

令和元年度第1回健康いわき推進会議 議事録

保健福祉部健康づくり推進課

令和元年度第1回健康いわき推進会議議事録

1 日時 令和元年8月29日(木) 16時15分から18時15分

2 場所 総合保健福祉センター 3階 健康学習室

3 出席者

(1) 委員 (20人)

委員	清水	敏男	委員	佐藤	一美
委員	木村	守和	委員	林王	克明
委員	小野	栄重	委員	八巻	功一
委員	吉川	真一	委員	中島	幸江
委員	中山	哲志(代理 鈴木 明美)	委員	大川原	由子
委員	高萩	周作	委員	強口	暢子
委員	秋元	英典	委員	篠原	清美
委員	赤津	雅美	委員	坂本	満恵
委員	阿部	敏明	委員	箱崎	洋一
委員	埴田	有美子	委員	三瓶	詔宏

(2) オブザーバー (2人)

福島県いわき地方振興局企画商工部	主査	加藤	守
福島県教育庁いわき教育事務所	次長(業務)兼学校教育課長	塚本	英樹

(3) 事務局 (21人)

保健福祉部	部長	飯尾	仁
	次長(兼)総合調整担当	柴田	光嗣
	次長(兼)健康づくり・医療担当	園部	衛
保健福祉部健康づくり推進課	課長	鈴木	隆宏
	課長補佐	鈴木	英規
	課長補佐兼統括保健技師	永山	美紀
	健康政策係 係長	石山	学
	健康政策係 主査	作山	亜希子
保健福祉部保健福祉課	課長	駒木根	通人
保健福祉部障がい福祉課	課長	長谷川	政宣
保健福祉部地域医療課	参事(兼)課長	藁谷	孝夫
保健福祉部地域包括ケア推進課	参事(兼)課長	佐々木	篤
保健福祉部介護保険課	参事(兼)課長	鶴沼	宏二
保健所	所長	新家	利一
保健所	次長(兼)検査課長	吉村	公孝
保健所総務課	参事(兼)課長	鹿野	康夫
保健所生活衛生課	主幹(兼)課長補佐	門馬	將洋

保健所地域保健課	課長	吉野 優子
こどもみらい部	次長(兼)総合調整担当	中塚 均
産業振興部	次長(兼)総合調整担当	渡邊 伸一郎
教育委員会事務局	次長(兼)総合調整担当	柳内 博明

4 議 題

構成団体における健康づくりの取組みについて

5 会議の公開等について

議事に先立ち、次の事項について決定された。

- (1) 本会議について、原則公開とすること。
- (2) 議事の公開に際して、市ホームページに会議資料及び議事録の掲載を行い、周知を図ること。
- (3) 議事録の公開にあたり、議事録署名人を設けること。(会長、副会長を除いた委員の中から、会長の指名により毎回2人ずつ選任)

※ 本日の議事録署名人について、吉川委員、三瓶委員が指名された。

6 会議の概要

(1) 構成団体における健康づくりの取組みについて

発言者	内 容
各委員	<p>【各委員より資料に基づき説明】</p>
A委員	<p>小学校におけるがん教育について、厚生労働省や文部科学省から県を通して話が入ると思うが、いわき市では、学校医を中心に対応し、学校医で対応できないところは当会経由で対応できるような体制を作るなど、是非いわき市で具体化して進めていきたい。</p> <p>子どもに教育することで子どもが大きくなったときの期待もそうだが、さらに親への情報伝達も考えていかなければいけないと思う。親世代は仕事が忙しかったり、子育てに忙しかったりで、健康について学ぶ機会があまりないのではないかと考えている。</p> <p>もし、今後協力してできることがあれば、他団体も含め、少人数でも、健康医療に関して当会から話を聞きたいということがあれば、是非、当会事務局へ連絡いただきたい。</p> <p>禁煙に関しては、2020年、日本禁煙学会が、福島で開催されるが、是非、禁煙に関する話も当会に話をいただければ対応さ</p>

	<p>せてもらう。</p> <p>そして、私の方から皆さんにお話をしたいのは、イギリスでパン職人がパンの塩分の濃度を少しずつ下げたら、高血圧、脳卒中が減ったという事例がある。</p> <p>いわき市は海産物を送り合ったり、漬物をお茶請けにしたり、塩分摂取が多い地域なので、地域で食べているもの自体の塩分を制限していけたら、おそらく高血圧、脳卒中、心臓病に関連した病気が減らせるのではないかと思う。</p> <p>ぜひ市長からも声かけしていただいて、事業者を集めて、食べ物、塩分を減らす、あるいは、惣菜を出すときに、野菜を多く含んだ、ヘルシーなものを作ると特典があるというような、環境を整えるという、食べるものから健康に知らず知らずになっていくことも是非取組んでいただきたいと思う。</p>
B委員	<p>長野県は平均寿命が全国トップクラスだが、新聞等で見ると、長野県民と福島県民の食塩の摂取量は対して変わらない。</p> <p>長野県は、高菜の漬物を食べている。本当に塩分が影響あるのかなど、素人なもので、不思議に感じている。</p> <p>昨日もテレビで、塩分をとらなきゃだめという話もあった。我々は良く分からない。是非、教えていただきたい。</p>
A委員	<p>極端に汗をかいている状態で塩分を補給せず水分だけ補給していると、低ナトリウム血症になり意識障害が出たりするので、塩分摂取も適切な量は必要である。</p> <p>今年からいわき市の健診で尿の塩分を測定して、一日に摂取している塩分の量を計算して患者へ渡しているけれど、6g程度の方もいれば、12gという方もいる。適切な量までも塩分を使わないのは良くないので、6g程度くらいになるように、特に12gなどというのは多すぎる。極端に塩分が0でいいというのは、絶対ない。塩分が必要なのは間違いない。</p> <p>長野がどれくらいとっているかデータ的にわからないが、主に高血圧、脳卒中に関連することでは、塩分摂取が多い人の発症が非常に多いということは明らかに言われていることである。</p>
C委員	<p>この時期、塩分の取り方難しいと思うが、大事な事は、高血圧があったら塩分の取りすぎはよくないということ。普通の人</p>

は取っても良い。

例えば、高血圧とか大体の病気の半分は遺伝で決まる。両親が高血圧となれば、塩分は控えた方がいい。

だが、高血圧がないのに塩分を控えている、そして血圧が低い人がある。特にこの時期は、血圧が低いとそれだけで突然死の原因になる。

だから、何のために塩分を減らすのかというのを一般の人にも理解していただきたい。

この夏、血管系の病気で亡くなる方が多くいるが、塩分は何のためにとるかという、水分を体内に貯留するために取るのであって、水分だけ取っても汗と尿として流れてしまう。塩分と水分と一緒に取って初めて血液の中に水が溜まり、溜まりすぎると血圧が上がる。塩分を取らないと血液が増えないので、血圧が下がったままということになる。

この時期には適度に塩分、水分を取るのが良いため、押しなべて塩分が悪いというのではなく、自分の体の病気と体調によって変えることが大切だと思う。

あと、脳卒中、心筋梗塞、心血管が多いというのに関連してだが、大体、血管の病気は遺伝的要因と環境要因の二つというのが分かっている。両親の血管系が凄く丈夫であれば、お酒飲んでもたばこを吸っても大丈夫といえる。

ところが、いわき市は血管系の病気が多いということは、両親がそういった遺伝子を持っているということになる。

そうすると、環境をさらに考えていかなければならない。

だから、必ずしも一概には言えないということと、健診で血圧や血糖を調べるというのは、10年先の健康にはすごくいいのだけれども、我々いわき市は喫緊の課題で、1～2年の間に脳卒中や心筋梗塞を減らさなければいけないと思うので、そのためには健診の内容をもう一段回掘り下げて行わなければと感じている。

特に脳卒中で「ノックアウト型」と言われる突然死につながるような重症な脳卒中というのは、心臓からくる心原性脳塞栓症か、首の血管が細いためにおこってくる脳梗塞である。この2つは、心電図と頸部エコーをやらないと分からない。

だから、この健診をどこかに多く詰めていただけると脳卒中は目に見えて減ってくるのではないかと思う。

会 長

大変勉強になった。

自分も含めて、市民の皆さんに健康になっていただくという

	<p>のが非常に大事なことである。</p> <p>今回いろいろとそれぞれの団体から健康に関する情報の共有があった。</p> <p>自分も市民の皆さんにいわき市の健康指標は非常に悪いという話をさせていただいて、会津地方といわき地方の寿命の長さでは会津が長いと言うとみんな驚く。</p> <p>当然会津は寒いし、いわきは温暖、海の幸も美味しい、多分いわきの方が長生きだろうとみんな思っているけれども、実際の数値は違うという結果が出ている。</p> <p>市民の皆さんがいわき市の数値が悪いというのを知ることから、始めるというのが大事だと感じている。</p> <p>今回、医療関係、福祉関係だけではなく、企業、商工団体にあえて入っていただいて、そちらの方からも情報を共有していき、健診受診率をアップしていくとか、そういったことを目指してこの会議が設置されたので、こういった話し合いを深堀して行って、何とか令和 10 年くらいには指標がずいぶん改善したと実感できるいわき市にしていきたいと考えているところである。</p>
D委員	<p>健診という言葉が先ほどから上がっているが、当団体は保護者でありながらサラリーマンや企業の社長などいろいろな方がいる。逆にいうとお母さんが正社員でなく、パート、いろいろな立場で、子どもの送り迎えなど、なかなか時間がとれないため健診にいけないという女性の方が多いのではと感じる。</p> <p>お父さんは会社の健康診断を受けているから健康であるとお母さん方はいうが、女性についても、今後この会の中で対応策があれば教えていただければと思う。</p>
E委員	<p>皆さんから、商工団体がこの会議に入ることで大変有意義になるとの話をいただいて、多少プレッシャーは感じているところだが、経営のトップにもっと従業員のことを思いやる気持ちを持ってもらうことは、今の話を聞いて徹底してやらなければならないことだと思っているので、そういう気持ちをまず、経営のトップに伝えたいと改めて感じた。</p> <p>受診率を上げ、早く見つければ、なんとか対応できる。</p> <p>本年の健康元年を契機に市長の意を汲んで医師会の先生など、皆さんと連携していき、受診率を上げるように徹底して経営のトップを指導していきたいと思っている。</p>

会 長	<p>いわき市としても指標が悪いというのは重々わかっているが、なかなか手を打つことができなかったというのが正直なところである。</p> <p>今年はずっと令和元年と、健康元年が一致した訳であるため、今年を境にV字回復をみなさんと協力しながら目指していきたいと思うので、よろしく願いしたい。</p>
-----	--

(2) その他

発言者	内 容
	【事務局からの報告に対し、特に委員からの質問等は無かった】

本議事録に相違ないことを証明するため、ここに署名する。

令和元年9月20日

議事録署名人

吉 川 真 一 ⑩

議事録署名人

三 瓶 詔 宏 ⑩