**第２回登別市市民自治推進委員会　ぬくもり部会議事録**

（敬称略）

◆ 開催日時：平成２８年５月１１日（水）　１８時００分～

◆ 開催場所：登別市役所２階　第１委員会室

◆ 出席部会員：部会長　 雨洗　康江

　　 　　　　副部会長　田渕　純勝

　　　　 　　部会員　 今 　順子

　　　　　　 　　　　　鎌田　和子

　　　　　　　　 　　　千葉　円哉

　　　　　　　　　　 　　岩浅　眞純

委員長　　仲川　弘誓（育み部会）

　　　　　　　　　　　　 梅田　秀人（協働推進庁内委員会部会長）

【保健福祉部次長】

　　　　　　　　　　　　 平田　雅樹（協働推進庁内委員会副部会長）

【保健福祉部子育てグループ総括主幹】

◆ 事　務　局：　　　　　松田　毅 【市民生活部次長】

笠井　康之【市民生活部市民協働グループ総括主幹】

　　　　　　　 　　　　　北村　泰一【市民生活部市民協働グループ主査】

◆ 議 題：「健康」に関する取り組みについて

**≪事務局≫**

４月２５日に全体会議をし、市民自治推進委員会の方向性が決まりました。

各部会がバラバラな動きをするのではなく、一つの柱を見つけて進めていくという考え方が示され、各部会で共通して議論できるものとして『健康』を柱にするということで委員の皆さんの同意を得ました。

健康といいましても、体の健康だけではなく、心の健康、精神的な意味での健康も含まれており、市民の身体的及び心が健康でなければまちづくりを進めていけないというような考え方に基づいているものであります。現在の少子化や高齢化、経済の問題もこの健康が基本になるのではないかという考えです。

今日の部会については、健康について皆さんに自由に語っていただき、その中で育み部会として取り組んでいけるような方向性を見出していければと思っております。

また、お手元に配付した資料ですが、登別市総合計画第３期基本計画の第５章にある事業を抜粋し一覧にしていますので、健康に関連付けて何かできる部分や気になることがありましたら、お渡ししてあるＦＡＸ用紙に記入し送信してください。

今後部会をあと２・３回開催し、そのあとに部会長副部会長会議を開催し、それぞれの部会で健康をテーマにどの程度進んでいるのかを情報共有し、進めていければ良いなと思っております。

市の事業に反映できる部分があれば、秋くらいには形になっていないといけないとは思っております。

**≪部会長≫**

今事務局からの説明のとおり、６部会共通の「健康」について、皆さんと議論していきたいと思いますのでよろしくお願いします。

ぬくもり部会はわりと健康に関わる部分が多いように思います。

若い方から高齢者まで全てになりますね。

**≪部会員≫**

私が思うのは、「快眠」「快食」「快便」というのはあくまで豚や牛の健康のバロメーターであって、人間は心も健康でなくてはならないと思います。

自分の会社で約４０名近くの障がいの方を雇用していますが、１０年くらいこの仕事に携わってきた中で、先天的な人より後天的な人の心の健康を豊かにするには、周りが努力しないとならないと感じています。

ボランティアも有償ボランティアにしなければ、来てほしいときに指示が出せないです。

今、登別に来てもらうきっかけ作りで、お年寄りの農場を計画しています。

中身は「頼まれ農家」という形で、条件としては植えるときと収穫の時は必ず来てもらい、作業したあとは登別温泉に入ってもらうというようなことを計画しています。

**≪部会員≫**

今、登別市内に障がい者が２，９００人弱おりまして、私共の会員は１００名程度ですが、超高齢化で平均年齢が７９歳です。

障がい者というのはとにかく家に閉じこもりがちなので、私たちの団体はなるべく外に出すような活動を心掛けています。

それが社会参加にも繋がるし、自立することに繋がって、結果的には健康にも繋がっていくということになります。

毎月のように色々な行事を行っており、主にスポーツを取り入れておりますので、皆さん張り切って来てくれています。

心も体も健康でなければ本当の「健康」にはならないと思うので、そういう面では努力はしています。

**≪部会長≫**

健康というのは予防が大事だと思います。

予防ということに関して、どのようにしたら健康を維持できるのかということを掲げても良いのかなと思っていました。

**≪部会員≫**

最近は歩いている人が増えましたね。

**≪部会員≫**

健康に対して、身体面のことをいえば、病気になってから医療費を多く使うよりも、病気になる前の予防対策の方が市の財政にもプラスに繋がってくることを考えたら、市民一人ひとりの意識付けが必要ではないのかなと思います。

私事ですが、車での移動ばかりで運動をせず不健康な状態でしたが、最近は歩くようにしているので、日頃からの小さい積み重ねが大事なのかなと思います。

**≪部会員≫**

私共が抱えている福祉絡みの健康に関して直面するものだと考えておりまして、一つは、やはり予防というのは大事なことですが、その前に健康診断という問題を気にしています。

一時期、国が特定健診の受診率を上げるために、補助金をカットするなどというような事業がありました。

それは大事なことだと思います。

健康診断と言ったときに、企業勤めをしている人たちは、義務で受けています。

その家族（妻）の受診率を調べてもらいたいです。

早期発見というのは、今の健康状態を知ることから始めるべきだと思います。

**≪部会員≫**

特定健診の案内が来て、数年前に受けたことはありますが、病気をしたことが無いので自分の健康状態が分かっていないです。

きちんと受診をして、自分の体の健康状態を調べたいと思います。

**≪部会員≫**

体の健康ということがありましたが、心の健康の場合は、私が障がい者施設で働いていますが、色々な障がいを持った方がいます。

小さいころから施設に預けられてそのまま大人になってきたので、すごく愛情に飢えています。

昨年の４月から行っていますが、この１年間で変わったのが、愛情を持って接すると笑顔が出てきました。笑顔が出てくると健康だと思います。

常に偏見の目で見られていた方達なので、接し方というか、それだけで笑顔になってくるというのも健康だと思います。

**≪事務局≫**

笑顔が出ると健康ですし、健康だと笑顔になれるということですね。

**≪部会員≫**

いつも言っていることがあって「一日一笑」１日１回は大きな声で笑ってごらんと言っています。

毎朝ハグをしますし、そのハグで今日も頑張るぞというふうになります。

私は日々笑うということを心掛けており、それだけで前向きな考え方をできるようになったし、常に周りにも「一日一笑」ということを言っています。

**≪部会員≫**

今現在の特定健診の受診率はどのくらいかわかりますか。

**≪庁内委員≫**

特定健診の基準値として平成２６年で３０．３％という数字を載せています。

基準値をどのように出しているかは担当に確認しないとわかりませんが、国保の加入者の部分なのか、事業所の部分も入っているのかというのがわかりません。

**≪事務局≫**

おそらく、国保加入者で４０歳以上７４歳以下の人達の基準値だと思います。

一般の社会保険の人達は含まれていないと思います。

**≪庁内委員≫**

特定健診の受診率でいうと平成２６年度の基準値で１８．６％になります。

**≪部会員≫**

国保の加入者となるとご本人だけなのか、家族もということになると広がるかなと思います。毎年案内が来ますので、それを受けた件数・率だと思います。

**≪部会員≫**

定期的に診療に関わっている方はリストにあるわけですから、必ず声を掛けてもらえればカウントになると思います。

それと、先ほど予防というお話がありましたが、人によっては「歩いたほうが良い人」「走った方が良い人」「動かない方が良い人」様々だと思うので、きちんと一人ひとりが自覚されることで予防に繋がってくると思います。

単に予防という言葉だけではだめだと思います。

**≪部会員≫**

市民プールをもっと活用すべきではないかなと思います。

膝の悪い人達も水中を歩くのはあまり負担にならないです。

障がい者の方も歩くのがやっとの人たちが多いです。

**≪部会員≫**

週１でも週２でも規則的に行くということをやればいいのかなと思います。

**≪部会員≫**

閉じこもっている人の話を聞いてあげることで元気になるので、悩みを聞いてあげて居場所づくりをしています。

**≪部会員≫**

話せる人は良いですが、症状が重くなると話ができなくなってしまいます。

そうなる前に話を聞いてあげるということが必要かなと思います。

**≪部会員≫**

健康はどこが切り口になるか難しいですね。

**≪委員長≫**

現状と結果を調べないとスタートが切れないと思います。

一番多いのが、高血圧と糖尿病で、その合併症で心疾患や脳疾患になります。

その高血圧や糖尿病の人がどれくらいいるのかということになるので、先ずは健診率がどのくらいで、どのくらいの人が治療を受けているのか。そのままにしているのか。

そこをベースラインにして、予防など色々なものに入ってその率を上げて対策を考えなければいけないと思います。

もう一つ、精神の部分は障がい者であっても高齢者であっても「一日一笑」というのはすごく良いことだと思うので、目標にして、そのためにどんな事業ができるか、既存の事業をアレンジしてどのように繋げていけるのかというところからスタートしても良いのかなと思います。

**≪部会員≫**

たまたま野菜を作るということで、５年間いろいろ無農薬ということでやっています。

殺菌剤や殺虫剤を使用すると、体内に入ったら細胞を殺してしまいます。

今の物は根から吸い上げて全部に行き渡るので、洗っても落とせません。

私は、農薬を使用したことが無い土地で野菜を作っているので、そこでできた作物は本当においしいです。違う物のようです。

**≪事務局≫**

やはり食べ物も体の健康には大事ですね。

**≪部会員≫**

心の健康は金銭面も関係していると思いますがいかがですか。

**≪部会員≫**

今はお金がないと貧しいという社会情勢にありますね。

**≪部会員≫**

ヨーロッパで考案されたパラリンピックの種目になっている「ボッチャ」という種目がありますが、２年くらい前に町内会で行ったときに、２歳から８０歳までの方が集まりました。重度の障がいを持った方も誰でもできるスポーツですので、何とか皆さんの力を借りて登別の市民スポーツにできないかなとずっと思っています。

小学校でも取り入れており、カーリングに似ていて、誰でもできるスポーツです。

**≪委員長≫**

先ほどの無農薬の話や、ボッチャの話は部会長会議の時に話し合って皆さんと情報共有しましょう。

**≪事務局≫**

今回気になったことがあれば、担当者を呼んで話を聞くこともできますので言ってください。

**≪次回会議について≫**

・健康推進グループの担当者に来てもらい、事業について簡単に説明をしてもらう。

・１次予防と２次予防の観点では高齢・介護グループに来てもらう。

・特定健診の関係は国民健康保険グループに確認する。

**≪次回の日程≫**

平成２８年６月１５日（水）１８時００分から