

会議開催結果

1	会議の名称	砥部町健康づくり計画及び食育推進計画策定委員会
2	開催日時	令和5年2月8日（水）午後1時～
3	開催場所	砥部町役場 議員協議会室
4	審議等事項	（１）計画の進捗状況について （２）その他
5	出席者名	【委員】 木谷伸治（町内医師会代表） 酒井誠二（区長会代表） 村上明子（NPO法人とべ子育て支援団体ぽっかぽか代表） 水口武史（砥部町ふれあい・いきいきサロン連絡協議会会長） 則友美紀（砥部町立小中学校校長会代表） 山本真理子（砥部町食生活改善推進協議会会長） 土居幸則（松山南警察署） 二宮紀子（砥部町養護教諭代表） 【欠席者】 稲田雅仁（町内歯科医師会代表） 奥田美恵（愛媛県立医療技術大学看護学科講師） 三木優子（愛媛県中予保健所長） 河野秀康（民生児童委員代表） 北岡和高（砥部町PTA連絡協議会会長） 篠崎春樹（砥部消防署代表） 伊藤小牧（砥部町栄養教諭代表） 【事務局】 保険健康課 篠原万喜枝・中山晃志・福見早苗・ 松田志穂・吉村梨江・和田彩・光井雅美・ 宮田明菜
6	公開・非公開の別	公開
7	非公開の理由	—
8	傍聴人数	0人
9	所管課	砥部町保険健康課 電話 962－6888

砥部町健康づくり計画及び食育推進計画策定委員会会議録(概要)

発言者	発言内容
事務局	1 開会
会長	2 会長あいさつ
	3 議事
	(1) 砥部町第2次健康づくり計画・食育推進計画の進捗状況について
会長	砥部町第2次健康づくり計画・食育推進計画の進捗状況について事務局から説明をお願いします。
事務局	砥部町第2次健康づくり計画・食育推進計画の進捗報告について説明します。 健康づくり計画の重点目標「こころの健康を守る」の基本目標「こころにゆとりをもつ」は、令和4年度は幼児期からの性教育の講話を、NPO法人子育て支援団体ぽっかぽかスキルアップ講座において1回実施、思春期教室は町内全小中学校5校で実施しました。今後の事業計画は、保育所等と連携し幼児期からの性教育を推進していきたいと考えています。 基本目標「うつの人を放置しない」は、令和4年度はこころの健康講座を小学校2校で6年生や新1年生の親などPTA対象に実施し、131人が受講しました。 こころの健康相談は、2か月ごとに開催し4回5人に実施しています。メンタルヘルス研修は職員に対し1回実施、ゲートキーパー養成講座は、民生児童委員研修会や福祉フェスタ、ぽっかぽかで計3回実施し83人が受講しました。 ひきこもり相談窓口は、保健センターを窓口として設置しており、自殺対策強化月間等に合わせて、広報にて周知しています。今後の事業計画ですが、学校、PTA、商工観光課

や社会教育課、企業等で連携し、若年層への啓蒙普及に努めていきたいと考えております。

重点目標「子育てを楽しむ」です。基本目標「ゆとりをもって育児する」と「子育て支援の資源を活用する」を併せて説明します。

昨年度に導入した子育て応援ナビ（アプリ）からの予約体制も、定着しつつあります。妊婦向け教室では、沐浴体験の機会を増やしたことで、父親の参加が昨年度よりも増加しました。10 月からは、産後うつや虐待予防を目的とした産婦健診が、愛媛県全体の事業として導入され、産後の慣れない育児で疲弊している母親の負担軽減を目的とした、産後ケア事業も利用実績が伸びてきております。

今後の計画として、感染症対策と住民の利便性を考慮したアプリからの予約体制を継続するとともに、アプリの登録率を向上させるため、子育てに関する情報発信などにも力を入れていきます。また、産後うつ等を予防するため産婦人科とタイムリーな情報連携を行いながら、ゆとりをもって子育てできる支援体制の強化を図ります。

重点目標「交流・地域活動を推進する」の基本目標「子どもから高齢者まで、繋がりを広げる」について、令和4年度の実施状況は、地域の集まりとして地区巡回健康教室、サロン、老人クラブの活動がありました。また、地域福祉活動推進懇談会として各校区1回計4回開催しています。

今後の事業計画ですが、引き続き世代間交流できる地区が増えるよう、介護福祉課や社会福祉協議会等と連携し、集まりの場づくりを推進していきます。

基本目標「地域の次世代リーダーを育成する」について、令和4年度の実施状況は、自主防災組織の普及として56組織、食生活改善推進協議会員として115人が活動しています。今後も食生活改善推進協議会活動、社会福祉協議会が実施するアクティブシニアボランティア養成講座や、ウオーキングサークル事業への協力、推進を支援します。

重点目標「体力をつける」の基本目標「運動習慣をつける」について、令和４年度の実施状況は、ストレッチ教室、地区巡回健康教室、育児ママサークルや介護予防教室、糖尿病予防教室にて運動講座を実施しました。今後もスポーツ庁考案の運動メニューの情報提供を行いながら、各種運動事業を実施し、運動を習慣づけられるよう推進します。

重点目標「生活習慣を改善する」の基本目標「規則的な生活リズムをつくる」は、毎年幼児健診にて生活リズムに関するアンケート調査を実施しており、子どもの年齢が上がるにつれ就寝時間が遅くなる傾向にあります。生活リズムが気になるお子さんについては、ご家族の生活環境や食事時間などとも合わせながら、生活習慣の見直しが一緒にできる支援を丁寧に行っていきます。

基本目標「禁煙・分煙する」では、家庭内分煙の実態調査を続けており、小学校における禁煙教室が今年度も開催される予定です。

基本目標「節酒を心がける」では、町内に１カ所断酒会が存在し、定期的な集会活動を行っています。

基本目標「歯の健康を守る」では、砥部町が幼児期の「う歯（むしば）」がある子どもの割合が高いこともあり、幼児健診で専門職による個別のブラッシング指導やむし歯予防教室を再開しました。幼児健診がない２歳代に、改めて歯の健康を考える機会として「むし歯予防教室」を開催していますので、来年度は教室の年間日程を春に提示し、住民自らが教室日程を選んで参加できるよう利便性に配慮し、参加率向上を図ります。

重点目標の「生活習慣病の発症予防と重症化予防に取り組む」の基本目標の「自分の健康を守る（健診）」について、令和４年度は、ナッジ理論を応用した特定健診受診勧奨を５回実施しました。現在時点での特定健診受診率は、23.9%で去年と同時期と比べて１％上がっています。これは、コロナ禍が落ち着いてきたことや、未受診者勧奨の効果がでてきた

ものと思われます。他にも、後期高齢者健診の受診勧奨や、新聞折り込み、電話を活用した勧奨なども実施しました。新たに、とべっち健康ドック受診者に対してバス配車をする「とべっち健康ドックバスツアー」を実施し、受診者には好評で継続希望の声も聞いています。

今後の計画として、ナッジ理論を応用した受診勧奨等を引き続き強化することに加え、みなし健診導入に向けた検討を行います。

基本目標の「がんを予防する」です。ICTによる総合健診予約システムにて、ウェブ予約した人は377人でした。予約全体のおよそ16.8%の方が活用しており、ウェブ予約の割合が年々増加しています。また、がん検診の未受診者勧奨を、クーポン券や封書などで行いました。がん検診についてもコロナ禍が落ち着いてきたことや、未受診者勧奨の効果が表れ、受診者数が戻ってきています。

今後の計画ですが、集団検診予約については、令和5年度分から郵送申込を廃止し、電話とウェブ予約のみで行います。その分申込者数が減少する可能性があるため、町のSNSの活用、広報や新聞折り込み、個別の受診勧奨等を行います。また、新たに子宮頸がん検診無料クーポン券（21歳）を配布し、若い人の受診勧奨も強化します。

基本目標「動脈硬化を予防する」について、令和4年度の実施状況は、地区巡回健康教室におけるオーラルフレイル教室を2回実施しました。また個人への関わりとしては、重症化予防事業の対象者に糖尿病連携手帳を配布し、歯科医院受診時に活用しています。後期高齢者への重症化予防訪問を20回、重症化予防対象者へ個別訪問指導として50回行いました。

今後もオーラルフレイル予防教室や、重症化予防事業対象者への個別指導を通して、かかりつけ医への定期通院の必要性の勧奨などの周知を行い、歯科医院との連携を推進します。また、乳幼児から高齢期まで生涯を通じた歯科保健活動

事務局	を一体的に推進していきます。 続きまして食育推進計画の報告を行います。 食育推進計画は、主に新しい取り組みについてご報告いたします。 重点目標「食は命の源（病気を予防する）」の中の基本目標「バランスをとる」では、初めて離乳食を作る第一子の保護者に、栄養士による離乳食訪問を開始しました。また、特定健診結果から栄養指導が必要と医師から指示があった人等への訪問も実施しました。実施方法については随時修正を行いながら、次年度も継続実施していきます。 基本目標「規則的な生活リズムをつくる」については、町食生活改善推進協議会による食育紙人形劇を行う「子どもの食サポーター事業」を例年町内幼稚園に、令和２年度からは保育所にも実施していますが、今年度新たに麻生児童館でも実施しました。次年度は、砥部児童館にも拡大し、親子が食について楽しく学ぶ機会を提供します。 基本目標「野菜を食べる」では、次年度食生活改善推進協議会と共同で、簡単に手間なく作れる『時短レシピ』を作成し、忙しい方やご高齢の方、料理が苦手な方などに対して、訪問や教室、イベント等で配布していきたいと考えています。 基本目標「口から食べる」では、「噛む力を育てる教室」を、町内幼稚園・保育所・認定こども園に今年度から各２回実施し、咀嚼力（そしゃくりよく）判定ガムを使って効果判定を行いました。幼稚園側からは視覚的にもよくわかり、保護者に向けても良い啓発となるので、保護者も一緒に参加できたら良いという声もあったので、次年度以降、幼稚園と調整・計画していきたいと思えます。 基本目標「食の時間を楽しむ」では、保育所・幼稚園・認定こども園が、お子さんが給食を食べている様子を保護者に見ていただく給食参観や、近所の高齢者に教えてもらった干
-----	--

	し柿づくり、苦手なものが食べられるよういつもと雰囲気を変えて園庭で給食を食べる青空給食などの取組みを行いました。行動制限のある中で、マナーを防ぎ子どもたちの食への意欲をかきたて、保護者にも刺激となり、また地域住民との交流で食の伝承を行うなど、日々の保育所幼稚園活動の中で食育が組み込まれていました。次年度はクラスの交流給食などを計画しています。 次年度も関係団体の皆さまにご協力いただき、社会情勢や変化に対応しながらも、食は命の源であるという思いを根幹に据え、「食の大切さ」を推進していきたいと思います。 以上で事務局からの報告を終わります。
会長	事務局からの説明が終わりました。ただいまの説明について、ご質問・ご意見などございましたらお願いします。
会長	ご意見が出てこないようなので、子育て支援団体ぽっかぽか村上さんに、先ほど事務局の説明の中で、砥部町において『子育てに関する情報発信にも力を入れていく』というお話がありましたが、ぽっかぽかさんに登録している保護者の方への情報発信の方法や内容など、何か具体的に工夫していることや効果的な取組みがありましたら、ご助言をいただけないでしょうか。
委員	ぽっかぽかの活動の方でも、SNSを使った情報発信をここ1～2年前から始めています。コロナ禍になる前にこういうシステムができたらいいなと、『子育て元気ねっと』という名称でInstagramを立ち上げました。最近でも警報で広場を閉めないといけない時に、即時に皆さんにお知らせができたので、急な情報周知の方法としてもとても役に立っています。 保護者の登録が増えており、状況がリアルタイムで知り得ることができるので、私たちの方も工夫して活用するように

	しています。今のお母さんたちは活動内容をSNSで調べてから来所するため、そこにアップされていない情報はないものと思っているくらいです。活動の場所、時間、内容について情報発信を上手にしながら、活用していきたいと思っています。 また、今取り組んでいるところですが、子育てコーディネーターの活動として、乳幼児健診、地域の児童館などで、お母さんたちに様々な質問をされた時に、今まではリーフレットの活用だけでは、様子が伝わりにくい部分がありました。今後はタブレットを活用して、動画や写真を撮り溜めておき、私たちぽっかぽかの活動だけでなく、町内の様々な活動、お母さんたちが知りたい情報をお知らせできるように、今から準備をしていこうと思っています。ネット検索が主流となっているお母さん達の行動パターンに、私たち支援する側もついていけるよう工夫していきたいと思います。
会長	ありがとうございます。非常にためになるご提言じゃないかと思います。事務局においても、コーディネーターとしての人材や、SNSの活用など、ぜひ引き続き協力をして進めていただきたいと思います。 よく読まないと言ったとしても難しいかとは思いますが時間がありますのでゆっくり見ていただいて、その間に食育推進計画に関することとして、もう1名ご指名させていただきたいと思います。 食生活改善推進協議会の山本さま、ぜひご助言いただけたらと思います。先ほど事務協の説明として「野菜を食べる」の項目で、時間を短縮したレシピ集を作成し配布したいというお話がありました。協議会で既に取り組んでいらっしゃることや、こんな献立を入れたらいいよというご助言がありましたら、お願いします。
委員	お答えします。私たちの協議会では、昨年防災をテーマに

会長	した献立に取り組んでまいりました。防災食は缶詰とか乾物を利用することが多くて、かなり短い時間で簡単に調理ができます。まだ献立の例としては沢山備えてありませんが、これから少しずつ献立を増やし防災食も時短メニューの一つとして、レシピ集作成に協力できたらと思っています。 ありがとうございました。最後の「食を愉しむ」のページに、幼稚園、保育所での干し柿づくりの取り組みについてもご紹介がありましたが、協議会の皆さんは色んな技術をお持ちだと思いますので、ぜひそのような場で伝えていただくと、非常に助かりますし大変良いことだと思いますので、今後ともぜひ協力しながらやっていただければと思います。どうぞよろしくお願いいたします。
副委員長	食生活改善推進員の方の活動で防災食、時短のレシピというのを今お聞きしましたが、私としては防災士や自主防災組織の運営にも携わっております。防災士の活動においても、砥部町で横のつながりができたらいいなと思っています。今、コロナ禍で活動ができていない状況ですが、防災士の活動の中で何をしたいこうかという課題があります。食生活改善推進員の活動とコラボすることで、食のつながりが広がたらいいなと思いましたので、またお声掛けさせていただきます。
委員	ぜひお願いいたします。
委員長	ありがとうございました。大変大切なご提言だと思います。私の砥部町の防災委員会の委員長もやっておりますので、ぜひ協議をさせていただきたいと思います。 (2) その他について

委員長	続きまして（２）「その他」について事務局から説明をお願いします。
事務局	自殺対策について報告させていただきます。 自殺の現状ですが、全国的に自殺者の総数が令和２年のコロナ禍の中約１０年ぶりに増加し、約千人増えたまま高止まりの状態が続いており、長引くコロナ禍や就労環境、経済状況の悪化が影響しているとみられています。また、新聞などで目にした方もいらっしゃると思いますが、全国的には女性や若者の自殺が増えている現状です。砥部町においては、令和３年までの自殺に関しては、数や傾向などに変化はありません。 平成２８年に自殺対策基本法が改正され、自殺対策は生きることの包括的な支援と位置付けられ自殺対策計画を策定することが義務付けられました。砥部町では平成３０年に計画を作成し、関係機関の皆さまと連携し取り組んでいます。 町の取組みは、啓発活動、相談支援体制の整備、支援者の育成の３つの柱で成り立っています。特に、若者に関しては啓発活動として、町内の小中学校や医療技術大学と連携し思春期教室や、こころの健康講座を開催しています。令和４年度の思春期教室は各小中学校にて実施できましたが、こころの健康講座は児童対象には麻生小学校１校でしか実施できていない状況で、今後学校と連携し取り組んでいきたいと考えております。 また、砥部町において以前から高齢者の自殺が多いという傾向があり、今年度は地域の方と接することが多い民生児童委員さんに対して「ゲートキーパー養成講座」を実施しました。 今後とも、計画に基づき自殺対策に取り組んでいきたいと考えております。以上で事務局からの説明を終わります。
会長	事務局からの説明が終わりました。ただいまの説明について

	てご質問ご意見などございましたらお願いします。
会長	若年層に対してこころの健康講座という取組みがあります。校長会代表則友先生にお伺いしたいのですが、こころの健康講座で今年度ＳＯＳの出し方講座という名前で、麻生小学校で実施したと聞いております。児童に対しては、一校だけだったということで町内の全ての学校になかなか進まないと思います。コロナ禍であるなど色々理由があると思いますが、これを広げていくことが可能なかどうか、ご助言いただけたらと思います。
委員	麻生小学校の則友です。この講座に関しましては、４月の最初の町内小中学校の校長会におきまして、町がこのような事業を進めているので、積極的に活用して欲しいという話が教育委員会からありました。今年度は、麻生小学校のみ実施ということは、私も知りませんでした。本校で実施をしたのですが、実は数年前に久万高原町で勤務していた時に同じようにこころの健康講座を実施しておりました。今回、私も麻生小学校の６年生のこころの健康講座に参加し、子どもたちがトレーナーの幸田先生から様々なことを学ぶ様子を拝見して、この学習が非常に大切だということを再認識し、実感をいたしました。 学校で私がとても大切にしているのは、言葉で自分の思いを伝えることです。これが上手にできないがために、人間関係がこじれるということが学校現場では多々あります。なぜ、子どもたちが自分の言葉で自分の思いを伝えられないのかと考えますと、情報が沢山あるからだと思います。自分の思いを言葉で伝えなくても、スマホや、タブレットを通してサッと一瞬にして伝えることができる、そのため自分の言葉が自分のものとして友達に伝わらない、そのようなことも人間関係のこじれが起きる一因です。 そして、今の子ども達の現状として、非常に自己肯定感が

	低いということが挙げられます。「自分には良い所はありますか？」という設問に対して３年生でも「ある」と答える子がわずかで担任も危機感を抱いています。私も朝会や式のたびに、それぞれ自分には良い所があり、自分の良さや友達の良さも認め合いましょうという話をしていますが、なかなか目に見える形として出てきません。 幸田先生のこころの健康講座を受けた６年生から、感想を預かってきましたので、紹介します。『いつも家族と話すときに、スマホに夢中になって家族の顔をよく見ていませんでした。これからは、家族だけでなく友達や先生の目を見て話せるようになりたいです。』『伝えるの「つ」はつながる、「た」は楽しむ、「え」は笑顔、「る」はルーティーン（繰り返す）と教えていただきました。これをこれから心掛けていきたい。』『自分の良い所が、友達もよくわかっていたということが、とても嬉しくなりました。』やはり、自分の良さを友達もその良さと捉えていたことに喜び感じ、これは自己肯定感につながると思います。それから『自分は、友達や親に自分の思いを正直に伝えることができません。でも正直に言うことは、とっても大事だということがわかりました。』という感想などです。このように、非常に大事な講座だと思いますので、今の具体的な例を小中学校の校長会の代表として、校長先生方に伝えていき、養護教諭の先生方が集まる会などにも、校長会としての意見で伝えていきたいと思っております。児童対象の講座は麻生小学校だけで少し残念でしたが、来年度はぜひ実施できるよう協力したいと思っております。
会長	ありがとうございました。また今後、『こころの健康講座』を推進していただくと助かります。
会長	事務局に対して、１つ質問があります。この健康づくり計画・食育推進計画が１０年計画でやっており、５年に１回全体の進捗状況を確認し今年度８年目と聞いております。１０

事務局	年計画でやってきた中で、計画通り進んでいるのか、それとも遅れた項目があるのか、全体像を教えてくださいと思います。 ご質問、ありがとうございます。全体の進捗状況ですが、各事業に関しては概ね計画通り順調に進んでおります。重点目標ごとに各事業を実施しており、毎年評価し必要な場合は修正や新規事業を加えながら、進めております。 リーフレットをご覧ください。表側が健康づくり計画、続いて食育推進計画、それぞれに計画による取組みの指標として、各重点目標の項目ごとに数値で示しています。これについては、令和５年度にアンケート調査をして各指標の達成度を評価していくため、今の時点では何とも言えない状況です。令和６年度は第３次計画を策定する年ですので、指標等全体の評価をしながら次の計画へと進めていきたいと考えております。
事務局	食育推進計画についても、概ね健康づくり計画と同じような流れで、再来年度に計画を立てていきますので、アンケートを実施し数値評価を行っていきます。 食育推進計画の方では、「食を愉しむネットワーク会議」という食に関する関係機関の皆さまに集まっていただき、毎年２回程度会議を開催しています。その会の中で食育推進の取組みの進捗状況の確認を行い、次年度の計画や、コロナ禍でできなかった取組みに対しての代替え案の企画を行っています。 先ほども村上さんが山本会長さんに防災のことで協力のお声掛けがありましたが、この関係団体同士のネットワークを築きながら、食育推進計画も推進状況を把握しています。また単年の評価は、繰り返し実施し修正し、また計画の目標を実現していけるように行っています。また、再来年度の計画策定に向けて「食を愉しむネットワーク会議」も取り組ん

会長	でおります。 素晴らしいですね。どうぞ頑張ってください。 他にご意見ないでしょうか。ないようでしたら、以上を持ちまして本日の会議を閉会します。皆様のご協力により無事策定員会を進めることができました。委員の皆さま方には長時間に渡り、ご審議を賜りありがとうございました。これで砥部町健康づくり計画及び食育推進計画策定委員会を閉会いたします。ありがとうございました。
----	---