令和７年９月 11 日（木）
板橋区役所北館９階大会議室Ａ

令和７年度第２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２回板橋区健康づくり推進協議会議録（要約）

発言者	発言内容
秋下会長	それでは、協議会の議事に入りたいと思います。 【仮称】いたばし健康プラン 2030 の素案について、事務局から説明をお願いいたします。
秋下会長	
健康推進課長	資料１、２を用いて説明を行った。
秋下会長	ご説明ありがとうございました。ただいまのご説明につきまして、ご意見・ご質問のある方はご発言をお願いいたします。
柴田委員	健康な生活習慣の中で睡眠・休養を取り上げられていることは大変素晴らしいと存じます。しかしながら、睡眠の量や質の評価は難しい課題でございます。近年、様々なアプリやウェアラブル端末により、睡眠の質や脈拍などを正確に評価できるようになり、無呼吸症候群などのスクリーニングも可能になってきております。こうした技術と健幸ポイントや板橋区のまちのアプリとの連動について、現状の取り組みと今後の可能性についてお伺いしたく存じます。
秋下会長	事務局、いかがでしょうか。
健康推進課長	ご意見ありがとうございます。 いた pay 健幸ポイントにつきましては、現在そのようなアプリ形式ではなく、歩数を基にしており、1 日 8,000 歩で 1 ポイントという換算で、区内商店等でご利用いただける仕組みとなっております。 今年度からは健康診断受診者に対し、情報を簡単に入力いただくことでポイントを付与する新たな取り組みも始めております。 アプリ活用についてのご提案は、DX の観点から今後検討してまいりたいと存じます。
秋下会長	関連して申し上げますと、保健医療データの活用について、現状では難しい面がある

発言者	発言内容
	ものの、2030 年という 5 年後を目指す計画では、先取りした内容を盛り込むべきかと存じます。 医療に関するデータは本来、受診者本人に帰属するものであり、今後、医療機関のデータが本人で閲覧可能になると、スマートウォッチのデータも含め、パーソナルヘルスレコード(PHR)の範囲は拡大して行き、本人が提供するデータであれば研究にも活用できる可能性があります。行政の壁を超えて、個人が持つデータの活用についてのニュアンスをトランスフォーメーション戦略に盛り込めればと考えます。
健康推進課長	ありがとうございます。 個人情報関連の課題はございますが、今後の取り組み方を検討してまいります。 なお、PHR(パーソナルヘルスレコード)につきましては、本冊子 71 ページに記載がございます。「PHR を活用した新たな健康管理を推進していきます」という形で触れております。
秋下会長	PHR の解説には「医療機関との情報共有で質の高い医療サービスを受けることになる」という記述もあり、私の発言内容や柴田委員のご指摘の睡眠に関する内容も含まれていると思われます。
秋下会長	その他ご意見いかがでしょうか。
加藤委員	各施策の主な取り組みの「生涯にわたる健康づくり」のところで、 おやこの健康について、「父親のメンタルヘルスケアの推進」とありますが、これは両親を指すも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。これまでは「母子の健康」という表現を使用しておりましたが、板橋区では今年度から父親の育児参加にも力を入れて取り組んでおります。健康福祉センター等で実施する事業につきましては、「おやこ」という言葉を使用しながら取り組んでおります。
秋下会長	では、母親が「女性」の項目に含まれているため省略されているということでしょうか。
健康推進課長	大変失礼いたしました。母親の部分につきましては「おやこ」の部分にも含まれますし、「女性の健康」という部分にも取り入れております。
秋下会長	この概要版の文言は独り歩きする可能性がありますので、「父親のメンタルヘルスケアの推進」と書かれていて母親についての記載がないと違和感を覚える方もいらっし

発言者	発言内容
	ゃるかと思います。この表現については再考いただいたほうがよろしいかと思います。
健康推進課長	現在は素案の段階ですので、原案までにどのような形で修正できるか検討させていただきます。
秋下会長	では続いて、齋藤委員、お願いします。
齋藤委員	「父親のメンタルヘルスケアの推進」について、会社勤めの方であればストレスチェックなどが実施されていると思いますが、そういったものと重なるのでしょうか。それとも全く独自の事業なのでしょうか。
健康推進課長	おやこの健康につきましては、母子健康手帳や妊婦さんの安心ミニガイドブックの発行など、区のブランド戦略に関連した取り組みを行っております。また、父親向けの健康講座の実施やパパのための心の相談室の設置など、父親の役割に着目した育児支援とメンタルヘルスの向上に取り組んでおります。
秋下会長	そうしますと、一般的な男性のメンタルヘルスではなく、あくまでも子育てに伴うものということで区別されているということでよろしいですか。
健康推進課長	会長のご認識の通りです。
秋下会長	齋藤委員、いかがでしょうか。
齋藤委員	そうであれば、この書き方をもう少し考えていただいたほうがよいかと思います。「父親のメンタルヘルスケアの推進」だけでは浮いて見える印象があります。 また、「健康を育むまちづくり」の「自然と健康になる環境づくり」にある「AI を活用した検診の実施」は、今年度から始まった肺がんの個別検診での AI 診断を指すのでしょうか、それとも他のものを指すのでしょうか。
健康推進課長	ご指摘の通り、今年度から取り組んでいる部分を記載したものです。
秋下会長	AI 問診のようなものを検討されているわけではないのですね。
健康推進課長	2030 年に向けて、DX がどのように進化していくかという点も考慮し、いただいた視点も踏まえて検討していきたいと思います。

発言者	発言内容
秋下会長	わかりました。本文には具体的に記載されるかもしれませんが、よろしくお願いします。
齋藤委員	最後にもう一点、「マイナンバーカード等を用いた医療 DX 推進」は重要な点ですが、マイナンバーカードの普及率、特に高齢者の保有率が低いことが課題だと思います。この点についても考慮いただければと思います。
健康推進課長	ありがとうございます。マイナンバーカード自体の普及は進んでいると認識しておりますが、保険証としての利用など異なる使い方があまり浸透していない状況です。今後、区としてどのように情報発信していくか検討していきたいと思います。
秋下会長	関連して質問ですが、「トランスフォーメーション戦略」という言葉は一般的なのでしょうか。「医療 DX」や「DX」であれば理解できますが、「トランスフォーメーション」だけで使われると意味が通じるか疑問です。
健康推進課長	DX の推進について、板橋区では「トランスフォーメーション」という形の戦略を打ち出しており、区の基本計画に合わせた表現としております。
秋下会長	わかりました。
秋下会長	ではその他の意見いかがでしょうか。
松原委員	全体を見ると高齢者への配慮が後退しているような印象を受けます。 特に「フレイル」という言葉がどこまで浸透しているのか疑問です。元気な高齢者は十分に食事をとりますが、これは成人病に悪いとされる食事とは異なります。本文には「にぎやかに」などの記述がありますが、そうした説明が不足しています。 また、最後の部分が自殺対策に偏っていますが、これは高齢者にはあまり関係な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。概要版では施策を 3 つに分け、それぞれに項目を配置しております。2 枚目をご覧いただくと、高齢者の健康については「社会参加の視点を取り入れた早期からのフレイル予防」という形で記載しております。 高齢者の健康については、フレイル予防のための早期対策と、それに繋がる生活習慣病予防が重要と考えております。主な取り組みとして、健康福祉センターでの出張健康教育や、群馬大学が開発した介護予防効果が実証されている「高齢者の暮らしを広げる 10 の筋力トレーニング」など、地域のつながりを生かした健康づくりを推進しております。

発言者	発言内容
	また、シニア期の食育についても、フレイル予防の観点から取り組んでおります。シニア期には生活習慣病予防からフレイル予防へと食生活を切り替える必要があり、特に低栄養や痩せがフレイルの要因となることを周知していきたいと考えております。お年寄り保健福祉センターとも連携しながら事業を展開してまいります。
秋下会長	ありがとうございました。高齢者の部分が薄いというご意見だったと思います。「早期からのフレイル予防」の「早期」とはどういう意味でしょうか。フレイルに至るプロセスの早い段階という意味なのか、より若い年齢から取り組むという意味なのか、あるいは両方なのでしょうか。
健康推進課長	本冊子の 65 ページをご覧ください。「元気で生き生きと暮らす高齢者の割合を増やす」という分野別目標を立てており、現状と課題の中で「早期（元気なうち）」と記載しております。フレイルの早い段階からではなく、元気なうちからのフレイル予防推進に取り組みたいと考えております。
秋下会長	この段落を読むと、「早期」の意味は私が質問した前半の方になると思いますが、中年期からなど、生涯という観点では若い女性の痩せ過ぎ問題なども含めて、生涯を通じたフレイル対策が重要です。そうした意味合いも盛り込んでいただければと思います。 また、高齢者の視点から、第 6 章が自殺対策に偏っているように見えます。高齢者の孤独死や、猛暑の中でエアコンを適切に使えず熱中症で亡くなるケースなども含めた対策があってもよいのではないでしょうか。
健康推進課長	概要版の 2 枚目右側、第 6 章の計画事業として 8 点挙げており、一番下に「孤独・孤立」の視点を入れております。また「見守りネットワーク」事業として、70 歳以上の独居高齢者で希望する方を名簿登録し、板橋区や地域包括支援センター、警察、消防、民生委員などで情報共有して緊急時や見守りに活用する取り組みを行っております。
秋下会長	第 6 章「命を支える地域づくり」の中でそうした対策を実施するということですね。施策体系の「下記のような課題」の部分に、高齢者の孤独死など高齢者の命に関わる課題についても一項目あるとよいのではないかと思います。板橋区も高齢者が多いと思いますので、高齢者の方々に配慮した内容を加えていただければと思います。
健康推進課長	いただいたご意見を参考に、原案でお示しさせていただきたいと思います。
秋下会長	ありがとうございます。 その他いかがでしょうか。

発言者	発言内容
祢津委員	同じ第 6 章のところについて施策体系の 2 つ目、「女性の自殺者数は横ばいが続いており、妊産婦の死亡理由として、自殺が最も多い」と記載されている点について検討いただきたいと思います。 私が 8 月 18 日付の新聞で読んだ情報では、妊娠中の方は健康問題が 4 割程度、産後の方は家庭問題が 4 割近いという状況でした。また、「失業(退職)」という表記もありました。妊産婦の死亡理由として、「主に健康問題や家庭問題が主だ」と括弧書きで表記してはいかがでしょうか。死亡の原因や理由が伝わるほうがよいと思います。
健康推進課長	第 6 章につきましては、冒頭でご説明しました通り、「命を支える地域づくり計画 2030」については別の協議会で検討しております。西村委員が会長を務めておられる協議会で意見をいただきながら作成しているものです。本日は第 5 章までのご審議をお願いしており、第 6 章については参考意見としていただければと思います。
秋下会長	第 6 章に関しては、今日はここで議論せず、こういうものがあるとして第 5 章までを考えるということでよろしいですか。西村委員から少しご意見をいただけますか。
健康推進課長	もしご意見をいただければ、自殺対策を担当する協議会に「健康プランの協議会から意見があった」として伝えさせていただきます。西村委員、いかがでしょうか。
西村委員	以前は健康プランと自殺対策のプランが完全に別々でしたが、今年からは一つの冊子にまとめる形になりました。ただ、まだ完全に融合しているわけではなく、持ち寄った形になっています。 国から自殺対策プランを個別に立てるよう指示があり厳しい状況でしたが、板橋区が他の健康問題と自殺対策を融合させていくのは良いことだと思います。区の職員が次々と計画を作ることに追われ、実際の事業に時間や力を割けなくなるのは問題ですので、一つにまとめる形は素晴らしいと思います。 また、第 5 章までの内容は第 6 章とかなり重なる部分があります。自殺対策は特化したものではなく、すべての健康問題や社会的問題の延長線上にあるもので、それらが充実していれば自殺は減っていくものです。今回は試みとして一つにまとめる形ですが、将来的にはさらに融合させ、効果的で無駄のない政策にしていくことが大事だと思います。 先週も会議があり様々な意見をいただきましたが、すべての意見が反映されたわけではありません。ここでの意見も反映していくことは問題ないと思いますので、よろしくお願いします。
秋下会長	ありがとうございました。

発言者	発言内容
	では、その他のご意見いかがでしょうか。
齋藤委員	生涯にわたる健康づくりの中で触れられていないのが予防接種の推進です。素案の冊子を見ても予防接種については判定 B となっており、接種率は記載されていますが、接種を推進するような記載がありません。これは大きな目標として設定しておくべきではないでしょうか。
健康推進課長	ご意見ありがとうございます。事業には含まれていますが、ご指摘の通り文案としては入っていない状況です。どのような形で記載できるか検討させていただきます。
秋下会長	入れることを前提にご検討ください。
健康推進課長	補足させていただきます。太い冊子の 88 ページをご覧ください。104 番と 105 番に「予防接種の推進」として、定期接種と任意接種の項目を記載しております。説明不足で失礼いたしました。
秋下会長	予防接種には、インフルエンザ、COVID-19、帯状疱疹なども含まれるのでしょうか。自治体として補助しているものは全て記載した方が良いのではないでしょうか。
健康推進課長	基本的にはご指摘いただいたものも含めて記載しております。
秋下会長	第 3 章の「多様な要因による健康格差への対応」について、「健康格差」という表現は社会的な問題として捉えているのだと思いますが、板橋区は健康格差が特に大きいという状況があるのでしょうか。
健康推進課長	健康格差については、ご指摘の通り社会的要因など様々な部分があると感じています。私どもとして重要なのは、健康に無関心な方へのアプローチであり、そのような意味で「健康格差」という表現を使用しています。
秋下会長	「健康格差」という言葉は強い印象を与えます。個人の問題というより社会背景に関わるもので、貧富の差や教育力の差などを示唆します。板橋区がそれを課題として認識しているということですが、この表現で問題ないでしょうか。
健康推進課長	確かに「格差」という表現は強く受け取られる可能性もありますが、様々な分野でこの言葉が使われていますので、できればこのままとさせていただきたいと思います。
松原委員	「健康無関心層へのアプローチ」という表現の方が適切ではないでしょうか。

発言者	発言内容
	「格差」ではないと考えますが。
健康推進課長	複数のご意見をいただきましたので、再度検討させていただきます。
秋下会長	「健康格差」という表現は、地域による差や収入による差を示唆するものです。健康プランの中でどこまで掘り下げるかは微妙な問題かと思います。 板橋区として大きな課題と捉え、様々な場所でこの「格差」を謳っているのであれば使用も可能ですが、微妙な表現であることをご認識いただいた上でご検討ください。
秋下会長	その他いかがでしょうか。
横田委員	様々な条件が揃わないと健康は維持できないと考えます。栄養や食生活について訴えても、高齢者や働く母親にとって食事の確保は個人では難しい場合があります。 また、「誰でも取り組めるウォーキング」とありますが、一人では参加しづらいという声をよく聞きます。区役所の下にグループの紹介がありますが、遠いと参加できません。板橋の広報などで「こんなところで人を求めています」といった情報があるとよいのではないでしょうか。
健康推進課長	食育については世代ごとに適した施策を展開していきたいと思います。乳幼児期は健康福祉センターでの健診時に、学齢期は学校給食を通じて、成人期はいた Pay アプリなどを活用し、シニア期はフレイル予防の観点から取り組んでいきます。 外食や中食についても、バランスの良い栄養摂取の方法を紹介していきたいと思います。 ウォーキングについては、スポーツ推進部門、公園管轄部門、健康生きがい部の 3 部で連携し、新しいウォーキングマップを作成中です。地区ごとに区内の文化財なども紹介しながら、いた Pay 健幸ポイントと連動させて、多くの方に歩いていただく施策を展開していきます。
横田委員	ご説明いただいた内容が早く実行され、各年代の方々が利用できるようになるとよいと思います。皆さんのご協力や教育委員会との連携、シャッター商店街の活用なども含めたセッションができるとよいと考えます。
秋下会長	柴田委員、お願いします。
柴田委員	食育に関連して、93 ページに野菜果物摂取量の不足や減塩推進などが挙げられています。97 ページには野菜充足度測定機器の活用が記載されていますが、最近は尿測定によって塩分やカリウム摂取量が推定できるようになっており、減塩指導や野菜摂取推

発言者	発言内容
	進に活用されています。こうした技術を使ったイベントも一つの施策と考えます。 また、食環境整備も重要とであり、一人で調理できない方は外食や購入が多くなりますが、板橋区の企業と協力して健康経営の観点から食環境整備を進めることも一つの方向性ではないでしょうか。
健康推進課長	ベジチェックについては様々なイベントで活用しており、保育園でお子さんに測定してもらうと家庭でも話題になるなど、好評をいただいています。 塩分については、国も様々な取り組みを行っており、食品表示の見方や外食・中食での減塩のコツなどの情報発信を行っていきます。区内では「健康づくり協力店」としてバランスの良い食事を提供するお店などを登録し、民間と協力して区民の健康を支えています。 また、他区で「ナトカリ比」を運用している例もあり、現在調査研究を行っているところです。
小井土委員	高齢者に関して、区の事業「元気力測定会」に参加してきました。多くの方が自ら応募して参加されており、自分では元気だと思っている方々ですが、測定を通じてできると思っていたことができなかったり、以前はできていたことができなくなってきたことを確認する機会になっています。 野菜に関心を持つ高齢者は多く、私が携わっているランチクラブでも「野菜が多くて嬉しい」という声をよく聞きます。しかし、この世代には野菜だけでなくタンパク質をしっかり摂取していただきたいと思います。バランスの良い食事の中でも、高齢者にはタンパク質を多く含む食品の摂取を強調した取り組みをお願いします。
健康推進課長	ありがとうございます。 高齢者の食事については、バランスの良い食事というと野菜中心というイメージがありますが、ご指摘の通りタンパク質など様々な栄養素をバランスよく摂取することが重要です。どのように区民に PR していくか検討していきます。
秋下会長	生活習慣病予防の観点では野菜不足が課題ですが、フレイル予防ではタンパク質が重要な視点になります。この点を盛り込んでいただければと思います。 また、野菜の名前を 10 個言えるかどうかは認知機能の評価にも使われます。「認知症と言われないために野菜を頑張って食べましょう」という発想も面白いかもしれません。
秋下会長	他にいかがでしょうか。 渡辺委員、お願いします。

発言者	発言内容
渡辺委員	高齢者の孤独という言葉がありましたが、障がいのある方や生きづらさを抱えてひきこもり状態になっている方々も一人で生活している場合が多くあります。障がいのある方は親が元気なうちはよいですが、親が亡くなると一人で暮らすことになり、時に孤独死もあります。区民全体から見れば少数かもしれませんが、そういった方々がいることを理解していただきたいと思います。 また、「健康無関心層へのアプローチ」という表現がありましたが、障がいのある方は無関心ではなく、支援者がいなかったり理解できなかったりして健康状態を維持できない場合もあります。一人一人の置かれた状況に応じたアプローチをお願いします。
健康推進課長	障がいをお持ちの方やひきこもりがちな方、孤独死についてのご意見をいただきました。区では様々な計画を作成しており、福祉分野でも別の計画がありますので、いただいたご意見をお伝えさせていただきます。
祢津委員	食事内容だけでなく食事回数についても触れたいと思います。区の最重点施策として子ども・若者への支援が謳われていますが、今日の新聞によるとシングルマザーズフォーラム東京の調査で、ひとり親世帯の子どもは夏休み中に 1 日 2 食以下が約 4 割に上ったとのことです。2 学期が始まり学校給食が再開してよかったと思います。
健康推進課長	区民健康意識調査でも朝食を摂らない方が一定数いることを認識しています。バランスの良い食事内容とともに、適切な食事回数も重要ですので、どのように PR できるか検討していきます。
小井土委員	84 ページの 68 番「はすのみ教室」に「各種講座で趣味、料理、体操など」とありますが、料理は現在実施していないと思います。今後実施する予定なのでしょうか。
健康推進課長	ご指摘ありがとうございます。現在、事業内容について所管と調整中で精査している段階です。
秋下会長	確認をお願いします。
健康推進課長	所管に確認させていただきます。
横田委員	前回、子宮頸がんの話があり、後輩たちに伝えたところ、テレビで子宮頸がんの特集を見た方が多く、印象に残っていたようです。医療関係者だけの努力ではなく、メディアを通じた情報発信が効果的だと感じました。J:COM にて、板橋区の PR 放送などを行っていたかと思いますが、板橋区は J:COM と提携しているのでしょうか。

発言者	発言内容
健康推進課長	JCOM には区のイベントを取材していただいており、先月までは職員がウォーキングに関する紹介を行い、区役所内のサイネージで放映していました。J:COM とは緊密に連携して区の事業 PR を行っています。
秋下会長	ぜひそういったメディアを活用していただければと思います。J:COM の契約者は板橋区では非常に多いと聞いています。 他にご意見がなければ、この議題についてはこの程度でご了承願いたいと思います。 それでは本日の議事は以上になりますので、事務局へお戻しいたします。
健康推進課長	本日はお忙しいところ活発にご協議いただき、また貴重なご意見・ご要望をいただきまして誠にありがとうございました。皆様のお力添えをいただきながら健康増進に努めてまいりたいと考えておりますので、引き続きよろしくお願い申し上げます。