

令和6年度第1回古賀市健康づくり推進協議会議事録

標題の件について、下記のとおり実施したので、議事録を作成する。

1. 日時 令和6年6月26日(水) 19:00～21:00 まで
2. 場所 サンコスモ古賀 201・202 研修室
3. 出席委員：中山景一郎 会長、瓜生正 副会長
松尾和枝 委員、江口泰正 委員、太田雅規 委員、南里明子 委員、
谷口和也 委員、松本剛 委員、小河浩司 委員、小林祥子 委員、
大森睦子 委員、山口茂 委員、田中早穂 委員
4. 欠席委員：大越恵一郎 委員、植木剛彦 委員、花田亜紗美 委員
5. 傍聴者：なし
6. 諮問・報告・議事
 - (1) ヘルスアップぷらん(古賀市健康増進計画(第三次)・食育推進計画(第二次))に関する取組について
 - (2) 食育推進事業について
 - (3) 子どもの健康づくり推進事業について
7. 資料
 - 【資料1】ヘルスアップぷらん(古賀市健康増進計画(第三次)・食育推進計画(第二次))
取組計画
 - 【資料2】骨に着目した子どもの健康づくりの推進について
 - 【資料】ヘルスアップぷらん(古賀市健康増進計画(第三次)・食育推進計画(第二次))
 - 【資料】概要版 ヘルスアップぷらん(古賀市健康増進計画(第三次)・食育推進計画(第二次))
 - 【当日配布】
 - ・【資料3】令和5年度 食育講座の実施内容
 - ・【資料4】古賀式私の朝プロジェクト
～人生を楽しくする古賀市の朝活～2023年度実施報告書

8. 署名

会長	
会長の指名する出席委員	

9. 会議内容

- (1) ヘルスアップぷらん(古賀市健康増進計画(第三次)・古賀市食育推進計画(第二次))の取組について
- (2) 食育推進事業について
- (3) 子どもの健康づくり推進事業について

事務局より、(1) ヘルスアップぷらん(古賀市健康増進計画(第三次)・古賀市食育推進計画(第二次))の取組(2) 食育推進事業(3) 子どもの健康づくり推進事業について説明。

<ヘルスアップぷらん及び資料1～資料4について説明>

【質疑】

○ (1) ヘルスアップぷらん(古賀市健康増進計画(第三次)・古賀市食育推進計画(第二次))の取組について

委員：健康チャレンジ10か条は古賀市の教本的な存在。目標の数値を達成するためには具体的にどのような周知啓発を考えているのか。

事務局：未だ認知度が低いのが課題。サポーター、主体的な取り組みをしているヘルス・ステーション等を介し、市民と連携しながら周知啓発に取り組みたい。

委員：健康増進計画について、素晴らしい冊子が出来上がっている。感謝の意を示す。健康づくり等関連サポーターとはどんな方々がなっているのか、小学校区と関係があるのか教えて欲しい

事務局：サポーター自体は何か資格がいるわけではない。例えば、健康づくり推進員は測定等をサポートして頂いている。希望される動機としては、自分の健康に関心があることや、食生活改善推進会であれば、食に関心があること、調理を作るのが好きなことなど。養成講座を受けて活動に至る。その他にも、スポーツ推進委員や介護予防サポーターなどにも活動していただいている。介護保険の圏域は中学校区ごと、その下に小学校区ごとの圏域、一番基本的な単位として行政区がある。歩いて行ける行政区単位が基本にはなるが、人材育成の部分でみると、行政区単位の中では、サポーターを出せないなどの地域格差が出やすい。歩いて行ける範囲でグループ化や組織化をしてカバーしあったり、同じ校区の良い取り組みをしているところを横展開させ、ネットワークを作るといった目的で小学校区単位で把握している状況。

委員：サポーターも高齢化している現状の中で、イベント等行ったときにいつも同じ人たちが来るといった悩みもあると思うが、若い人を巻き込むような取り組みはあるか。

事務局：高齢化が進み後継者が見つからないところが課題としてある。また、定年も延長し70歳を過ぎても働かされている方も多いため、地域に帰属していくというのが難しい現状もある。若い世代だけではなく、地域活動は二の次、地域活動に参加したくないため自治会に加入し

ないなどの問題もあるためそこも含めて考えていかなければならない。ただ、現実若い方の平日の活動については難しいところもあり、地域活動の担い手としては高齢者も自分たちでできることはやっていただきたいと思っている。誰かのためにという、自己実現の意識を作っていく。行政の手伝いとしてサポーター活動をするのではなく、活動することによって自分の人生が豊かになるという視点でサポーター活動に参画してほしい。養成講座等でもそういう部分についても積極的に伝えていきたい。

委員：若い方々を巻き込む手段としてスポーツがある。スポーツは、子どもでもできるし、地域ともかかわれることが大きい。地域に関わってもらう人たちに顔を出してもらえるようなイベント、祭りなどそういったところにスポーツを組み込み、健康に絡めていく。そういうところから若い人たちの、健康、地域への関心等を高めていくところからはじめても良いのではないか。地域活動を生きがいにする人、そういうことを呼びかける人が増えるとよいと思う。また、退職し時間的に余裕ができ地域活動を始める人が増えるかもしれないということから、定年を迎える方に何かアプローチをし、地域に巻き込んでいくのも良いと思う。

委員：人材育成の部分で、経年的に見たとき、増えているのか、維持しているのか、減っているのか教えていただきたい。

事務局：サポーターの種類にもよるが、健康づくり推進員では微減、食生活改善推進会もピーク時に比べると減っている。介護予防サポーターは逆に増えている。

委員：測定会を実施した時に多くの方が利用されて、ありがたいなと思うことでまた次のボランティアにつなげていくというチャンスになる。今後住民を地域活動にどのように巻き込むかが大きなテーマ。「最初は無理やり巻き込まれるが、活動をしているうちに死ぬまで活動し続けたいと思うようになる」とよく聞く。そこに意識の変化がある。退職後地域にどのように出ていったら良いか迷っている方々もたくさんいる。どのように巻き込むかが大事。地域への引っ張り出し方としては、家族や地域と協力したり、定年が間近な方を見定めて意識的に声をかけるなど。そう高齢者のフレイル予防は難しい。測定会等に参加している人が、一つのキーパーソン。測定会などの中で新規加入を募るなど、地域に無理やりにでも引っ張っていくなどしないと難しい。もう少し強引な工夫が必要かなと思う。

事務局：実際に事務局から声をかけ、推進員になった事例もある。

委員：本当に最初から志を持って活動される方は少ないと思う。やはり、親しい人からの声掛けのインパクトが大きい。

委員：活動をされている方には、この人に声をかければ頷いてくれる（参加してくれる）というのがわかるようだ。1,2回は断るが、3回目で承諾する状況もあるとのことなので、意図的にみんなで声を掛け合って、振られてもめげない精神でやらないと地域づくりは広がらないと思う。誘われて最初は嫌だったけれど、やってみてよかったと後から気づくこともあるようだし、そういう方が長生きされると思うので、意図的な仕掛けづくりの必要があると思う。

○(2) 食育推進事業について

委員：古賀市は多くの事業に一生懸命取り組んでいることがわかる。様々な事業がヘルスアップぶらんの目標達成のための位置づけとなっていると思うが、事業としては評価の視点が必要になってくる。目標を達成するために、事業対象者の選び方や参加の状況等もある程度評価しながら事業を企画していくことが大事。事業が多いこと自体は、市民にとってはうれしいことではあるが、企画対象の選定基準や効果を評価しながら実施しないと大変だろうと感じる。果たして、何人の人たちをどういうふうに集めてその結果として何人が参加したか、それが食育推進計画の目標を達成するために非常に効果的で有効な周知の方法で効果が期待できるものだったのかなど、目標達成に期待できる効果などの関連性は考えながらやるのが良いと思う。

事務局：食育に関しては、行動変容がすぐ見られなかったり、後追いきななかったり、評価がなかなか難しい。6年間健康チャレンジ10か条と絡めて啓発していき、毎日市民一人一人が心がけていることが、6年後のアンケートで評価できるのではないかと1つ据えている。短期的な評価というところはどのような形の物差しではなかったらいいか悩んでいる。食進会の方々が、小中高校で減塩のパネルを展示されていて子どもたちが前向きな気づきとか実践していきたいなどの意欲的な言葉をアンケートで回答してくれ、食育について伝わっていることの実感はあるが、そのあとどうだったかは見る事ができていない。今後骨づくりなどの取組みの中で、生活習慣記録をつけながら個人的な評価にはつながるのではと思うが、評価が難しい。

委員：とても難しいところではあるが、主観的な部分と客観的な部分両方で見られるような指標を設定しておかないと、事業が終わってから何も評価できない。目標を設定した時にどのようなアンケートで見るとか決めておくのも一つの手。方法論も含めて評価スケールを検討していくことがとても大事。

委員：参加人数をいくつか示されたが、どのくらいの人数目標があって実際参加した人数がどのくらいだったということがわかれば教えていただきたい。例えば大人健康塾14名は、募集に対して多かったのか、少なかったのかなど。人気の教室があるならば増やす、もしくは人気のない教室を人気のある教室に変えるなどすると今後の方向性が見えるのではないかな。

事務局：大人健康塾に関しては、対象者に募集をかけている事業になるため募集人数くらいが集まる。人気のある教室、夏休みの親子の教室等は定員の3倍近くの応募が集まる。人気のないもので言えば、男性料理教室。ただ、高齢化のことを考えるとこの教室は必要かなと考え実施している。

委員：資料の中で、朝食・減塩・野菜に主に取り組むという部分があったが、子どもの健康づくりで骨を介した健康づくりの推進との整合性はあるか。骨量を増やしていくためにはカルシウムの摂取、ビタミン、日光等との関連性は考えているのか。

事務局：カルシウムやビタミンなどの栄養素は骨を丈夫にするうえで必要な栄養素であることは伝えつつ、ベースとしては、朝ごはんをしっかり食べる、野菜をしっかり食べる。そして減塩、バランスよく食べるという部分も盛り込みながら進めていく。子どもたちの健康意識を変えていくということと、食生活を含めた生活習慣を整えていくところを取組んでいく。

○（３）子どもの健康づくり推進事業について

委員：小野小でやっている取組みとは違うのか

事務局：全く違うことではない。今回取り組むのは古賀市全小中学校で取組みを広げていくというところで、小野小学校で実施しているみたいに全学年に実施することは厳しい学校もあるので、選定し取り組む形になる。ただ、小野小学校については毎年全学年に実施しており、希望があれば同じスタイルで実施していく。４年生については、生活習慣記録、健康講話を絡めて実施していく形になっている。また、10か条についても４年生のみならず、学校全体全学年に推進していきたいと思っている。松本委員のいらっしゃる千鳥小がモデル校となっている。取組みながら軌道修正しつつ、他の小学校でも同じような取組みができるようにしたい。小野小の取組みがあつての今の取組みができていると考えている。

委員：今後全市内の小中学校で実施したいということか

事務局：全学年というところはやはり児童数や規模にもよるので難しいかなとは思いますが実施したい。松本校長、千鳥小学校で実施される子どもたちの健康づくりに関して何かご意見はあるか。

委員：千鳥小学校では学校で取り組む教育活動の中に、自分の健康を考える、プロデュースするという内容を入れている。イベントで終わらせても意味がない。子どもたちが端末を一人１台持っているので、自分のことについて記録をどれだけ残せるかが大事。学校教育の中での主体は子どもで、子どもが自分のことを知って、自分が健康に生きていくためにはどうすればよいのかという選択をする力をつける。食育にも関連すること。そのことを考えているときに話をもらいモデル校に手を挙げた。学校として、子どもが主体となって活動するためにはどんなことができるのかを健康介護課の皆さんと一緒に考えていければと思う。

委員：タブレット端末を一人１台持つ時代、デジタルで情報が簡単に手に入る。それでいて膨大な情報が手に入る時代。私たち健康に関わるものは、情報を流すだけではなく、膨大な情報の中から正しい情報を選択していく能力「批判的リテラシー」を養っていかなければならない。情報を選択できるように教育していくことや子どものころから自分で判断をしていくための教育をしていくことが大切と思う。

委員：骨づくりの事業に関して、タブレットに入れるアプリを福工大の学生と進めている。重要なテーマが主体性や、自分で評価できる力とか。そして、自分自身の課題、健康を増進するために何をしたらいいのか見つけられる、アプリで褒めてもらえる経験などを組み込むことで、先生に言われなくても実践したいって思えるようなアプリの開発を目指して取り組んでいる。１回ではきちんとしたアプリはできないかもしれないが、まだまだ小学生に近い感覚でどうやったらおもしろく、自分の生活習慣に興味を持ち記録をつけることができるか福岡工業大学の学生が考え作っている。例えばアプリの中で何かを育てて形になっていく姿が自分の健康と重なったり、クラスでアプリの中で木を育てられるようにして個人の健康も全体の共同体ということを意識づける企画等はどうかなということをやっている。小学生の時楽しかったとか、自

分の健康は自分で考えていかないといけないなどか思ってもらえるようなプログラムができればと思う。使用していく中で先生方のご意見をいただきながら良いものができたら、そして魅力的なものが完成したら、どこの小学校でも使いたい、期間が終わっても実施したいなどの依頼が増えるとうれしい。

委員：食生活改善推進会では、学校や保育所から要望がありみそ作りに出向いている。子どもが学校でみそを作り、家に持ち帰ると親にも影響が出てくる。小学生でないとできないかなと思っていたが、昨年度保育園で実施してみても園児でもできることが分かった。自分たちがいつも食べている材料を使ってできたこの体験は中高生、大人になっても記憶の中に残るので、そういう時間を取ってもらえると、他の子どもたちももっと食への関心が深まるのではないかと思う。小野小ではずっと骨密度を測っているが、毎年測ると意識が全然違う。できれば全小中学校、高校で実施し、古賀にいる間に測定をした体験を持つということが人生に大きく影響するのではないか。区長などの地域での役があって、健康づくり推進員や食生活改善推進会などのサポーターには入り込めないとおっしゃる方もいる。休んでも構わないからサポーターになっってもらえると、大変助かる。サポーターの中の主婦の間では、社会に出て働いていた方などの活動量の大きさやご意見が大変ありがたいと話しているところ。あとは、サポーター活動は交通便利性によるところもある。遠いところからも通いやすいような交通が整備されればよいなど思うことは多いが、整備されるまで待っているわけにはいかないなので、できることからやっついこうと思う。やはりサポーターになると、勉強しなければならないと思うようになり勉強するから身につく。私自身も実際元気に暮らしているのは、サポーターになりあちこちで活動しているからだと思う。少しでも活動に参加していただける人が増えるとありがたい。

10. その他

- ・次回推進協議会開催日程について

令和6年度第2回は2月に実施予定（日程決まり次第ご連絡します。）