

別記様式（第4条関係）

会 議 録

会 議 の 名 称	令和7度 第1回 健康づくり推進協議会	
開 催 日 時	令和7年7月11日（金）午後1時30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、澤田委員、日下委員、長野委員、中司委員、浅田委員、千歳委員、伊藤委員、西山委員、西岡委員、織金委員、関尾委員	（欠席者） 岡田委員
事 務 局 氏 名	三木部長、間村課長、恵美副課長、清水保健師、福井栄養士、谷口主査、勝部主事	
傍 聴 人 数	0 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） 1. 開 会 2. あいさつ 3. 自己紹介 4. 会長・副会長の選任 5. 議 事 （1）健康しろう21及び宍粟市食育推進計画の計画後期の主な取組について （2）令和7年度の主な新規・拡充事業の概要について （3）令和7年度の取組について （4）意見交換 6. 事務局より 7. 閉 会	
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 本日の会議は、15 名中 14 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 2. あいさつ 健康福祉部部長 三木 3. 自己紹介 名簿の順に自己紹介
事務局	4. 会長・副会長の選任 会長と副会長の選任は、宍粟市健康づくり推進協議会条例第 5 条の規定により、委員の互選を行うこととなっています。 会長・副会長の選任方法についてご意見等がありますか。
委員一同	意見なし
事務局	ご意見がないようですので、事務局から推薦提案させていただいてもよろしいでしょうか。
委員一同	異議なし
事務局	それでは、会長に宍粟市医師会の金谷様。 副会長に神戸松蔭大学の千歳様をお願いしたいと思います、ご意見等ございますか。 ご意見がないようでしたら、拍手で承認をお願いいたします。
委員一同	拍手
事務局	それでは、会長の金谷様より、挨拶をお願いいたします。
会長	今日はお集まりいただきありがとうございます。 宍粟市健康づくり推進協議会では、これまで、健康に関わる意識調査や新たな健康増進への取組みなど、宍粟市の健康づくりへの取組みについて話し合ってきました。 今後も、皆さまからご意見いただく中で、実のある話し合いを進め、宍粟市民の健康づくりに寄与していくように、皆さんの協力をお願いしたいと思います。

事務局	続きまして、次第 5 議事に入ります。 ここからは金谷会長様に議事進行をお願いいたします。 5. 議事
会長	議事に入る前に、今回新しく委員になられた方もおられますので、健康づくり推進協議会の目的や役割について、事務局から説明をお願いいたします。
事務局	この会議の目的は、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された協議会組織になります。 健康増進法の 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といった組織になっております。
会長	議事（1）「健康しそう 21 及び宍粟市食育推進計画の後期の主な取組」について、事務局から説明をお願いいたします。
事務局	資料 1 に基づき、計画後期の主な取組について説明 4 つの重点項目をかねて計画後期の取組を推進 ①身体活動・運動 毎日プラス 10 分の身体活動、通いの場（いきいき百歳体操）、フレイル予防 ②休養・こころの健康 相談体制の確立、産後ケア ③歯と口腔 節目年齢の歯科健診への取組みなど ④家庭、学校、地域、行政が連携した食育の推進 広報やメディアを活用した活動事例を紹介、食育人材の育成
会長	質問ありましたらお願いいたします。
委員	「今後も宍粟で子育てをしていきたい方」は 97.4%から 96.9%に低下したものの、比較的と良い数字であると思う。
事務局	目標数値を 100%と掲げており、今後も継続的に取組を推進します。
委員	子育てに関連し、宍粟市の出生数など子どもの人口はどのような傾向か。
事務局	流出人口や出生数の減から子どもの数は徐々に減っている。年度によって増減を繰り返しながら、現在は年間 130 人程度の出生数である。
委員	少子化の話が出ているが、健康しそう 21 とか食育推進の目標として、どのように関連してくるのか。

事務局	子どもたちが健やかに育つ環境づくりや、父母や家族の心身の健康を保ち子育て環境を整えることが、少子化対策にも関連するものと考えています。
委員	宍粟市の合計特殊出生率はどのような傾向にあるか。
事務局	これまでの宍粟市の傾向としては、お一人だけの子どもさんの世帯というよりは、二子、三子いらっしゃるような世帯が多い傾向にあります。
委員	宍粟市産の米や野菜を食べている人の割合が低い点について、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う。鳥獣被害から作付けをあきらめる農家もある。また、異常気象でも農作物の収穫が減ってきている。 このままでは、目標の80%は厳しいのかなと思う。 目標達成に向けて関係各所に働きかける必要があるように思う。
事務局	先日の庁内プロジェクト会議においても、そのような連携が必要であるというような話にもなりました。今回の協議会でいただいた意見を庁内会議にフィードバックし検討していきたいと思います。
会長	議事（2）「令和7年度の主な新規・拡充事業」について、事務局から説明をお願いします。
事務局	資料2に基づき、令和7年度の新規・拡充事業について説明 妊婦健康診査費の助成額の拡充 多胎妊婦健康診査費助成事業の新設 低所得の妊婦に対する初回産科受診料助成事業の新設 産後ケア事業の拡充 節目年齢歯科健康診査事業の拡充 救急安心センターひょうご（＃7119）の開始
会長	質問がありましたらお願いいたします。
委員	産後ケア事業について、短期入所型やデイサービスなどの記載がありますが、実際どんな形でされているんですか。
事務局	産後ケアには、短期入所型、通所型、訪問型があり、母子の心身のケアや母子の愛着形成などを実施しています。 短期入所型は、医療機関又は助産施設等、適切な助産を行う施設において、宿泊等を用いてそこでケアを受けるものです。 通所型や訪問型もそれぞれ施設や自宅で同様のサービスを行っています。
委員	宍粟市内で実施している施設はありますか。

事務局	市内では、公立宍粟総合病院と八木助産院で実施しています。
委員	利用人数について教えてください。
事務局	県全域で利用できるため、利用者は徐々に増えてきています。 市内では訪問型が増加傾向にあります。
委員	母親としてはこのサービスがあると安心だという事ですか。
事務局	生後2～3か月までは、心配事が多い時期でもあります。 産後ケアでは育児助言や専門的な相談もできることから、子育て不安の解消にもつながります。 特に、自宅の安心できる環境でケアを受けられる訪問型のニーズが高まっています。
委員	サービスを利用するときは、どこに相談すればいいですか。
事務局	医療機関でも保健福祉課でもどちらでも構いません。
委員	出産される方も安心でき良い制度だと思います。
会長	その他質問をお願いします。
委員	節目年齢歯科健診や集団歯科健診など歯科健診の機会が増えていますが、健診を行う場合は、設備の整った診療所で精密な健診を行うのがよいと思います。 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。 また、今の歯衛生は予防歯科が中心になっています。診療所でケアを受ける中で、歯科衛生士が初期虫歯を見つけ早期に治療を終える形となってきています。
委員	集団健診で診るということには限界があるということでしょうか。
委員	やはり、設備の整った診療所で精密に診るというという方が、私は良いと思います。
事務局	今回拡充した節目年齢歯科健診は診療所での個別健診となっています。新たにその年齢なられた方にご案内を送らせていただいて、受診の機会を若い方々にも拡大していくものとなります。痛くなってから受診するというよりは、健診の意識をもっていただくというところもあって、年齢のほうを拡充しています。
委員	#7119については、パンフレットを各家庭に配布をされましたか。

事務局	7月の広報と合わせて配布させていただきます。山崎は隣保回覧となります。
委員	ホームページには掲載していますか。
事務局	ホームページにも掲載しています。
委員	歯科について、8020が20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50%超えています。それぐらい皆さんが関心をもってやってきました。 子どもは柔らかい物を食べるので、顎の成長が悪くなる傾向にあります。矯正治療も進んできていますが、顎を成長させるためにも、噛み心地、噛みごたえがあるような物を中心に食べてもらいたいという思いがあります。
事務局	3歳児健診などで歯科指導にも取り組んでいます。ご意見をふまえ、少し硬い物を食べるということも、指導のなかに取り入れてみたいと思います。
委員	学校の歯科健診はどれぐらいの割合でされているんですか。
委員	学校歯科健診は毎年実施しています。高校は4月、幼稚園や保育園は6月～7月といった形で、1学期中に実施しています。
会長	議事（3）「令和7年度の取組」について、事務局から説明をお願いします。
事務局	資料3に基づき、令和7年度の健康づくりの取組みについて説明 ・フレイル予防 いきいき100歳体操などの健康づくり活動に取り組む。 ・休養、心の健康 各種相談窓口の開設、睡眠や心の健康に関する講座などを継続し取り組む。 ・喫煙 母子手帳交付時に喫煙の影響について個別指導に取り組む。 ・飲酒 特定健診や特定保健指導で毎日の飲酒の悪影響についての指導に取り組む。 ・歯と口腔 学校歯科や歯科保健に関する事業に取り組む。 ・健康管理 特定健診等の受診率向上に向けて、受診勧奨通知を送るなどし勧奨する。 申込の電子化により受診しやすい環境整備に努める。
会長	質問がありましたらお願いいたします。
委員	がん検診の受診率について、胃がん検診が特に減っている。 バリウムを飲むとどうしても腹痛が続き、検診を受けようという気持ちにならない。

	胃がん検診の受診率を上げるためにも、できれば胃カメラ検査への補助制度があれば良いと思っている。 胃がんの早期発見につながるよう補助制度も検討してほしい。
事務局	胃がん、肺がん、大腸がん検診は、個別健診を実施していない状況です。昨年度もご意見をいただいた内容であり、個別健診の実施については引き続き検討します。
委員	喫煙が健康に及ぼす影響で低体重児出産について、若い女性の方で喫煙をされる人が一定数おられ、影響が出ているということでしょうか。
事務局	低体重児出産はほぼ一定値で推移しています。
委員	指導してもなかなか禁煙が難しいということですか。
事務局	母子手帳交付時に、既に妊娠したのでやめましたと言われる方はいます。また、妊娠がわかったので、やめる意思がある方がほとんどです。
委員	女性だけの問題ではなくて、配偶者や家族など、周りの人の副流煙も影響しますので、周りの人にも指導を推進してほしいです。
事務局	パンフレットの配布など、家族の方への周知に努めます。
委員	休養・こころの健康について、「20 歳以上の女性が睡眠をとれていない、ストレスを感じる女性の割合が少し高い」という課題がありました。 兵庫県も同じような傾向にあります。様々な事業を連動し実施していくことで効果がでてくるものと考えています。 宍粟市は、包括的な子育て支援に取り組む体制を整えていますので、健診や親子教室などの場を通して相談できることが、ストレスの軽減にも繋がっていると思います。
事務局	資料3に基づき、令和7年度の栄養分野の取組みについて説明 ・栄養、食生活 食育教室や健康教室、乳幼児健診の場で、朝ごはんの大切さについて啓発 ・家庭、学校、地域、行政等が連携した食育の推進 食育講演会の開催、いずみ会と連携した食生活改善への取組み ・災害時の食の備えの普及 しそチャンネルやリーフレット等で継続的な普及啓発に取り組む ・地産地消の推進・食文化の継承 宍粟市産の食材を利用した教室等の実施 地産地消についての普及啓発 ・宍粟市の特色を活かした食文化の継承と創造の推進 関係機関との協力のもと、発酵文化や伝承料理、郷土料理を普及促進

会長	質問がありましたらお願いいたします。
委員	非常食の捉え方として、農家は家に野菜や米があり、非常食を備蓄しなくても食べることに困らない方もいると思う。その場合は、アンケートで非常食は蓄えていないと回答する人のほうが多いように思う。 そういう人はどのように分類したら良いのでしょうか。
事務局	市でも田畑がある方は、備蓄食品というものを意識して置かれていない場合が多いのではないかと考えています。 備蓄食品となると、あえて買い置きしなければならない物という考えがどうしてもあるので、ローリングストックという考え方を推奨しています。 乾物だったり缶詰だったり、普段の食事とかでも使える物をなるべく備えていただくよう啓発しています。
委員	アンケートの中でその辺りの説明を加えると、もう少し数値が改善するかと思います。
委員	水害で畑も駄目になった場合など、水や缶詰、乾物の備蓄が大切になります。避難所に行けるぐらいの状態なら、家のお米や乾燥食品も使えるので、それらが非常食であるということを意識づけることができれば、この回答も少し増えて違った考えになります。 アンケートの時にそれも含めて聞けばと、私もお意見を聞いてそうだなと思いました。 非常食という考えを、市民に広げていくことが大切かなと思います。
委員	防災イベントで非常食のサンプル配布があり、たくさんの人が欲しいと言われていた。そういうところで、もっと啓発できればいいのではないかと思います。
会長	議事（４）「意見交換」について、事務局から説明をお願いします。
事務局	皆さんが日頃取り組んでおられる健康づくりなどの事例やご意見を共有できればと考えていますので、ご発言をお願いします。
委員	健康年齢について、人の手を借りずに自分で生活できる力を持っておきたいというのが、今の私の一番のテーマです。 そのためには筋肉が重要と考え、特にトイレに行いける歩行能力を維持しておくことが大切です。 早朝に散歩をしていると、すり足で散歩をされている方が多くいらっしゃいます。膝が上がっていません。そのような歩き方は、転倒、骨折、入院につながります。もっと筋肉をしっかり付けて膝を上げて歩くようにしてもらいたいと思います。足の筋肉と平行感覚が大切と考えています。 市でも筋肉増強についての取組を強化してもらいたいと思います。特に、膝

	を上げるという事、階段の上り下りや、難しいうなら椅子から立ち上がるだけでも、効果があると考えています。 栄養面ではタンパク質が重要です。一食一食にタンパク質を取り入れるような指導も取り組んでいただければと思います。
委員	消費者協会の活動について、夏休みに学童保育への出前講座に行きます。 今年のテーマは、ご飯を食べようという事と、旬の物を食べようという事です。子どもたちと、今旬の物がどんな物があるかを考え、それを食べるという事、旬の物がどんなに良いかとか、たくさんあるから食べれるとか、そういうような栄養価の話もしています。子ども達も一生懸命勉強してくれています。
委員	健生会では、市内 28 名の指導員で健康体操教室を実施しています。 今年で 35 年を迎えます。 今は、三重県まで指導に行っています。避難時に 15 分間早足で歩けないと被害に巻き込まれているというデータがあり、南海トラフの地震に備えようと地域の高齢者から指導希望がありました。 災害から身を守るうえで筋肉や脚力は大切であり、老化に対して元気に過ごせるようにということを目標に教室を開催しています。 皆さんもぜひ参考にさせていただき、ご参加いただけたら嬉しく思います。
委員	管理栄養士という健康と食を繋ぐ専門家を育てています。 学生たちは、どのような食生活が良いか、どういう栄養を提供したら良いかという事を学んでいます。中には、食や栄養を学びながらも SNS の影響を受けサプリメントを積極的に摂っている者もいます。 10 歳代 20 歳代の方が、実際そこにある物よりも、インターネットにあふれている情報を信じてしまう事について、我々はどういうふうに対応していけばよいのかを考えてる必要があると感じています。 計画に取り組むうえでも、人々が SNS や YouTube などの影響を受けやすい事を念頭に置く必要があるように思います。
委員	参考にお聞きします。 体に入ったら食物もサプリメントも栄養素として一緒ではないかとの考えもありますが、食べ物の大切さはどのようにお考えですか。
委員	人間は一つの栄養素では成り立っていません。 食事摂取基準として、どの程度なら不足、どの程度なら過剰という数値が示されている栄養素だけでも 34 種類あります。 他にも、ポリフェノールなど、そこに示されていない栄養を合わせると 100 種類程度の機能性の栄養成分が必要になります。1 個の栄養素だけで摂ったとしても他の栄養素が不足してきます。 食事は、お肉でもタンパク質だけではなく、脂質もありますしビタミンもたくさん含まれているので、食べ物を摂る事によって他の栄養素も補えます。必要な栄養素は 1 つではないという事を意識しておく必要があります。

会長	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。
事務局	6. 事務局からのお知らせ ・健康と食のロビー展 9月1日～9月11日 本庁舎市民ロビー ・食育講演会 10月17日（金）10時から11時30分 防災センター
副会長	7. 閉会 皆さん貴重なお時間を割いておいでいただきありがとうございます。 この2年間、皆さんとの意見交換を通じて食育や健康づくり計画の推進に邁進していただければと思います。 この計画は、市民さんのアンケートをもとにしたものですので、自身に関連するところを、今どれだけ進んでいて、どれだけ改善したかというところを確認していくのがとても重要なと思います。 やってみて、改善しなかったら、違う活動に変えていかないといけないので、その辺の見守りが我々の健康づくり協議会の役割かなと思っております。 それぞれ単独ではできないので、様々な場面で協力、協同、意見を交換しながら進めてくださるようお願いしたいと思います。 本日は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。