

議事録

審議会等名	令和7年度第3回つくばみらい市健康づくり推進協議会
開催日	令和8年1月7日（水曜日）
開催場所	つくばみらい市役所 伊奈庁舎2階 会議室1、2
出席者 欠席者 事務局	出席委員 小田川会長、町田委員、大岩委員、岩井委員、本多委員、飯島委員、飯塚委員 欠席委員 海山委員、青木委員、小林委員 事務局 片倉部長、石井課長、小菅課長補佐、反町係長、倉持管理栄養士、堤精神保健福祉士、木野内係長、宮内（地域計画）
議案	(1)「第2次健康つくばみらい21プラン」に関するパブリックコメントの結果について (2)今後のスケジュールについて (3)「健康つくばみらい21プラン」に関する令和7年度事業実績について ・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 (4)その他
その他	1 開会 午後1時30分 2 あいさつ 3 協議事項 (1)「第2次健康つくばみらい21プラン」に関するパブリックコメントの結果について <質疑応答> なし (2)今後のスケジュールについて <質疑応答> なし (3)「健康つくばみらい21プラン」に関する令和7年度事業実績について <健康増進計画について説明>

委 員 健康増進室の運動教室「バレトン」とは何か。

事務局 バレエ・ヨガ・フィットネスの要素を合わせた運動である。

委 員 クックパットの更新頻度はどのくらいか。

事務局 毎週金曜日、週1回の頻度で新しいレシピをあげている。

議 長 歯科検診の結果は、歯科医から見ていかがか。

委 員 市民の方は熱心に受診していて素晴らしいと思う。ただ、もっと幅広い世代で検診を受診して欲しい。集団検診は、かかりつけ医がいない方が多いのではないかと感じる。市の検診では限界があり、レントゲンを撮って話などはできず、その時の口の中の状況だけで判断せざるを得ない。本当は個々にデータを取りれるといいが、それは診療になってしまふ。現在の成人歯科検診は、困った方だけが来ているように感じる。30代働き盛りの方などは、悪化した状態で検診に来るので、本来はもう少し若い方に啓蒙するといいのかなと個人的には思う。

事務局 若い方や特に子さんがいる方、妊婦の方は意識が高く感じる。定期的な受診に繋がるとよいと思っている。

委 員 子供は受診するが、親は受診しない。そもそも歯科医院は行きたくないところなので、症状がなければ行かない人が多い。しかし予防は大切で、口腔内細菌は、全身疾患につながると言われている。人間は食べるのは口なので、その口がよくないと全身への影響が当然あると思う。

議 長 子どもたちの虫歯についてはどうか。

委 員 以前より少なくなった。親御さんはしっかりやられていると思う。ただ、食べ物が欧米化していることで、あごの発育が悪く、歯並びが悪い印象がある。

また、ホワイトニングの需要も増えているが、歯の色素を漂白するので、エナメル質はもろくなってしまう。

それと、コロナ禍以降マスクをしているが、口の中は細菌が増殖する環境になっており、さらに表情筋を使わなくなることで唾液の分泌が低下している。口腔ケアについては、マスクが要因の一つかと思う。

<食育推進計画について説明>

委 員 食生活改善推進員の活動として、あさのいちで、子どもたちに主食・主菜・副菜を考えてもらったが、学校で習ったと言っており、学校で食の大切さを話してもらえていたと嬉しく思った。また、若者世代に食育の話をする機会があり、食の

	<p>大きさや、自分の適正体重を知り、生活習慣を整えることを伝えられた。</p> <p>議長 朝食を食べていない子どもたちは最近どうなのか。</p> <p>事務局 アンケートでは、ほとんどの子どもたちは毎日食べていると回答しているが、子どもは食べているが親御さんは食べていないという方もいる。</p> <p>議長 ヤングケアラーといった子ども達の食事はどうしているのか心配である。</p> <p>委員 今は食卓を囲むというよりは、一人で食べている子どもが多いようだが、共働きが多いため、どうしても一人で食べるが多いのだと思うが、残念に感じる。</p> <p>委員 日本はフードロスの問題もある。好き嫌いはあると思うが、給食のメニューによっては残ってしまうと思う。</p> <p>議長 栄養士は栄養を考えて献立を考える。家族で食べればバランスよく食べられるかもしれないが、一人で食べると好きなものだけ食べてしまうことがあるのではないか。</p> <p>委員 だしの試飲は素晴らしい取組だと思うが、だしを取るのはとても時間がかかる。簡略化できる方法なども分かると普及するのかと思う。</p> <p>事務局 だしを取ることは材料費もかかる。啓発する際には、文化の継承にもなるので、お正月にどうですかといった声掛けや、減塩にもつながるだしパックの紹介もしている。</p>
	<p><自殺対策計画について説明></p>
	<p>委員 様々な取り組みをしているのがよく分かった。近隣の精神科病院と連携した勉強会は、市独自で実施しているところはあまり聞いたことがなかったので素晴らしいと思う。ぜひ今後に繋げて欲しい。また、市の中の連携が素晴らしいと感じた。市役所内の連携が統一すれば、住民にとって更に良いサービスに繋がるので継続して欲しい。</p> <p>委員 各窓口における相談件数に要保護児童は含まれているか。</p> <p>事務局 この中には含まれていない。連携して動いているケースであれば含まれている可能性もあるが、別でカウントしているものがほとんどだと思う。</p> <p>委員 データを見ると、市内での自殺者は年々増えているので大変だと感じる。児童相談所や学校とは連携はできているのか。</p> <p>事務局 対応が必要であれば声がかかるようになっており、子どもだ</p>

	<p>けではなく、その家族に対するフォローなども一緒に行うケースもある。</p> <p>議長 子どもたちへの対応については、おやこまるまるサポートセンターが力になってくれるかと思う。</p> <p>(4) 「その他」について <質疑応答> なし</p> <p>4 閉会 午後3時05分</p>
	傍聴者 1名