

審 議 会 等 の 会 議 結 果 報 告 書

		課所名	健康推進課
会 議 名	令和 7 年度 第 2 回 諏訪市健康づくり計画策定専門委員会		
開催日時	令和 7 年 8 月 21 日（木） 午後 1 時 30 分 ～ 午後 2 時 40 分		
開催場所	諏訪市保健センター2 階 多目的ホール		
出席者	（出席者） 小平 宏委員長 関 萌季副委員長 藤原希美委員、 折井こずえ委員 秋山 清委員、 藤森恵子委員、 上井美保委員、 名取まゆみ委員、 濱秀憲健康推進課長、 矢澤祐美健康予防係長、 小口直子健康支援係長、 笠原和洋健康予防係主査、 吉田祥子健康予防係主査、 蟹江千絵健康支援係主査 中城弓枝健康支援係主査、 大河原とおみ健康支援係主査 （欠席者）委員：進藤久美委員		
資料	別添		
協議議題（内容）及び会議結果（要旨）			
1. 開会（健康予防係長）			
2. 委員長あいさつ（小平委員長）			
本日はお忙しいところ参集していただきありがとうございます。市民一人ひとりが心身ともに生き生きと暮らせるよう皆様の知見から意見をお願いしたい。			
3. 健康推進課長あいさつ			
本日はお忙しいところありがとうございます。当市では平成 16 年に健康すわプラン 21 を策定し、何度か改定を行い、現在は、健康すわプラン 2021 である。前回は 4 月に会議を開催し、アンケート調査の結果に基づき、各種の指標が出てきた。本日は皆様の知見から意見をお願いしたい。			
4. 議事（進行：小平委員長）			
(1) 諏訪市の健康づくり関連データについて			
■事務局より説明			
■質疑応答・意見			
【委員】歯磨き習慣のところで、10 代から 20 代の歯を磨く回数が 1 日 1 回磨くという方が多いが、それが 30 代ぐらいに一気に減る。イメージ的には、今の子どもは虫歯が少なくなってきた、歯医者でも虫歯の治療よりも予防のほうに向かっている感じがするため、少しデータと乖離があるのかと思った。また、二十歳の歯科検診が始まっていることもあるので、この点に関し、何かあれば教えてほしい。			
【事務局】あくまでも想像であるが、おそらく 10 代までは学校に在籍しているので、歯科検診等でお話をいただいているが、大学生以降になるとそのような機会がなくなってしまう。大学生は、社会人に比べて生活が不規則になってくるので、歯磨きへの関心が低くな			

るのではない。徐々に年代が上がるにつれて不具合が出てきて受診をされる方が増えて
いると思う。今後、検討し、調査をしてみたい。

【委員】高校を卒業するまでに、一番大事な健康や食事に関する教育をすることが必要と思う。

【委員】先程の歯磨きの習慣について、1日1回磨くというのが増えたのは、おそらく食事の
関係で、食後の歯磨き習慣についての問いであるため、食事を取る回数が減っているの
ではないか。19歳から20代前半は学生で忙しいから朝食を食べない、昼からしか食べない
ということがあり、データが上がってきていると思う。

(2) 次期計画体系案について

■事務局より説明

■質疑応答・意見

【委員長】目標達成状況を見ると、基本B以上が最低ラインでいかがでしょうか。栄養食生活の
ところでBが並んでいる。タバコや飲酒の関係、最後の心の健康で、睡眠、うつ病の項目に
Dが並んでいる。そのような項目に特に力を入れていかなければいけないと思う。健康診断
の受診率で言うと、患者さんは具合が悪くても、医療機関にギリギリまで来られない。事情
があって、体調が悪いから医療機関にかかりたいと言えない雰囲気がまだ事業所にあるの
ではないかと思う。ある程度、事業所から健康診断の啓発があると、従業員の方も受けやす
くなるのではと思うので、受ける人に対するアプローチもあるが、受ける人が受けやすいよ
うな事業所の体制も必要だと感じた。

【委員】胃がんの受診率に関して、当院でも胃カメラの受診が半分ぐらいになっている。ピロリ
の除菌をした人は、すぐにがんにならないだろうということで、2年に1回でいいと言われ
たりするからである。胃がんは、健診で見つかる率が非常に低くて、そこでピロリがいると
わかって、ピロリの検査をして、除菌をして、そうするともう検診はいいというような感じ
で言われ、それが2年に1回になっているところではないかと思う。また、子宮頸がんは、
ワクチンを打ち始めたので、少しずつ減ってくると思うので、ワクチンを打っていない世代
がどうなっていくのか、ある程度経ったら見ていきたい。大腸がんや乳がんはすごく多く
て、乳がんは検診で見つかる率が高いので、罹患率も上がっているのではないかと思う。ま
た、運動に関して、講座等への参加が運動に関心のある方に限定されるということである
が、そもそも運動をどう捉えるのか。例えば、家事を毎日一生懸命していて、少し畑仕事
をする人は、運動が必要なのかと思う。結果的に、動ける体をつくることが大事なので、軽い
運動の代わりになる家事や生活習慣を取り入れて、動いていけばいいと思う。さらに、栄養
の項目に関して、私的には65歳を過ぎたら、肥満予防からギアチェンジしてフレイル予防
だと思っている。いつまでも糖の問題とか血糖値が高いからということではなくて、タンパ
ク質をたくさん取ってと言う先生もいる。糖尿病予防はもちろん大事であるが、フレイルと
かタンパク質も大事だと思っている。

5. その他（健康予防係長）

今回は、11月13日に開催したいと考えている。委員の皆様には、ご多忙のところ恐縮ではあ
るが、ご理解とご出席をお願いしたい。

6. 閉会（関副委員長）

本日は、ご意見とご感想をありがとうございました。多岐にわたるアンケート結果を見て、計画の策定に向けて考えさせていただいた。11 月に次回の委員会が開催されるので、質問や意見を考えながら、よりよい計画を策定していきたい。

（午後 2:40 終了）