

令和5年度長野県健康づくり推進県民会議

日 時 令和6年2月15日（木）
午後3時～午後5時

場 所 Web会議
長野県庁本庁舎特別会議室

1 開 会

2 あいさつ

○福田健康福祉部長

皆様こんにちは。長野県健康福祉部長の福田雄一でございます。

県民会議の開会に当たりまして一言御挨拶を申し上げたく存じます。

本日は大変お忙しい中、長野県健康づくり推進県民会議に御出席をいただきまして誠にありがとうございます。また日頃から県政とりわけ健康福祉行政の推進にそれぞれのお立場で御理解、御協力をいただいていることに重ねて御礼を申し上げます。

さて、元日に発生いたしました能登半島地震ですが、広範囲にわたり甚大な被害をもたらしました。多くの方々が避難をされる中、災害関連死を防ぐため、感染症対策や長引く避難生活による体力低下の予防等、また多職種による命を守る支援が重要となっております。

本日御参加の皆様のご所属される団体でも、それぞれのお立場で支援に携わっていただいているところもあろうかと思えます。感謝を申し上げたいと思えます。

さて、本県では、今年度で最終年度となります第2期信州保健医療総合計画に基づきまして、健康づくりを含めた保健医療施策に取り組んでまいりました。さらに今年度は、令和6年度からスタートいたします次期保健医療総合計画の策定に向けて、また各分野で専門的な協議・検討を行っていただいたところでございます。健康づくり分野につきましても、国が示した「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」を参考にしつつ、新たな視点も取り入れながら第4次健康増進計画の策定に向け、協議・検討を行ってまいりました。

例年、本会議におきましては、信州保健医療総合計画の健康づくり分野において、関係する皆様方とその年度における進捗状況を確認・評価しながら取組内容などを共有させていただき、それぞれの施策への反映を図ってきたところでございます。

本日の会議は、これまでの取組の評価や皆様方の活動内容の共有に加えまして、本県の保健医療施策の方向性を示す次期計画についても、説明をさせていただきたいと考えております。皆様方からの忌憚のない御意見をお願い申し上げ、簡単ではございますが開会に当たっての挨拶とさせていただきます。

今日はどうぞよろしくお願いいたします。

○事務局

本日御出席いただきました皆様は名簿のとおりでございます。

なお、会議内容は、議事録を作成いたしまして、県のホームページで公表することとしておりますのでよろしくお願いいたします。

3 会議事項

○事務局

これより会議事項に入りますが、初めに座長の選任を行います。選任につきまして構成員の皆様から異論がなければ事務局から皆様に御提案したいと思っておりますがいかがでしょうか。

意見がないようですので、事務局案といたしまして、座長に、長野県医師会副会長の飯塚様を推薦いたしますが、いかがでしょうか。よろしいでしょうか。

それでは、座長を飯塚様をお願いしたいと思います。よろしく願いいたします。

○飯塚座長

皆様こんにちは。ただいま座長に御推薦をいただきました長野県医師会副会長の飯塚です。

皆様方におかれましては大変お忙しい中、本日の健康づくり推進県民会議に御出席をいただき誠にありがとうございます。この会議は、信州保健医療総合計画に含まれます各種計画に基づく、健康づくりの取組について、関係機関、団体等の取組を共有するとともに、相互に連携しながら効果的な推進を図ることを目的としています。皆様方から忌憚のない御意見等をいただきたいと考えておりますので、よろしく願いいたします。

なお、本日の会議は、17時を終了とする予定ですので、御協力をよろしく願いいたします。

- (1) 信州保健医療総合計画（健康づくり分野）の進捗状況評価及び
第3期信州保健医療総合計画（第4次健康増進計画）の策定について

○飯塚座長

それでは、会議事項に入ります。

会議事項（1）信州保健医療総合計画（健康づくり分野）の進捗状況評価及び第3期信州保健医療総合計画（第4次健康増進計画）の策定について、事務局の健康増進課から御説明をお願いいたします。

○健康増進課 説明（資料1～4）

○飯塚座長

ありがとうございました。ただいまの事務局からの御説明に対しまして、御質問・御意見等のある方は、手を挙げる等の意思表示をしていただきたいと思います。御質問等はございますか。

御質問等はないようですので、次に移りたいと思います。

- (2) 令和5年度における健康づくりの取組について

○飯塚座長

会議事項の（2）「令和5年度における健康づくりの取組について」に移ります。

まず、県から説明をいただき、その後、各機関、団体から事前に御報告をいただいた資料をもとに、御説明をお願いいたします。

それでは、健康増進課から御説明をお願いいたします。

○健康増進課 説明（資料5）

○飯塚座長

ありがとうございました。

それでは、各機関、団体から、「令和5年度における健康づくりの取組について」これは資料6になりますが、説明をお願いしたいと思います。大変申し訳ございませんが、時間の都合上、御説明は、2分程度でお願いしたいと思います。資料の順番に、御指名をいたしますので、御発言の際はマイク、カメラをオンにして御発言をいただきたいと思います。

それではまず、長野県医師会の取組について私から説明をいたします。

資料6に書いてありますように、長野県医師会では、健康づくりの取組として、テレビあるいはラジオで、疾病や健康増進に係る情報提供をしているところでございます。テレビCMやリーフレット「みんなのけんこう」等で発信をしておりますが、テレビCMでは、がん検診等について、情報の提供をしております。

今、地球上では紛争あるいは災害、また新興感染症等の流行が起こっているわけでございますが、長野県医師会としては、この健康づくりについて、とても大事なこととして、食糧自給率の向上を図ることがとても大事ではないかと考えております。この水も含めた食糧自給率を日本、それから長野県、東北中南信のそれぞれの地域で自給できるような仕組みをつくることによって、健康づくりが推進されるのではないかとということを長野県医師会は考えております。

以上です。

続きまして、長野県歯科医師会、新津様、よろしくお願ひいたします。

○長野県歯科医師会 新津常務理事

長野県歯科医師会の新津です。いつもお世話になっております。

長野県歯科医師会としましては、まず大きな目標としまして、検診受診率の向上、健康格差の縮小、そしてオーラルフレイル対策を掲げております。

その中で、まず1ページから3ページになりますが、まず、歯科口腔保健分野におきましては、令和5年度の主な取組としまして、新聞、ラジオ、テレビ等を通じた歯科口腔保健啓発活動に力を入れております。今年度は、知事と本会会長が出演したテレビCM等を作成しております。そして、本会のユーチューブチャンネル等SNSへの動画投稿です。イベントの都度、歯科保健啓発等の動画の作成をし、投稿を行っております。

2ページ目のその他の取組としまして、県民参加型の「歯と笑顔のフォトコンテスト」を開催しております。

3ページの「こども8020推進員育成事業」は、やはり健康長寿を目指すためには、子どもの頃からの生活習慣が非常に重要になってくるということで、令和6年も実施の予定になっております。

その下「オーラルフレイル対策事業」です。先ほど県から「フレイル」の認知度が非常に低いという説明がありましたが、私どもも力を入れていかなければいけないと、さまざまな取組を行っております。そして、今年度は、県、多くの関係団体の方々に御参加いただきまして、オーラルフレイル対策タスクフォースを立ち上げまして、県民への普及啓発事業等を検討しているところなんです。

生活習慣病に関しましては、1ページ目ですが、各種大会等の開催、そして各関係団体との研修会等による講演、そして各関係団体との連携等を図って、さまざまな事業を取り組んでまいりました。

最後に糖尿病対策です。こちらがなかなかうまく連携ができていないところもありますので、令和6年度も引き続き、力を入れてやっていきたいと思っております。

以上です。

○飯塚座長

新津様、ありがとうございました。

続きまして、長野県薬剤師会の石塚様、よろしくお願ひいたします。

○長野県薬剤師会 石塚副会長

長野県薬剤師会の石塚です。よろしくお願ひいたします。

まず、県民参加のACEプロジェクトと、生活習慣病セルフメディケーションに関する分野となります。ACEプロジェクトの実践事業として、「健診を受けましたか」という事業では、薬局の窓口でポスターの掲示、チラシを配布させていただいております。こちらは、各市町村の健診の時期に合わせて、各地域で配布時期を決めさせていただいております。

4ページ目「受けよう歯科チェック」という事業では、先ほどの歯科医師会の先生からもお話がありましたように、オーラルフレイルも含めて、歯科医師会の先生方と協働しまして、窓口でお薬のチェック、歯科チェックと歯科受診という形で案内をさせていただいております。

「3）フレイル予防」は、栄養士会の先生方と協働いたしまして、窓口において「栄養のバランス大丈夫ですか」のパンフレット配布とフレイルチェックをさせていただいております。必要に応じて、栄養士会の栄養ケアステーション等を紹介させていただいております。

「4）血圧声かけ事業」も毎年実施しており、薬局の窓口で血圧を測定いただき、まだ血圧の治療をされていない方に血圧の知識の啓発をする中で、受診の必要な方に関しては、受診の勧奨等を行わせていただいております。こちら、5ページにありますように、チラシ、ポスターを作成し、配布や掲示をさせていただいております。

「健康づくり」については、長野県における「信州健康支援薬局」、厚生労働省における「健康サポート薬局」といった認定薬局があります。この薬局は、お薬の調剤だけではなく、地域の住民が気軽に健康相談等ができるように、その場を使って定期的に相談等を開催しております。

また、「市町村国保」と協働いたしまして、薬剤の適正使用を推進する事業も実施しております。

「こころの健康」では、自殺予防、うつ病対策の啓発として、薬局の窓口で啓発、ポケットティッシュ等の配布、LINEの広告を発信させていただいております。また、自殺予防のゲートキーパーとして、窓口での対応等の研修の実施をしております。

6ページ「たばこ」についてですが、学校薬剤師による禁煙支援の授業の実施、薬局の窓口においても、禁煙指導の支援を行っております。

以上です。

○飯塚座長

石塚様、ありがとうございました。

続きまして、長野県看護協会の松本様、よろしくお願ひいたします。

○長野県看護協会 松本会長

お世話になっております。長野県看護協会の松本です。

長野県看護協会では、重点事業を定めて事業を推進していますが、その3本目の柱で、「看護の役割を果たし、地域包括ケア体制の構築を推進」ということを掲げております。その中で、健康長寿の延伸に向けた地域連携の推進ですとか、健康な地域づくりのために看護の力を発揮する場の拡大ということで、事業を展開しております。

資料6ページを御覧ください。その中で、健康増進に関するものとしましては、県民参加の健康づくりとして、地域住民の健康意識の向上ですとか、個人による健康の実現を促進して、個人の力と併せて地域に開かれた健康づくりを支援していくことを目的にしまして、県下10支部で、看護職が外に出ていく「まちの保健室」を開催しております。ショッピングセンターや文化祭、

電気店、病院祭等の場所において、健康や医療、受診、看護、介護、育児など、あらゆる健康の相談に応じたりですとか、簡単な健康測定をし、自分自身の健康というものに目を向けたりしていただいております。

また、その10支部で、それぞれの年間計画を立てまして、「市民公開講座」を開催いたしております。無料の講座ということで、市民の方に呼びかけて、講座の受講をしていただき、市民に向けた知識や情報等の普及啓発を実施しております。来年度も引き続き、そのような予定を組んでいるところです。

次に、生活習慣病としまして、看護職の質の向上ということで、さまざまな研修を行っていますが、健康増進計画にも連動した研修としましては、今年度は2つ実施しております。「心不全患者の看護」や「糖尿病の最新治療と看護」ということで、最新の講義を受けながら、看護に活かしていくという研修となっております。

母子保健の中では、助産師会さんとの共催の中で、「いいお産の日」にちなんだイベントを、7支部で実施しているほか、保健師・助産師の合同企画研修として「周産期の良好なメンタルヘルスのための支援」ということで、母子からの健康づくりについて実施しております。来年度もまた引き続き実施する予定であります。

以上です。

○飯塚座長

松本様、ありがとうございました。

続きまして、長野県栄養士会、馬島様、よろしく願いいたします。

○長野県栄養士会 馬島会長

長野県栄養士会の馬島です。どうぞよろしく願いいたします。

長野県栄養士会では、栄養・食生活の部分から、取組をさせていただいていますが、まず、今年度、県からの委託を受けまして、「食からパワーアップ！ 高校生のための食育出前講座」として若い世代への食育の活動を実施しております。これは、健康づくりや食事の重要性、健康に配慮した食べ方などのポイントを高校生の方にお話をするすることで、将来の健康な食生活に結びつけたいと思っております。

それから、世界一の健康長寿を目指す食育ということで、スーパーや大型の商業施設などで、「栄養の日」キャンペーン、それから「まちかど栄養相談室」というものを実施しております。これは、1日に摂取したい野菜の量350グラムの展示ですとか、ライフステージ別の食生活の注意点、適塩、フレイル予防等のパネルなどを使いまして展示しています。また、地産地消や季節の野菜を用いたレシピ集の紹介や栄養相談なども行っています。

フレイル予防事業としまして、県下の支部ごとに実施しており、糖尿病公開講座は7つの支部の中で、ドクターや運動療法士さんも一緒に公開講座を実施しております。

また、クリニックの先生方から要望がありまして、管理栄養士を派遣して、外来の栄養相談なども実施しております。

以上のような事業を、今年度も来年度も実施していきたいと思っております。よろしく願いいたします。

○飯塚座長

馬島様、ありがとうございました。

続きまして、日本健康運動指導士会長長野県支部、岡田様、よろしく願いいたします。

○日本健康運動指導士会長長野県支部 岡田支部長

よろしく願いいたします。先に、先ほど県から御報告いただいた進捗状況や、次期計画でもあり

ましたが、全世代で身体活動、運動が課題であるという中で、我々も十分役割を果たせていないかなという反省がありました。

令和5年度の取組ですが、こちらに記載のとおり、有資格者が各地域や職域で要望を受け身体活動の運動指導をする機会が多いので、その資質向上等を行う取組があります。

また、県で運動アドバイザー研修会の派遣依頼をいただいていた活動が少数ですがありました。また、関連分野への会議への参画等で、身体活動・運動の促進について、関わらせていただきました。

長野県で特徴的な取組として、住民主体の「ご当地体操」というそれぞれ地域密着の運動の機会を、かなり精力的にされています。それを後押しするような活動を、指導士会も関連してやってまいりました。しかし、コロナ禍があり県内の大勢の方を集めてイベント的に開催することが困難になったことや、多くが音楽を使うということで、音楽著作権等もあって、こういった県民の皆さんの主体的な活動を後押しするイベントの継続ができなくなっているという状況もあり課題となっております。

今後について、先ほどの反省も踏まえてですが、新しい「健康日本21（第三次）」と連動して、国から新しい身体活動・運動ガイドが出ましたが、前期にも、長野県版で身体活動・運動を促進するための「ずくですガイド」というのを県から依頼いただいて作った経過があり、それを啓発してきたということがありましたので、また今後、これらの課題を解決していく上で、こういった長野県らしいガイドラインづくりというのをぜひ取り組みたいと考えております。

以上です。

○飯塚座長

岡田様、ありがとうございました。

続きまして、長野県歯科衛生士会、宮嶋様、よろしく願いいたします。

○長野県歯科衛生士会 宮嶋会長

歯科衛生士会です。よろしく願いいたします。

歯科衛生士会では、例年、地域を回って県民公開講座を行っております。子どもの口腔機能不全症についてのテーマで、今年度はようやく会場で直接講演を行うことができ、それをオンラインで同時配信もいたしました。地域で明日を担う子どもが、何を食べるかは本当に大事ですが、食べるもの、野菜を食べたくても、それを受け入れるだけの口腔機能が育っていないということで、地域の保育士の先生や栄養士さん方に変化反響がありまして、多くの方に関心を持っていただくことができたと思っております。来年度も、別の内容で県民公開講座を行う予定です。

それから、今年度県から市町村国保歯科口腔保健指導支援事業を委託されております。歯科口腔保健行政における対応に地域格差がものすごく大きく、全市町村に歯科衛生士が職員としていないわけではない状況です。歯科衛生士が職員としていなくても、密接に関われているところもあれば、検診のときだけ来て、簡単な歯磨き指導だけして終わってしまうというような市町村も多いです。乳幼児だけではなく住民の皆さん全体的に歯科口腔保健の推進を図っていかねば、健康寿命の延伸は伸び悩んでいくことになるのではないかと思います。今年度、県主導でやらせていただく中で、まだ今年度は4市町村だけでしたが、来年度以降も、歯科衛生士が配属されていないところを中心に、歯科口腔保健の推進に関しまして、担当者会議なども含めて、地域格差をなくすための支援を、歯科衛生士会では行っていきたくと思っています。

最初の部長あいさつの際に、能登半島地震のことも少し話題に出ましたが、先日、全国の歯科衛生士会の会長会議があり、石川県の歯科衛生士会の会長から、地震に関しての支援の状況を伺いました。やはり、日頃から歯科口腔保健に関心をもってケアを行っていないと、いざというときになかなか住民の皆さんに実行してもらえないし、関心も持ってもらえない。結局それが、関

連死であったり、あるいは感染症の蔓延につながっていくこともあるので、いざとなったときの支援も大事ですが、日頃から口腔内に関心を持ってもらうような働きかけが本当に大事なんだなということを改めて感じております。

ほかには、オーラルフレイル等に関しましても、先ほど歯科医師会の先生からお話がありましたが、地域歯科口腔保健推進関係者の研修会委託事業を行ったり、市町村のオーラルフレイル対策、資料に記載はないですがオーラルフレイルタスクフォースにも一緒に関わらせていただいておりますので、それにかかわる歯科衛生士の育成も含めて、いろいろな団体と協働していきながら、健康寿命の延伸に歯科口腔保健が役立つように協力をしていきたいと思っております。

以上です。

○飯塚座長

宮嶋様、ありがとうございました。

続きまして、長野県調理師会、湯本様、よろしく申し上げます。

○長野県調理師会 湯本会長

調理師会の湯本です。よろしくお願ひいたします。

ここにも掲げてありますが、味付けにつきましては、辛いなどの五味というのがありますが、このほかに、素材本来の味で、初心な味という表現をしていますが、素材の味がやはり一番大事です。しかし、今は調味料の力で食べているような料理が本当に多いと思います。ですから、月に1回とか、胃袋を休めるためにも調味料をうんと減らした、胃に負担がかからない料理を食べて、胃袋も休ませる時期、時間をつくっていったらよいと思います。

なぜかという、私も精進料理を勉強させてもらっていますが、その中で、比叡山で習ったときには、とにかく胃袋を休めなければいけない、胃もたれの連続でおいしいものばかり食べているとやはり異常をきたすということを習いました。それで、発酵食品を食べると、胃もたれが減るということも実際に自分たちが食べ、質素な料理の中でそれを学びました。そんなこともありまして、調理師会だけではなく、栄養士会の会長さんにもお願ひしながら、ミニ講演のようなものを実施するなど含めまして、みんなで同じ課題に対して目標をつくって共有していくということが大事だと思いますので、ぜひとも皆様方御協力のほどよろしくお願ひをいたします。

以上です。

○飯塚座長

湯本様、ありがとうございました。

続きまして、資料には長野県保育連盟様が載っていますが、本日構成員の方が御欠席ですので、資料をのちほどお読みいただければと思います。

それでは、続きまして、長野県小学校長会、関口様、よろしくお願ひいたします。

○長野県小学校長会 塩崎小学校関口校長

長野県小学校長会よりまいりました塩崎小学校長の関口と申します。本日はよろしくお願ひいたします。

小学校の様子ですが、それぞれの学校で学習している内容等については違いがあります。その中で共通する部分について6点今回は挙げさせていただいております。

栄養・食生活については、各校で給食週間、食育に関わる内容を扱うということが多いです。その中で、給食センターの栄養士さんに来ていただいて御指導をしていただく機会も取り入れております。また、給食だけでなく5・6年生になると家庭科の授業もありますので、その中でバランスのとれた食生活について学習をしております。

身体活動・運動については、毎年全国体力テストや新体力テストを実施しております。その結果も年度ごとに比較しながら、どんな力をつけていかなければいけないのかを考察しながら体育の授業の改善や体力づくりに生かしているところです。

たばこについてです。たばこやアルコールは体育の授業の中に保健の学習がありその中でも学習していますが、専門的な部分については薬剤師や保健師の先生に外部講師として来ていただいて学習を行っております。

歯科口腔保健について、学校歯科医の先生に年に2回検診を行っていただいております。その際に多くの学校で歯科指導も取り入れていただき、歯の大切さについて学んでいるところです。

生活習慣病・心の健康については、4年生で生活習慣検診があります。検診を行うことで、自分の体について知るいい機会になっているのではないかと考えております。

また、学校保健委員会が校内にあり、そこで保護者向けに講演会をして、運動と健康、食生活と健康などについて考えていただける機会を設けている学校もあります。そのほかにも、スクールカウンセラーの先生によるSOSの出し方指導についても扱っている学校があります。

先ほど資料を見させていただき、小学生の肥満傾向が増えていること、朝食の欠食が増えている現状がありました。小学校でもこういった課題について考えながら改善していかなければいけないとされているところです。

以上です。

○飯塚座長

関口様、ありがとうございました。

続きまして、長野県中学校長会、山下様、よろしくお願いたします。

○長野県中学校長会 篠ノ井東中学校山下校長

お願いたします。長野県中学校長会の篠ノ井東中学校長、山下と申します。

中学校における健康づくりに関する取組状況についてお話しいたします。

資料9ページを御覧ください。取組には、授業や生徒会活動で取り組んでいるもの、また講師をお招きして行っている講演会などがありますが、小学校の取組と重なるところもありますので、本日はそれ以外、また、中学校ならではの部分について4点お話をいたします。

まず1点目、栄養・食生活についてです。家庭科の授業において、コロナ禍があげましたので調理実習を行ったり、ICT機器を活用して、栄養素やバランスを意識した献立づくりなどに取り組んだりしております。

2点目、身体活動・運動についてです。体育の授業ではもちろんですが、中学生は、部活動や生徒会で企画したイベント、例えば文化祭の時期に大縄跳びや綱引きなど、そういった活動を通して、生徒たちが運動にかかわる機会を増やしています。また、先ほど小学校で体力テスト等のお話もありましたが、中学生は、教師側だけでなく、生徒個人が自分の振り返りにも活用し、自らの体力向上や生活習慣の見直しにも役立てています。

3点目は、たばこについてです。本校では、薬物乱用防止教室を年に1回行っておりますが、アルコールや薬物のことも含め、たばこの害についての授業を行ったり、中学校2年生の保健体育の保健分野では、たばこについての正しい知識を学んだりしております。

最後4点目は、こころの健康についてです。こころの健康は本当に大事なことだと思っております。現在、本校でもそうですが、不登校や不適応を起こしている生徒の数が増加してきております。学校においては、教職員一人一人が生徒をしっかり見ることや、教育相談、支援会議等の充実を図っているところですが、SC（スクールカウンセラー）の先生等にも、悩みを抱えた生徒さんや心配なお子さん、保護者の面談にあたっていただき、支えていただいております。

以上、中学校での取組になります。

○飯塚座長

山下様、ありがとうございます。

続きまして、長野県PTA連合会、荒川様、よろしくお願いいたします。

○長野県PTA連合会 荒川副会長

皆さん、はじめまして。長野県PTA連合会からまいりました副会長の荒川と申します。本日はよろしくお願いいたします。また、日頃より長野県PTA連合会の御理解そして御協力いただいておりますこと誠にありがとうございます。

長野県PTA連合会の取組としては、栄養・食生活となっております。9ページの真ん中です。私たち長野県PTA連合会は年に1回「しんしゅう」という県PTA連合会の新聞を発行させていただいております。今、画面越しでお示ししている、こういった「しんしゅう」という新聞です。この内容は、県内の小中学校のお子さんと保護者に向けて、みんなの好きな給食メニューは何ですかというアンケートをとらせていただき、1位から5位までベスト5で載せてあります。そして、長野県学校給食会主催の令和3年度、4年度「学校給食に長野県の特産物を活用した献立コンクール」で入賞した献立も紹介しております。北信、中信、南信、東信それぞれいろいろ応募していただきましたものを掲載しております。載り切れないところは、QRコードにのせておまして、子どもたちや保護者も見られるようになっております。長野県PTA連合会のフェイスブック、ホームページにも載せてありますので、皆さん、よろしければ御覧いただければと思います。

今日の会議をお聞きしている中、先ほどの資料で子どもたちが朝食を食べてくるのが少ないということがありました。やはり必ず朝、昼、夜と食べていかないと身体面にもよくないと思います。その結果を踏まえまして、今回の資料でいただきました内容を、県PTA連合会に持ち帰りさせていただきまして、役員と共有させていただき、保護者の皆様に「食生活はこれだけ大事だ」というのを発信できるように取り組んでまいりたいと思います。

以上です。

○飯塚座長

荒川様、ありがとうございます。

続きまして、長野県保険者協議会、濱村様、よろしくお願いいたします。

○長野県保険者協議会 濱村副会長

長野県保険者協議会の濱村です。よろしくお願いいたします。

保険者協議会としましては、先ほど県の報告にもありました分科会での協議のほか、資料に記載してありますとおり、保険者の保健師さんや人間ドックを行っている機関の方々を対象に、生活習慣病予防のための特定健診・保健指導研修会を行っております。今年度は、昨年に続きまして、若い世代の肥満が増加していることが喫緊の課題となっていることから、肥満からの糖尿病の発症予防、あるいは重症化予防について、現状を理解し解決に向けた実践につながるような研修会を御覧のとおり2回開催しているところです。

以上です。

○飯塚座長

ありがとうございます。

続きまして、全国健康保険協会長野支部、清水様、よろしくお願いいたします。

○全国健康保険協会長野支部 清水支部長

全国健康保険協会の清水です。よろしくお願いいたします。

資料の10ページに記載のとおりですが、主な施策を紹介させていただきますと、大きな○の2つ目生活習慣病の1番目健診の1番あたりのポツです。各事業所に対しまして、健診のデータがない事業所に対し、長野労働局さんの御協力を得て労働局さんとの連名文書を送付し勸奨をしております。文書送付のあと電話又は訪問によって勸奨のフォローを実施しております。

同じく5番目のポツですが、今年度から私ども協会けんぽが補助をしております、費用補助をする「生活習慣病予防健診」という健診のパッケージがあり、自己負担額の軽減を昨年4月からスタートいたしまして、御本人の負担額あるいは会社の負担額が7,200円程度から5,300円程度軽減し、協会の負担を1,900円程度増やさせていただきました。

それから、以下、大きな○の2番目の栄養・食生活から、最後のたばこまで、資料にある活動内容の学習会や講習会、研修会は、各企業や事業所に出張しまして出前の講習会を実施している回数を記載しております。なかなか協会けんぽ単独でできない分野もあり、長野産業保健総合支援センターさんや県歯科医師会さん等の御支援を得て実施しているところです。

こころの健康の分野2番目のポツになりますが、今年度は特に県内各地域、6会場におきまして集合研修会を実施しております。合計で600人ほどの参加を得て実施をいたしました。やはり、繰り返し実施しなくてはいけないということで、数カ年に1回ぐらいつつは、こころの健康に関して、研修会を繰り返し実施しているということです。

私どもからの報告は以上です。

○飯塚座長

清水様、ありがとうございました。

続きまして、長野県事業場健康診断機関協議会、缸様、よろしくお願いいたします。

○長野県事業場健康診断機関協議会 缸会長

ここに書いてありますように、事業場は労働安全衛生法に基づき、事業所の皆様からの健診の依頼を受けて、健診を実施しているわけですが、膨大な数、たくさんの数の実施をしています。その結果のいろいろな評価をしたいのですが、残念ながら、県内11機関それぞれにやっているもので、統一的な評価が出てこない現状です。多くの数の実施をしている割には評価ができないというのが、非常に残念なところです。

それからもう一つ、「がんを除く」と記載されていますが、今日は生活習慣病のことが中心なので、当然かと思えますけれども、がんの対策、検診についても、いろいろ問題が多いと思います。

それから、本日の会議の構成員として長野産業保健総合支援センターからは副所長となっております。本日は欠席ですが、私は所長ですので、長野産業保健総合支援センターの取組を簡単に御披露したいと思います。

○飯塚座長

お願いします。

○長野県事業場健康診断機関協議会 缸会長

センターも対象は事業所というところで、研修やメンタルヘルスに関する皆様へのサポートを行っていますが、今言ったように、事業所が対象なので、必ずしも住民にフィットするわけでないでしょうが、研修については、年間90回ぐらいつつは、来年度の上半期の予定もできつつあります。内容は、皆さんのところでもいくつかお話が出ているように、やはり職場での問

題というのは、メンタルヘルスが非常に重大、大きな問題です。それを受けて、8割ぐらいがメンタルヘルスの研修会になります。そして、事業所対象と申しましたが、どんな方でも、住民の方でも研修は受けられますので、ぜひ、ホームページを見ていただき、参加していただければありがたいと思います。一般健診等それ以外の分野となりますが、なかなか衛生関係の話が、相対的に少なくなっておりますが、いくつかありますので、ぜひそれにも参加してください。

それから、手前みそですが、私自身が講師になりまして、6月18日に講演をします。内容は、「がんと生活習慣予防」ということで、ハイブリッドで予定しておりますので、もし、関心がある方がおられましたら、ぜひ参加していただきたいと思います。

以上です。ありがとうございました。

○飯塚座長

缸先生、ありがとうございました。

缸様には、長野産業保健総合支援センターの取組についても、お話をさせていただきました。ありがとうございました。

続きまして、長野労働局、徳永様、御出席の予定でしたが御都合が悪くなりましたので、代わりまして矢島様、説明をお願いいたします。

○長野労働局 健康安全課 矢島課長補佐

こんにちは。長野労働局健康安全課の矢島と申します。どうぞよろしく願いいたします。今、紹介があったように、徳永が所要で出席できないため、私が代わりに参加し報告させていただきたいと思います。

それでは、11ページにあります大きく6点について説明したいと思います。

長野労働局では、誰もが安全で健康に働くことができる職場の実現を目指して、昨年度策定いたしました長野県第14次労働災害防止推進計画に基づく各種対策の推進を図っております。

大きく6つのうちの1つ目ですが、県民参加の健康づくりです。安全衛生対策に積極的な事業者が、社会的に評価される職場環境整備を図るために、当行政が直接行う政府コンソーシアムや、安全衛生優良企業制度と合わせまして、信州ACEプロジェクトの事業者の様々な事例等についても周知を図ってまいります。

2つ目、生活習慣病です。健康確保の観点では、先ほどもお話があったとおり、健康診断は大事ですが、やりっ放しではなく、健康診断の結果に基づく事後措置が非常に重要なことから、関係機関と連携させていただきながら、安全衛生法に基づく健康診断結果の有所見者に対する産業医からの意見聴取の徹底、それから保健指導の実施について、指導を実施しております。

3つ目、身体活動・運動です。最近の労働災害の発生状況を見ると、転ぶといった転倒災害や、腰痛といった労働者の行動に起因する行動、いわゆる行動災害と呼んでいますが、これが増加していることから、ハード面の対策のみならず、筋力等を維持する運動のプログラムの導入及び労働者のスポーツの習慣化などのソフト面の対策を推進するため、厚労省が実施しているSAFEアワードの好事例について周知を図っております。

4つ目、こころの健康です。今、缸先生からもあったのですが、仕事による強いストレスの原因で精神障害を発症し、労災認定される労働者が非常に増加している中で、ストレスチェックをはじめとするメンタルヘルス対策は非常に重要です。このため、職場におけるメンタルヘルス対策の取組の指導を行っております。

5つ目、歯科口腔保健です。有害業務における歯科医師による健康診断の実施、それからその事後措置について指導・周知をしております。

6つ目、たばこです。職場における受動喫煙防止のためのガイドラインが策定されておりますので、この周知・啓発を行っております。

以上です。よろしくお願いいたします。

○飯塚座長

矢島様、ありがとうございました。

続きまして、長野県保健補導員会等連絡協議会、中村様、よろしくお願いいたします。

○長野県保健補導員会等連絡協議会 中村会長

長野県保健補導員会等連絡協議会の中村です。よろしくお願いいたします。

当協議会では、昨年7月に正副会長研修会、10月に研究大会を行いました。いずれも、講師の先生方から大変興味深いお話を伺いましたが、特に、7月の正副会長研修会では、松本大学の田邊愛子先生と学生さんたちからフレイル予防の効果的運動を会場で実践しながら学びました。また、10月の研究大会では、佐久市立国保浅間総合病院の西森栄太先生と尾形哲先生の「血管を守る」と題して御講演いただきました。クイズあり、お二人の掛け合いありで進むお話はとても分かりやすく、大変勉強になりました。

こうして学んだことを「自分たちの健康は、自分たちでつくり守る」というスローガンのもと、家族や地域にも伝え、広げていくことが、保健補導員の健康づくり活動だと思っています。

また、この3月には、「保健補導員等活動のしおり」を発行予定であります。今後の活動に役立てたいと思います。

以上です。

○飯塚座長

中村様、ありがとうございました。

続きまして、長野県食生活改善推進協議会、山崎様、よろしくお願いいたします。

○長野県食生活改善推進協議会 山崎会長

食生活改善推進協議会の山崎です。よろしくお願いいたします。

私たち食改さんは料理をすることがメインですが、子どもからシニアまで世代別の料理を考えながら行っております。

今年は特に親子の食育教室に外部講師として調理師会へお願いして来ていただき、味覚の勉強をさせていただきました。

また、今、高校生等朝食の欠食児童が多く、特に体をつくる時期ですので、朝食の大切さなどを指導し、こんなメニューがいいんですよと、いろいろお話をしながらみんなで料理をし、食べてきました。

また、働き世代も割と朝食の欠食者が多いです。そのため、いろいろ指導をしていきましたし、シニアに関しては低栄養ということも問題になっております。やはりフレイルも関係してきますから、こういう講習会の場に出てきて、みんなで一緒に料理をし、それで楽しく会話をしながら食べることが大事です。そういったことは、下手に運動するよりも、フレイル予防になるということを、実証されていることをお聞きしたので、会員の皆様にはこういうところへ出席してくださいとは呼び掛けております。

全体としては、やはり長野県は塩分の摂取量がまだまだ高いので減塩に力を入れていきたいと思っています。そして、孤食ではなく共食、やはりみんなで楽しく食べるということも力を入れていきたいと思っています。

以上です。

○飯塚座長

山崎様、ありがとうございました。

続きまして、安曇野市の渡邊様、よろしく願いいたします。

○安曇野市 渡邊健康推進課長

安曇野市役所健康推進課の渡邊です。よろしく願いします。

資料の13ページからになります。

安曇野市におきましては、健康長寿の延伸と健康格差の縮小を目標に取り組みを行っております。各分野別に内容を記載しましたが、全てが関係し合った取組が必要であり、また妊婦や乳幼児から高齢者まで、それぞれの対象に合った取組を行っております。各種健診の結果に基づいた個別の保健指導のほか、地区公民館などでの集団健康教育なども行っております。また、関係部署と連携し、フレイル予防などにも取り組んでおります。

こころの健康につきましては、市の広報紙やホームページで周知・啓発を行うとともに、相談等も行っております。また、自殺対策推進計画に基づき事業を実施しております。

歯科口腔保健につきましては、安曇野市では、歯科口腔保健条例を制定しております。ライフステージに応じた歯科口腔保健の取組を行っております。

たばこにつきましても、ホームページで引き続き普及啓発を行うとともに、母子健康手帳の交付時や各種事業においても啓発などを行っております。

母子保健につきましては、発育・発達について、お母さんが見通しをもち、安心して子育てができるよう切れ目ない支援を目指し行っております。産後ケアにおいては、従来行っていた宿泊型に今年度から通所型と訪問型を加え利用していただいております。

また、新生児聴覚検査費用の助成を今年度より開始し、昨年度の10月から始めましたオプション新生児スクリーニング検査費の助成と併せて経済的支援を行っております。

各事業を進めるにあたり、今回参加の各団体の皆様の御協力をいただいております。引き続き連携をさせていただき、健康づくりに取り組んでまいりたいと思っております。よろしく願いいたします。

以上です。

○飯塚座長

渡邊様、ありがとうございました。

続きまして、木島平村、山寄様、よろしく願いいたします。

○木島平村 山寄民生課長

木島平村民生課長の山寄真澄です。よろしく願いします。

14ページになります。木島平村では、オリジナル体操「ふう太の健康体操」という体操があり、村のケーブルテレビで定期に放送を行っております。収録にあたりましては、保健補導員さんに出演をいただいたり、今年度は、私を含む民生課の職員とともに、村長にも出演してもらいました。大変好評でした。

生活習慣病に関しては、村の保健センターで健康管理健診を行っております。19歳から若者健診、主に国保の方の特定健診、75歳からの後期高齢のいきいき健診を行っております。国保の特定健診については、対象者が年々減少する中でありますが、受診率は確実に上昇しております。後期高齢者いきいき健診については、後期高齢者数の増加とともに、受診者数は増えてはおりますが、まだまだ受診率アップが課題となっております。また、健診受診者全員を対象に保健師からの健診結果の説明会を行っております。

令和3年度から、後期高齢者医療広域連合からの委託を受託し、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業を取り組んでいます。高齢者が集まりの場に、保健師や管理栄養士が訪問し、

高血圧防止、認知症などのお話をさせていただいております。さらに充実していきたいと考えております。

栄養・食生活につきましては、若者健診・特定健診・後期高齢者健康診査の結果に基づきました保健指導や妊婦教室、乳幼児健康診査における保健指導も行っております。先ほど申し上げました高齢者の集まりの場、サロンでも管理栄養士からお話をしております。

身体活動・運動に関しては、一般住民を対象とした健康教室を昼の部、夜の部に分けて開催しております。企画・開催にあたりましては、村の生涯学習課とタイアップして行っております。内容は、ニュースポーツやボディコンディショニング、ヨガ、それぞれ専門講師のほか近隣の北信総合病院の御支援をいただき、健康運動指導士の派遣をいただいております。

介護予防教室では、運動機能に特化した、筋肉を貯めるという「貯筋教室」を開催しております。教室の中では、これも近隣の飯山赤十字病院の理学療法士の派遣をいただいております。

こころの健康に関しては、精神障害者家族会が木島平村の中にありますが、その支援とともに、家族会と共催で一般住民を対象とした「心の健康講演会」を開催しております。この健康講演会は、ゲートキーパー研修を兼ねております。また、住民と接する機会が多い役場職員を対象としたゲートキーパー養成講座も実施しております。

歯科・口腔保健に関しては、乳幼児から小学生までの保健指導、中学生までの歯科検診を行うとともに、村の健診に合わせて歯科検診を行っております。また、介護予防の一環として、高齢者に向けた口腔機能に関わる教室等も実施したいと考えております。

たばこについてです。私はもともと機会、習慣はありませんが、早い時期からの取組が重要と考えております。母子健康手帳の交付時、妊婦教室、乳幼児健康診査、がん検診、若者健診・特定健診保健指導時等を実施しておりますが、このような場で確実に教育・啓発を実施するとともに、あらゆる機会にも実施していきたいと思っております。

母子保健につきまして、妊娠届出時の母子健康手帳の交付から始まり、記載の事業を行っております。村の子育て世代包括支援センターは民生課で所管しておりまして、乳幼児から高校生ままでの児童・生徒を対象としております。新年度は少子化対策、子育て支援もあり、母子保健事業において県の補助事業を取り入れさせていただき、妊婦の初回産科受診料補助や1カ月健診受診料補助、そして産後ケア事業の拡充に取り組みたいと考えておりますので、よろしく願いいたします。

長くなりましたが、以上です。

○飯塚座長

山寄様、ありがとうございました。

資料6に記載されております取組については以上の説明ですが、本日構成員として御出席をいただいております長野県保健所長会の山田様よりお話をいただきたいと思います。山田様、よろしく願いいたします。

○長野県保健所長会 北信保健福祉事務所 山田所長

よろしく願いいたします。

いつも大変お世話になっております長野県保健所長会を代表しまして報告いたします。

昨年、令和5年5月に新型コロナウイルス感染症が5類感染症に分類され、全数把握から定点医療機関把握となりました。保健所としましては、本来の地域の健康づくりの第一線機関として、通常業務に戻りつつある状況です。ただ、現在もコロナ感染の波は繰り返しております。県内では1月12日以降医療警報発出中となっており、医療現場は引き続き厳しい状況にあります。今後も感染症対策、健康づくりを進めていきたいと考えております。

保健所の主な取組を3点御報告いたします。

1点目、健康づくりですが、地域の健康課題を解決するために、圏域健康づくり推進会議や地域・職域推進会議を開催し、市町村や医療機関及び地元企業、商工会議所等と連携して取り組んでおります。令和5年度は多くの市町村も健康増進計画策定の年でありまして、その計画策定に、技術的支援を行っております。

2点目、こころの健康、自殺対策としまして、さまざまな専門家の御協力を得て、暮らしと健康の相談会を3の倍数月に実施したり、街頭キャンペーンにて啓発活動を行ったりしています。また、定例相談事業としまして精神保健相談や思春期相談を行っております。

3点目、たばこ対策ですが、早期介入のため、小中学校、高校、大学、専門学校等で喫煙防止教育、出前講座を実施しています。また、受動喫煙防止策としまして企業様に対し、禁煙・完全分煙の徹底について普及・啓発を行っております。

以上となります。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

○飯塚座長

どうも、山田様、ありがとうございました。

以上をもちまして、皆様方からの各団体の取組についてのお話をいただきました。ここまでで、皆様方から御意見、御質問があればお受けしたいと思います、いかがでございましょうか。

缸先生、何か御意見ございましたらお願いします。

○長野県事業場健康診断機関協議会 缸会長

各団体での取組について、いろいろなところでの活躍を聞かせていただきました。これだけ皆さんがいろいろな形で頑張っておられることについて、県としては目標値という数で出てくるわけですが、もう少し絞り込んだ形で成果として出るように、それぞれの機関や分野でこれからの目標をもってもよいのではないかと思いました。なかなか新しいこと、今までやってないことをやることは大変かもしれませんが、そういう視点で、せっかくの皆さんの御活躍が、もう少し数値として現れるような形で何かできないかと思いましたので、御発言させてもらいました。ありがとうございます。

○飯塚座長

御意見、どうもありがとうございました。今、缸構成員からお話がありましたように、各団体がとてもいい取組を実施されていますので、これをより多くの方、県民の方に知ってもらうことがとても大事だと思います。

ほかに、何か御意見、御質問等ございますか。

私から1つ、調理師会からのお話に大変興味を持ったのですが、味付けについて、素材を活かす調理というお話がございました。これについて、もう少し聞かせてください。

○長野県調理師会 湯本会長

全国的には日本調理師会という全国組織が1つあるのと、全国の日本調理技能士会というのがあります。そういう組織でおいしい素材は何かという課題で話し合いしたところ、やはり「素材がうまいと調味料は要らない」というところまでいきましたが、そういった良い素材は無農薬とかいい土壌づくりが必要ですが、生産量が需給量に全然追いつかないんです。その土壌づくりにも、一番尽力をした人たちは70代から80代になり、受け継ぐことがなかなか難しい状況です。また、無農薬でやると食材の価格が高すぎるとか、そういういくつかハードルが出てきています。

しかし、やはり「からだにいい」ということ、「健康でいたい」ということを考えれば、食べる量を減らし、もっと質素な食生活も重要ではないかという話を私からは講演などでさせてもらっ

たりしています。

○飯塚座長

そうすると、例えば、味をつけないということは、塩分もほとんど使わなくていいということになるわけですか。

○長野県調理師会 湯本会長

食べ合わせですね。味付けがなくもいい野菜、例えば本当に採りたて、いいところで取れた野菜はおいしいです。でも、それだけでは胃袋が満足しなくなっているから、煮物と生野菜の組み合わせとか、生野菜と焼き物の組み合わせとかが良いです。油をなるべく避けるという食生活は胃もたれが少ない。はっきりしたデータではないですが、発酵食品とか味噌を使った料理は、やや食べ過ぎても胃もたれが少ない感覚があります。そういうことをデータ化していけばいいですが、みんな知っていてもできない理由があると思います。価格などです。その中でやはり、健康を維持していくのであれば、塩分を減らすとか昔の素朴な料理をたまには楽しんでもらえれば、自分でも納得したり、説得力も出てくると思います。

○飯塚座長

ありがとうございます。

小学校や、中学校の先生方も御出席ですので、食育としてこういうお話をさせていただくと、大変ありがたいと思いましたので、またよろしく願いいたします。

もう一つ、歯科衛生士会の宮嶋様にお聞きしたいのですが、先ほど、市町村の支援というお話がありました。4つの町村で実施したということですが、今後県内市町村にだんだん広げていくということでしょうか。

○長野県歯科衛生士会 宮嶋会長

はい。県からは、「来年度も同事業の委託をします」と伺っていますので、来年度はもう少し広げさせていただきたい。また、なかなか行政の中に歯科衛生士がいないので、その歯科衛生士の横の連絡を取り合う機会がなかったり、あるいは歯科衛生士が在籍していない市町村が歯科口腔保健対策をどう進めていったらいいのか相談する場所がない等の課題が浮かび上がってきていますので、来年度はいろいろな市町村と関わり合いをもって、相談しながら歯科口腔保健普及をできればいいなあと考えております。

○飯塚座長

ありがとうございます。先ほど、災害のときも日頃からやっているとやっていないでは大分違うというお話がありましたので、とても大事なことだと思いましたので、また、よろしく願いいたします。

ほかに何か、御意見、御質問等ございますか。

先ほど労働局の矢島さんからも御説明ありましたが、缸会長さんもそうですが、我々医者は嘱託産業医という仕事をしていて、事業場の労働者の方の健康管理をしています。やはり若い方、新入社員の方で、非常に肥満の方が増えてきている。その人たちは、雇い入れ時の健康診断でことごとく肝機能障害がある。いわゆる脂肪肝です。やはり小さい頃からこの健康づくりをやっていくことが必要ではないかなと思います。

またフレイルのお話がありましたが、労働現場は今65歳以上で働く方が非常に増えていて、転倒災害が非常に多い。特に、女性の高齢の労働者が転倒しますと、大腿骨の頸部骨折等を発症することが多い。フレイル予防だけでなく、やはり、女性の場合には、骨粗しょう症の予防もそ

の健康づくりの中に取り入れていかないと、転倒したときの骨折が予防できないということもありますので、今後取り組んでいただければ大変ありがたいと思います。

皆様方から大変貴重な御意見をいただきました。

(3) その他

○飯塚座長

それでは次の、「その他」に移りたいと思いますが、その他で事務局あるいは参加の皆様方から、何かございますか。

特にないようですので、以上で、会議事項は終了させていただきます。皆様方、御協力いただき、ありがとうございました。

それでは、進行を事務局へお返ししたいと思います。よろしくお願いいたします。

○事務局

飯塚様には座長をお務めいただきまして誠にありがとうございました。

また、御参加いただいた皆様からも貴重な御意見をいただきましてありがとうございました。

追加の御意見ですとか、御不明な点ございましたら個別に事務局まで御連絡いただければと思っております。

最後に、健康増進課長から御挨拶を申し上げます。

○田上健康増進課長

健康増進課長の田上です。

本日はお忙しい中、御出席いただきまして誠にありがとうございました。

本日いただきました取組の御報告や御意見等を踏まえまして、健康づくりの施策の推進、そして第4次長野県健康増進計画をはじめとした各種計画の実現に県としても努めてまいります。引き続き、各機関団体の皆様の御協力をお願いいたします。

○事務局

以上をもちまして、令和5年度長野県健康づくり推進県民会議を閉会いたします。

本日はお忙しいところ、誠にありがとうございました。