

会 議 録

会議の名称	令和 6 年度 第 2 回 那珂川市健康づくり推進委員会		
開催日時	令和 7 年 2 月 19 日（水） 19：00～20：00	開催場所	保健センター1 階機能訓練室
出席者	1. 委員 有馬委員、北林委員、関委員、戸田委員、高橋委員、 川添委員、安陪委員、藤原委員、立川委員、 2. 執行機関（事務局） 村上課長、田中係長、森		
配布資料	① 那珂川市健康増進計画 令和 5 年度の取り組み内容 ② 那珂川市健康増進計画（概要版）		
議題及び審議の内容			
1. 会長あいさつ			
4. 議題			
1）那珂川市健康増進計画 令和 5 年度の取り組み内容と課題について			
事務局			
それでは、健康増進計画の取組状況について説明します。まず内容に入る前に、今回の報告は、令和 5 年度の取り組み内容とその課題、また令和 6 年度以降の取り組みについてとなります。本来であれば、令和 5 年度の取組報告については、令和 6 年度委員会の第 1 回で報告すべきところでしたが、令和 6 年度が計画策定の初年度ということもあり、第 2 回での報告とさせていただきましたのでご了承願います。次年度以降については、第 1 回の委員会で前年度の取組について報告いたします。 それでは早速、内容に入ります。資料は、A3 用紙が 3 枚と計画の概要版を使用します。 まず、A3 の資料をご覧ください。左から計画に記載している「行政が取り組むこと」「R5 評価」「取組内容の抜粋」「課題・今後の取り組み」「R6 実施状況」の順に説明します。なお、R5 評価については、A～D の 4 段階評価で評価方法は資料の上段に記載のとおりです。 次に項目については、生活習慣病の発症予防と重症化予防における取組について No.1 から順に、禁煙、飲酒、運動・身体活動、食事、歯・口腔の健康、休養・睡眠、こころの健康、健康管理となります。			
1 生活習慣病の発症予防と重症化予防			
(1) 喫煙			
①喫煙が健康に与える影響などの知識の普及・啓発			
母子手帳発行時や赤ちゃん訪問等で喫煙をする保護者に対して乳幼児に与え			

る影響などについて指導を行います。また、集団健診時、喫煙者に対し禁煙支援のパンフレットや禁煙外来がある医療機関の紹介を行っています。

出産後の喫煙割合が増加傾向にあるため、喫煙状況の把握と継続した指導が必要となります。本市の禁煙率は男性 32.2%、女性 5%となっており、県や同規模自治体と比べて高い現状にあるため、引き続き喫煙が健康に与える影響などについて啓発が必要です。

（２）飲酒

①アルコールの適正飲酒や関連する問題についての知識の普及

広報紙で適正飲酒量についての記事を掲載し、適正飲酒について啓発を実施しています。また、国保加入者対象の特定健診受診者のうち、肝機能の悪化や飲酒量が多い者に対して資料を用いた適正飲酒量の指導を行っています。

また、健診の結果説明会や糖尿病予防教室等の機会を通して、飲酒習慣スクリーニングテスト（AUDIT）やその他資料を用いて飲酒が健康に与える影響や適正な飲酒量について説明を行っています。

③多量飲酒者対策

広報紙で多量飲酒に関する健康への影響及び適正飲酒についての記事を掲載し、啓発を実施しています。また、集団健診や結果説明会で、ビールやワインなどのフードモデルを設置し、目に見える形で適正量の啓発を図るとともに、実際に飲酒量が多い人には、個別に多量飲酒による健康被害に関して伝え、飲酒量を減少するように保健指導を行いました。

④依存症の早期発見・早期介入

個別相談の際は必要に応じて依存症の専門相談窓口につなげています。R5 ではこころの悩み無料相談で 1 件、ケース相談で 1 件のアルコール相談があり、2 件とも保健所及び精神科受診へ繋げています。

（３）運動・身体活動

30 分以上週 2 回以上の運動習慣のある方は、男性 32.7%、女性 28.6%、全体 30.3%と目標値の 70%を下回っている状況です。

①運動の効果、方法、社会資源等に関する正しい知識・情報の提供

「なかがわ健康ポイント制度」を実施し、普段運動習慣がない人にも運動に取り組めるようなきっかけ作りを行い、運動習慣の定着を促しました。R6 年度からは、県のふくおか健康アプリとの連携も開始しています。

②運動する機会の提供

健診や医療機関への受診がない後期高齢者の健康状態の把握を目的としたアウトリーチ支援を実施しています。また、65 歳以上の高齢者を対象に公民館等で介護予防出前講座を実施しました。（R5 の実績は年 51 回延べ 941 人）

（４）食事（栄養）～那珂川市食育推進計画～

①管理栄養士による栄養・食事についての知識の普及

各種健康教室や出前講座等を開催し、講義や調理実習を通してバランスのとれた食事習慣について啓発を行っています。また、健診結果からリスクの高い人

(BMI18.5 以下、1 年以内で 2 kg 以上体重減少) には訪問、面談、電話、手紙による低栄養予防の保健指導を実施しました。

集団健診当日に正常高値血圧以上の対象者に対して食生活改善推進員による減塩指導や野菜摂取の普及啓発を行いました。

②食育の推進

那珂川市学校給食会を通じて、子どもたちが地場産の食材を使用した料理を考案し、調理するイベントを実施しました。この取り組みにより、地元産の食材を認知し、調理技術を獲得することができました。

引き続き、各種健康教室や保健指導を実施し効果的な指導を行っていきます。また、教室終了後も自宅で継続して実施できる内容となるよう検討します。

(5) 歯・口腔の健康

①普及啓発

歯の健康や乳幼児の歯科講座について市民向けに広報を行いました。また、母子手帳発行時や乳幼児健診時に歯科保健の冊子や歯科グッズを配付し歯科保健に関する知識の普及啓発を図りました。

②健診や相談・関係職種との連携

乳幼児の歯科健診について、1 歳 6 か月児健診、3 歳児健診の受診者に加え、2 歳児健診受診者に対しても同様の健診を実施しました。また成人歯科健診では、節目年齢を対象に、受診率向上のため集団健診から個別健診に変更しました。妊婦歯科では受診勧奨を行っていますが。受診率が 40% 台と伸び悩んでおり、健診後のフォローもできていないことが課題です。

成人歯科健診もまだ受診率が低いため、市内歯科医院と連携して受診勧奨を行っていくことが課題です。

(6) 休養・睡眠

①休養・睡眠をとることの重要性の啓発

健診時や家庭訪問、教室開催時において、乳幼児期では睡眠につながる生活リズムを作り成長を促すことや、成人期・高齢期では循環器病や認知症・うつとの関連について啓発しました。

年 1 回開催の精神保健福祉講座で「休養・睡眠」をテーマにすることを検討しています。

(7) こころの健康～那珂川市いのちを支える自殺対策計画～

本市の自殺者数は 4 人～12 人となっています。平均すると低い値となりますが、県平均を超える年もあります。内訳では男性の割合が高くなっています。

①こころの健康についての啓発

年に 1 回、筑紫保健福祉環境事務所、社会福祉協議会及び障がい者支援課と合同で精神保健福祉講座を開催し、精神保健福祉に関する知識の普及と啓発を行いました。その他ゲートキーパーの養成講座が実施できていないため、実施方法や

普及啓発の方法について見直しを図る必要があります。

②相談窓口・相談体制

職場、学校、医療機関と連携した相談体制づくりを行います。健診結果や相談者の様子から、支援が必要な住民の早期発見と対応に努め、必要に応じて関係機関と連携して支援を行っています。母子手帳交付時に精神疾患の既往の把握、赤ちゃん訪問時にメンタルヘルスの質問票を用いて産後うつ等の早期発見に努め、必要な関係機関につなげています。

(8) 健康管理

まずは那珂川市の状況についてお話いたします。R5 年度の特健健診の受診率は、県平均が 35.8%、本市 40.8%でした。他市と比べても高い受診率となっていますが、国の目標値 60%には届いていません。また特定保健指導については、目標を大きく超えております。

①健康に関する知識の普及、健康づくり意識の向上

「広報なかがわ」や健康教育等により、COPD、骨粗しょう症、CKD、糖尿病性腎症など、健康教育の内容を掲載し、正しい知識の普及・啓発を行いました。

②健診の受診勧奨

電話、はがき、訪問による勧奨を行いました。要精密検査の人で受診結果について市に報告がない人に対して電話、通知等で受診勧奨を行いました。

土日健診や、対象者を女性限定としたレディースデーとトワイライト健診(17:00~20:00)を実施し、受診しやすい体制を整えています。

③がん検診受診率の向上

乳がん、子宮頸がんの受診率が低くなっています。乳がんは 20 歳、子宮頸がんは 40 歳を対象に、福岡県広域で利用できる無料クーポンを配布しました。

会長

増進計画の令和 5 年度の評価に A が多くて良かったです。

今後の取り組みというのは、来年度以降も継続して実施していくのですね。

事務局

その通りです。

会長

那珂川市健康増進計画の取り組みについて、意見、質問等はありませんか。

(質疑なし)

3) 来年度のスケジュールについて

事務局

来年度の委員会の開催は合計 2 回を予定しております。

第 1 回目は、8 月に令和 6 年度の実施状況について報告を予定しております。

第 2 回目は、2 月を予定しております。内容については現在検討中です。

内容等についてはまたお知らせいたします。

5. その他

特になし