

会 議 録

会議等名	富士見市健康づくり審議会委員委嘱状交付式 及び 平成30年度第1回富士見市健康づくり審議会
開催日時	平成30年8月30日（木）午後1時～2時30分
開催場所	富士見市立健康増進センター 研修室
出席者名	委員：小木曾 正勝会長 三木 とみ子副会長 上田 しげ子委員 大竹 ミイ子委員 久米原 明彦委員 関根 衣都美委員 關野 美知子委員 帖地 知穂委員 苗代 明委員 武藤 敦委員 吉成 亜紀子委員 事務局：大森健康福祉部長、望月健康増進センター所長、 山崎健康増進センター副所長、 小林保健予防係長、村井母子保健係長、平介護予防係長、 矢島健康づくり支援係長、渋谷主任、藤田主任、小畑
欠席者名	委員：奥住 幸江委員、平塚 俊哉委員、三角 麻子委員、湯尾 明委員
傍聴者	0名
内 容	
1	委嘱状交付 (市長から各委員へ委嘱状を交付)
2	市長あいさつ
3	開会
4	委員紹介 (新たに選出された委員から自己紹介があり、続いて事務局紹介が行われた)
5	会長および副会長の選出 富士見市健康づくり審議会条例 第5条第1項に基づき、委員の互選により選出。 会長に富士見医師会の小木曾正勝氏、副会長に女子栄養大学の三木とみ子氏が選任。
6	会長あいさつ (小木曾会長からあいさつが行われた)

7 議題

(富士見市健康づくり審議会条例 第6条第2項により、委員の過半数の出席があるので、本日の審議会が成立することを報告された。)

(1) 健康ライフ☆ふじみ (富士見市健康増進計画・食育推進計画) 平成29年度取り組み状況について (第1節 栄養・食生活 (食育推進計画) から第2節 身体活動・運動まで)

議長 健康ライフ☆ふじみ (富士見市健康増進計画・食育推進計画) 平成29年度取り組み状況について、事務局より説明をお願いします。

事務局 第1回の審議会では第1節栄養・食生活 (食育推進計画) から第2節身体活動・運動までを、第2回の審議会では第3節健康管理から第5節歯と口腔の健康についての審議を進めたい。今年度の評価シートについては、昨年度と様式及び評価を変更し、評価については、庁内各担当課及び関係機関が今後の方向性として「拡大」、「継続」、「縮小」、「廃止」の4つの指標にて自己評価をしている。忌憚のない意見をいただきたい。

議長 事務局より説明のあった内容などについて、質疑や意見がある方は挙手をお願いします。

委員一同 (意見なし)

第1節 栄養・食生活 (食育推進計画)

1 ライフステージに応じた食育の推進

(1) 乳幼児の食育の推進

議長 まず、第1節栄養・食生活1 ライフステージに応じた食育の推進 (1) 乳幼児への食育の推進について、意見をお願いします。

委員 関係機関と連携することは難しいが、さらに連携できるとよいと思う。また、食生活改善推進員協議会は、市内の小学校1校と連携しているが、さらに連携できる学校を増やしていきたい。今年度は、高校生に働きかけようと考えている。

委員 この連携というのは、食生活改善推進員協議会との連携なのか。

委員 その通りである。学校での取り組みを見ると食生活改善推進員協議会でも手伝えそうな部分が見受けられるし、私たち自身も児童生徒も刺激になる。

議長 このような取り組みは関係機関が様々なやり方で行っている。他に意見はあるか。

委員 幼児に関する事業の連携は、アレルギー等、難しい問題があると思う。

(2) 児童生徒への食育の推進について

議 長 委 員 事務局	<p>(2) の児童生徒への食育の推進について、意見をお願いする。 今後の方向性として「拡大」にした理由はあるのか。 昨年度までの評価は「A・B・C・D」という評価であったが、今年度はよりわかりやすく、幅広い分野を捉えて評価ができるように指標を定めた。</p>
委 員 事務局 議 長	<p>「拡大」は、取り組みを少し広げるという解釈でよいか。 その通りである。 「早寝早起き朝ごはん」などは家庭で実践するように思うが、そのようなものでもないのか。</p>
委 員	<p>「施策・事業の展開」のN o 4 「早寝早起き朝ごはん」を推進します」、N o 5 「教育活動を通して、食育や望ましい食習慣の普及啓発を行います」の「今後の方向性」を「拡大」としている。現在、学校では、「早寝早起き朝ごはん」や「残菜調査」等を継続して実施している。「早寝早起き朝ごはん」の取り組みについては、各学校単独で実施しているものが多く、小学校と中学校各々の取り組みを共有化していきたいということから「拡大」としている。また、N o 6 「野菜の栽培・収穫・調理体験を通して、食や生命に対する感謝の心を育みます」、N o 7 「安全・安心な食材を使った栄養バランスのとれた給食を提供します」の「今後の方向性」を「継続」としている。各学校では学校ファームで農作物を栽培している。本校の児童に関しては、家庭科の授業時に学校給食センターの栄養士に来てもらい、収穫した農作物を使用したレシピと名前を考え、市の献立に採用された。子どもは、食材に興味をもつと食べるようになるので、このような取り組みを各学校でも推進していきたい。また、望ましい食習慣については、校長会でも推進していきたいと考えている。朝食の摂取状況を見ると一割に近い児童生徒が、朝食を欠食している。しかし、菓子類でも食べたことになるので、何をどれだけ食べているのかを調査していかなければいけない時代になってきている。</p>
議 長 委 員	<p>指導やその後の対応は、どうしているのか。 児童生徒の保護者に対して、面談や懇談会の場をとらえて、家庭での取り組みをお願いしている。</p>
議 長 委 員	<p>各個人の家庭に入り込んだ指導もあるのか。 子どもの体重が減ってしまっているのが分かると、各個人の家庭に入り込んだ指導をしなければならない。</p>
委 員	<p>歯科医師会では、食育は小学校の歯磨き教室のみ実施しているが、題材として良く噛むことは健康につながるので実施しやすい。小中学生に対する食育の授業は実施しやすいので、「早寝早起き朝ごはん」を題材にした教室を実施していきたい。</p>
議 長 委員一同	<p>他に意見はあるか。 (意見なし)</p>
(3) 成人・高齢者への食育の推進について	

議 長 委 員	(3) 成人・高齢者への食育の推進について、意見をお願いします。
事務局	健康増進センターで実施している特定保健指導と生活習慣病予防講座は異なる事業なのか。
議 長 事務局	その通りである。特定保健指導は、国民健康保険の特定健診受診後で血糖値高めなど一定の条件に当てはまる方対象に個々に実施している。生活習慣病予防講座は一般の市民の方を対象に実施している。しかし、講話のみであると聞いて終わりになりかねないので、ここ3年くらいは、生活習慣病予防の食事を体験してもらうために、調理実習を取り入れて実践型の講座を実施している。
議 長 事務局	健康増進センターでは、若い方に対する取り組みはいかがか。
議 長 事務局 議 長 委員一同	健康増進センターでは、18歳から39歳までの方対象のヘルスチェックという健診の中で、毎年テーマを決めて講話を実施している。それ以外の講座は、若い方も参加しやすいように土日の開催も実施しているが仕事をしていたり、土日も忙しくしていたりで、60歳以上の方の参加が多い。 参加される方は多いのか。 参加は多くないので、保育付での実施など工夫しているがなかなか難しい。 他に意見はあるか。 (意見なし)
議 長 事務局	2 地域に根差した健康増進 (1) 食に関するボランティア活動等への支援 2 地域に根差した健康増進 (1) 食に関するボランティア活動等への支援について、意見をお願いします。これは、健康増進センターで実施しているのか。食生活改善推進員(ヘルスマイト)養成講座を毎年健康増進センターで開催している。毎年約10名前後の受講者がおり、昨年度は6名の方が養成講座を修了し、食生活改善推進員協議会に新しく入会した。若い方に参加してほしいので保育をつけたり、ヨガを取り入れたりし、若い方が興味をもつような講座の内容に変えて毎年実施している。
議 長 事務局	ヘルスマイトはどのようなことをするのか。 ヘルスマイトとは、子どもから高齢者まで、健全な食生活を実践することを目指した食育活動に取り組み、調理実習を通して、食事バランスガイドの普及を担っている。また、地産地消・郷土料理や行事食、食文化の継承などという大きな視点から捉えた「健康づくり」だけに限らない食育活動も進めている。
議 長 委 員	人を集めて実施するのか。 その通りである。健康増進センターから委託されている「健康づくり料理講習会」を市民対象に市内の公民館や交流センター等で年に7回講習会を実施している。こうした活動が市民に少しずつ認知されてきているのだが、市民全体に周知するのは難しい。
議 長 委 員	周知は、なかなか難しいことではあるが、大切なことである。 健康づくり料理講習会に参加する市民は、リタイヤした方が多い。しかし、今

議 長 委員一同	<p>後は、働き盛りの 30～40 代の方が参加できるように、講習会の指導の仕方も考えていかなければならない。</p> <p>他に意見はあるか。 (意見なし)</p>
議 長 委 員 委 員 委 員	<p>(2) 食事マナーや食文化の継承について</p> <p>(2) 食事マナーや食文化の継承について、意見をお願いする。</p> <p>学校では、食事マナーの指導を実施しているのか。</p> <p>実施している。埼玉県歯科医師会の事業で、熊谷市の中学校でレストランのシェフが食育の講演会とマナー教室を実施しており、新聞に掲載された。</p> <p>給食では、バイキング給食を実施している学校もある。しかし、大規模校では、人数の関係で実施が困難である。</p>
委 員 委 員	<p>バイキング給食を実施している学校はある。マナーも同時に指導するなど内容を工夫している学校もある。</p> <p>学校ファームで栽培する農作物について、本来であれば、種まき、栽培、収穫、調理、食べるという指導が望ましいと思うが、途中で夏休みに入ってしまったりして、一連の指導が困難である。</p>
議 長 委員一同	<p>他に意見はあるか。 (意見なし)</p>
議 長 委 員 議 長 委 員	<p>(3) 地産地消の推進、【数値目標】食生活改善推進員数</p> <p>(3) 地産地消の推進について、それから【数値目標】の食生活改善推進員数について、意見をお願いする。食生活改善推進員は資格を取得して活動するのか。</p> <p>市で開催する 20 時間の養成講座を受講して、食生活改善推進員となる。</p> <p>食生活改善推進員の活動は、グループ毎になるのか。</p> <p>その通りである。現在、7グループで活動している。会員数 100 名を目指すつもりであるが、70～75 歳くらいの方が多いので、一度に退会してしまう可能性もある。</p>
議 長 委 員 議 長 委 員 議 長 委 員 議 長 委員一同	<p>地産地消の推進については、意見はあるか。</p> <p>産業振興課が主管で、「つきいち」を開催している。</p> <p>「つきいち」は、市役所で実施しているのか。</p> <p>その通りである。富士見市農業研究団体連絡協議会と連携して、実施している。</p> <p>給食センターも地元の野菜を使用して、給食を提供しているのか。</p> <p>その通りである。</p> <p>他に意見はあるか。 (意見なし)</p>
第 2 節 身体活動・運動	

<p>議 長 委 員 事務局</p>	<p>1 運動習慣づくりの推進 第2節身体活動・運動の1運動習慣づくりの推進について、意見を願います。 埼玉県コバトン健康マイレージはどのような事業なのか。 埼玉県コバトン健康マイレージは、市内在住在勤の方が、通信機能付き万歩計やウェアラブル活動量計、スマートフォンのいずれかを使用し、ウォーキングを楽しく続けることで、健康づくりを進める事業である。市内公共施設等に設置されているタブレット端末に万歩計等をかざすと歩数が送信され、歩数に応じたポイントが獲得でき、ポイントに応じて抽選で賞品が当たるようになっている。現在、約1000名弱くらいの方が参加している。</p>
<p>議 長 委 員 議 長 委員一同</p>	<p>患者に運動について指導することも多いが、自分は継続が困難である。 埼玉県コバトン健康マイレージに関しては、参加者は多い。 運動習慣づくりは、このような事業がきっかけとなる。他に意見はあるか。 (意見なし)</p>
<p>議 長 委 員 委 員 委 員 議 長 委 員 委 員 委 員 委 員</p>	<p>2 子どもの運動に親しむ力と体力づくりの推進 2子どもの運動に親しむ力と体力づくりの推進について、意見を願います。 小中学校では、新体力テストを一学期に実施している。また、児童生徒体力向上推進委員会にて、各校の取り組みの成果と課題について情報を共有している。平成29年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果において、体力合計点は埼玉県平均値と全国平均値を比較すると、埼玉県平均値が高い値であった。全国平均値は向上傾向であるが、富士見市でも、運動の機会を増やすなど体力づくりを推進することにより、市の平均値が向上してきている。 地方の学校は、児童生徒の通学がスクールバスであるので、運動量が減少し、肥満の児童生徒が増加している。しかし、都心の学校は、通学時に徒歩の機会が多いので、地方と比較すると運動量は、はるかに多い。 小学校全校において『長縄跳び週間(月間)』を設けており、市内の学校で閲覧することができるホームページにて、長縄跳びの回数ランキングを掲載した。学校間で刺激されるので、楽しんで取り組むことができる。 市内だけでの取り組みであるのか。 市内の小中学校のクラス毎である。 面白い取り組みである。ランキングはどのように閲覧することができるのか。 学校関係者だけが閲覧できるホームページである。一般の方は閲覧できないので、保護者会、PTA等の集まりで先生に聞くとよい。 近年、社会の変化とともに、幼児がじっとしながらも楽しく遊べるもの(テレビやスマートフォン、絵本など)が増えてきたので、何もしないでほっておいたらあまり動かずに時間を過ごせる時代になってきた。運動遊びと言って、体を楽しく動かすことが、そのまま遊びと思えるような保育の内容を心がけている。幼稚園や保育園に入る前の子どもに対しては、地域の子育て支援センターなど、家庭から外へ出て、集団の中で楽しく発達を促す機会を提供することが</p>

議 長 委員一同	保育園や幼稚園の大きな役割である。 他に意見はあるか。 (意見なし)
議 長 事務局	3 生活習慣病予防など健康づくりのための運動機会の定着の推進 3生活習慣病予防など健康づくりのための運動機会の定着の推進について、意見をお願いしたい。健康増進センターではどのような講座を行っているのか。健康増進センターでは、生活習慣病予防講座の運動講座の回数を平成28年度から増加した。また、若い方の参加が多かったピラティス講座の回数を増加し、ヨガ講座の内容を変更したりと、若い方に参加いただけるように内容を検討して実施している。
議 長 委員一同	他に意見はあるか。 (意見なし)
議 長 委 員	4 高齢者の身体活動の推進、【数値目標】市民健康増進スポーツ大会参加者数 4 高齢者の身体活動の推進と【数値目標】である市民健康増進スポーツ大会参加者数について、意見をお願いしたい。 今年度から、国に準じて、富士見市体育協会から富士見市スポーツ協会に改名した。市民健康増進スポーツ大会参加者数は、天候や参加者の高齢化、若者間での不人気の影響で低迷している。種目は、輪投げ、玉入れ、ドッジボールなどを行っている。ドッジボールは、競技性やゲーム性もあるので、身近にできるスポーツということで、大会の種目に採用された。
議 長 委員一同	もう少し参加者数が増えるとよい。他に意見はあるか。 (意見なし)
(2) 富士見市の健康づくりと食育の推進について (意見交換)	
議 長	先程意見をいただいた健康ライフ☆ふじみの取組状況を踏まえ、委員の皆様が各方面・各分野において取り組まれていることや健康づくり及び食育推進の状況について感じられていることなどについて、意見交換を行いたい。
委 員	保護者は、自分の子供に必要な栄養素を把握していない。分かりやすい媒体等があれば、よいと思う。
議 長 委 員 事務局	他の意見はあるか。 市では、何か工夫しているのか。 各世代の必要な栄養素は日本人の食事摂取基準で定められているが、一般的な基準になってしまうので、個人の栄養素必要量を明確にするのは難しい。また、健康増進センターで実施する調理実習の際には、必要な栄養についての情報を伝えるようにしている。
委 員	講座であると、会場に足を運ばないといけない。時間がなくて、講座に参加で

委員	きない人たちも多い。
議長	必要な栄養についての媒体があれば、それを参考にできると思う。
委員	貴重なご意見ありがとうございます。
委員	食事バランスガイドは、よく小売店等に掲示してあるが、食事バランスガイドより、見やすいものがあればいいのではないか。
委員	食事バランスガイドは理解するのが困難である。
委員	栄養素レベルの細かい、難しい話ではなく、主食・主菜・副菜というような料理区分レベルで理解できるとよい。
事務局	検討する。
議長	他に意見はあるか。何でも自由に、願います。
委員	乳幼児の保護者に食育を行うためには、保育をつけることも大切であるが、会場まで行く交通手段が整わないと難しい。平日働いている方の参加を促すため、事業の開催日時も土日を増加していると言っていたが、平日働いていると土日は家族で過ごしたいので、逆に土日のほうが講座に参加しにくい。また、子どもを幼稚園に通園させている場合、講座の終了時間が子どもの迎えの時間に間に合わず、講座の参加を諦めることもある。正午くらいに終了の講座があれば参加しやすい。地産地消についてだが、富士見市は美味しい野菜や果物があるのにも関わらず、インターネットでの情報が少ない。情報をインターネットで検索することが多い30～40代の世代に対する情報発信が頻繁にあると、地産地消が進むのではないか。
委員	近年、インバウンドで多くの外国人が来日している。今後は外国人向けの食育も必要である。
委員	健康増進計画と直接関係はないが、新しい取り組みを紹介したい。富士見市では、「夢つなぐ富士見プロジェクト+(プラス)～富士見市子どもの貧困対策整備計画～」を策定した。民間の様々な子どもに関する事業に活用するための資金として、「子ども未来応援基金」を創設し、寄付金を募る。「子ども未来応援基金」は、社会福祉協議会で運営を担当する。基本的には、企業等からの募金を想定しているが、個人からの募金も受け付けている。よろしく願います。
委員	行政や関係機関が様々な事業やイベント等を実施しているが、市民の中には、関心がない方もいるので、そのような方を変えていかなければならない。
議長	貴重なご意見ありがとうございます。委員の皆様からいただいた意見を行政や関係機関に還元し、さらに推進していきたい。
(3) 今後の予定について	
議長	今後の予定について、事務局の方から説明をお願いしたい。
事務局	第2回審議会は、平成31年1月17日(木)の午後1時30分～3時30分に開催したいと考えている。開催日の詳細については、後日通知文を送付する。
議長	閉会の言葉をお願いする。

委員	これをもって、平成30年度 第1回富士見市健康づくり審議会を閉会する。 ありがとうございました。
8 その他	(特になし)
9 閉会	