

【議事録】

審議会等名	令和5年度第1回つくばみらい市健康づくり推進協議会
開催日	令和5年6月15日（木曜日）
開催場所	つくばみらい市役所伊奈庁舎 3階 大会議室
出席者	<p>〔出席者〕 9名</p> <p>小田川 浩 会長</p> <p>町田 幸子 委員</p> <p>松本 敦 委員</p> <p>青木 一郎 委員</p> <p>岩井 千鶴 委員</p> <p>野田 秀平 委員</p> <p>秋田 政夫 委員</p> <p>松本 譲二 委員</p> <p>飯塚 伸泰 委員</p> <p>〔欠席者〕 1名</p> <p>海山 智隆 委員</p> <p>〔事務局〕 保健福祉部長及び健康増進課 7名</p> <p>草間部長、関口課長、飯泉課長補佐、新関主査、堤精神保健福祉士、菅野管理栄養士、木野内係長</p>
議案	<p>(1) 「健康つくばみらい21プラン」に関する事業の令和5年度実施計画について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康増進計画について ・食育推進計画について ・自殺対策計画について <p>(2) その他</p>

議 事 概 要	<ul style="list-style-type: none"> ・ 開会 午前10時00分 ・ 委嘱状及び任命書交付 ・ 会長あいさつ ・ 事務局紹介 ・ 議案 <p>(1)「健康つくばみらい21プラン」に関する事業の令和5年度実施計画について</p> <p style="text-align: center;">＜事務局より健康増進計画について説明＞</p> <p>○委 員 免許証返納など様々な理由で、健康づくりに関する相談や教室に行きたくても行けない方のために、学校の有効利用なども視野に入れた、行けない人が行きやすいような環境を作っていたらありがたい。</p> <p>○委 員 スポーツの観点から言うと、日常の運動を積み重ねることで、ある程度の筋力維持をすることができる。閉じこもってしまい何もしないでいると、どんどん体力低下が進み、悪循環になってしまう。</p> <p>そこで身近で簡単な、誰でもできる取り組みやすい運動の啓発ができないか。1日10分でも職場や家庭など、どんな場所でも持続可能な運動を提供できるようなしくみを作ればと思う。</p> <p>○事務局 ぜひスポーツ協会と一緒に取り組みができればと考えている。</p> <p>健康づくりは、健康増進課だけが行う、介護福祉課だけが行うと言ったやり方では、地域には根付いていけないと思っている。関係課が横のつながりを持ち、それぞれの意見を合わせて地域に浸透できれば、より健康管理の充実が図れるので今後一緒に考えていきたい。</p> <p>○議 長 事務局はスポーツ推進室に話をして、話を進めてほしい。</p> <p>●承認</p> <p style="text-align: center;">＜事務局より食育推進計画について説明＞</p> <p>○委 員 前回は「早寝、早起き、朝ごはん」の言葉があったように、朝食を食べることはとても大切だと思っている。</p> <p>文化芸術基本法に食文化が追加されたことにより、ぜひ</p>
---------	---

つくばみらい市文化芸術祭で食育をPRしてほしい。今は共働き家庭が多く、家庭で食育に時間をかけることは難しいが、引き続き市民のみなさんに伝えてほしい。

○委員 スポーツの観点から、朝食を摂取することはとても重要で、人間は食べないと身体を動かすことは難しい。ライフスタイルの変化で、今は昔より身体を動かす機会が減っている。摂取カロリーと消費カロリーのバランスが崩れると、成人病に結びついていくため、そのバランスを良くする食育を推進できればと思う。

また地産地消はとても大切で、つくばみらい市は非常に恵まれた環境にある。今後、世界的に食糧難の時代が来ると懸念されており、従来の農作物では足らなくなるという食の変化も考えられるので、ぜひ地産地消を推進することにより、今ある「食」の大切さを市民のみなさんにPRしてほしい。

○委員 食生活改善推進協議会でも、別室でお子さんを預かり、隣の部屋でお父さんやお母さんが調理をする子育てスマイルクッキングを実施しており、その活動の中でも朝ごはんの大切さや、なぜ減塩が高血圧予防につながるのかを伝えている。つくばみらい市では子育て世代が増えているが、家にこもりがちな方もいると聞いている。そういった方にもぜひ、お子さんと一緒に来られる子育てスマイルクッキングを知ってもらえたらと思う。

また学校給食もとてもありがたく、以前給食センターで試食をした際に、薄味に仕上げられてあり、たくさんの具材の味がしてとてもおいしかった。しかし、給食があるのは中学校までであり、大人になるにつれて塩分摂取量が増えていく傾向にあるので、その部分も引き続き啓発をできればと思う。

●承認

<事務局より自殺対策計画について説明>

○委員 自殺者は毎年増えている。子供の自殺も増えており、コロナの影響で居場所を失った可能性もあるのかなと思う。先ほどの健康増進計画でもあったが、スポーツ協会と健康増進課が健康増進面でつながるように、関係課で

	<p>横の連携を大切にして、ぜひ子供たちや市民の方々の命を守っていただきたい。</p> <p>○委員 学校の職員は、子供たちの命を守ることを一番に考えている。子供たちの教育でも、道徳や普段の生活の中で、命の大切さを教育していかなければならないと日々努力をしている。</p> <p>そこで、学校の教職員も、子供たちの自殺予防を図るような市の研修に参加させていただけるような配慮をお願いしたい。</p> <p>○事務局 今年度の市職員向けの研修も、講師とどのような方向で実施するか調整中なので、教職員向けに特化した内容の研修ができるか確認し、教育委員会と連携させていただきたい。</p> <p>○議長 回数を増やすなどの対応はどうか。ぜひ実施してください。</p> <p>○委員 なかなかそういった機会がないため、市で開催していただければ、とても身近ですぐ参加できるのでありがたい。ぜひ連携したい。</p> <p>○委員 第三者的に見て、学校の先生は両親よりも長く子供たちと接していて、子供たちと様々な活動を行っている身近な存在である。子供たちが家に帰れば、その役割は両親になるわけだが、先ほども出ていた横のつながりが、先生方と両親の間でできれば、情報や意見交換ができて、今までお互いが見えていなかった部分がたくさん見えてくると思う。</p> <p>ぜひみなさんで協力し合って大切な命を守っていただきたい。</p> <p>●承認</p> <p>(2) その他について</p> <p>○委員 現在、対面で実施されるものが増えているが、今後は新型コロナウイルスの感染者が増える時期を考慮していただきながら、様々な活動や計画を展開していただければと思う。また、県からの情報なども確認してほしい。</p> <p>感染者が増加した場合の対策としても有効な、ICTの活用を今後も続けていただきたい。</p>
--	---

	・ 閉会 午前 11 時 10 分
そ の 他	傍聴者 0 人