

— 議事要旨 —

日時	令和5年7月25日(火) 14:00~
場所	総合福祉保健センター3階 第3・4会議室
出席委員	塩谷委員、大崎委員、野原委員、大隈委員、坂口委員、森本委員、平岩委員、小南委員
欠席委員	中井委員、若林委員、武田委員
庶務	共生社会部：岸本部長 健康共生室：中田室長、福祉共生室：鶴室長 健康増進課：吉本課長、上月副課長、関係長、西山、野口 地域福祉課：宮城課長、中井係長 株式会社サーベイリサーチセンター(SRC)：西川主任研究員、山本主任

【次第】

1 開会

2 挨拶

・会長よりあいさつ

3 協議事項

(1) 第3次三田市健康増進計画・第2次三田市自殺対策計画の体系案について

・「第3次健康増進計画・第2次自殺対策計画」の概要について …資料1

事務局

資料に沿って説明

会長

基本理念で「誰もがこころもからだも健やかに～」となっているが、基本方針をみると、「誰もがからだもこころも健やかに～」とした方が良いのではないかと思う。基本方針の順では、からだの方が先になっている気がするが、こころを先にしている理由は何かあるのか。心身の健康ということで、こころを先にしているのかもしれないが。

事務局

事務局としてはどちらが先でも構わない。

委員

施策はどちらの方が多いのか。

事務局

施策では、からだの方が多い。

会長

どちらが良いと結論付けるわけではないが、少し再考いただきたい。

事務局

検討する。

・「第3次健康増進計画・第2次自殺対策計画」の体系（案）について …資料2・3・4

事務局

資料に沿って説明

委員

臨床心理士の立場から、自殺対策で《新》のマークがたくさん付いており、こういう案が出たことは評価できる。どれも必要なことだと思うが、説明を聞いていると、成人向け、大きくなった人に焦点が当たっている気がした。15年ほどスクールカウンセラーをしてきた中で、支援を必要とする子どもを多くみてきた。

コロナ明けに亡くなった子もいた。若い頃からできるような、命の大切さを教えるとか、相談できる場所を周知して、スクールカウンセラーにまずつながってそこから広がる仕組みができればと思っている。コロナ明けに亡くなった子どもどこかでサインを出していなかったかと調べると、コロナ禍で学校に来ていないことが分かった。その間に学校で実施したアンケートでは、やはりちゃんとSOSを出していた。ただ、「死にたい」というような内容ではなく、「コロナ禍で太って困る」というような内容だったので、教職員も気付かなかった。そういう細かいことも全部気にとめることができると良いと思う。

三田市では、小学校からスクールカウンセラーが市費で配置されている。市町村によって県費で配置されているところもある中で、三田市は市費でせつかく配置されているので、スクールカウンセラーが前に出やすいような環境づくりをしてもらいたい。スクールカウンセラーは先生や生徒によく研修している。県費で年2回ほど実施している中で、響くところと響かないところはあるが、行政から必ず研修をするように指導してもらいたい。命の大切さ、困った時にどうするか、どう伝えていくのかという研修を必ず入れるように学校に訴えてもらえたらと思う。行政から言われると強いが、カウンセラーから伝えても響かない学校もあるので、三田市で取り組んでもらえたらと思う。

会長

非常に貴重な意見だと思う。小学校のスクールカウンセラーに、行政からこういうことをして欲しいと伝えているのか。

事務局

小中学校ではスクールカウンセラーが配置されている。もし学校で子どもの様子がおかしいと感じる場合、担任や養護教諭はスクールカウンセラーに連絡を取る。同様に、家庭でも子どもの様子がおかしいと感じた場合、学校から手紙を通じてカウンセラーに連絡を取っていると思われる。ただし、スクールカウンセラーは毎日学校に来ているわけではない

め、相談可能な日程を広報していることを認識している。

今回の計画では、小中学校の学校に在籍していれば、見守ってくれる先生などがいる一方で、大人になるとなかなかそういう人がいないという問題に取り組んでいる。

相談先を広く知ることや「SOSが出しやすくなる」ことで、相談のハードルを下げ、しんどい時に専門機関に相談しやすくなるよう取り組んでいきたい。このような取り組みの効果がすぐに現れるわけではないかもしれないが、若い世代の自殺防止につながるのではないかと考え、計画に追加している。

また、学校の先生方にはたくさんの研修がある。教職員の働き方改革も進められているが、教育委員会でも様々な研修を実施している。しかしこれだけでは不足な部分もあるかもしれないので、行政でもゲートキーパーの研修を実施する考えである。

委員

高校教師をしていたが、県からは年に何回か研修があり、またカウンセラーが1人配置されていて、月1回程度来ていた。悩みのある子はその日に予約をとって話をしている、普段は養護教諭や担任に関わるという取り組みをしている。学校ではカウンセラーを入れて、事例研究や研修を実施している。

委員

地域福祉の推進においても早いうちからの教育も大事で、第三次地域福祉推進計画を策定する中では学校教育の方にも来てもらっていた。健康への取り組みも早いうちからの取り組みが大事だと思う。

また、地域でボランティア活動をしている中で、学校の休み時間などに子どもがCMの歌を歌っているのをよく聞く。CMで何度も聞いているうちに刷り込まれているのではないか。そのような形で、栄養・メタボリックシンドロームも含めて小さいうちに刷り込みができれば、意識付けにもなると思う。

コロナ禍で生活困窮する家庭では長期休みで子どもの体重が落ちる家庭もある。お昼ご飯を用意できない、給食がなくて食べるものが乏しくなる。地域での取り組みの中で、そういったことへの対応も一緒にできるようなことも記載してもらいたい。

会長

三田市では若い人の自殺も多いので、指摘された点は非常に大事ではないかと思う。

委員

資料3は、非常に分かりやすく、よくできていると思う。この審議会に参加する前に、県の健康データダッシュボードを見てきた。県内各市町の健康指標や県平均と比べての問題点などが地域カルテとして見られるものだが、三田市で県と比べて問題のあるところはあまりなく、三田市は健康の指標が割と良かった。伊丹市や川西市では脂質異常、姫路市や播磨地区では糖尿病の方が多く、兵庫県内でも地域によって差があるが、三田市は平均的で项目的には良く、県と比べて悪い項目があまりなかった。前回の計画から比較して悪くなった点や改善していきたいという点はあると思うが、県と比較して抜けているようなところや

これをやっておかないといけないという点はない。

現行計画は「こころの健康づくり」がこころの健康と自殺対策で1つになっているが、自殺対策計画を各市町で作るようにも言われているので、自殺に特化した項目を独立して作ったのはよく分かるが、ほとんどの色々な問題がこの中に入るのではないかと思う。学校などの問題も自殺対策に吸収されると思うが、「こころの健康」については何が入るのか教えてもらいたい。

事務局

自殺対策との棲み分けについては、こころの健康が自殺対策に一部入るなど重複する部分が出てくる可能性もある。6の「こころの健康」には睡眠や休養、ストレス解消についての普及啓発の部分を入れていこうと考えているが、詳細はこれからの調整となる。

委員

担当される部署が違うということなので、あまり重複しないように、むしろこころの健康はこころの健康でしっかり特色が出るような書き方をしていただきたい。

もう1点はお願いになるが、国からは色々な計画を作るように言ってきていて、健康関連ではデータヘルス計画や高齢者でも高齢者福祉と介護の計画もあり、食育推進計画、子ども関連の計画もある。行政の立場からすると、それぞれの計画について、なぜこの計画が必要なのか、またどんな計画なのかは分かるが、一般の人にとっては分かりづらい。

色々な計画があって、それぞれにどんな事業があるのか、重なる部分もあるが、少しずつ違う部分もあるので、もしできるのであれば、イメージ図でも構わないので、三田市のそれぞれの計画がどう関係しているのか分かるようにしてもらえたらと思う。円を描いて重ねてここは重複している部分だとか、位置づけを分かりやすく、この計画とこの計画が関係しているとか、分かるようにしてもらいたい。県でもなかなかできていないのが現実ではあるが、全体の計画の整合性をつけてもらえると分かりやすいのではないかな。

委員

栄養・食生活については食育推進計画と重なる部分もあるが、家庭や地域で食をどれだけ大切にしていくかという教育が大切だと思う。家庭で食をどれだけ大切にしているのか学べているかが、今後も生きてくると思う。とにかくお腹がいっぱいになれば良いわけではなくて、身体は食べたものでできていることをどれだけ学べるか。それが家庭に根付いていけば、栄養・食生活という項目も不要になってくるのではないかな。

自分自身も子育てをしてきたが、子どもたちからは私に育てられて良かったと言ってもらっている。自分は子どもたちに栄養が大事であるということを伝えてきた。例えば、周りでは学食で何も考えずに醤油をかける人がいる中で、味をみてから判断するとか、何を食べると良いかをまず見たり考えたりすることが自然に身に付いていたと子どもから言われた。これは自分の家庭だけがしていれば良い話ではなく他の家庭でも起こって欲しいことなので、そうするために何が必要かと考えると、やはり教育が大事だと思う。小学校からしっかりと学んでいけば根付いていくのだろうが、そこが上手く政策に結びついていないように思う。

事務局

食育推進計画は昨年度策定し、本年度から始まっている。食育推進会議でも協議いただいたが、食事が身体をつくっていくものであると考えている。この計画は同じ健康増進課内で策定し、今年度はその食育推進計画を踏まえて、学校や保育園でも計画を作ることとなっているので、連携を図って進めていきたい。

三田市は阪神間でも突出して農地が多い地域である。三田でできた農産物を知ってもらう取り組み、農業に触れてもらう取り組みも大事だと考えているので、そういった点も計画に入れて、進めていきたいと思っている。

委員

資料3の身体活動・運動について、アンケート結果をみると、高齢者になるほど運動をしていて、働き盛りの人が運動していない。

スポーツ推進委員は、そういう若い人をどう外に出すかということで色々と取り組んでいる。今はニュースポーツに力を入れていて、小学生から高齢者まで一緒にできるスポーツということで、色々なスポーツを実施している。三田市ではノルディックウォーキングで10コースほど作ってポールを持って歩いている。ポールを持って歩くことで全身運動にもなる。また、歩くことの楽しさを推進していくために、スポーツ推進委員による出前講座も実施している。ただ、ニュースポーツの講座も、この2～3年はコロナ禍で途切れてしまった。最近は少し回復しているが、以前のようにはまだ戻っていない。地域でみんなが一緒に楽しく、外に出ていくのがおっくうな人も外に出たくなるような取り組みを行っている。

委員

健康推進員が三田市には200名ほどいて、15地区で活動している。他地区でも活動していると思うが、三田地区では健康増進課が掲げている計画に基づいて活動をしている。

この2～3年はコロナ禍でなかなか活動できていないが、コロナ前は健康診査の推進として、色々な集まりに出たときに健康診査や歯科健診の受診勧奨を行ってきた。また、長年続けている活動としては、料理教室や運動教室なども行っている。

こころの健康については、社会福祉協議会の方はよく知っていると思うが、「こころのダイヤル」という名刺大の緊急ダイヤルのカードを何年も前から配っている。小学校にも配っていると思うが、その際に学校の先生から一言あると、相談の第一歩につながるのではないか。三田市の先生の分科会にも参加したが、先生目線と保護者目線は少し違うと思う。色々な視点から子どもの命を助けてもらいたい。

委員

基本目標1-3は、ぜひ進めてもらいたい。高齢者のフレイル対策は非常に重要である。

運動習慣は若いうちから持っていないと、高齢者になってから急に運動習慣を持つのは難しい。また、女性の健康に特化した部分も重要だと思うが、一方で男性の中年層での肥満の課題もあるので、男性の視点も入れて欲しい。

自然と健康になれる環境づくりでは、市役所の階段にも、階段を上ったところに「〇〇カロリー消費」などと書かれているのもそうだと思うので、今後もぜひ進めてもらいたい。

高齢者の健康については、介護保険サービスの利用につながる方では生活支援を使われている人も多いが、趣味活動は自分でできる人も多い。家事も運動につながるということで、健康づくりにも関連付けてもらいたいと思う。

避難所における二次的健康被害の予防については、避難行動要支援者制度で地域での見守り体制づくりを進めているので、また関連付けられたらと思う。

委員

基本目標3「地域で支える健康づくり」が気になる。

自分が住んでいる地域は農村部だが、近年では従来のつながりが希薄化、弱体化しているのを感じている。「地域で支える」というのは、何でも相談しやすい、接しやすいということだと思うが、地域活動をしていてもボランティアなどの担い手が少ない。フレイル予防の講座やウォーキングをしていても、参加者が少ない。農村部では農繁期には暇がなく、暮らしている中で余裕のない状態があると思う。勤めている方も多く、最近では子どもも忙しい中で、担い手不足の解消にどうすれば良いか悩んでいる。

また、相談窓口について、不登校の子どもと関わっていたことがあったが、その子どもたちは相談窓口がいくらあっても心を開いてくれない。子どもと接しても、なかなか本音は教えてもらえない。言葉も出てこない。何度か接しているうちにやっと声が出てくるようになったが、心を開いてもらうためには、どれだけ窓口があっても難しい。自然に健康行動をとることができるように地域に指導者がいたとしても、ゲートキーパー講座なども含め、そこに参加してもらわないとあまり進まない。良いコミュニティを作れるようにするにはどうしたら良いのか、計画の文章だけでは分かりにくいのが、広報などで分かりやすい形になればと思う。

会長

地域コミュニティの形成は非常に難しい問題だと思う。それについて、委員からも意見をいただいている。

事務局

・委員からの意見を代読

【コロナが5類へ格下げになったがやはりいまだに不安を感じる方も多いと思われる。そういった方々とコミュニケーションをとるかも大切になっていくと思う。

三田市においては、ニュータウン自治会、既存地域自治会など様々だが孤立させないようにするイベントをさらに増やしていくことも大切かと思う。ただ、これは市だけで行うのではなく、三田市に関係する団体の協力も得ながら複合施設の計画などはどうか？

先日、神奈川県福祉法人が運営している春日台センターセンターの報道があったが、年齢関係なく接する施設は、素晴らしいと思う。私も三木市旧市街地生まれ育ちでいろんな方に面倒を見てもらっていた。核家族が進み、他人との関係が希薄になっている今こそ、見直す時期にもなっているのではないかと。

以前、関西学院大学の学生と駅前商店街の方々と共にいろんなイベントに行っていたので三田市では、そういうポテンシャルがまだまだあるのではないかと感じている。

今回の議題には直接関係はないかもしれないが、高齢者のフレイル、自殺防止、若年層の自殺防止もそういうコミュニティがあれば少しでも減少するのではないかと思う。】

委員

地域コミュニティに関連して、学園地区の関西学院大学で3月に学生と社会福祉協議会で一緒にイベントを実施していた。関西学院大学のボランティアセンターとも関わりを持ちながら地域での活動を推進している。来年には学部が増えて学生も増えると聞いている。計画に関わるかどうかは分からないが、学生で一人暮らしの子もいるので、学生の健康づくりと地域とのつながりづくりも進んで、お互いにメリットになるのではないかと思う。

会長

大学がある地域では、大学との連携はよく聞く。私の大学も長田区で、地元の商店街と連携している。三田市も関西学院大学のキャンパスがあるので連携していくことは大事だと思う。

委員

地域コミュニティに関連して、以前は市内のニュータウンに住んで自治会に加入していたが、最近は自治会加入率が減ってきているようである。当時も15～16軒のうち自治会の加入件数は半分の8軒であった。さらに高齢者で役員を担えない世帯が半数程度あって、ずっと4～5軒で役員を回していた。自治会は、ごみステーション運営なども自治会の費用で賄っており、しんどいけれど抜けられないと思っていた。もっと自治会自体も上手く運営できれば、みんな抜けなくて済むのではないか。自治会の班長になるのが負担で抜けていくが、そういう役のない自治会だとまとまって楽しくやっていけるのではないか。そうすると周りの子どももみられるようになると思う。以前、子どもが小さい頃は、自治会でキャンプ場に行ってロッジで遊んだ思い出もあったが、徐々にそういうイベントもなくなって、役割や仕事ばかりになってきている。地域のつながりのある自治会であればもっと多くの人が入っていたのではないかと思う。

会長

人口減少が進んでいる中で、自治会メンバーだけではなかなか継続が難しい地域も出てくると思う。大学生などの若い人の力を借りることなども考えても良いのではないか。押しつけだけでなく、楽しく継続できる仕組みが必要。

委員

民生委員をしているが、2年ほど前までは「ゲートキーパー」という言葉を知らなかった。昨年の研修会で言葉の意味を知った程度で、自分に何ができるのか、何をしたら良いのかは分かっていない。民生委員へのゲートキーパー研修とあるが、実際には何もできないのではないか。民生委員だけではなくて、もっと広く、色々な団体に声かけをして知ってもらうことが大事ではないかと思う。フレイルも、市長がよくフレイルと言っていた。当初は誰も知らなかったが、この1年で浸透してきたように感じる。何度も繰り返して言うこと

が大事だと思う。

会長

めざす姿に「健康意識の向上・健康寿命の延伸」とある。健康寿命の延伸はよく使われている言葉でありこのままで良いと思うが、健康意識の向上には「ライフコースを踏まえた」と付けても良いのではないか。食事も身体活動・運動、口腔の健康も全部、ライフコースに応じて書かれると思うが、すべてに関わるのであればめざす姿に付けると良いのではないか。三田市の次期計画では「ライフコース」がキーワードになると思うので、めざす姿と実施していく取組みをより一体化していく言葉があると良いのではないかと思う。

委員

コミュニティの話があったが、地域コミュニティの存続は難しいと思う。婦人会や自治会など、どこも参加する人が少なくなっている。いったんなくなってしまうと、それをまたイチから作るのは難しい。健康づくりと関係ないように思えるが、コミュニティは密接な関わりがある。千葉大学の近藤先生が専門にしているが、先生の研究で、コミュニティがしっかりしているところは皆さん健康であるという結果が出ていた。既存のコミュニティは大事にしないといけないと思うが、加入者の減少で先細り、維持できなくなっているのが現状である。

先ほどの話にも出ていたが、大学があるなら学生を入れて研究テーマにして維持していくとか、何か知恵を絞っていかないといけない。行政としても、予算を使ってでも学生の研究テーマにしていけるような支援などがあると良いのではないか。

会長

下町ではコミュニティが存続している。商店街と学生の交流もあり、連携がある。田園都市の方が逆に難しいのかもしれない。

委員

成功している地域もあるので、市全体の施策を考えるときに、地域コミュニティの存続は少子化対策の一つでもあると思う。

会長

地域コミュニティは大きなテーマだと思う。

4 その他

・事務局より、次回以降の会議日程について説明

5 閉会