

別記様式（第4条関係）

会 議 録

会 議 の 名 称	令和8度 第1回 健康づくり推進協議会	
開 催 日 時	令和8年7月10日（金）午後1時30分～14時58分	
開 催 場 所	宍粟市役所 本庁舎 4階 401 会議室	
議長（委員長・会長） 氏 名	金谷会長	
委 員 氏 名	（出席者） 金谷会長、高田委員、増田委員、坂口委員、長野委員、浅田委員、岸本委員、伊藤委員、一坪委員、西岡委員、関尾委員	（欠席者） 澤田委員、中司委員、千歳委員、織金委員
事 務 局 氏 名	三木部長、間村課長、三宅係長、田路係長、勝部主査、妹尾栄養士	
傍 聴 人 数	1 人	
会議の公開・非公開の 区分及び非公開の 理 由	公開	（非公開の理由）
決 定 事 項	（議題及び決定事項） 6. 議事 （1）令和8年度の取組について ・事務局から説明を行い、具体的な事項について確認する 7. 意見交換 8. 事務局からのお知らせ ・健康と食のロビー展を8月31日～9月10日と10月2日～10月8日に開催する ・食育講演会を10月30日に行う	
会 議 経 過	別紙のとおり	
議 事 録 の 確 認 （ 記 名 押 印 ）	（委員長等） _____ 会長 金谷 政則	

(会議の経過)

発言者	議題・発言内容
事務局	1. 開会 (13 : 28) 本日の会議は、15 名中 11 名の委員の方に出席いただいております。 委員の半数以上が出席いただいておりますので、健康づくり推進協議会条例第 6 条第 2 項の規定により、会議の成立を報告させていただきます。 ・資料の確認 ・会議録の作成・ホームページ掲載の説明 ・委嘱状の交付説明
会長	2. あいさつ (13 : 30) 皆さん暑い中お集まりいただき、ありがとうございます。 色々と議論をして、さらなる目標を実行していきたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。
事務局	本日はお忙しいなか、ご出席いただきましてありがとうございます。健康づくり推進協議会につきましては、各種団体の皆様にご協力いただきながら事業を進めておりますので、今後ともよろしくお願い致します。 また、皆様から忌憚のない意見をいただきますようよろしくお願い致します。 3. 自己紹介 (13 : 35) 名簿の順に自己紹介 4. 宍粟市健康づくり推進協議会について (13 : 40) この協議会は、宍粟市の健康施策を総合的かつ計画的に推進する事を目的として設置しております。 健康増進法 8 条に基づく健康増進計画や食育基本法第 18 条の食育推進計画の策定にあたっての調査や審議のほか、これら計画の進捗管理等を行っていただく組織になっております。 健康しろう 21 (第 3 次) 及び第 2 次宍粟市食育推進計画におきましては、4 つの重点目標を掲げ、計画後期の取組を推進しております。 5. 報告事項 (13 : 41) (1) 資料 1 に基づき、出生・死亡の等の状況について報告 (2) 資料 2 に基づき、食育基本法の一部改正について報告 ここからは、進行を金谷会長にお願い致します。 6. 議事 (13 : 51)
会長	(1) 令和 8 年度の取組について、事務局から説明をお願い致します。
事務局	資料 3 に基づき、令和 8 年度の取組について説明 1 親子の健康づくり

	2 高齢者の健康づくり 3 健康な生活を営むための生活習慣の維持・向上 4 食育推進計画 4つの重点項目をかかげ計画後期の取組を推進 ①身体活動・運動 ②休養・こころの健康 ③歯と口腔 ④家庭、学校、地域、行政が連携した食育の推進
会長	質問がありましたらお願い致します。
委員	「地産地消に関する放送を発信」が未実施になっていますが、こういった理由があるのですか。
事務局	コロナ禍が落ち着いてきたことから、教室での実施に切り替えていっているためです。
事務局	表現を訂正させていただきたいと思います。
会長	ストレスを感じる若い女性が増加しているということですが、具体的にはどういった事でストレスになっているのでしょうか。
事務局	アンケートでは、ストレスの内容までは確認できておりません。
会長	ストレスについてアンケートを取る際に、項目を追加することで、より具体的に対応ができるのではないのでしょうか。
事務局	アンケートの項目についても、検討し作成したいと思います。
委員	若い世代の方への対応という点で、他に何か考えられていますか。
事務局	今年度は夏祭りイベントにおいて健康ブースを出させていただいき、若い世代の方にも周知を行う予定としております。
事務局	アルコールや喫煙の影響について周知を行います。
会長	産後ケアについて、利用される方は多くいらっしゃいますか。
事務局	出生数からすると利用率は高いように思います。特に訪問型の利用が増加傾向にあります。
会長	出産される時にそれらのサービスを周知するのですか。

事務局	妊娠届け出時や、産後に保健師がお会いする際等にも案内をしています。
会長	母親としては安心ですね。
委員	国から補助が出ていることで保育園の増築などがされていると思うのですが、医療でもうまく活用をしていただきたいと思います。
事務局	健康の分野においても重点的に施策を展開していきたいと思います。
委員	宍粟市でも、出生率増加を目指して取り組んでいただきたいと思います。
委員	兵庫県では、企業と連携した食育や大人を含めた食育を推進しています。 食育基本法が一部改正されたことで、新たに何か取組まれるような事がありますか。
事務局	地域や園と連携を取りお子さんの食育に取組めるよう、連絡会を設けているところです。
委員	保健所でも企業さんや市町で様々な連携を取りながら取り組んでいくことが重要ではないかと考えています。
委員	地産地消の取組について、鳥獣被害対策をもっと推進しないと地産地消率は上がらないと思います。目標達成に向けて関係各所と共同して働きかける必要があるように思います。
事務局	地産地消の率や、鳥獣被害について、確認をしたいと思います。
会長	フレイル予防については、どのような取組になっていますか。
事務局	地域に出向いて栄養のお話などをさせていただいております。
事務局	通いの場というものなのですが、そちらでの取組の他にも特定健診でフレイルに関するパンフレットを配布したりしています。皆さん積極的に参加をさせていただいており、そのなかでフレイルという言葉について知っている人も増えていっているのではないかと思います。
委員	歯科についてはどうですか。
委員	歯科では予防が進んでおりまして、昔は、虫歯の子どもも多くいましたが、今では子どもの虫歯も減ってきています。 8020 が 30 年ほど前に始まり、当時は 6 ～ 7 % ぐらいしか達成者がいなかったが、今では 60% 超えています。それぐらい皆さんが歯について関心をもっておられます。 予防歯科に関心が高まっていることにより、初期虫歯を見つけ早期に治療を

	行えるため、診療所ではケアを中心に行っています。
会長	行政でも、歯周病に関しての取組をされているのですか。
事務局	節目年齢になられた方に個別歯科健診のご案内をさせていただいており、その際に歯周病の知識についても周知をさせていただいております。
会長	今後この取組の良い成果が出ればいいなと思います。
事務局	昨年、案内に 20 歳と 30 歳の方を追加させていただいているので、より幅の広い周知ができていますと思います。
委員	噛む力について、硬いものを食べるということが少なくなっているなかで、顎を鍛えるためにも 100 歳体操とともにお口の体操をするのはどうでしょうか。
事務局	歯科衛生士によるブラッシング指導に取り組んでおります。ご意見を踏まえ体操などについても検討していきたいと思います。
会長	食育で食べ物のお話をされる際に、硬いものを食べるということについてのお話も取り入れられてはいかがでしょうか。
委員	誤嚥性肺炎を防ぐ意味でも、咀嚼をするということは重要だと思います。そのために、筋肉をつけることや栄養面ではタンパク質を摂取することも大切だと思います。
委員	その際に数値だけではなく、実際にどのくらいの野菜が必要か、などをより具体的に示していただくとよいのではないかと思います。
事務局	資料作成の際にはわかりやすい表現を心掛けたいと思います。
	7. 意見交換 (14 : 35)
事務局	健康づくりや食育に関して皆さんが日頃取り組んでおられる事や思っておられる事についてご意見をいただけたらと思います。
会長	高齢の方も皆さん健康に気を付けられ、早目に受診し前向きに治療をされている方が多くおられます。医師会といたしましても、総合病院や患者さんと円滑な連携を図っており、より高次の医療機関を紹介することもありますので、その際にはよろしくお願い致します。
委員	先日、健康に関するイベントで筋肉についてお話させていただきましたが、健康な体を維持するためにも足の筋肉をつけることが重要だと考えています。転倒など怪我の防止にもつながるので、ストレッチや有酸素運動などを心掛け

	生活をしていただきたいと思います。
会長	様々な意見や取組がとても勉強になりました。健康や食育、飲酒について参考にさせていただきたいと思います。
委員	飲酒につきまして、たくさん飲む方は休肝日を設けることなどに気を付けていただき、適量を心掛けるようにするとよいと思います。
委員	飲酒の量と血圧にはどのような関係がありますか。
会長	直接関係はありませんが、飲酒をすると血圧が下がることがあります。
委員	お酒を飲むと眠くなることがありますが、うたたねをすると眠れなくなることがあります。
会長	眠れずに辛い時には服薬も仕方ないと思いますが、飲まずにしのげることが一番良いと思います。睡眠については疲れがあるときに昼間少し睡眠をとるとよいと思います。
委員	グランドゴルフ大会に出て体を動かすことや、家の中にこもってしまわないようにということを日頃よく言っています。今後も継続していきたいと思います。
委員	健康に関するイベントに参加すると、男性が少ないことと平均年齢が高いことが気になります。若いうちから健康について考えられるよう市でも取組を進めていただきたいと思います。
委員	スポーツ推進員として放送でラジオ体操をさせていただいております。皆さんも朝から体操をすることによって健康に留意していただきたいと思います。今後も色々なスポーツに取組めるように推進していきたいと思います。
委員	ひとりひとりが自分自身の健康について振り返り考えるようになることが大切なのではないかと考えています。保健所においても、関係機関の皆様と市町の皆様にご協力いただきながら健康づくりに取組んでいきたいと思います。
委員	学校では、子ども達の健康づくりや食育、体力づくりを小中連携して取り組んでおります。 食については、給食センターで噛む力をつけるため噛むメニューを考えていただいております。 歯科については、虫歯が少なくなっている一方で、歯石が付いていたり、歯肉が弱っていたりする子ども達が増えているということを感じております。今後学校でも、ブラッシング指導や口の運動などを取入れたいと思います。
委員	50代から70代の女性の方を中心にした体操教室を運営しております。60代や70代の方は認知症について気にされる方が多いのですが、筋肉や関節や神

	経、血管などの体操に比べ認知症についての対策に苦慮することがあります。具体的には、脳に血を送る体操を行っていますが、この資料には、認知症に関するデータがないので認知症について市でどのような取組をされているのかわかりません。市では認知症に関してどのような取組をされていますか。
事務局	認知症につきましては、高齢者福祉計画のなかで認知症予防の取組を進めております。健診の際には、症状の有無をチェック項目で確認していただき、必要であれば受診していただくということを行っており、今後も取組を進めていきたいと思います。
委員	妊婦さんや高齢者向けの情報発信をされていることについて、対象を絞った情報発信も必要かと思いますが、家族間での交流など縦のつながりも大切だと思うので、情報の出し方について、より工夫をしていただきたいと思います。
事務局	妊婦歯科健診や、食育では世代間の交流が大切になってくると思います。少し視点を変えながら情報発信についても検討していけたらと思います。 それでは、これで意見交換のほうは終了させていただきます。 8. 事務局からのお知らせ（14：55） ・健康と食のロビー展 8月31日～9月10日 本庁舎市民ロビー 10月2日～10月8日 一宮市民協働センター・波賀市民協働センター・千種市民協働センター ・食育講演会 10月30日（金）13時30分から15時 本庁4階会議室 9. 閉会（14：58） 本日は、貴重なご意見、活発なご協議をありがとうございました。 これをもちまして、健康づくり推進協議会を閉会とさせていただきます。 ありがとうございました。

* 発言者の表記は、「会長」、「副会長」、「委員」、「事務局」とする。