

平成26年草津市健康づくり推進協議会健康増進部会会議録		
日 時	平成27年1月22日(木) 午後2時00分～3時40分	
会 場	草津市役所 601会議室	
出席者	委 員	内田和則部会長、山元陽子副部会長、井上佐知子委員、伊庭徹也委員、田中晃仁委員、高須緑委員、上村洋子委員 [計7名、順不同]
	事 務 局	健康福祉部副部長・平尾和義、健康増進課長・田中みどり、健康啓発グループ長・舟木朋宏、保健推進グループ長・藪田祐子、健康増進グループ長・相井麻希、健康増進グループ・田中亜紀、小寺牧子、服部由佳、美馬千沙、健康啓発グループ・川内千香子
欠席者	委 員	大林千恵子委員
会 議 資 料		別添のとおり

## 1. あいさつ

平尾副部長挨拶

本日、平成26年度『草津市健康づくり推進協議会 健康増進部会』の開会にあたり、委員の皆様には、御多用のところ、御出席をいただき、誠にありがとうございます。日頃は、本市保健衛生行政に多大なる御支援、御協力を賜り、この場をお借りしまして、厚くお礼申しあげます。さて、本日は、糖尿病対策や各種けん診、また昨年度に策定いたしました「草津市自殺対策行動計画」に基づく事業実績と今後の事業の推進について、御協議をいただきたいと考えております。皆様の忌憚のない御意見や御提言をお願いしたいと思います。今後とも皆様方より一層の御支援と御協力をお願いいたしまして、簡単ではございますが、開会にあたっての挨拶とさせていただきます。本日は、どうぞよろしく願いいたします。

## 2. 報告・協議

### 1) 糖尿病対策について

資料1に基づき、事務局より説明を行う。

(部 会 長) 今の内容につきまして御質問や御意見等ございましたらお願いします。糖尿病対策は、毎年この会議で協議をしてきています。様々なことを積極的にされていますが、どのような方法が市民の方の関心を引くのでしょうか。

(事 務 局) HbA1Cを、貧血のヘモグロビンと勘違いされている方がまだまだ多いというのが現状です。糖尿病という病気はよく耳にはされますが、自分とはあまり関係の無いところで考えておられるような状況です。健診を受けていただき、自分の体を知って生活を振り返っていただくという取り組みを行いたいと思っておりますが、生活習慣病相談につきましても、参加者があまり多くはない状況です。これから一層啓発をしながら、必要な方については出来るだけ保健指導につなげて、予防できるようにという取り組みを重点的にやっていかなければならないと考えております。

(部 会 長) そうですね、早期発見するために、このような活動をされていると思います。健診を受けるきっかけは、自分に少しでも関わりがあると思ってもらうことだと思います。

(副 部 会 長) 私は、栄養士会に所属しています。資料の中のヘルスアッププロジェクト2014の「生活習慣病の食と運動のヘルスチェックデー」「ヘルシー料理教室」と、なごみの郷、ロクハ荘で実施した「糖尿病予防料理教室」を一緒にさせていただきました。これらに関わらせてもらい、糖尿病に関する若い人の関心は低いように感じました。「糖尿病予防教室」は、なごみの郷とロクハ荘という場所の関係もあってか高齢の方が来られました。やはり、40歳代50歳代、それ以前の年代の方への意識付けが、大事ではないかと思いました。「糖尿病予防教室」は、参加された方は大変関心があり、家族が糖尿病なので自分も勉強したいという方もおられましたが、この事業は26年度で終了と聞いています。できればこのような地道な活動ですが、一般市民の方の参加しやすい場所、例えば、公民館や、もっと若い世代の方が集まられるようなところを会場にして、事業の継続が出来たら良いと感じています。

(部 会 長) 料理教室というのは、実際に糖尿病予防の料理をされたのですか。

(副 部 会 長) 糖尿病予防食なので糖尿病の治療食ではないですが、例えば1日1600kcalとか1食500kcal台から600kcal以内で、塩分も3gに抑え、食品構成も伝えています。三回連続講座です。

(部 会 長) 具体的なメニューを実際紹介されているのですか。

(副 部 会 長) HbA1cや血糖値等の用語の話を約30分行い、野菜たっぷり薄味でも美味しいものが出来るという調理実習を3回実施しました。3回するとお伝えしたいことを理解していただけるような気がします。2か所で開催しましたが、10人程の参加でした。少ない人数ですが、このような事業は続けていただきたいと思います。ただ、「予防」や「糖尿病」という名称を用いると、敬遠されるとアンケート結果に記載がありました。

(部 会 長) 「ヘルシー食」「肥満予防食」といった名称がよいのでしょうか。

(副 部 会 長) 「糖尿」という名称は、私自身は入れた方がよいとは思っています。

(部 会 長) その他の委員の方、なにかありませんか。糖尿病の予防対策などで、保健所が主導で実施しているものはあるのでしょうか。

(委 員) 保健所は全体の連携やどのようにそれぞれの施策が進んでいるかのモニタリングが役割になっています。各市で行なわれている施策を見ている立場であり、それぞれの良いところを伝えていき、それぞれの市に役立てていただくところが役割になっています。今回、新規の事業として、幼稚園、小学校、中学校の若い世代の保護者をターゲットにチラシを配布するとか、各小学校区への健康教育をするとか、そういった取り組みをされることが挙がっていますが、幼稚園、小学校、中学校の親御さん向けに情報が渡るということはとても良いことだと思っています。今後、公民館で行う教室等の小学校区単位での取り込みを力を入れていくと、将来的に浸透していく事業になっていくのではないかと他市の状況と比較して感じているところです。

(部 会 長) 予防という観点からいうと、30歳代、40歳代の方が対象となりますので、小学校の保護者の方等にアプローチされることは効果も大きいと思います。

歯科の先生のほうから何かありませんか。

(委 員) 糖尿病は、全ての病気に関連しています。私も本会議に数年前から参加しています

が、以前、歯周病と糖尿病の関連性について説明させていただきました。近年は、歯周病と糖尿病の関連性を市民の方に知ってもらうような普及はされているのでしょうか。私としましては、歯周病と糖尿病の関連についての啓発を行なっていきたいと思います。

(事務局) 資料にもありましたが、健康推進員が地域での啓発に使用する「糖尿病予防啓発パネル」に、今年度は歯周病と糖尿病の関連も追加しています。

## 2) 特定保健指導について

資料2に基づき、事務局より説明を行う。

(部長) 病院では、健診を受けられた方にお一人ずつ説明しておられますか。

(委員) 説明はさせていただいていますが、インフルエンザの患者さん等が多いと、病院では十分な時間がとれないので、市の特定保健指導のように、ゆっくりと時間をとって行ってもらえるのは助かります。患者さんの中には、「糖尿病の薬を飲みだすと、一生飲まないといけないのか」ということを言われて、薬を飲み始めるときに抵抗がある方もおられます。薬を飲む必要が出てくる以前の段階で、生活習慣の見直しを頑張ってもらえたらと思います。一人だけで頑張るのはやはり限界があるので、身近に患者さんの事をしっかり見ていただける方がいらして、励ましてもらえるというのは、禁煙等もそうですが、良いところがあると思います。特に事例1の方はすばらしい結果ですよ。参加された方の多くの方が上手くいっているのでしょうか。

(事務局) 全て参加者の方がここまでの結果を残されるわけではありませんが、ほとんどの方が体重減少等の結果がでています。

(委員) 特定保健指導の実施期間にきっちり来ていただくというのは難しくないですか。

(事務局) 仕事の都合等もありますが、出来るだけ個別で時間をとって、終了できるように指導させてもらっています。

(委員) 健診を受けに来てもらうにはどうするのか、来てもらったら結果を説明して、次に特定保健指導に行ってもらうのにはどうするのか。色々な段階で、上手に声かけが出来れば良いのですが、なかなかそれが難しいのが現状です。先日来られた患者さんに、「出来たらもっと風邪とか流行ってないときに検査しに来てもらったほうが有難かったんだけど」と言うのと「体重を減らしてから来ようと思っていたら、こんな時期になってしまった」と言われていました。その気持ちもよくわかりますので、受診率をあげるためには、どのような声かけが良いのかと日々悩んでおります。

(部長) 市のほうで指導されるのはどういう方が担当されているのですか。

(事務局) 保健師と管理栄養士が担当し一回あたり一時間くらい指導させていただいています。

(部長) マンツーマンですか。

(事務局) 積極的支援は、初回だけ集団指導で、生活習慣病や栄養の基本のところをお伝えし、その後のフォローはマンツーマンでさせていただいています。

(部長) 事業所委託をされているとのことですが、その事業所は保健指導を専門で行っている事業所なのでしょうか。

(事務局) 保健師や管理栄養士などを雇用し、保健指導を専門に行っている事業所があり、草

津市と同様に保健師、管理栄養士に個別指導いただいています。

- (部 会 長) 制度が始まった時、私もこの動機付け支援をするというところで手を挙げましたが、対象者が少なく、時間もかかりますので、今は行っていませんが、健診の際には、受診勧奨や生活習慣病の注意点等を説明しています。医療機関では、血液検査の結果が出た際に、その結果を見て説明することが多いです。健診が終わった時点で、特定保健指導の対象者かどうかの判断が難しいですね。
- (事 務 局) 医療機関で全ての検査項目を入力された際に、特定保健指導の対象者かどうかの判定が出てまいりますので。そちらをご覧頂いて再度市民の方を呼んでいただき、御説明いただくという形になっております。特定保健指導でやはり参加率が高いのは、湖北等の集団健診でやっておられるところです。結果がその場で住民さんにタイムラグなくお伝えできるのはメリットだと思います。草津市の場合は医療機関委託ですので、どうしても2か月くらい結果が遅れますが、結果が出た際に先生方にはぜひ御本人様に御説明いただきたいと思います。
- (部 会 長) 結果を見て医師が判断し、特定保健指導に該当するようなら行ってくださいと指導するとよいのですね。
- (事 務 局) はい、そうです。ぜひ御協力をよろしくお願いいたします。
- (委 員) 検診票に積極的支援とか、動機付け支援とか対象になる方にはもっと大きくマークが付いて書面になって医療機関に返ってくると分かりやすいのですが。
- (事 務 局) 検診票等の様式については県医師会と国保連合会、代表市町が協議されていますので、県医師会にも御要望いただけると幸いです。私どもは、国保連合会から結果が来まして、そこから特定保健指導の勧奨文を送りますので、どうしても先生方がお伝えくださった時期とタイムラグが出てまいります。勧奨についての御協力よろしくお願いいたします。

### 3) 生活習慣病相談・栄養相談、健康教育について

資料3に基づき、事務局より説明を行う。

- (部 会 長) 特定健診でHbA1cが保健指導域であった方が50歳代で50%はすごい数値ですね。保健指導域の方ってHbA1cが何%以上ですか。
- (事 務 局) HbA1cが5.6以上の人です。
- (副 部 会 長) 相談に来られている方の年代層はどれくらいですか。
- (事 務 局) 年代層は、若い世代から高齢の方まで様々です。プレ特定健診後、健康相談の案内を見て来られた30歳代の主婦の方もおられます。
- (委 員) プレ特定健診の対象年齢は何歳ですか。
- (事 務 局) 19歳から39歳までです。
- (部 会 長) 歯科では、プレ特定健診のように若い世代の方に健診をされているのですか。
- (委 員) 節目歯科健診を40歳から10歳刻みで行っています。今、問題になっているのは、高校までは健診があるけれど、大学から就職して40歳まで自分で行かない限りは集団健診が無いことです。今後、県の方ではこの年代にも健診を行ってほしいとの話があるようです。
- (事 務 局) 39歳以下というところで言いますと、草津市は妊婦歯科健診がございます。

- (部 会 長) 相談をしたいというのは、病院に行って相談するほどではない方が受けられるんですね。何らかの不安があって相談に来られるのでしょうか。
- (事 務 局) 本年度はプレ特定健診受診者に対象を絞って御案内をさせていただきました。今までは病院のほうで何か言われたとか、健康に関しての不安があるという方が来られるケースが多かったのですが、今年度から若い世代の、まだ症状として現れてない方へのアプローチも必要という事で始めました。
- (部 会 長) そうですね、相談というか啓蒙という感じですね。
- (委 員) 脂質異常のところはLDLコレステロールが入っていないのは何故ですか。
- (事 務 局) プレ特定健診の結果が、特定保健指導対象者の基準値に一つでも該当している方に相談の案内を送らせていただいています。特定保健指導では、中性脂肪とHDLコレステロールの値でしか判定しておりませんので、この値だけになっている状況です。
- (委 員) 動脈硬化のことを考えるとLDLも大切だと思います。
- (部 会 長) いわゆるメタボ健診の診断判定を踏襲しているということですね。現実問題、LDLが非常に重要ですね。HbA1cは入っていましたか。
- (事 務 局) メタボの基準項目では、HbA1cは6.0以上と少し進んだような状況であり、血糖に関しても保健指導域の方を対象としています。
- (部 会 長) もっともっと相談に来てくださる方が増えるといいですね。

#### 4) 各種けん診について

資料4に基づき、事務局より説明を行う。

- (部 会 長) がん検診の受診率は、前年度と比較して、肺がんだけ良くて、他は少し悪いですね。肺がん検診はなぜ受診率が良いのでしょうか。
- (事 務 局) おそらく、特定健診とあわせて受けられる方が非常に多いからだと思います。今までの住民健診と同じように特定健診の中にレントゲン検査があるという認識をされている方が非常に多い状況で、セットで受けておられると思われれます。高齢者の方の受診が非常に多いという状況ではありますが、受診率は高いという結果になっております。
- (部 会 長) 肺がんはレントゲンだけですから、どこの施設もほとんどありますけれども、婦人科の検診や胃がんなどは一定の施設でしか出来ないという、そういうのもありますよね。
- (事 務 局) 胃がん検診に関しては、最近ではおそらく内視鏡で受けられる方が増えてきていると思われれます。市の検診は、バリウム検査になります。全国的にも滋賀県の受診率は低く、更に草津市は低いという状況です。
- (部 会 長) 実際、病院にクーポン券を持ってくる人がとても多いので、クーポン券は注意を引くひとつの手段だと思いますがどうでしょうか。
- (事 務 局) クーポン券は確かに一時の受診率は上がると言われてはいますが、無料なので受けられるという事で、継続受診には繋がらないというデータも出ております。がん検診については定められた頻度で、例えば年に一回であれば年に一回受けていただくことで、早期がんの発見につながると思います。今後も継続受診に関しましては、先

生方にお声かけをお願いできればと思います。

(部 会 長) 肝炎ウイルス検診に関しては一回で済みですね。

(事 務 局) はい、草津市の検診としては一生に一回です。

(部 会 長) 他のがん検診は毎年する必要がありますね。

(事 務 局) 子宮がん、乳がんに関しては2年に一回、その他の胃がん、大腸がん、肺がんは年に一回となっております。

(部 会 長) 歯科健診の受診率は低いのでしょうか。

(委 員) そうですね、歯科の場合は視診と簡単な歯周病の検査と指導になりますが、例えばレントゲンを撮ることが出来ればもっと受診人数が広がるのではないかと思います。目で見てわかるのは自分で見ても分かるというものもあると思います。やはり、虫歯や歯周病では直接生死につながるような危険をすぐには感じないでしょうし、そのようなことが受診率にも影響していると思われると思います。

(部 会 長) 目で見るというのはポケットの深さとかでしょうか。

(委 員) はい、ポケットの深さを測ったりといった歯周病等の簡単な検査です。それも全歯ではなく、一部分だけするやり方があります。規格化された簡単な歯周病かどうかを判断する簡単な基準があり、それに沿ったやり方です。

(部 会 長) 健康推進員さんは、がん検診等は受けられていますか。

(委 員) はい

(部 会 長) しっかり検診はされているのですね。すごいですね。やはり関心のある方はきちんとされていますね。

#### 5) 自殺対策について

資料5に基づき、事務局より説明を行う。

(部 会 長) 今メンタルヘルスの問題で毎日のようにやっておりますけれども、草津市で20人くらいの方が亡くなっている。先ほどありましたけれども、いわゆる病気の方でしょうか。うつ病とかそういう意味ではなくて、全くそういうのとは関係なしに自殺が起こったのでしょうか。

(事 務 局) 亡くなられる直前にはうつ病になっておられるかもしれませんが、もともと受診されていた方は一部になります。死亡小票の情報だけでは、分からない場合が多いです。小票に記されていた方々は、市の精神担当者や他部署の関わりのない方でした。相談に繋がっている方は、自殺を止められている部分があるのではないかと感じております。

(部 会 長) ゲートキーパー研修会、非常に多くの方が参加されていますが、これを受けることで市の職員が対応するということなのでしょうか。

(事 務 局) 市の窓口には様々な悩みを持って来られます。「死にたい」という訴えでなくても、例えば少し落ち込みがあったり、これだけ困っているので消えてなくなりたいとか、そのような自殺のサインを発しておられる場合には、どの窓口でも気付いていただけるように、そのようなことを考えて今年度は全職員を対象にさせていただきました。

(部 会 長) 病院ではなくて市役所にそういうことを言いに行く市民さんがおられるのですか。

(事 務 局) 経済的なこと、年金、障がい、学校や子どものこと等の問題で相談に来られます。

いくつか問題を抱えておられると、うつ的になったり、自殺へ気持ちが向いておられたりします。そのような段階で気付いたら、ゲートキーパーとして力になれると思っています。

(部 会 長) そうですね。保健所はなにか取り組みはされていますか。

(委 員) 精神保健担当がおりまして、自殺対策をすすめています。

(事 務 局) 滋賀県の精神保健福祉センターの自殺予防情報センターが主になって、今年湖南圏域で、自殺未遂者に対しての取り組みを行っておられます。自殺未遂をされ救急搬送された後、病院で家族や本人に、自殺予防情報センターの支援、保健所や市の支援内容を紹介し、同意を得た方について支援を開始するという事業です。来年度は滋賀県全体でそういう動きをしていこうという流れがあります。

(部 会 長) この相談リーフレットはすごいですね、色々な相談の窓口が書いてあり便利ですね。

(事 務 局) 各医療機関にも配布しましたので御活用ください。

(部 会 長) 待合室に置いたらすぐになくなるのではないかと思います。

(事 務 局) 足りないようでしたら、お渡しさせていただきます。

#### 6) 精神保健事業について

資料6に基づき、事務局より説明を行う。

(部 会 長) 圧倒的に病気・服薬等の相談が多いのでしょうか。

(事 務 局) それ以外の相談内容もありますが、多いのは病気や服薬に関しての相談です。

(部 会 長) 訪問というのは実際その方のところに行かれるのですか。対象の方は通院されていると思いますが、医師には聞かずに保健師の説明を受けるということでしょうか。

(事 務 局) 医療に関して、例えば具体的にどういう薬をどういうタイミングで飲んでいくかというところの治療に関しての御相談というのは、主に先生のほうにされることとなります。病気ゆえに生活がし辛いという相談であったり、御自宅におられる間の困りごとであったり、心配に思われるような内容については相談を受けています。他に、医師に体調をどのように相談したらよいのかという相談もあります。なかには医療に繋がっていない方もおられますので、日々訪問する中で徐々に関係作りを行なって医療に繋げさせていただくこともあります。

(部 会 長) 精神的な悩みは人に相談しにくいので、そういうのを聞いてもらえる窓口、精神科に受診するほどではない方も含め、市が窓口になってくれたら、相談しやすいですね。

(部 会 長) それでは、本日の次第は全て終了いたしました。その他なければ平成26年度草津市健康づくり推進協議会健康増進部会を終了したいと思います。ありがとうございました。