

## 令和5年度第2回高知県健康づくり推進協議会 議事要旨

日時：令和5年11月16日（木）18:30～20:20

場所：高知城歴史博物館 1F ホール

方法：対面とオンライン（Zoom）の併用開催

出席者：出席17名、代理出席1名、事務局等12名、オブザーバー7名

### 議題（1）第5期健康増進計画（よさこい健康プラン21）案について

事務局より第5期健康増進計画（よさこい健康プラン21）案について説明を行った。

#### 【質疑等】

- ・委員より、P15の指標「月1回以上健康パスポートアプリを利用している人の数」について、アプリを使用するとする基準は何かという質問があり、事務局から他のアプリと同様にアプリを開いたという設定にしていると回答した。
- ・委員より、子どもの健康教育について、実際に学校で何時限ほど時間をあてることができるのか、との質問があり、事務局から健康教育副読本については、保健体育の時間や学活の時間等に活用してもらっていること、たばこについての学習時間は、学習指導要領に小中高校で各1時間と定められている旨回答した。
- ・委員より、スマホが普及して睡眠時間を増やすのは至難の業のように思う、取組として教育するということが、具体的な策があるのかとの質問があり、事務局から、各学校に健康教育副読本と一緒に生活リズムチェックシートを配付し、生活リズムが乱れる長期休み明けに活用してもらい、意識づけを行っている。必ず効果が出るわけではないが、意識づけの頻度を増やすことが必要であると考えている。また、保護者の就寝時間が遅くなると、子どももつられて遅くなることもあるが、就寝時間が遅いため朝ごはんを食べられないというアンケート結果もあり、生活リズムを整えることも含め、来年度は保護者向けに朝ごはんの大切さ等の周知を行っていくと回答した。
- ・委員より、骨粗鬆症検診について、検診を実施する時の費用はどうか、費用が公費か個人負担かによって、受診率は変わってくるかの質問があり、事務局から、健康増進事業の中に骨粗鬆症検診の項目があり、国、県、市町村がそれぞれ1/3を負担するため、基本は無料で受診できると回答した。
- ・委員より、特定健診であれば多くの医療機関で出来るが、骨粗鬆症検診は機械を使う必要があるため、無料で出来るかどうかは医療機関によると思う。また、検査機器も色々あり、その対策等について検討してはどうかのご意見があり、事務局から、現在受診率の高い自治体からの情報収集をしており、市町村や関係者、医師会とも話し合っていると回答した。
- ・委員より、高血圧の治療者の中で今まで血圧の高い方が減ってきたのに、令和元年から増えているという説明について、降圧剤が普及し、血圧が下がったのは当然だが、コロ

ナの影響による受診控えが高血圧者の増加の一番の要因であると思う。そうなると、受診控えが落ち着いてきたのでもっと減ると思うが、全国的にも同じような傾向か、との質問があり、事務局から、全国の血圧値の状況については、別途回答すると回答した。

- 委員より、こころの健康について今回の計画で睡眠に着目して対策しているのは良いこと、指標の「睡眠時間が十分に確保できている人の増加」とあるが、具体的にどういう調査をするのかとの質問があり、事務局から、国民健康・栄養調査のアンケートにより、睡眠時間が6時間から9時間、60歳以上については6時間から8時間の者の割合を年齢調整して出しており、大規模調査の時に国から出されている数値等を参考にして評価すると回答した。
- 委員より、P41、43の「高知県栄養士会との連携」の記載は、「高知県学校栄養士会との連携」ではないか、とのご意見があり、事務局から教育委員会に確認すると回答した。
- 委員より、3歳児のむし歯が新たに指標に追加されたことについて質問があり、事務局から第4期健康増進計画では、「一人平均むし歯数」として3歳、12歳、17歳の一人平均むし歯数を設定していたが、「第3期高知県歯と口の健康づくり基本計画」と評価指標を合わせることとし、3歳児については、「むし歯のない3歳児の割合」に修正した旨を回答した。
- 委員より、健康パスポートアプリについて、月1回アプリを開くことを指標に入れるのはいかかなものか、また、健康情報や歩数をアプリから通知するような仕組みにする等、取り組みを検討してみてものご意見があり、事務局から、このアプリはあくまでも健康づくりの一つのツールと考えており、来年度以降、働きざかりの男性の健康づくりを重点的に取り組むため、職域の方々と連携し、今は自治体単位で行っているアプリを使つてのウォーキングイベント等を職場単位で実施する方向で検討中。  
今年度から事業所アカウントを新たに設け、会社ごとでウォーキングイベント等を実施してもらっている。そういった取り組みを実施し、ツールとして健康パスポートアプリを利用してもらいたい。また、アクティブユーザー率は、一般的には1か月に1回開くだけでアクティブユーザーとする統計の仕方があると聞き、他に参考とするアクティブの指標がなかったため、参考にしたが、今後アプリを実際に取得して使用している企業の数をモニタリング指標として経過を見ていきたいと考えている旨回答した。
- 委員より、他アプリとの連動の精度が低くうまくリンクしないため、その精度がきちんとしないと、事業所で活用して何をするのか、と思うとのご意見があり、事務局からは、今後どうしていくのかは、持ち帰って検討すると回答した。
- 委員より、社会とのつながりの維持向上について、ヤングケアラーという言葉がでてきたが、具体的にどうしていくことを想定しているか教えてほしいとの質問があり、事務局からは、ヤングケアラーの課題の背景には、様々な複合課題を抱えている場合があるため、特定の分野はなく、周りの人が気づいて必要な支援につないでいくことが必要。そういう意味で、ソーシャルワークスキルが重要となり、あらゆる分野で、ヤングケア

- ラーに対してしっかり寄り添う体制づくりを今進めている旨を回答した（所管課不在）。
- ・委員より、健康増進のための基盤整備の対策について、健康遊具やウォーキングコースの設置啓発を行うことについて、県庁職員が高知城の周りを歩いたり走ったりする状況をテレビで放送することで、他の人もやってみようという気になるのではないかとのご意見があり、事務局からは、明日職員の健康管理を所管する課と協議することとなっているので、いただいた意見を伝えると回答した。

## 議事（２）策定までの今後のスケジュールについて

事務局より資料２をもとに計画策定までの今後のスケジュールについて説明を行った。

### 【質疑等】

なし

### 全体を通しての質疑等

- ・委員より、健康パスポートアプリについて、リピーターやアプリでの滞在時間が何分といったデータはとれないのか、データがとれたら、アプリの活用の裏付けがとれるのではないかと。また、歩数やイベント情報くらいしか情報がないので、他にも健康情報等を発信していけばいいのではないかとのご意見があり、事務局から、どこまでの情報把握が可能であるかについて、確認し回答する旨、また、来年度に向けて情報発信できないかと話し合っていたところであり、充実を図っていくと回答した。
- ・委員より、健康パスポートアプリについて、使い方を動画で説明すれば分かりやすいのではないかと、また、血圧でもどんな時に測ればいいのか等の情報を、アプリからリンクでとんで見られる機能をつけたらいいのではないかとのご意見があり、事務局から、費用対効果も考えながら使いやすいものにしていきたいと思っているので、ご意見があれば聞かせてほしいと回答した。
- ・委員より、骨粗鬆症について、セミナーを実施する中で、住民の骨密度測定のニーズは非常に多いので、住民が実際に測れるような手段を作ればよいとのご意見があった。
- ・委員より、健康パスポートアプリについて、毎日５分程見て自分の１日の過ごし方をチェックしている。また、ポイントが貯まると抽選にも参加でき、当たると嬉しい。少しずつではあるが、アプリは、自分の健康を考える機会になるとのご意見があった。

以上をもって閉会とした。