

平成 30 年度第 1 回 高知市生活習慣病予防に関する協議会議事録

日時：平成 30 年 5 月 30 日（水）

18 時 30 分～20 時 30 分

場所：総合あんしんセンター 2 階大会議室

1 開会

2 議事

- 1) 高知市いきいき健康チャレンジ 2017 の評価について
- 2) 高知市いきいき健康チャレンジ 2018 の取組について

【事務局】 「資料 1」「資料 2」「資料 3」説明

【委員】

『スタートイベントチラシ』は、もう配っていますか。

【事務局】

配っています。

【委員】

どのような形で配っていますか。

【事務局】

広報は、高知市の〔あかるいまち〕に掲載しています。その他、地区の健康講座などでチラシを配布していますし、健康増進課の窓口に健康パスポートの手続きに来られた方には、〔いきいき健康チャレンジ〕と〔スタートイベント〕を含めてご案内しています。

【委員】

薬局とかに置いていたら持って帰れるのではないのでしょうか。関心のある方がいらっしゃるので。

【事務局】

ご意見ありがとうございます。昨年度も、「いきいき健康チャレンジ」の PR にご協力いただきました。スタートイベントのチラシは間に合いませんが、本体の「いきいき健康チャレンジ」のチラシについてはまたお願いしたいと思っております。

【委員】

これはもう出来上がっているものなのですが、◇健康相談コーナーの括弧書きに（禁煙・お薬・栄養・歯の相談など）と書いている「お薬」の所、もし構わなければ次から「お薬手帳持参」とかがあればあ

りがたいです。相談に来られても、どんな薬を飲んでいるかがわからないと、一歩踏み込んだアドバイスができないので。できたらそういう情報をいただけるよう、次からよろしくお願いします。

【会長】

ご意見ありがとうございました。他にご質問はないでしょうか。

【委員】

22 ページのチャレンジアドバイスのチラシ作成について、前年度の協議会のアンケートを見ていただいて作っていただけたかと思います。今年度は難しいと思いますが、来年度はノートに健診の結果を書くようにしていただけたらと思います。自分で「チャレンジ前の健診結果（血圧・血糖値・中性脂肪）」を書いて、「チャレンジ後の健診結果」を書くようにしたら、ああ、ちょっと変化が出たというような意識が出来るかなと思います。

【会長】

貴重なご意見をいただきました。他にご意見はないでしょうか。

【委員】

評価に関して、すごい数字が出ていてびっくりしています。2017年の申込者1811名で、前年の522名から3倍以上伸びた要因というものをもう少し教えていただくと、2018年目標の2500名のもっと上にいくのではないのかとも思ったりしています。3倍以上の申し込みということをどのように捉えていますか。

【事務局】

全てではないですが、この協議会でもご意見をいただいたように、何か大きなイベントをするのではなく、より身近なところで啓発していかないとなかなか難しいということで、サニーマート様はじめとする量販店様での啓発をさせていただきました。意識はないけれどやっているから寄ってみて「なるほど」という方もたくさんいらっしゃいました。また、働き盛りへのアプローチというところで、協会けんぽさんはじめとする保険者様の方に出向き、現状と健康づくりの大切さをお話しした中で、事業の紹介をさせていただいたことが、広がりを見せたのではないかと考えています。

そして、高知県が実施している「高知家健康パスポート」という土台を作っていたいただいているというところがあり、それに関連付けて、こちらでもPRのパンフレットに「いきいき健康チャレンジ」のことも載せています。色んな保健事業の中でも、30枚のヘルシーポイントシールをもらえるというのは、なかなか大きいというところがありまして、それに喜びを感じて一生懸命健康づくりに参加してくださったことも、プラスの影響になったのではないかと感じています。

【会長】

確かに。私も30枚ただけて、とても嬉しかったです。手帳が次のバージョンへ上がりましたので、そういったところも意識付けになったのではないかと私も思います。他に何かご質問はないでしょうか。

【委員】

4ページの「事業所での申込み 40 事業所 400 名」というところですが、どういう事業所の参加が多いとか傾向があったら教えていただきたいです。先ほどの映像では会社全体での取組みとして放送されていましたが、募集自体は5名のグループだったかと思います。1社でたくさんの応募があるとか、これと言うと1事業所10名とかになってくるので、どういう傾向があるのかというところをもう少し教えていただきたいと思います。それと、若い世代の増加に向けたアプローチというのは、高知市の場合、色々な事業で同じような課題がありますが、具体的なアプローチの部分を教えていただければと思います。

【事務局】

事業所の傾向について詳細に分析はしていませんが、小さな事業所から職員が何人もいる事業所まで申込みがありました。職員がたくさんいる場合はチームをいくつも組んで申込みをいただいたので、長の方の意向がかなり反映されているのかな、というのは思っています。若い世代へのアプローチというところは、後半の意見交換でも是非ご意見をいただきたいところです。今年はスポーツとか、家族へアプローチ出来る場があればそういった所へも出向きたいと思えますし、私達が日ごろ気づかないような場所とかそういった組織とかがあったら是非この場でご意見をいただいて取組んでいきたいと思っています。

【委員】

事業所のことですが、商工会議所さんを使ったりクンペル高知さんを使ったりという広報はしていきますか。事業所の方がちょうどの世代に非常に参加をしていただけているなというところがあって、やはり事業所の方を引っ張ってきた方が理想の年齢層になっていく傾向にありますし、働き盛りの方が一番居るというところで、会社で取組んでいただいたら、年齢層が下がってくるのかなということが今回の統計で見られるかと思ったのでお聞きしたかったです。

【事務局】

事業所さん向けのアプローチとしましては、先ほど仰られたようなクンペルさんには協力していただきました。商工会議所さんの広報にも掲載させていただきました。あと、協会けんぽさんの健康づくり研修会への参加であったり、労働基準局さんの労働衛生週間での研修であるとか、サニーマートさんの食育実践発表会の場であるとか色々な場にお邪魔しまして広報と一緒に伝えております。

【委員】

事業所絡みのことで教えていただきたいんですが、公務員の方とか学校、職員がたくさんいらっしゃる所への働きがけについてお聞きしたいのですが。

【事務局】

学校につきましては、昨年度は生徒さんのお宅に配布していただけたということで、配布する際に学校で先生にも見ていただけたのかなというところがありました。先生向けに何か説明会をしたということではありません。公務員につきましては自分達が所属しています市役所につきましては、共済のインセ

ンティブ事業として健康パスポートを活用した取組みがございますので、そちらの方と連携をとって、たびたび掲示板に載せるということをさせてもらいました。警察の方にも、担当されている部署へ出向いて職場内での掲示板などへ載せていただけるような形でお願いをしたところです。

【委員】

6ページの「チャレンジ目標」についてなんですが、年齢別でのデータは出していますか。

【事務局】

今現在、データとしてまとめたものは作れておりません。

【委員】

歯科は、小さいお子さんからご老人まで幅広い年齢の方が受診されるので、ターゲットを絞ってチラシを配って宣伝させてもらいたいと思っています。6月3日にイオン高知で「歯っぴいスマイルフェア」をさせていただきますが、そのコーナーの中で今年は「いきいき健康チャレンジ」のブースを1つ設けることになっていますので、アピールをしていきたいと思っています。

申込みできるのは電話だけですか。

【事務局】

お電話での申込みは受付けていません。FAXや郵送などでお願いしています。

【委員】

先ほどの質問とはちょっと離れるかもしれませんが、昨年も協議会の皆さんにご報告させていただきましたが、歯科医師会でホームページを作成しています。今日ご参加の各関係団体の方で、ホームページを開設されているところがございますたら、ぜひリンクを貼らせていただきたいと思います。情報発信をしていこうと思っているのでよろしくお願いします。

【会長】

ありがとうございました。6月3日の歯っぴいスマイルフェアに関してもご紹介いただきました。

それに関連したもので結構ですし、それ以外でもチャレンジに関するところでご質問等ありましたら、よろしくお願いします。

【委員】

2017年は2016年の3倍以上の申込みがあったというのは素晴らしい成果だと思います。事業所が40事業所ということで、2016年と比べて事業所数がどれくらい変わったのかということと、事業所のカウントの仕方ですけど、JA高知市は17支所あるのですが、それで3支所が仮に取組んだとしたら、3事業所になるのか。それはあくまでJA高知市なので1事業所としてカウントしているのか。その辺を教えてくださいたいです。

【事務局】

事業所の申込みですが、グループ申込みを始めたのは2017年からになります。やはり職場で若い層へのアプローチも大切だろうというご意見をいただきまして、職場ですので市外の方もいらっしゃるかもしれないですけども、市内の方を1名入れたグループで職場単位で取組みましょうということで始めさせていただきました。カウントの仕方については、今は少しうろ覚えの状態ですので、正式に確認しまして、後ほど委員の皆様には事務連絡とともにお伝えしたいと思います。

【委員】

質問ではないのですが、スタートイベントに参加させていただいてブースを開くなかで、県歯科衛生士会の看板が一目で分かりづらいようで。県歯科衛生士会のほうは口臭チェックと唾液量の測定をしているのですが、近くまで来て「何をしていますか？」というふうに皆さんお聞きになるので、遠くからでも「こういう測定をしています」というのが分かるように表示があれば、皆さん興味を持って立ち寄ってくださるかな、と思いますので、よろしくお願ひします。

【事務局】

ありがとうございました。何をやっているかという表示が遠くから見えるようにというご意見をいただきました。そのところは、より皆さんが参加しやすいという形で考えさせていただきます。

3) 生活習慣病予防（健康づくり）に関する取組について

「資料4」について説明

【委員】

協会けんぽでも同じような傾向があり、壮年期の取組みが大切と考えています。

医療費のところで、糖尿病について、外来が少なく入院が多いということをおっしゃったんですけど、全く同じで、重症化してからじゃないと医療にかからないというような。その他、やはり肥満が特に男性のほうが多くて年々体重の平均値が上がってきて。その辺へのアプローチもすごく大事だ、というふうに思っております。

また、高血圧や糖尿病の方へのアプローチというところも、すごく大事だと思っております。

高知市の方は2割が未治療者ということですけど、協会けんぽでは半分ぐらい未治療の方がいて、その方に文書とかで勧奨をかけるのですが、その人たちの1割ぐらいしか受診につながらないということがあって、なかなか難しいなというのを感じているところです。

特定健診受診率は、協会けんぽは平成30年度65%になるのですが、被保険者は会社の方で受けないといけないという義務があるので、6割以上受けてくださっています。会社の健診を受けたら40歳以上の方はデータ提供してくださいということで、そこを増やしていけばと。問題は被扶養者の方です。この方が昨年度22%ぐらいしか受けていないということで、受けてない方の中にも糖尿病の方などもいらっしゃるのではないかとということで、そこを上げていくように考えております。保健指導の実施率も、対象者が1万2千人ぐらいになるのですが、その中でも1割ちょっとぐらいしか

お会いできていません。「個人管理にしています」という事業所が多くて、会いに行くというところで困っているのが現状です。

特定健診の扶養家族の受診というところでは、別にアンケートをとったら「特定健診に魅力がない」と言われていたので、高知市さん・健康増進課さんに協力いただいて〈がん検診〉〈特定健診〉同時にできる機会を年に5日作っていただいて、昨年度512名の方が受けてくださっています。申込みもかなりあり、数が増えていっている状況です。今年度は、前回のこの会で高知市スポーツ振興事業団の橋本さんにご相談し協力もいただきまして、3月5日に高知市の国保と協会けんぽの方対象に体力測定と健診とを一緒に実施することになりました。若い方に受けてもらえたらと思い、ターゲットをそこに絞って健診をやってみようと、新しい取組みも共同でできるような形になって、すごく楽しみにしているところです。

【委員】

非常に面白いデータです。脳梗塞・脳出血が非常に高い。慢性腎不全も高い。ちょっと気になっているのが、下の〈標準化医療費〉と〈高知市の医療費〉の差が倍近い。慢性腎不全の率はそんなに変わらない。脳出血と脳梗塞に関しては倍まではいかないけれどそれに近い。高知県独特の違いがでているのではないかと。慢性腎不全ではリスクからいけば9千万、数字からいけばそんなに差がない。脳出血と脳梗塞の場合は、ちょっと差があり過ぎる。こういう結果を見ますと、特定健診にクレアチニンを入れて良かった。これはもう最初に特定健診に入った時に、入れるか入れないかだいぶ悩んだけれども、クレアチニンを入れておいて、こういうデータを見ることができて非常に良かったと思います。

あと、特定健診もやはりもう少し増えないと。最初に特定健診が始まった時から年数が上がってきているけれども、なかなか受診率が上がらない。2年前から生活習慣病の治療をしている患者さんも特定健診をしていいという要旨が来ていて、かかりつけのお医者さん、もしくは病院でやっていますけれども、その要旨を見逃して、やっていないところも多いんじゃないかと思えますね。あと保健指導ですね。保健指導がどこまで受け入れられるか、それが問題になっている。保健指導をやって一番重要になりますのが、医療機関で保健指導までやったら、人手と時間が非常に問題になってくるということ。あとやはりHbA1c、労働安全衛生法でもHbA1cが主流になってきている。血糖値ではなくてこういう検査をやっていれば非常に正確な数値がでてくる。こうやって長年のデータの積み重ねでこういうデータに至った。これからの対処がしやすい。非常に良いデータが出てきていて、これから先の啓発運動につながると思えます。

先ほどチャレンジの数字のことが出ましたけれども、初年度は全然当てにならない。今年度がこれからの指標になる。取組みの積み重ねで良いデータが出てきて、これから対処しやすくなり良い結果が出てくると思えます。今年の数値がどうなるか次の時代に明るい見通しが出てくると。

【事務局】

貴重なご意見ありがとうございました。

【委員】

本当にありがとうございました。先生のご意見を励みにまた明日から頑張っていこうと思いますので、よろしくをお願いします。

先ほど先生のお話の中で、特定保健指導を病院の方でやっていけたらいいんだけど、マンパワーの問題で出来ないと言っていました。実際、市役所から連絡するよりも、特定健診を受けた医療機関の先生に健診結果の説明、ご指導いただいたら必要な医療や指導に繋がったりしやすいと思いますが、そこは医療機関の方のマンパワーの問題もございます。生活習慣病の治療を開始したとしても、特定保健指導を本人が希望して、かかりつけ医の先生のご了解をいただければ継続することが出来ますので、かかりつけ医の先生と連携をしながら進めていきたいと思ひます。貴重なご意見本当にありがとうございました。

【会長】

ありがとうございました。その他にご意見は。

保健指導のことだけではなくて自分たちの団体等で取組んでいる健康づくりの内容など何でも結構です、ご発言いただけたらと思ひますが、いかがでしょうか。

先ほど、体力づくりに取組む健診というお話がありましたけれども、橋本委員、体力づくりと一緒に健診をやったら若い人が受けてくれるのではないかという辺りをご説明いただけたら。

【委員】

来年の3月5日に健診と一緒に体力テストをというアドバイスをさせてもらって、それが実現することになりました。体力テストの中身としては、今まで私たちがやってきたのは、少ない定員だったんですけども、今回健診で40名から50名ぐらいの方に来てもらう予定にしております。その方々が健診をして、自分が実際どれぐらいの体力なのか、握力・柔軟性とかをその場で把握してもらおうということも、一つの自分の中のモチベーションになり、結果を知るということも大切なかなと思ひています。更に結果を見て「もうちょっとこういった運動をしようかな」とか、運動の部分で何か影響をもたらす事が出来たらなというところですよ。

また、それだけではなくて事業団としての教室の展開ですけども、今までは8回の教室とか何回の教室とかというように、参加者がその教室に申し込んで全て同じメンバーで行うことが多かったのですが、この会に参加させてもらって1回1回の単発というのを計画しようかなと思ひておまして、今年度よりノルディックウォーキングのウォーキング会とかを年に5回。その1回ずつに皆さんがそれぞれで申し込んでもらって、5回同じメンバーではなくて、興味のある方がその場で申し込むことが出来るという形にしました。事業団としても展開していけたらいいなと思ひている次第ですよ。

【会長】

ありがとうございました。そういうふうにならすぐ取組めるのはいいなと思ひました。

【委員】

弊社の方でも食育活動を毎月しております、随分認知されました。橋本委員さんとか岡田委員さん、川上委員さんのお話を聞いていますと、スーパーに若い方や主婦の方も来て「普段、運動をしていなかったり、自分の体のことはなかなか忙しくて出来ない」という方の意識が1つ高まるのかなと思いました。昨日ですけれども、「健康パスポート」や「いきいき健康チャレンジ」のことで問い合わせが弊社の方に掛かって来ております。これも皆さんの地道な活動かなと思っております。今年も弊社の方も取組んでおりますので、食だけではなくて広く、大きな店舗の方で取組みできたらかなと思っております。またよろしくお願ひします。

【委員】

医療機関で血圧を測られて、私たち薬局にお薬を取りに来られて「今日血圧が高かったけど」という方が時々おられるんですね。薬局に血圧計を置いていますので、またそこで計っていただいて、あんまり高かったら受診勧奨をしています。かかりつけ医とか、「こういう病院に掛かった方がいいですよ」というような受診勧奨はするようにしています。高知県の健康長寿政策課の方でも高血圧対策もやっていますので、国の事業に私たち薬剤師会も協力してやっています。主に家庭血圧をつけていただけるように取組もうと考えています。

【会長】

薬剤師会より家庭血圧に関する紹介がありました。他にはないでしょうか。濱渦委員、地域で色々な取組みをされていると思いますが、活動のご紹介をしていただけたらと思います。

【委員】

このような会に初めて来らせてもらって、私たちが出来ることがあるのかな、どういうことをしていったら良いだろう、と思って聞いております。ヘルスマイトとして、地域で、料理教室を実施しているんですけれども、その時に、やはり自分たちもまず学習をしておかないとダメだと思います。いきいき健康チャレンジについても、一般のヘルスマイトがあまり詳しく知らないということが多くと思いますので、やはり学習を先にしないと勧めていけないなと思って、今日は聞かさせていただきました。出来ることから少しずつですけれども健康づくりのために取組んでいけるよう、育成研修を受けるだけでなく、こういうことも一緒にやっていけるように学習していきたいと思っております。今すぐに「さあ」ということはまだ難しいと思いますが、少しずつ取組んでいけるよう、ご指導よろしくお願ひいたします。

【会長】

ありがとうございます。ヘルスマイトさんは地域で地道に活動されていますので、大変心強いです。また一緒に活動させていただきたいと思ひます。その他にはないでしょうか。

【委員】

受診率の向上ということについて、「特定健診」というのを知らない方もいらっしゃるのではないかと思います。ポストに入っても「これは何だ」と。とにかく知ってもらうことが大事だとなると、この前川上さんに話に来ていただいたように、**企業などに声をかけて説明をさせてもらうなど、積極的に働きかけていくことが大事だ**と思います。うちの方にも支部長が17人います。その後ろにはほぼ900人の部員さんがいます。枝葉のようにずっと広がっていきますので、そういうことを地道にやっていくことで向上させられるのではないかなと思います。大変なこととは思いますがよろしくをお願いします。

【会長】

ありがとうございます。非常に実感としての声が聞けたなと思いますので、知ってもらうということが、受診勧奨に繋がると感じました。他にどなたか。1回発言された方も、1回で終わりではないのでどうぞご発言いただけたらと思います。

【委員】

今年は6月10日にこのいきいき健康チャレンジスタートイベントがあります。去年は確か9月でしたよね。随分早くから始まるということで、私たちも年度が替わって直ぐですので動く体制に今から入る段階でのスタートということで、ちょっと間に合いません。自分たちで学習してさあ進めようかというのにちょっと間に合わないかなというところがあります。来年はもう少し地域で参加してくださる一般の住民の方にも声掛けができるように頑張っていきたいと思います。

【事務局】

ご協力ありがとうございます。始まったばかりで来年のことなどは計画が出来ておりませんが、特定健診がちょうど始まる時期と今からやろうかなと気持ちが高まってくるというあたりで、タイミングよく始められるようにしております。スタートイベントではヘルスマイトさんがすごく上手に声掛けしてくださって助かっています。また出来る範囲でご協力のほうよろしく願いいたします。