日本でいちばん長寿なのは長野県です。長野県についてはテレビなどで、減塩に努めていることで効果がでており、県を挙げて活動をされているといわれています。

【委員長】ありがとうございます。そういった情報を生かして進めていきたいと思います。

【副委員長】問12「あなたは、1日に2回以上、主食・主菜・副菜の3つをそろえて食べることは、週に何回ありますか。」という設問の回答で、「4. 食べない」というのは違和感があります。食べないということではなく、揃えて食べないということであればわかりやすいと思います。前回のアンケートもそういった書き方だったので、比較するという点ではそれに併せた方がよいのでしょうか。

【委員長】文言を直してさせていただきたいと思います。ありがとうございます。問13「あなたは、市販のお弁当・総菜・調理パン・調理済み冷凍食品などをどのくらいの頻度で利用していますか。」という設問ですが、これはどのような意図があるのですか。

【事務局田中】現状把握として載せさせていただきました。今の食生活の現状を把握することによって、どのような改善をすればよいのかということにつながります。

【委員長】食生活の現状把握ですね。次の外食についても然りですね。

【多田委員】 外食や市販のお弁当の問題は、栄養が偏っているという点と、塩分も非常に多いという点です。食事のバランスをとるということに関して、間違いなく加工食品はよくありません。ファーストフードもそうです。悪い油を使っていたりします。私自身の考えですが、市販のものや外食はとらないほうがよいです。ただ、そういったことを書くと外食産業に対して営業妨害になります。

【副委員長】 今の食生活の中で、外食の利用、市販のお弁当などの利用というのは社会的には悪いと捉えられない現状があると思います。でも、ここに載せるとどうしても悪いというイメージになるので、現状を知りたいのであればもう少し違う捉え方がよいのではないかと思います。

【委員長】 難しいですね。

【多田委員】 このデータから何を得ようとしてこの設問を入れたのでしょうか。

【事務局田中】 やはり現状把握するのが1つと、手作りであれば自分で食品を選べますし、自分の健康を守る食生活ということも実施していけると思います。しかし、今おっしゃられたように忙しい方も増えてきて、加工されたものを購入することが多いという現状があるのであれば、これから生活改善等のお話をしていくときに現状に併せたところで話をしていきたいと考えています。それを踏まえて、そのような現状であればどのようにしていけばよいのかというところを資料として使いたいと思います。

【委員長】 この50項目のアンケートで調査したデータを、全部生かして解析するというのは無理だと思います。深みのある学問的なことは難しいと思いますが、科学的な根拠はあると思います。取り組みをするということが大事なので、市民の理解度、答えやすさ、量を考えてこうなっているのかなと思います。

【溝井委員】 県の福祉事務所の食の協力店というものがあります。その中で、芦屋市内の優良店、食育を考えたお店もあります。そういったお店もあるので、一概に外食が悪いという時代ではないといえます。

【副委員長】 正直に書いていただくために、もう少し文言があると安心すると思います。

【多田委員】 無記名というのが大きな特徴になります。個人情報が出るといった問題ではなく、集めるほうとしては正直な答えがほしいので無記名にしています。忙しくて家族に外食ばかりさせていても、それはその家族の事情であってそれがこのアンケートによって外に漏れるわけではありません。できるのであれば家庭で安心できる素材からつくったものを3食食べるのが理想です。現在の食生活から考えて、それが不可能であれば外食やお弁当を選択することはありますが、なるべくなら家庭でお母さんが安心できる国産の野菜を使って調理したものを子どもさんに食べさせるのが理想の形だと思います。このアンケートはすべて無記名で書かれて、個人情報に全く影響しないという段階でつくられたものですので、あまり難しく考える必要はないと思います。

【副委員長】 外食が多いのであれば、外食の食べ方のあり方を指導していくということですね。わかりました。

【委員長】 問18「食育」に関心がありますかとありますが、食育という言葉はあまり聞きません。これはどのようなものですか。

【事務局辻】 アンケートの下の段の「食育とは」というところに説明があります。食育推進計画を立てたときは、食育という言葉の周知というものがありませんでした。こちらとしては、食育という言葉は周知されているのではないかと思います。

- 【委員長】食生活と生活の結びつきを意味する言葉ですか。
- 【事務局辻】基本的には、「自分の力で健康を維持する食生活を実践することができる、人間を育てることができる」となっています。自分の健康を自分で守ることができる食ができる人間を育てるとのことだと思っています。
- 【稲岡委員】問17と問19が追加になっています。問17の郷土料理と伝統料理のところで、「受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法」とたくさんあります。回答には「受け継いでいる」「受け継いでいない」となっていますが、1つでも当てはまるものがあれば「受け継いでいる」に「○」をつければよいのですか。また、問19ですが「栄養成分表示を参考にしていますか。(○は1つだけ)」とあります。回答では「はい」「いいえ」と聞いて、「表示の見方がよくわからない」「表示されている料理や食品が少ない」といったことが書いてあります。ここの選択肢に違和感があります。
- 【委員長】1つだけというのは確におかしいですね。
- 【事務局辻】選択肢の項目を再度考えさせていただきます。
- 【委員長】問17の文言の修正と、問19の回答を見直していただきたいと思います。それでは次に「健康づくりについて」に進みます。
- 【稲岡委員】問21ですが、回答に3項目「幸せ」とあります。わけたときに1, 2, 3が「幸せ」の回答になり、「幸せではない」の回答が1つです。この書き方は適切でしょうか。
- 【委員長】これは土台はあるのですか。独自でつくったものですか。
- 【事務局田中】第2次のときもお伺いしております。スローガンの「みんなで健やか 元気なあしや」の「健やか」というのを「健やかですか」と聞くことが少し違うかと思い、「幸せ」という言葉に変えさせていただきます確認をしています。前回もこの5項目です。
- 【委員長】比較するためには同じにしておいたほうがよいですね。確かに違和感がありますが、よろしいでしょうか。問22ですが、これは1つずつにできませんか。1から12を縦に並べて、「やっている」「やっていない」「少しやっている」といった形にしたほうが集計しやすいですね。
- 【コンサル】前回の集計は、第1位から第3位ということで加重平均しています。第1位が少しポイントを高めにしてるので、第1位になればなるほどウエイトとしては集計が高くなります。そのような形の集計をしています。
- 【委員長】例えば、第1位はいちばん自分の健康に役立っていると思うという回答ですね。どれがいちばん大事かと思うというよりは、やっているかどうかが大事です。今の聞き方ですと、やっているのかいないのかわかりません。もし修正できるのであればしていただきたいと思います。前回との比較ということであればこのままでもよいと思います。
- 【多田委員】私としては、1から12まですべてやっています。その順位をつけろといわれても少し困ります。
- 【事務局田中】今のご意見をお伺いして、形態を変える方向で検討してまいります。
- 【委員長】お願いします。問23、問24はよろしいですか。問25の「1日1回30分以上」という言葉はウォーキングだけにかかっているのですか。
- 【事務局田中】すべてです。
- 【委員長】今までのところでご意見はございませんか。では次に進みます。

【東郷委員】問34にある「こころの体温計」とは何ですか。

【事務局田中】「こころの体温計」は、ホームページにも載せております。サイトにいただくと、ご本人の年齢、性別等を入れていただきいくつかの質問項目があります。その質問項目に答えていった結果、こころの健康状態を猫と金魚鉢を用いて、金魚鉢の中の金魚でストレスの程度が表されます。ご自身の今のこころの健康度の自己チェックができるサイトになっています。それがご本人モードとご家族モードと、妊婦さんモード、お母さんモードといったものもつくられております。

【東郷委員】それは周知されているのですか。

【事務局田中】周知させていただいたつもりですが、申し訳ございません。実際に芦屋市で活用させていただいたのが2年前です。

【稲岡委員】問34の「相談先」ですが、1から8までは人が対応してくれるのですが、9は相談ではなく状況がわかるということですので、相談先として当てはまりますか。入力して自分の状態を知るだけですよね。

【多田委員】ほとんどの方が知らないのではないですか。

【事務局田中】周知に力を入れてまいります。

【事務局近田】市としてはこれをやっておりますので、この周知度を知りたいところで、ちょうどここに入れられるのではないかとということで載せました。

【磯森委員】それでしたら、「相談先等」とすれば問題ないです。

【委員長】次に進みます。たばこについてはよろしいですか。芦屋市では道で吸ってはいけないといった条例はあるのですか。

【事務局近田】歩きたばこは市内全面禁止です。禁煙のブロックもありますので、そちらで吸いますと過料が科せられます。決算で収益がでているので、払っていらっしゃる人もでています。

【委員長】それはどなたがチェックするのですか。

【事務局近田】市が委託したパトロール隊に市内を回っていただいております。

【委員長】次のアルコールについて、歯の健康について、健康状態や検診についてはいかがですか。問46「特定健康診査」というのは市の検診のことですか。

【事務局田中】市は芦屋市国民健康保険を対象の方に行っております。特定健康診査というのは、原則保険組合に所属される医療保険のほうで行うことになっている検査です。

【委員長】問49の「12. まちなび」とありますが、これは何ですか。

【事務局近田】サンテレビのデータ放送で、芦屋市の行政情報を流しております。基本的には広報のほうですが、インターネットを使えない方にお知らせするのにこちらを行っているという形で保健センターからの情報をだしております。

【委員長】「まちなび」というのは見ても何かわかりません。

【事務局近田】説明を入れさせていただきます。

【副委員長】問49で、「食育や健康づくりに関する知識や情報を主にどのようなところから得ていますか。」ということですが、医学会さん、栄養士会などで得たものはどこに入りますか。それは入れたほうがよいです。

【委員長】食育に関しては歯科医師も大事なので、歯科医師も入れていただきたいです。

【稲岡委員】問50の6番は「歩く」とあり、9番は「ウォーキング」となっています。

【委員長】ここで聞きたいのは、どれくらい動いていますかということですよ。健康で幸

せに暮らし続けるための中のご自分で運動する量について聞きたいです。

【事務局田中】動くというよりも、この計画が第2次でも行政としての方向性と、市民さんの方向性というところをつくっていきたいと考えています。市民さんとしてどのような方向性のところに意識があり、その後行政としてどうしていくかということの参考になるような項目になればよいと思います。健康に寄与するような環境づくりができるかということが明らかになればよいと思っています。

【委員長】この1から11であれば、行政でも対応できるから、そこから選んでくださいという感じですね。

【事務局田中】はい。

【溝井委員】食育に関して、1人で食べる、家族で食べるといった項目も大事だと思います。家族で楽しく食事をするのは、人間の脳に大事なことだと思いますので、そういった項目は付け加えるべきだと思います。もう1点、問43の13番「心の病気（うつ病など）」とあります。心の病気というのはどのようなことですか。

【事務局田中】精神的な病気すべてを「心の病気」という形で表現させていただきました。その中で、いちばんうつ病の方が多いいということで載せております。

【溝井委員】もう1点、「睡眠薬」とでてきましたが、「睡眠誘導剤」のほうがよいのではないですか。

【委員長】いろいろなタイプの不眠があるので、広い意味で「睡眠薬」でよいと思います。他に、全体を通してご意見はございませんか。これは5月に郵送するのですね。

【事務局近田】連休明けに抽出した方々に郵送で送らせていただきます。

【委員長】完全にランダムに抽出するのですか。前回の回収率はどれくらいですか。

【事務局近田】45%弱です。

【多田委員】45%ということは、回収率を想定して3,000人なのですか。6,000人とかにしなければよいですか。

【事務局近田】芦屋市の人数から考えれば大丈夫です。

【副委員長】年齢などは関係ないのですか。

【事務局近田】ある程度の年齢の階層を分け、その中から抽出します。

【副委員長】町名でもそうですか。

【事務局近田】あくまでも年齢階層のみになります。

【稲岡委員】昨今運動の身体活動で、運動がスポーツ運動だけではなく、家事も入れてよいということがあります。問25の辺りですが、ここは基本的には運動はウォーキングや水泳といったスポーツ系で家事は入れず、問26でスポーツ系ではないけれど、家事、犬の散歩などは拾って行って、身体活動を把握しようとするということで入れたという理解でよいですか。

【事務局田中】はい。その通りです。

【委員長】他にはよろしいでしょうか。ありがとうございました。それでは以上で、第1回芦屋市健康増進・食育推進計画策定委員会を終了いたします。

## 6 その他

【事務局近田】（第2回策定委員会開催予定について説明）

## 7 閉会

<閉会>