

「健康おおつ21（第3次計画）・第4次大津市食育推進計画専門部会」の会議結果

- 1 開催日時 令和8年1月21日 火曜日
午後2時00分から午後3時30分まで
- 2 開催方法 会場（大津市保健所1階大会議室）
- 3 出席者 委員 9人
会場 尾辻委員、山元委員、大西委員、今井委員、清水委員、
門田委員、岡崎委員、西村委員、宮崎委員

事務局 12人
中村保健所長、山元長寿福祉課主査、山田保健予防課長補佐、木本健康
推進課長補佐、坂口母子保健課長補佐、服部衛生課長、徳田衛生課係長、
白須保健総務課長、片岡保健総務課長補佐、平田地域保健推進室次長、
高田中すこやか相談所長、宮本地域保健推進室技師
- 4 議題 (1) 国の動向～健康日本21（第三次）について～
(2) 健康おおつ21（第3次計画）・第4次大津市食育推進計画につ
いて

5 会議概要

- (1) 開会
- (2) 所長挨拶
- (3) 委員、事務局紹介
- (4) 会長、副会長の選出
- (5) 議事（概要は以下のとおりです。）

事務局	議事1、国の動向～健康日本21（第三次）について～、事務局から資料1に 基づいて説明。
議長	質疑応答がなかったため、議事2に進行。
事務局	議事2、健康おおつ21（第3次計画）・第4次大津市食育推進計画について、 事務局から資料2～4に基づいて説明。
議長	各団体での取り組みや意見も伺いたい。 まず西村委員に資料5を説明いただき、県の取り組みを教えてください。

西村委員

「健康いきいき 21-健康しが推進プラン- (第3次)」は国の健康増進計画に基づき、滋賀県でも令和6年4月から第3次として位置付けている。

今まで長年取り組んできている栄養・食生活、身体活動などの人の健康づくりに加えて、それを支える健康なまちづくりを進めていくというところが、新たな視点として追加された。また、みんなで作ろう「健康しが」の取組にも力を入れている。企業、地域団体、自治体等、様々な団体が協力関係を構築し、活動創出するためのプラットフォームである共創会議も活用して、それぞれが県民の健康づくりに繋がる活動を作り上げるため取組んでいる。

不調が出てきてから健康について考えるのではなく、小さい頃から将来を見据えた健康づくりをしていくということで、大学を巻き込み、若い世代をターゲットとした取組もここ数年進めている。

ICTを活用した取組の推進として、事務局の説明でも出てきたビワテクを活用し、リスク分析や自分ごととして健康づくりに主体的に取組む健康データとAI分析を活用した健康づくり推進事業として仕組みを構築中である。ビワテクは県内の市町と共同した事業なので、それぞれが健康づくりについて頑張るのではなく、互いに連携し、活動の幅を広げていくことを考えている。

議長

全体について意見等あれば伺いたい。

山元委員

資料3の9ページに歯と口の健康と書いているが、現在、フッ化物洗口事業を市内モデル小学校において実施している。3年目になるため、これを早く大津市全域に広げていただきたい。

歯の健康を子供たちに教えるということは、自分の体を自分で守るという教育の第一歩となる。

以前就学時健診に、支援学校に通学予定の子が来たことがある。その子は臼歯に神経までの虫歯があった。保護者は「この子は口が開けられない。」と話し、健診も少し押さえながら実施した。このような場合は治療も大変であり、子ども自身も辛い思いをする。支援が必要な子たちには特に最初のところで虫歯予防をきっちりしないと、本当に辛いことになることを知っていただきたい。

資料に肥満児が多いとあるが、家庭状況は口の状態に出るとも言われている。

歯周病に関しても、口の状態が悪いと歯周病になるが、糖尿病の方は必ず歯周病や歯周炎と歯茎が悪くなる。糖尿病と歯周病というのはすごく密接な関係があり、歯周病が良くなると糖尿病も良くなるため、そのようなところも知識として持っていただきたい。

あと唾液のことは書いていないが、唾液は口の筋肉が動くことで出る。唾液は大事なものだが、唾液が出なくなる食べ方もある。唾液を持っていかれる食べ物もあるが、その場合もお茶や汁物で流し込むのではなく、噛む回数を多くしていただきたい。あまり噛まずに唾液を出さない食べ方の癖がある方は、結局口の中

が乾いて悪循環になる。

歯ごたえのあるものや繊維のあるものを出しましょうとなると、子どもの好き嫌いもあるため、お茶をご飯と一緒に置かないだけでも、何回も噛んで飲み込む癖がつくのではと思っている。

また、ジュースの自動販売機が最近では学校にもあるが、500ml のペットボトルには 30 g ぐらいの砂糖が入っている。1 日の砂糖の摂取量は WHO では 25 g と言われているため、それをはるかに超える砂糖が一本飲むと入っている。歯垢が増えると、歯周病や虫歯にもなるため、水やお茶を飲みましょうということを進めていただきたい。

事務局

滋賀県の公衆衛生学会では、フッ化物洗口を推進してこられた先生が発表されました。

30 年間の統計から、幼稚園からフッ化物洗口を始めた子たちが 6 年生になったときの齲歯の状況が確実に改善していたそうです。子供時代だけではなく、成人期になっても、フッ化物洗口を経て大人になった子たちの口腔内の状況は良いと話されました。

あともう一つ、最近の歯磨き剤はフッ化物がたくさん入っていますが、日常的にフッ化物の濃度が高い歯磨き剤を使ってたとしても、やはりフッ化物洗口をすることで口の中の状況が良くなるため、上乘せ効果はさらにあるという話をしてくださってました。

山元委員

日本で売られている歯磨剤は 1, 450ppm が一番高いが、それでせっかく磨いても、何回もうがいをして出してしまう方が多い。

今 8020 を達成してる方は 50% を超えているが、大人虫歯はものすごく今増えている。歯茎が少し下がると歯頸部の表面が出てくるが、そこは上の部分がやわらかくて、虫歯になる。詰め物をしてその縁は虫歯になりやすいところであり、全年齢にわたってフッ素を応用していくことはとても大事なことになる。

大西委員

薬局は 2016 年の 10 月から健康サポート薬局が運用開始している。去年の法改正で、健康サポート薬局から健康増進支援薬局に名称が今後切り替わっていくが、現在大津市内で健康サポート薬局の届け出をしているのが 10 薬局あり、定期的に各薬局で健康イベントをやっている。例えば、ベジチェックや料理の塩分濃度を測定等、薬局によって工夫を凝らして地域の方の健康を支援していくという形で運用をしている。

あと、低栄養予防事業では大津市や栄養士会、医師会の先生方と連携し進めている。これは 75 歳以上の方で、低栄養の状態評価表が 11 以下の方、もしくは総合評価で 23.5 以下の方に対して、栄養士と薬剤師がご自宅を訪問して食事や生活の聞き取りや服薬状況の確認を行っている。

喫煙は様々な分野で悪影響を及ぼしているため、これに関しては滋賀県の薬剤師会とコラボして、企業に禁煙支援の出前講座の依頼があれば、その企業の近くの薬局の薬剤師に出前講座という形で講師派遣して、企業にお話をさせていただいている。

門田委員 薬剤師会に企業さんから直接依頼されるのか。

大西委員 そのとおりである。県の薬剤師会に申し込みがあり、県の薬剤師会から、申し込みのあった企業のある地域の薬剤師会に話がる。

門田委員 大津市には勤労者の総合保健支援センターがあり、そういうところにもニーズの声が寄せられると思う。また、けんぽ滋賀支部からも声があると思うので、そのようなところとタイアップするとよりよく進むのではと思う。大津市も窓口になって皆をつないでいただきたい。

大西委員 やはり受動喫煙や副流煙とかは問題視されているため、そういった意味合いでもご依頼いただけたら、講師派遣させていただく。

今井委員 当協会では直接的な健康増進とは少し切り口が変わってるが、食中毒も健康被害というところから、食中毒の防止を中心に取り組んでいる。

まず年2回、市内の飲食店や食品関係者の事業所に向けて、HACCPの推進を目指しながら、巡回指導を行っている。指導員が各地域を順番に回り、食中毒を大津市からなくそうと取り組んでいる。

また、当協会の青年部が主体となって、市内の保育園、幼稚園に向けて、手洗い教室を行っている。教室は紙芝居や簡単な劇といった内容で、児童に対して手洗いの重要性を伝えていくよう指導している。

おおつ健康フェスティバルにおいては、食育の一環として、地元産物であるえびまめの無料配布等の事業も行っている。

事務局 資料2の13ページの辺りから見ていただきますと、今回の計画は健康づくりだけではなくて食育計画も一緒に入っていますので、やっぱり地産地消を進めていきたいとか、地域の食文化を継承していきたいとか、あるいは食品ロスを削減したいといった思いも計画の中に入っていますので、またよろしく願います。

清水委員 大津市と一緒に保育園や幼稚園、こども園に、朝食を食べましょうをテーマに、保護者の方へのお話、子どもたちに対して人形劇で食事の大切さを伝える活動をしている。朝食の欠食率が20代で高いため、一昨年からは大学生に対しても朝食に関して講義をしている。

滋賀県栄養士会としては、滋賀県の大津市以外の大学でも朝食の大切さとバランスよく食べましょうと糖尿病予防をふまえた話を、今1ヶ所で実施している。今後、滋賀県栄養士会として、高校に対してもそういった活動をしていきたい。

門田委員

今回多くの評価項目がある中で半分はもうすでに、改善に向かいつつあるということはすごい成果だと思う。

説明にあった循環器疾患の死亡率の件は、大津市は人口34万都市ということで、1人、2人でも率として上がって影響があると思う。ただ、直近のものが令和4年なので、やはりコロナの影響を大分受けているのではと思う。恐らく、コロナのときは医療の手配等が芳しくなかったことや、コロナ自体も血栓をつくってしまう、促進してしまう疾患のため、高齢者で特に血栓性の疾患が増えた影響が大きいと考えられるので、今回の様々な生活習慣や環境改善の取り組みを続ければ必ず改善すると思う。気の長い話だが、気落ちせずに続けて取組んで欲しい。

あとは、子たちの食事状況、それから栄養状況、運動状況というのが芳しくない。それぞれの取り組みを見ると、子どもが小さい幼稚園、保育園のときは、非常に丁寧に取り組みをされてると感じた。そして親御さんも多分、その時にはとても関心が強いと思う。それで小中に上がっていくと、やはり親も少し目が離れていく。学校側としてたくさんの教育科目の中の1つとしての部分にはなるので、いろいろ努力はされてるが、大変なんだろうと思っている。

滋賀医大では近江八幡市と連携し、小学校や中学校で大学生が喫煙予防や薬物乱用予防の出前講座をしている。学校の先生方からは、いつもと違う、自分たちと年齢の近い人が来たうえ、SNSからの薬物情報等の断り方等自分たちに非常に身近な情報がもらえるというところから生徒の関心も高いと好評いただいた。

資料を見ていると、龍谷大学では学生向けに取組まれているので、これを学校現場の方とも連携して、継続して続けて展開していただけたらと思った。

歯については先ほどもおっしゃったが、小さいときから歯に関心を持つことでしっかりと、自分ごととしてとらえてもらうことが重要。どうしても中年期、壮年期になるとおろそかになってしまう。そういったところも含めて、高齢者までのケアが行き届くようにしなければいけないと感じた。特にこの辺りは環境改善なので産業界との取組、例えばスーパーなども巻き込んでキャンペーンをする等、みんなで、市全体で、活動を継続するのが大切だと思う。

岡崎委員

龍谷大学の栄養学科は管理栄養士の養成校であり、管理栄養士を目指す学生たちと一緒に食育に関わる活動を行っている。

資料3の1ページには、大津市と一緒にしているもので、夏休み小学生の親子料理教室がある。朝食をつくってみようとして、小学生でもつくれそうな、おにぎり野菜料理と簡単なデザートとを大学生と一緒につくって食べ、朝食と野菜の重要性というのを気づいてもらうことを目的に、2年連続実施しており、次年度

も引き続き実施予定である。

本学の学生でも栄養士の養成課程じゃない一般の学生は、食に関する興味関心が低い者も多いので、私が持っている教養科目の講義の中で1コマ、栄養士会から来て朝食についてお話をいただいている。普段話している私よりも外部の先生に来ていただくと学生も前を向いて耳を傾けている。

私も栄養士会のメンバーでもあるため、学生と一緒にいろんなところに出向いているが、高島市の高校の文化祭では、高校生に向けて野菜摂取の啓発をしている。やはり、大人が言うよりも、年齢の近い大学生が話してくれた方が高校生もフランクに興味を持って聞いてくれていると感じる。そこでは野菜と朝食を合わせて啓発しており、大津市でもそのような機会があればと思っている。

宮崎委員

健康推進協議会連絡協議会は大津市と一緒にボランティアで活動している。

専門的な知識はないため、ご指導いただいたことを、地域の方やご近所さんにお伝えして広める活動を今後も継続していきたい。

議長

特定健診等、大津市は転出入が多い割には比較的一定が保てていると思った。

健康おおつ21を知らない市民は結構多い。私自身も「何か旗は見たことあるけど。」等言われたことがある。せっかく一生懸命取り組んでいるので、もう少しこういうものがあることを市民に知ってもらえるとよい。

校医をしていると、特に高校とか、学校の先生とかでも「何で朝ご飯食べなあかんの。」と言う人もいるので、県単位等で取り組んでもらうといいのかと思う。先ほどのお話では学生がかなり活動されていた。社会人になって勤務しだすと余裕も少なく、限られた人しか接する機会がないため、高校、大学ぐらいの学生さんに話をしてもらうのはよい。子どもの頃はやらないと怒られるからやってるだけなので、例えばマスク1つにしても何でマスクをするのかを分かるようになるのは中学校の高学年ぐらいからである。また、例えばマスクの仕方でもずらしてつけない等の思考が働いてくると思うので、そこは高校や大学あたりでもう一度、何のためにやっているかを考えてもらう機会だと思う。

岡崎委員

大学で若年女性の痩せという話をすると、ちょうど10代から20代になる学生たちが対象だが、その時点で痩せすぎは健康に悪いと話しても、もう「痩せたい」の気持ちの方が強くなってしまっていて、「それは分かったけれど、でも私はダイエットがしたい。」っていう子がすごく多い。そのため、20代30代の痩せを減らすなら、もう少し前、中学生とか高校生に入らないとなかなか難しいと感じている。高校に入っていく、学校現場に入っていくの難しいところがあると思うが、大津市のパワーで、高校生にアプローチする機会が増えてほしい。

山元委員

歯科教育は学校だけでなく、成人以降も歯科の教育をすればするほどその健康

格差が広がるということが分かっている。健康格差を作らないためには、やはり小さいときからの切れ目ない教育が大切だと思う。

歯科治療に費用がかかる人は生涯の医療費がかかるということも分かっており、早期からの教育が大切である。

むし歯も歯周病も遺伝ではなく、感染症であり、スプーンとかお箸を別にしたぐらいでは感染は防げない。手にも菌がつき、主な養育者のばい菌を子どもがもらうことになる。それが悪玉菌なのか善玉菌なのか、特に悪玉歯周菌を持っている方が一番厄介で、そういうのを増やさないためにも、定期的な歯医者での歯のクリーニングが重要になる。

そういう知識をお母さんになる方等少しでも早く、切れ目ない教育の発信で、皆様の健康を守る第一歩としていただきたい。

事務局

先ほどから小さいときからの習慣がずっと続いて影響を与えていくという話がありましたが、すこやか相談所では乳幼児健診も含めて、保護者やお子さんと直接接する機会がありますので、今日いただいたご意見を職員に伝えていきたいと思えます。

また大学生との連携についても複数ご意見出ておりましたが、大津市も実習生として、大学生に来ていただいており、今年度も保健師の実習の中で、学生に啓発資料を作ってください、イベントで啓発いたしました。

これからもそのような活動を続けるヒントをいただけたと思っております。

事務局

栄養士会や、龍谷大学にご協力いただきながら、朝食欠食率をいかに下げるかというところを取組んでいます。20代30代の若い方の欠食率が高いので、その年代の方をターゲットにしていろいろ取り組みをしようというところなんです。また、小さい頃からの習慣はとても大事だと思います。大人になってから食べていなかった習慣を直すのは難しいですが、小さい頃から必ず毎日朝食を食べてた人は大人になって環境が変わっても、食べる習慣が身につけてると思いますので、20代、30代の方の啓発と小さいお子さんの啓発を今後も続けていきたいと思っています。

事務局

先ほど岡崎委員から女性の痩せの話題が出ましたが、今年度来年度にかけまして、自殺対策の計画を見直すワーキングの中で、子どもたちの痩せの傾向が心のバランスを崩すことに繋がっているということも検討しておりますので、広く捉えて健康づくりというところで、教育委員会等も含めて、取り組みができないかと今日の意見も参考にさせていただきたいと思えます。

事務局

資料3の9ページに、令和6年度の歯科事業の内容が記載されています。歯周病検診が30歳からと書いていますが、今年度からさらに25歳も歯周病予防検診

の対象に広げ、より若いうちから歯についての健康を考えていただきたいと実施しております。

あと、特定健診は集団でもやっていますが、集団で特定健診を受けた方には、結果を1ヶ月後に説明をしている機会を設けています。そこでは唾液で検査する歯周病のリスクチェックをさせていただいて、その結果に応じて、歯科衛生士が保健指導をする事業を今年度から本格的に実施しております。

事務局

健康おおつ21でもライフコースアプローチという言葉が出ており、その時点の健康づくりではなくて将来を見据えたというところで、妊娠期や乳幼児期は非常に重要と以前から分かっていたことですが、ここ数年様々な場面でそのことを強く取り上げられる機会がさらに増えてきたと思っております。

そのような中で、今年度、国がプレコンセプションケアということで5ヵ年計画を出しまして、将来を見据えた健康づくりの中にやはり乳幼児期だけでなく、妊娠期からということが言われており、市としてもそういう観点で、事業を展開する部分が増えています。

小学生に向けてはプレコンセプションケアの冊子を独自に作り、小学校6年生に配布をして学校で教材として活用していただいたり、それを教材にしてこちらから出前講座に伺ったりといった取り組みも徐々に増えてきております。

事務局

高齢期では介護予防だけでなく、成人期からの保健事業をつないでいく保健事業と介護予防の一体的な実施を行っております。その中でもいくつか柱がありまして、高齢者は低栄養というところが1つ大きくなってくるため、健診結果をもとに、ハイリスク者に対してのプログラムを組ませていただいております。

大西委員からもお話いただきましたが、低栄養の要因にもいろいろある中で、お薬をたくさん飲まれているということが高齢者にとっては、よくある1つの特徴となりますので、お薬の整理と低栄養という観点から、薬剤師会と栄養士会にご協力をいただき、昨年度からモデル的に低栄養の取り組みを実施しています。

高齢期につきましては、口腔機能、嚥下機能というところにも注目しており、独自で口腔プログラムを歯科衛生士が作成し、個別プログラムとして訪問させていただいています。

大学との取り組みとしては、ここ数年間、龍谷大学と一緒に高齢者向けの栄養レシピの開発をお願いしています。ただ作ってもらうだけではなく、広く、皆様に活用していただけるような展開を考えていけたらと思っております。

議長

事務局には、色々と方法等を述べていただきましたが、この意見を十分に受けとめていただいて、保健行政の推進に、頑張ってくださいること信じております。

(6) 閉会