

# 令和元年度 第2回高知市生活習慣病予防に関する協議会議事録

日時：令和2年1月17日（金）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2019』途中報告について

#### 【事務局】 「資料1」説明

#### 【森田会長】

月別の申し込み状況で、5月6月の申し込みが半数という報告がありました。スタート時に一気に申し込みされる方が多いように思いましたが、新規の方はもう少し後から申し込まれる場合が多いのでしょうか。

#### 【事務局】

前半の5月6月に申し込みをされる方は、リピーターの方や情報に敏感な方が多いなという印象があります。新しい方は9月10月に量販店などでの啓発活動を通じてという方が多かったです。初めていきいき健康チャレンジや健康パスポートについて知ったという方にお会いして申し込みをしてもらうことができました。

#### 【森田会長】

ありがとうございます。来年もリピーターと新規の方も増やしたいというところもあると思いますが、スーパーなどでの啓発が新規獲得に繋がっていているのですね。他に何か、みなさん感じたことなどありませんか。

#### 【公文委員】

歯っぴいスマイルフェアの健康相談あるいは歯の相談に参加した方の中で、その後、いきいき健康チャレンジに申し込んだ方の人数は大体でよいですが分かりますか。

#### 【事務局】

歯っぴいスマイルフェアの健康相談の数はとても多かったです。100名近い方に座っていただきました。その中で何人の方にはいきいき健康チャレンジに申し込んでいただいたか正確な数字はすぐに分からないのですが、30名くらいではなかったかと思います。歯っぴいスマイルフェアでの啓発の機会をいただけてとてもありがたかったです。

#### 【公文委員】

参加するきっかけになっているのであれば、我々も励みになります。今年度、いきいき健康チャレンジのスタートイベントの日と歯っぴいスマイルフェアの日が1週間違いだったと思います。今後も重ならないよ

うにすることで、歯っぴいスマイルフェアでも啓発し参加者を増やしていけたらいいのではないのでしょうか。

#### 【事務局】

高知市歯科医師会さんとのイベントの日時の調整もさせていただき、同じ日にならないようにしてくださっておりますので、とても感謝しております。重ならないようにしながらも、6月の近い時期に実施することで双方の啓発につながれば幸いです。

#### 【橋本委員】

窓口や体育館に来られる方がよく言われる言葉がありまして、一つは「もうシール集めんでよくなったきね」という言葉です。マイスターになりヘルシーポイントを集める必要がなくなった方でも、県のプレゼントキャンペーンの応募もあると思うのですが、もしかしたら、そういう方がいきいき健康チャレンジに申し込まなくなったのではないかととも思うことがあります。ヘルシーポイントシールを集めなくても申し込める、魅力的な特典みたいなものが何かあればと思いました。

あとは、「これ、どうやって申し込んだらいいが」ということもよく聞かれます。申し込みは窓口かFAXかですよね。FAXがない、窓口に行くのが面倒という人がいて、申し込みを諦めてしまう人がいるのも現状です。やはりインターネットが申し込みの増加に繋がりやすいかもしれません。私たちが実施している教室の中でも紹介しています。その場で申し込みをしてくれたら預かるというようにもしていますが、書いてすぐに申請できる場所があればいいのかもしれない。

#### 【事務局】

確かに橋本委員が言われるように、健康パスポート事業と連携して実施してきた事業ですので、シールを集めなくてよくなったのでというご意見はたくさん頂戴しています。さらにそれを何かの形で特典に繋がるようなものがあればというご意見としても伺っています。こちらの方もできるかどうか分かりませんが、検討してみたいと思います。あと、申し込み方法というところでは、量販店とかに出前PR活動に行きますと、その場で紹介してその場で記録ノートも渡せるため、勢いでやってみようかなというようになることもあり、タイミングを掴むのが大切だなと実感しております。ですから出向く機会というのは来年度も検討していきたいと思ひますし、インターネットでの申し込みを具体的に進めていきたいと思ひます。

#### 【窪委員】

私も自分の職場の人に声をかけた時に、高知家健康パスポートのアプリに参加しているので、いきいき健康チャレンジにも参加したらシールの二重取りになるのではないかという声もありました。問題ないのではないのでしょうかと答えましたが、そのような誤解も新しくできた問題かなという感じでした。

#### 【事務局】

窓口でも同じような質問もありますので、ホームページなどでも健康パスポートのアプリをやっている、いきいき健康チャレンジにも申し込める旨をお知らせしたらよいと思ひました。

## 2)生活習慣病予防(健康づくり)に関する取組について

### 【川上委員】

高知市の方ではデータヘルス計画というのを立てております。平成30年度の特定健診の受診率もおかげさまで34.1%になりまして、前年度より4.3ポイント上昇しております。特定保健指導の実施につきましても19.4%と、前年度よりも3.6ポイント上昇しております。しかし、県や国の平均に比べるとまだまだ低い状況ですので、受診率、実施率の上昇に向けて取り組んでいるところです。データを分析する中で気になったのが、HbA1cの有所見者です。第2期データヘルス計画でも年々上昇傾向だったのですが、2年連続して受診している方をみても、HbA1cだけが上昇し、H28年度と比べても2.5ポイント有所見者が増えていきます。糖尿病の発症予防のためのポピュレーションアプローチも重要だと思っております。

### 【上原委員】

(資料：2018年度支部別スコアリングレポート)

協会けんぽの支部ごとの健診受診率、特定保健指導実施率、男女別の健診結果や問診結果の年齢調整平均値と医療費をレーダーチャートやグラフで見える化した資料です。棒グラフは、全支部の数値を表しています。

2ページには、健診受診率、特定保健指導実施率をレーダーチャートで表しています。指標1は、生活習慣病予防健診で、協会けんぽが健診費用の補助をしていて、健診機関から結果が報告され、特定健診を受診したことになります。指標2は、事業者健診データ取得率で、40歳以上で生活習慣病予防健診以外の健診を受けた方のデータを提供いただいて特定健診受診に代えるものです。指標3は、指標1と2を合わせた健診受診率です。ここまでが被保険者本人の健診ですが、事業所で健診を受けさせるため受診率は高くなっています。

指標4は、扶養家族の特定健診受診率です。自分で健診機関に予約して受けに行く必要があり、面倒なこともあり受診率は低いです。今年度は、イオンでの健診において、高知市の協力でお口の健康チェックをしたり、保健センターでは、がん検診や肌年齢測定などオプションをつけた健診をして、徐々に受診者は増えていますが、依然として全国下位です。

指標5は、被保険者の初回面談実施率、指標6は実績評価実施率、指標7、8は扶養家族の特定保健指導の結果です。特定保健指導の実施率が低いことは、ずっと課題となっていて、被保険者については、健康宣言や県のワークライフバランス認証、経済産業省の健康経営優良法人認定のためには、保健指導を受けることが条件となるため、事業所にその旨話をして受けていただくようにしています。扶養家族については、健診当日に特定保健指導を実施できる健診機関と契約して、10月から当日の保健指導を実施しています。これまでに、約100人、健診当日に初回面談をしました。また、9月末には、高知市食生活改善推進協議会様のご協力、特定保健指導とお料理教室をセットで実施して8人が参加しました。薄味のお料理を実際に味わうことで普段の味付けが濃かったと気づきもあり、大変好評でしたので、今後もご協力をお願いしたいと考えています。

7ページにはメタボリックシンドローム該当者の減少率を載せていますが、健診受診者が増えれば増えるほど、メタボ該当者が増えるという結果になっていて、ポピュレーションアプローチにも力を入れていかなければいけないと思っています。

8ページからは、生活習慣病のリスク保有者の割合を載せています。特徴としては、男女とも血糖のリスク

保持者が多いという結果です。また、生活習慣では、男女ともタバコ、飲酒習慣で要改善者の割合が高くなっています。

24 ページは、医療費の状況ですが、全国と比べて入院医療費が高くなっています。重症化してから受診するという傾向があるのかもしれませんが。

#### 【柳澤委員】

支部別スコアリングレポートには、労働安全衛生法の健康診断がどの程度反映しているのでしょうか。どこまで提供してよいか個人情報の問題もあると思いますが。労働基準監督署が厳しくやっていて、産業医も保健指導をしていると思います。医療費が高いのは、高知県独特のものでやむを得ないところもあると思います。

#### 【上原委員】

協会けんぽにご提供いただいたデータについては、事業者健診データの中に入っていますが、提供率が高知市は6.8%となっております。

#### 【公文委員】

厚生労働省のデータの中でも、歯科健診を受診されている方は全身疾患や、病院にかかる医療費や薬剤費が下がるということや、歯周病予防は全身の健康に繋がるというデータがあります。また残存指数と寿命の関係というのも出ております。歯科の受診、健診により医療費が下がることも期待できますので、積極的に啓発していただけたらと思います。

#### 【濱渦委員】

今年度、働く世代、若者世代の生活習慣予防のための取り組みを行ってきました。若者世代は朝食の欠食が多いという課題もありますが、昨年の協議会を通じて、協会けんぽさんと協働で料理教室を開催することができました。働く世代 30 代 40 代の方々に料理教室に来ていただくというのは難しいのですが、協会けんぽさんの方でも集めていただきまして、普段関わりが持てない方とも出会うことができました。参加されたみなさんからも「来てよかった」という声をいただきました。今度は、独身の男女を対象にした料理を通しての出会いというのを実施しています。少しではありますが、手ごたえがあり、2組のカップルが生まれています。

#### 【森田会長】

ありがとうございます。協会けんぽさんと協働で生活習慣病予防に取り組まれて、それぞれにとってよいメリットがあったのではないのでしょうか。

#### 【橋本委員】

サニーマートさんと一緒に取り組みを行っておりますのでご紹介します。サニーマート山手店の方で毎月1回健康体操教室を実施しています。事業団の私がサニーマート山手店に出向き、約40分の体操教室の中でエクササイズをしたり、頭の体操をしたりしています。最初は参加者が少なかったのですが、これまでに参加してくださった方が、「良かったで、もう1回来たきね」というようなお声や、その場で友達になった方々

が「来月のいついつ来ようね」というような声掛けをしてくれるようになりました。今では9人から10人ぐらいの方が継続して参加してくれています。教室の会場となっているところがたくさん入れるような所ではないのですが、和気あいあいとやっています。1月からは1月20日、2月10日、3月2日に実施する予定です。来年度以降も継続していこうかとサニーマートさんと話をしているところです。

事業団の教室としては、「ウォーキング&ジョギング教室」ですとか、「スクエアステップ教室」など健康づくりや高齢者向けの内容でも実施しているのですが、その中の参加者の声としては、「教室に参加する前は、血圧の薬をたくさん飲みよったけど、教室に参加して半分になったがやき」という声をいただいたり、「腰とか膝の痛みが軽減した」という声を聞くようになっていきます。一緒に参加するということでもモチベーションが上がってくるのではないかと思います。しかし、その場に来ていただくために、どうしたらいいかっていうのも今後の課題ではないかとは思いますが、まずは来てもらって運動を楽しんでもらうこと、これからは頑張るって人を集めていかないといけないかなと考えています。

#### 【事務局】

食を通じた生活習慣病予防の取組(青年期以降)、女性健診、受動喫煙について、高知市健康パスポート事業について資料説明(資料参照)

#### 【森田会長】

ありがとうございます。食のことから歯科、女性健診、受動喫煙対策、健康パスポートのご紹介をいただきました。色々な情報提供がありました。他に何かございませんか。

#### 【柳澤委員】

これを発足した時のことを考えますと、今回目標が3000で、2400が少ないと言いますが、目標値の設定の仕方が少し高めにしていたかもしれないと思います。今年度の2400は上等の数字じゃないでしょうか。ここまでの数値が出たということで、昨年の数値には達しておりますので、ここまでくれば僕は上等だと思います。

#### 【森田会長】

評価をいただきました。他にみなさんからの感想でもけっこうですし、ご発言いただけましたら。

#### 【岡田副会長】

私も実際、いきいき健康チャレンジのイベントで前に出て体操の指導をさせてもらっているのですが、年々、関心が高くなっていると感じています。みなさん、健康づくりに関して何か取り組みたいと思っていると思うのですが、先へ進むきっかけがない人がいるのではないのでしょうか。私が思うのは、負担や面倒はかかるけれども、ライブで人と人が接してやっていた方が、効果があると思います。いきいきチャレンジもあれだけの人数が集められることですし、高知市は見守って応援していますよという意思を伝える行動があると伝わるのではないのでしょうか。

#### 【植田委員】

高知市いきいき健康チャレンジのイベントにも参加させてもらっていますが、多くの方がお口の悩みを抱

えているなという印象があります。相談コーナーには毎回たくさん並んでいただいています。今回、唾液量の測定の器械を購入して1台から2台に増えておりますので、お待ちしていただく時間が少なくスムーズに参加していただけるのではないかと思います。またご協力したいと思いますのでよろしくお願いします。また最近、従業員とその家族に対して口の健康についての講話をお願いしたいという企業さんがありました。今後このような活動もできますよということをアピールができたらと思いますし、体制づくりもこれからしていかないといけないなと思っています。

#### 【森田会長】

生活習慣病予防は子どもの頃からの取り組みが大切だと思います。その人にとって、どこでスイッチが入るか分からない、どういう言葉なのか、どこで場所なのか、受け手側の健康に対する意識も1人1人ちがうなと思います。ですから、あらゆる機会を用いて言い続けていかなければならないのかなと思います。今、色々な協働の活動も生まれていると思いますが、いかがでしょうか。

#### 【上原委員】

いきいき健康チャレンジの申し込みですが、量販店などに出向いて啓発する場合の申込みが多いでしょうか。割合はどうですか。

今年度、イオン高知で行われた健診は10月でしたが、もう少し早ければ、あの場でも啓発できたのではないかと思いますし、健診の受診者は多いので、そこを活用して案内できたらとも思いました。私たちが保健指導で回るときには、チラシを持って行って渡しています。

#### 【事務局】

数の比率というのは分からないのですが、ただ、チラシを置いていただくだけではなく、直接私たちが量販店さんに行って、人と人とおっしゃっていただいたのですが、職員さんにも取り組みの説明をして置かせていただくことが大切ではないかと思っています。何か、あらっと見ていただくような感じで置かせていただかないと効果がないのかなというのは最近感じているところです。何か委員さんとして、あるいは一市民として、こういった形だったら目について見てみようかなと思うようなアイディアがありましたら聞かせていただきたいなと思いますがいかがでしょうか。

#### 【岡田副会長】

私のこれまでの経験から、参加する方も、分かりにくいことやめんどくさいことは嫌になるので、1対1で親切丁寧に教えてあげると取り組みやすいというのはあると思います。健康パスポート事業の特典など色々ありますよね、説明するときも、そこが分かるページをめくってあげて行きつけのお店があればそこで特典があることを伝えたりと、面倒だけれども親切にやってあげるほど効果があると思います。

#### 【森田会長】

ありがとうございます。コツをおしえていただきました。高知市では約18,000人が高知家健康パスポートを申請していると報告がありましたが、一歩取り組み始めたら次につながっていきやすいと思いますので、最初の導入が大切ですね。

**【高村委員】**

以前, 高知市農業協同組合女性部支部長会に来ていただいたと思いますが, 新年度, 支部長も変わりますし, 啓発が一番大切ですので, ぜひ, P Rに来ていただけたらと思います。

**3            その他**

**4            閉会**