

会 議 名	令和 7 年度第 1 回板橋区健康づくり推進協議会		
開 催 日 時	令和 7 年 6 月 24 日（火）午後 2 時 00 分～午後 3 時 00 分まで		
開 催 場 所	板橋区役所 南館 2 階 人材育成センター		
出 席 者	30 人 〔委員 16 名〕 秋下委員 畑委員 宇和川委員 齋藤委員 須藤委員 西村委員 加藤委員 濱田委員 三原委員 安井委員 高田委員 小井土委員 祢津委員 横田委員 本多委員 笹原委員 〔事務局 14 名〕 長嶺保健所長 太田健康推進課長 （以下、健康推進課） 土館保健政策係長 谷津倉健康づくり・女性保健係長 関根地域保健係長 中山栄養推進係長 保健政策係 4 名 地域保健係 1 名 健康づくり・女性保健係 3 名		
会議の公開	公開（傍聴できる）		
議 題	(1) 【仮称】いたばし健康プラン 2030（板橋区健康づくり 21 計画）の骨子案について (2) 板橋区における小児慢性特定疾病・在宅難病患者支援について (3) 女性健康支援センター 令和 6 年度 事業実績及び令和 7 年度 取組状況について (4) その他		
配 付 資 料	資料 1 板橋区健康づくり推進協議会（第 14 期）名簿 資料 2 東京都板橋区健康づくり推進協議会条例及び同要綱 資料 3 諮問書(写) 資料 4 【仮称】いたばし健康プラン 2030（板橋区健康づくり 21 計画）骨子案（概要版） 資料 5 「板橋区における小児慢性疾患、在宅難病患者支援について」 資料 6 女性健康支援センター令和 6 年度事業報告及び令和 7 年度取組状況 参考資料 【仮称】いたばし健康プラン 2030（板橋区健康づ		

	くり 21 計画) 骨子案 (本冊子)
審 議 状 況	別紙会議録のとおり
所 管 課	健康生きがい部 健康推進課 保健政策係 電話 3579-2302

令和7年6月24日(火)
人材育成センター

令和7年度第1回板橋区健康づくり推進協議会

1 開会

2 議題

令和7年度第1回板橋区健康づくり推進協議会議録(要約)

○秋下会長

それでは、協議会の議事に入りたいと思います。

議題1「【仮称】いたばし健康プラン 2030(板橋区健康づくり 21 計画)の骨子案について」事務局から説明をお願いいたします。

【事務局説明】

○秋下会長

ご説明ありがとうございました。

それではご議論をいただきたいと思いますので、この件について何かご意見、ご質問のある方は発言をお願いいたします。

○本田委員

基本理念・基本目標について質問があります。

「区民一人ひとりが健やかで心豊かに生活できる」という自分らしい課題について、「健康実感度」という主観的評価を用いていると思います。自分らしく輝ける街を実現するための先行的イメージがあるのではないのでしょうか。例えば高齢者のフレイル予防や若者の運動参加などは成功イメージとして「自分らしく輝ける街」に含まれるかもしれませんが、基本理念として幅があり、政策判断として主観的ではないかと感じます。「健康実感度」という主観的評価だけでなく、運動習慣や喫煙率などの客観的指標とセットで見るべきではないのでしょうか。主観的評価のみでは分析において不十分と考えます。

○健康推進課長

現在、区民健康意識調査の分析を進めているところであり、その結果を今後各施策の指針として設定していく予定です。

今回の骨子案はざっくりしたイメージとして示したものであり、今後予定されている2回の協議会で詳細を示していく考えです。

○秋下会長

その他いかがでしょうか。

○齋藤委員

基本理念について、お子さんが生まれて育っていく中で、小中学校ぐらいまでのお子さんに関しては板橋区内で過ごされることが多いと思います。そういう意味では学校での食育の重要性などは非常にアプローチしやすいところだと思います。ところが高校生、大学生あるいは社会人になると、多くの方は区外に出られて学校生活や社会生活を送られます。そういう世代の人たちにどうやって区としてアプローチしていくのかが健康づ

くりや意味を伝えていく上で一番難しいと感じます。定年以降、区の中で過ごされる方に対してのアプローチはそれなりにやりやすいと思いますので、青年期あるいは壮年期の方へのアプローチをどのようにしていくかというところは、難しい課題だと思いますが、具体的な政策を考えていく必要があるのではないのでしょうか。

また、医療保険にかかっている方については確認しやすいと思いますが、そうでない方の健康をどのように把握するか、健康診断についても国民健康保険であれば区の健康診断を受けることができますが、社会保険に入っている方は社会保険の健康診断になってしまうため、区としてそこにアプローチするのも難しい点があると思います。このような区民に対する区としてのアプローチの仕方をどのように進めていくかは、しっかり考えていかなければならない課題だと思います。

○健康推進課長

まさに小中学生には学校教育の場で食育の環境を整えることはできますが、高校生、大学生、また社会人の方へのアプローチは区としても難しい状況です。

今おっしゃっていただいたような点も踏まえ、今後食育の推進計画を進めるにあたり、いただいたご意見等も参考にしながら政策を考えていきたいと思っています。

○秋下会長

齋藤委員のご意見に関連して気になる点があります。埼玉県の方々は東京都心まで長時間かけて通勤・通学され、都心部の学校や会社で食事をされることが多いと思われまます。一方、板橋区民は比較的近距離の通勤・通学が多いと推測されますが、こうした通勤・通学の負担が健康に与える影響について、これまで分析されたことはありますでしょうか。

○健康推進課長

区民の方で職場が近い場合、歩行環境が十分に整っていない状況があります。そのため区では「いた pay 健幸ポイント」を導入し、8000 歩の歩行や健康診断の受診に対してポイントを付与するなど、健康への関心を高める施策を進めております。

会長からご指摘のあった分析については、現時点では実施できておりませんので、今後の検討課題とさせていただきます。

○秋下会長

地域医療を支える立場から申しますと、板橋区民が区内の医療機関をどの程度利用しているかという点も重要です。都心部の勤務先や通学先の近くで健康管理をされている区民も相当数いると推測されます。住民がどこの医療機関を利用しているかというデータがあれば、我々へのフィードバック情報として整備していただきたいと思っています。

○健康推進課長

医療機関の利用状況については、国民健康保険加入者のデータを活用することで、どの地区の医療機関を利用しているかという分析が可能かと思われます。

ただし所管が異なるため、関係部署と協議の上、提示可能な情報がございましたらお示しさせていただきます。

○秋下会長

その他いかがでしょうか。

○横田委員

現在、女性の社会進出により、家族内での食生活の構成が大きく変化していると思います。そうすると、例えばどのような条件で子どもが食事できないのか、あるいはどのような形で補っているのかなど、様々なパターンが考えられます。

資料を整えていただく際には、一括りに「子供」というのではなく、何が弊害になってい

るのか、また朝食の捉え方が従来のご飯と味噌汁といった形ではなく変化しているのかを考慮していただきたいです。

最近では「完全メシ」というような、1つ食べれば十分というような商品も出てきていますが、それで良いのかどうか、朝食が果たす心理的な役割なども含めて分析をお願いしたいと思います。

また、齋藤委員がおっしゃったように、子どもの立場、青年期・壮年期の立場、高齢者の立場など、それぞれの視点から食生活をどのように分析していくのかについても、考えていく必要があると感じました。

○健康推進課長

今回の区民健康意識調査では、小学校5年生と中学校2年生を対象に全校でアンケートを実施し、朝食の状況について分析を進めているところです。

「完全メシ」などのお話もいただきましたが、私どもとしてはできるだけバランスの良い食事を摂っていただきたいと考えており、そういった観点から情報発信しながら計画を進めていきたいと思っております。

○本田委員

関連して発言させていただきます。

企業で働いてきた経験から申し上げますと、世の中がグローバル化してきており、実際に私も夜中の1時からの会議や朝方まで続く会議に参加することがあります。グローバルに合わせて海外時間で仕事をしており、同僚も同様の状況です。

働く人のライフスタイルは仕事のスタイルによって大きく変わってきており、時差の関係で夜中に朝食を摂らなければならない場合もあります。このようなグローバル化された時代に合わせた食育の検討もしていただけるのでしょうか。

○健康推進課長

グローバル化については今まで考えていなかった視点でございますので、どのような形で計画に取り入れることができるか検討し、可能であれば盛り込んでいきたいと思えます。

○宇和川委員

私は大学に勤めているので、現在の学生の状況についてお話しします。今の学生は時間がかかっても一人暮らしをあまりしない傾向があります。遠方から通う学生は板橋区や北区などに一人暮らしをしている場合もあります。

大学では朝食を100円で提供したりしていますが、食事調査をしたときに魚をあまり食べていないような印象があります。食べても鮭を焼くか鰯の開きを焼く程度で、それが出てくれば良い方で、ほとんど見られないことが多いです。これは授業などを行っているときの感想ですが、食事内容がやや偏っており、肉と野菜が中心です。野菜もあまり食べていないかもしれません。果物や乳製品なども出現頻度は低いと思います。

若い女性のやせの問題などについて自分たちで考えるようなグループワークも実施していますが、それが実際に実行されているかどうかは難しいところがあると思います。先ほど板橋から外に出ているという調査の話が出ましたが、逆に私たちの大学では埼玉や千葉など様々な地域から学生が入ってくるので、そういった学生の食生活の実態調査などができたら、お手伝いしたいと思います。

人の出入りがあるため板橋区民だけでは捉えることが難しいと思いますので、様々な広報も必要かもしれません。都だけでも難しく、近県から通ってくる人も多いため、それをどのように捉えていくかも課題です。また一人暮らしの学生もかなり多いので、そのサポートがどの程度できているのかも難しい問題だと思います。正直なところ、具体的なイ

メージが湧きにくい部分があります。

しかし、できるところから始めていく必要があると思います。小さい頃の食生活は非常に重要ですので、そこでの習慣化がとても大切だと思います。まずはそこから教育機関で取り組んでいただければ良いのではないかと考えています。

○健康推進課長

ありがとうございます。

学生の食生活の調査についてご意見をいただきました。区で実施するのは難しい状況ですが、区内に6大学ありますので、可能であれば大学とも協議させていただきながら、そういった調査ができるかどうか検討させていただきたいと思います。ただ、今回の計画に反映させるのは時間的に難しいと思いますので、今後の課題とさせていただきたいと存じます。

○秋下会長

私のほうからもう1点、健康寿命に関しては男女別に出ているのですが、その他の健康実感度や食生活などについても男女差を見る必要があると思います。例えば男子学生の方が料理できない傾向があるのではないかと、また睡眠については女性の方が子育てなどで睡眠不足の方が多い傾向があります。分析においては男女差という視点を持っていただく必要があるのではないかと思いますので、KPIの評価においては特に、男性でどうだった、女性ではどうだったということの評価していただきたいと思います。

○健康推進課長

ありがとうございます。

今回実施しました区民健康意識調査につきましては、年齢別、地域別、そして男女差という視点も入れて調査をさせていただいており、現在分析を行っておりますので、その結果報告をさせていただければと思っております。

○畑委員

今の食育に関してですが、食育というとまず学校給食が思い浮かびます。最近ニュースで、ある学校の給食でから揚げが一個だけという写真を見ましたが、カロリーは足りているとのことでした。本当にそれで良いのかという疑問があります。また、現状食費が上がっているため、自治体からの補助金に限度額があり、これが限界だという状況もあるかと思います。

自治体がどこまで給食に関与できるのかというのも一つの課題だと思いますし、食育を考えると給食は良い機会になると思います。私は循環器の医師ですが、塩分について指導する際、多くの方が食品に含まれる塩分量を知らない状況にあります。例えば、食パン1枚で約0.75グラム、うどんには1.2グラムほどの食塩が含まれています。私が診ている患者には1日6グラム未満を指導していますが、「うどんのつゆを飲んでいないから大丈夫」という誤解をされる方も多いです。このような食事自体の情報提供があると良いと思います。

また、先ほど女性の話が出ましたが、日本人の若い女性はスタイルを気にしてやせの傾向があり、この栄養状態がさまざまな疾患の合併症につながるという問題があります。学会も声明を出していますが、こうした問題は多岐にわたると思います。

続けて、基本施策3の社会環境の質向上についてですが、社会的フレイルは特に高齢者や認知症の方にとって大きな問題です。これは地域団体だけで対応できるのかという疑問があります。また、SNSについても高齢者が使いこなせるのかという話題がよく出ますので、そこを考慮した具体策を検討していただければと思います。

喫煙の話があまり出ていませんでしたが、循環器の医師として患者さんには禁煙も指

導しています。資料を見ると喫煙率は徐々に下がってきていると思いますが、板橋区では喫煙禁止の道路が一部に限られています。私の住んでいる区では公共施設や道路を含む全区域が禁煙なのですが、板橋区では今後どう考えているのでしょうか。大山駅の近くや豊島病院の通り抜けでは歩きたばこをする人をよく見かけますので、禁煙対策にも力を入れていただきたいと思います。

○健康推進課長

ありがとうございます。いくつかご意見をいただきましたので、それぞれお答えさせていただきます。

まず食育の観点で学校給食についてお話いただきました。板橋区では現在、学校給食の無償化に取り組んでおり、物価高騰に対応する観点からも無償化を図り、すべての児童・生徒に給食を提供したいと考えています。バランスの良い食事の提供については、教育委員会と連携しながら進めていきたいと思っています。

また、食品の塩分についてもご意見をいただきました。現在、「板橋区健康づくり協力店制度」を実施しており、健康に配慮した食事・食品の提供や健康情報の提供など、区が進める健康に配慮した食環境の向上に協力するお店を登録し、ホームページで公表しています。バランスの良い食事を皆さんに摂っていただくとともに、お店でも提供していただきたいと思います。

女性のやせの問題についてもご指摘いただきました。これは国全体の課題と認識していますが、区としても喫煙の課題として捉えており、何か発信できないか検討していきたいと思っています。

フレイルについても、地域団体だけで対応できるのかというご意見や SNS の活用についてのご提案をいただきました。まさにご指摘の通りだと思いますので、フレイルを担当している部署とも連携しながら進めていきたいと考えています。

最後に喫煙・受動喫煙の問題についてですが、確かに区によっては全域を禁煙指定しているところもあるかと思います。板橋区では地区を指定して実施していますが、資源環境部が担当していますので、連携しながら対策に力を入れるべきというご意見があったことをお伝えし、協議させていただきたいと思っています。

○秋下会長

その他いかがでしょう。

○齋藤会長

健康寿命を考えると、認知症・フレイル対策の中では栄養と運動、そして社会参加というところが重要だと思います。その社会参加については、施策 3 にもありますように、区民がどのように地域社会で活躍・貢献しながら健やかに自分らしく過ごせるか、その社会参加をどう促すかというところは非常に難しい課題ではないかと思っています。

食事の問題でいうと、学校給食の中で、学校保健会などでも肥満のお子さんとともにやせの女の子が多いという状況があります。食事という、まずは親御さんたちが与えていくというところで、子育て世代の人たちへのアプローチが非常に大事だと思います。よく聞いてみると、肥満の方は大体 20 代から 30 代に一気に太っていくことが多く、女性の方もお子さんが生まれると太る方が多かったです。そういった点で、お子さんたちへの食事をどのように与えるかは非常に難しいですし、その人たちの運動不足に対するアプローチも大変重要だと思います。

例えば食事については、区内に子ども食堂もありますが、これは NPO が運営していることが多いです。そういったところと区が連携しながら、バランスの良い食事についての情報を提供することで、お子さんたちや親御さん、また高齢者に対しても少しアプロー

チできるかもしれません。あるいは、いた pay のお話もありましたが、区内企業とコラボレーションして、社員たちに運動を促しながら競わせるような企画なども考えられます。若い人たちへのアプローチ方法も大事ですし、高齢者に対しては「10 の筋トレ」のような運動と、社会参加をどう促進していくかという点も重要です。こうした点について、少し具体的な方策を考えていったほうが良いのではないかと思います。

○健康推進課長

ありがとうございます。栄養と運動と社会参加についてのご意見をいただき、地域社会についてもお話しいたしました。現在、町会自治会の加入率が少し減少しているという問題も発生しています。区としては社会教育にも力を入れて取り組んでおり、サークル活動を支援し、そのサークルを広げていくという活動をしています。現状ではなかなか難しい面があり、課題だと認識しています。

また、肥満の方ややせの方についてのご指摘をいただき、子育て世代へのアプローチが大切だというお話もありました。私も話を聞いていて、子育て世代へのアプローチが重要だと改めて認識しましたので、どういった点に力を入れていけるか、どのような取り組みができるかを考えていきたいと思っています。

子どもの食事や運動不足についてのご意見、子ども食堂についてのお話もいただきました。子ども食堂については福祉部が管轄していますので、そういったご意見があったことをお伝えし、どのような取り組みができるか協議させていただきたいと思っています。

いた pay 健幸ポイントについてもお話しいたしました。私たちとしてはいた pay 健幸ポイントを推進していきたいと考えており、現在は 20 代、30 代、40 代と若い世代ほど利用していただいている傾向があります。現在約 3 万 5 千人に登録いただけていますが、今後はさらに広げて 4 万 5 千人、5 万 5 千人と増やし、いた pay 健幸ポイントを通じて歩いていただいたり、運動していただいたりする取り組みを進めていければと思っています。

最後に区内企業との連携についてのお話をいただきました。以前、健康に関してはタニタさんと教育科学館で企画展を開催し、健康に焦点を当てた取り組みを行いました。区内にはさまざまな施設がありますので、区内企業とどのような形で健康について取り組んでいけるかを考えていきたいと思っています。ありがとうございます。

○横田委員

このように 1 日の過ごし方が大きく変わってきている中で、給食の存在は非常に大きく、1 日に 1 回は給食でちゃんと食事をしているから助かっているという話をお母さま方から聞くことがあります。朝は菓子パンで、お昼は給食があり、子どもたちが救われているところだというような話も出ています。

これはこの協議会からは外れてしまうかもしれませんが、予算をつけるときに、健康や教育など様々な観点から考えていただいている中で、給食の存在価値をもう一度見直す必要があるのではないかと思います。予算のつけ方を考えていただいて、現在は献立を立てていただいて、献立表をいただいているので、学校給食の内容はわかるのですが、本当に予算はこれで足りているのかという疑問があります。この位置づけについても、この協議会と連携して検討できたらよいのではないかと思います。

○健康推進課長

ありがとうございます。

1 日の過ごし方や給食一回で十分なのかというようなご意見をいただきました。私どもは栄養士を複数配置しており、また組織横断的に栄養士を配置しています。栄養士については最低でも月に一回以上は全体で打ち合わせ等を行っていますので、本日いた

だいたご意見についてお話をさせていただき、どのような政策が取れるかを検討していきたいと思います。ありがとうございます。

○本田委員

今回の分析を見ていて、分析の仕方の今後について確認したいことがあります。現在はすべての分析を同じ評価項目で行っておられますが、項目内容によっては質が異なるものがあると思います。例えば、がん検診のような命にかかわる重要な項目と、一般的な意識調査のような項目では重みづけが違うのではないのでしょうか。そういったものを同じ評価項目で評価してよいのか少し気になりました。項目によって評価方法を変えるようなことは検討されているのでしょうか。

○健康推進課長

今現在の分析につきましては進めているところでございますので、いただいた意見も踏まえましてどういったところができるかという視点で検討の方をしていきたいというふうに考えているところでございます。

○秋下会長

私のほうからも一点お伺いします。

食事でもその他の生活習慣にしても、健康的な生活習慣を実践するには、生活に余裕がないと難しい面があります。例えば「健康的な野菜を買いましょう」と言っても、高価で買えないという現実があります。区として環境を整えるということであれば、経済的に余裕がない区民や、その他の理由で健康的な生活が実践できない区民に対して、どのように環境を整えていくのかという疑問があります。一つは給食という方法があると思いますが、その他に何か考えられていることはあるのでしょうか。2030年を目指すということですので、数年かかるわけですが、いかがでしょうか。

○健康推進課長

区としましては様々な計画を立てているところでございます。私どもの上位計画である板橋区地域保健福祉計画は、社会福祉法第107条の規定に基づく法定の計画で、板橋区基本構想のもとに地域生活課題や施策の内容や体制を定めており、地域共生社会の実現を目指す計画でございます。

そういった計画の中で、少しずれるかもしれませんが、ひきこもりやヤングケアラーといった様々な困難を抱える区民に対して、重層的な支援体制を整備するべく計画の策定作業を進めています。いただいたご意見は大変重い宿題だと思っておりますので、福祉分野とも連携しながら取り組んでまいりたいと考えております。

○秋下会長

例えば、現在国で計画されているのは「2万円を配布する」というような話ですが、健康という視点であるならば、健康に資する部分にきちんと投資しているかどうかを確認していただくような施策があるのではないかと思いますので、ご検討いただければと思います。

○笹原委員

先ほど健康推進課長のお話の中に、フレイルや10の筋トレの話が出たときに、区内のサークル活動を支援されているというお話があったと思います。実は私も区内でいくつかサークル活動をしているのですが、今年の4月から地域センターや集会所などの使用料が一気に1.4倍に上がりました。今まで1回1300円で借りられたところが1800円になり、週1回、月4回行くと非常に金額が上がっています。人数が少ないサークル活動では、高齢者の方々が体操をしたりするのですが、年金生活の方々にとって負担が大きく、活動を続けられなくなったところもあります。

また、そもそもサークル活動をする場所が少なく、例えば赤塚体育館は民間委託されているため、空いている時間しか使えない状況です。高齢者の体操などで椅子だけでできる活動をしようにと思って会議室を借りたいと思ったのですが、「会議室はあくまでも会議をするところなので、体操はできません」と断られました。空いているスペースがあるのならば、使わせていただきたいと思います。

サークル活動を継続していく上で非常に厳しい状況が多々ありますので、場所を提供していただくなどの対応があればと思います。お年寄りが定期的に毎週決まった日に通える習慣があれば良いのですが、そういった活動が継続困難になってきています。

例えば、現在は午前・午後・夜と分かれています。午前 3 時間、お昼を挟んで午後 3 時まで、その後夕方の時間、夜の時間と 4 つに分ければ、もう少し金額も下げられるのではないかと思います。どのあたりでこれが決まっているのか、また何の連絡もなくいきなり料金が上がってしまったのはなぜなのか、お聞かせいただければと思います。

○健康推進課長

サークル活動について先ほど支援させていただくというお話をさせていただきました。区としては現在、成増にある生涯学習センター、大原にあります生涯学習センター、志村にありますグリーンカレッジホールという 3 ヶ所で大きく支援を行っております。また地域のサークル活動については、区立の集会所や地域センターにある集会所等もご利用いただいている状況です。

使用料改定のお話をいただきました。これにつきましては 4 年に 1 度の形で使用料の改定を行っておりますが、今回はコロナ禍の影響があったため一度見送っていた状況がございまして、8 年ぶりに使用料の改定を行いました。物価の高騰等も計算しながら全庁的に 1.4 倍とさせていただく方向性をとり、すべての施設において同率で一律 1.4 倍という形をとらせていただいております。

これについては受益者負担という考え方がございまして、施設を使っている方と使っていない方がいらっしゃいますので、そういった視点で値上げをさせていただきました。その点につきましてはご了承いただければと思います。

また、場所の数が少ないというご意見をいただきましたが、増やせるかどうかは現時点ではわかりませんが、集会場を管理しているのが地域センター等になりますので、地域センターを所管している区民文化部等と協議をしながら、今回の協議会でこういった意見があったということをお伝えさせていただきたいと思います。

○秋下会長

今の点はこの施策の 3 番「社会環境の質の向上」というところに直結していると思いますので、向上を目指すのであれば何か前向きな対応をしていただければと思います。

○笹原委員

先ほどタニタさんのお話があったと思いますが、10 年ほど前に、タニタさんとコラボして万歩計を貸し出し、その月の歩数のランキングを出すイベントのようなものがあったと思います。それが最終的にどうなってしまったのか、何か消滅していった感じがしますので、せっかくタニタさんがいらっしゃるのであれば、タニタさんと共同して何かできないかなと思いました。

○健康推進課長

今いただいた意見について、確かにそういった取り組みを数年前にやっていたという記憶がおぼろげながらあるのですが、いつどのように無くなったかについては直ぐにお答えできない状況となります。

先ほどタニタさんという名前が出ましたが、区内には様々な企業がございますので、健康に関しましてはご協力いただける企業とタッグを組んで取り組みたいと思います。

○秋下会長

板橋区はものづくりのまちだということを私は知りました。

タニタさんのような企業は、例えば体組成計で筋肉量を測定できる機器があります。若い女性は筋肉が少ないのですが、そういった機器をポイントになる場所に設置していただいて、皆さんに使っていただくことで、購入にもつながるということもあるのではないかと思います。企業にとってもメリットがありますし、そういったことを区のほうでうまく働きかけていただくと大変良いのではないかと思います。

○健康推進課長

産業を担当している部署もございますので、産業経済部とも協議をさせていただきます。

○秋下会長

他にありますでしょうか。

○西村委員

私は普段、自殺対策をしておりますので、健康全体の話聞いて、心と体は繋がっているとしました。どなたかが言われたように、現在の生活スタイルは多様になっていて、例えば私たちのような医療や福祉に携わる人間は夜勤があり、生活リズムがぐちゃぐちゃになるような勤務形態を強いられることがあります。健康的な睡眠や生活リズムを自分たちで実践しようと思っても、正直なところ難しいのが現状です。

睡眠時間が最近少なくなっているのは、単に皆が忙しくなっているだけではなく、スマホやゲーム、SNS 関連の情報がたくさん入ってくるようになり、いろんな情報を仕入れたくなるため、ついつい夜更かししてしまう方が多いということも事実です。昔ながらの生活をして健康になろうというの、もう少し無理がある時代なのかなと思いました。

そのため、健康というイメージが従来型のものだけではなく、その人の生きがいや選んでいる生活の中により良い健康というものを取り入れるとしたら、どういうふうにやったらいいのかという視点があるとよいと思います。

そうでないと「どうせこんな生活をしているのだから健康なんて無理だ」と健康無関心層に落ちていってしまいそうな自分がいると感じています。

気軽に少しずつ取り入れられるようなことがあるといいなと思います。「これを食べなければダメ」「あれを食べなければダメ」「お酒を控えて」「禁煙してみて」など、「ダメダメダメ」のようだと、自分の方が逆にメンタルをやられてしまうところがあります。

健康のイメージについても、昔の上の世代の人たちは、男性はほとんどたばこを吸うというのが一般的で、カッコいい俳優がたばこを吸っていたり、女性も「イケてる女性はたばこを吸っている」というイメージがあったため、それを真似するということがありました。食文化にしても、毎日トーストでおしゃれな朝食に憧れるといったことがあります。

健康的というイメージが「痩せている方が健康」というようなイメージだけが先行していくと、皆が体重 1 キロに一喜一憂してそちらに心を砕いていき、逆に精神的な健康を失っていくことがあります。単純にどういうところにお金をかければいいのかということよりも、そういった方向性や心理戦略的なものがあれば、自然と嫌な思いや我慢を強いられて健康を手に入れるのではない方法が良いのではないかと思います。

また、学校を卒業して会社に勤め始めると給食のような食事の機会はありません。そのため、福利厚生としてどういうところにお金をかけるかといった点で、会社によって工夫しているところを区が後押しするような取り組みがあれば良いと思いました。

○健康推進課長

心と体が繋がっているというようなお話をいただきまして感謝します。今回自殺対策の計画を内包させていただいたのは、まさにご指摘いただいた点だったと思っております。委員からいただいたお話の中で一番印象に残ったのが「心理戦略」「我慢しない健康」というところで、これは良い視点だと思いました。

区としてどういったところからそういう取り組みを進めていくかは難しい部分もありますが、取り入れられるものがあれば積極的に取り入れていきたいと思えます。

○秋下会長

今の意見に関連して、いわゆる「ナッジ理論」というものがあります。これは行動にどうつなげていくかという理論ですが、健康に関しては褒めるよりも、注意を促すなど、警告する方が効果的だとされています。

研究申請などでも「自然に暮らしたらどんどん健康になる道具を開発したい」という10年後の開発を目指すような研究に多額の資金が投じられていますが、実現可能かどうか皆が疑問を持ちながら進めている状況です。そういった理想はありますが、現実的には警告的なアプローチの方が健康診断の受診率が高くなるなどの効果があります。

こうした知見も踏まえつつ、区民の皆さんに快適に健康づくりをしていただけるよう考えていきたいと思えます。この点についてもまた検討をお願いします。

○秋下会長

それではそろそろ時間ですので、この点は今後も引き続きご議論いただくことになると思いますが、本日はこの程度でご了承いただければと思います。ありがとうございました。

○秋下会長

では続きまして、議題の2、板橋区における小児慢性特定疾患在宅難病患者支援について、お願いします。

【事務局説明】

○秋下会長

ありがとうございました。

では、この件につきまして何かご意見ご質問ある方はご発言をお願いします。

○本田委員

災害時個別支援計画について、オンライン申請などの可能性についてお尋ねします。例えば1年に1回の見直しの際に、前年度のデータベースを活用して、紙ベースではなくオンラインベースにすることは可能でしょうか。

○健康福祉課地域保健係長

委員がご提案されたオンライン化については、良いアイデアだと思います。ただ、この災害時個別支援計画において大事なポイントは、支援者全体での情報共有と、毎年状況変化に応じた見直しです。その過程で、ご本人やご家族に説明してご理解いただくこと、また周りのサポーターにも内容を把握していただくことが非常に重要です。実際には、災害時伝言ダイヤルの訓練なども含めて、ご本人、ご家族、支援者が集まって情報を共有するような形で進めています。参加が難しい方への対応については、今後の検討課題であると考えています。

○本田委員

色々とシステム化されていくなかで、紙媒体では保管が大変になってしまうのではないのでしょうか。

○健康推進課地域保健係長

電子媒体の活用についても今後検討する必要があると認識していますが、災害時には電力が確保されているとは限りません。そのため、アナログな媒体も必要であり、両方の方法を適切に組み合わせていくことが大切だと考えています。

○秋下会長

他いかがでしょうか。

○齋藤委員

災害時の個別経営支援計画は非常に重要であり、特に、誰がリストを共有していくのか、また誰がどのように支援していくのかという点を具体的に進めていただけると良いと思います。よろしくお願いします。

○健康推進課長

ありがとうございます。ご指摘いただいた「誰がリストを持つのか」「誰が支援するのか」といった点は非常に重要な視点です。先ほど話題に出たオンライン化も含めて、今後検討していきたいと考えています。

○健康推進課地域保健係長

人工呼吸器に関しましては、災害時個別支援計画のリストにおいて健康推進課で把握しております。

○秋下会長

人工呼吸器ほど切迫していないかもしれませんが、現在、在宅で酸素濃縮器を使用されている方も多いと思います。それに関しては何か類似の計画等はあるのでしょうか。

○健康推進課長

酸素吸入の方に関しましては、現在のところ計画がない状況です。何か対応可能なものがあるか検討させていただきましたが、実施可能な取り組みがあれば進めさせていただきます。

○秋下会長

短時間であれば問題ないかもしれませんが、災害時の長時間停電ではバッテリーの問題が生じると思います。余裕があればご検討をお願いします。

○秋下会長

それではこの議題につきましてはこの程度でご了承お願いしたいと思います。では続きまして議題 3、女性健康支援センターについて、事務局より説明よろしく願いいたします。

【事務局説明】

○秋下会長

ありがとうございました。

ではご意見、ご質問ありますでしょうか。

○小井土委員

(2)の女性の健康に関する健康教育というところで、セミナーなどの希望者数と参加延べ人数の違いについて教えてください。人数制限があつてのことなのか、ご自身が希望したけれども参加されなかったのか伺いたいです。

○健康推進課長

ありがとうございます。(2)の女性の健康に関する健康教育のところの希望者数と参加延べ人数の差についてですが、抽選等を行っておりません。申し込みはしていただいたものの、何らかの理由で来られなかった方がいらしかったため、このような差が生じています。

○秋下会長

確認させていただきたいのですが、児童館の出張講座というのは、児童を対象としたものではないのでしょうか。

○健康推進課長

あくまでも女性の健康というところでお母様に絞らせていただいています。

○秋下会長

児童の母親が対象ということですね。また、最後の(7)の学生実習というのは、このセンターで学生を実習生として受け入れたという意味でしょうか。

○健康推進課長

保健師の実習の一部とご理解いただきたいと思います。健康福祉センター等でも実習を行っており、その中で女性健康支援センターでも実施させていただいています。

○秋下会長

つまり、この4大学の学生さんを実習生として区として受け入れたという認識でよろしいでしょうか。

○健康推進課長

はい、おっしゃる通りです。

○横田委員

先ほど西村委員からお話があったように、時間にかかわらず相談があって働いている方が疲弊されるという話がありました。働き方改革が行われている中で、学校の特殊なクレームなどの対応について、学校の教員と生徒の保護者との兼ね合いは難しい問題だと思います。心が不安になるときは大体夜間となります。また、お世話になっているところに相談したいと思い、相談が終わらないこともあります。救急車の不要不急の利用問題があったように、この件も少し工夫していく必要があるのではないのでしょうか。

○健康推進課長

ありがとうございます。各種相談について時間にかかわらずというご意見だったと思います。電話相談等については東京都等の相談窓口や、お子様を育てる中での虐待などの問題については区で運営している相談窓口もございますので、各種窓口のご案内をさせていただきたいと思います。

○横田委員

相談を受けている方たちが疲弊されないように配慮が必要なのではないかと思いました。

○秋下会長

センターではそのような相談が長引いて、職員が帰れなくなったりするような事態は起きていないのでしょうか。

○健康推進課長

時間については一定程度ご理解をいただいているところです。稀に長くなる場合もありますが、基本的には時間内で終わらせていただいている状況です。

○秋下会長

では他にご意見ご質問などないようですので、この議題3につきましては、この程度

でご了承お願いいたします。それでは最後の議題 4、その他へ移りたいと思います。全体を通してご意見ご質問等ございましたらご発言お願いします。

○祢津委員

全体ではないのですが、ご報告とお礼を申し上げたいと思っております。

昨年 9 月、健康づくり推進協議会の議題の 1 つに、出張ゲートキーパー研修が取り上げられ、5 名以上のグループや団体を対象に実施できるという内容でした。私の所属する「傾聴ボランティアこだまの会」で即報告し検討した結果、3 月から動き始め、この 8 月に研修を受けられるようになりました。

健康推進課ころとこのちの係の皆様、そしてメンタルケア協議会の西村先生が講師として開催されることをご報告いたします。どうぞよろしくお願いいたします。ありがとうございました。

○秋下会長

ありがとうございます。

終了時間も迫ってまいりましたので、議題4「その他」については、この辺でご了承願いたいと思います。

以上