

平成29年度 第1回よっちゃんばれ放談会 要旨

日 時	平成29年9月25日（月）午後7時～午後9時
会 場	甲府市役所 4階 本部長会議室
参 加 者	有識者（6名）
市出席者	市長、福祉保健部長、福祉保健総室長、長寿支援室長、保健所設置課長、健康衛生課長、地域包括支援課長、介護保険課長、母子保健課長、学事課長、学校教育課長、協働推進課長
次 第	<ol style="list-style-type: none"> 1 開会 2 市長あいさつ 3 意見交換 4 まとめ 5 閉会
意見交換	
健康衛生課長	<p>それでは、意見交換会に入りたいと思います。</p> <p>はじめに、皆様からご意見をいただきました事前アンケートでの意見をヘルスプロモーションの概念を基に4つのカテゴリーに分けさせていただいた資料です。1点目は、「市民の健康意識の醸成」、2点目は「地域・企業等における実践的な健康活動」、3点目は「甲府市における市民の健康づくりに向けた取組」、最後に健康都市を目指した健康施策の提言」となっており、項目ごとに15分～25分を目安に意見交換を行いたいと思います。意見交換では、資料に記載されている内容だけでなく、関連意見や追加意見等、ざっくばらんに発言していただきたいと思います。</p> <p>それでは、「市民の健康意識の醸成」について意見交換を行います。</p> <p>最初に、参加者Aさんから、口火を切っていただきたいと思います。</p>
参加者A	<p>健康は基本的に個人の責任であり、行政が全てを行うには膨大なお金がかかります。個人の問題である以上、例えば、幼い頃から感染症などの教育が必要であって、学年に応じた指導を考えていく必要があると思います。</p> <p>また、既にされているかもしれませんが、健康若しくは、簡単な病気についての教育をしていかなければならないと思います。</p> <p>もう一つは、歳をとることの心構えとして、壮年期までは受験やいろいろなことがあるため、多くの人健康について考えていないと思いますので、高校生以上から自分がどう歳をとっていくかを教育していくことが大事だと思います。高齢者は、元気で歩き回って亡くなるのが理想的ですが、今の都市の中で自由に歩いて遊べる環境がなくなっているため、もう少し健康というテーマを考えながら都市づくりをすることが求められています。当然、医療とか介護のバックアップは必要ですが、歳をとられた方</p>

<p>参加者 B</p>	<p>には生きがいへのシフト変換が必要ですし、これから少子化になりますから、子どもにお金を使う施策へシフトが必要なのかなと考えています。</p> <p>今、幼少期からの継続的な健康教育について意見がありましたが、食育基本法ができて10年が経ち、その間、栄養教諭を中心に小・中学校の健康教育はかなり進んできたと感じています。ただ文部科学省も言っていますが、食育の継続性ということで、幼稚園や保育園、中学校を入れて高校までをどのようにつなげて行くのかが1つの課題となっています。市の教育委員会が中心となって、継続性について担保しようという動きがあるので、幼児から少なくとも高校生までの健康教育を充実させるということは、小さい頃からの健康意識を高める上で重要なのではないかと思います。</p> <p>2つ目として、大学では県と連携した取組で、県民健康講座を開設しています。お年寄の健康や減塩の問題についての講座と、高校生や大学生を対象とした健康教室を行っています。リピーターもいますが、広報（情報発信）がうまくいなくて受講者を集められないため、行政と連携しながら行いたいと考えています。</p> <p>3つ目に、高血圧、糖尿病、腎臓病などは病気の中でも医療費もかかりますし、健康寿命を縮める要因でもあるため、広報などを活用して関心をもっと高める方法がないか考えています。</p>
<p>参加者 C</p>	<p>健康教育を考える時に2つの視点があり、1つは10年、20年、30年後の健康づくりを考えるという課題です。今小学校にいる子ども達が10年、20年、30年後を考え、健康をどのように捉えるかが1つのキーポイントになります。現在、大学の教員が中央市の小学校へ講義に行くことを提案しており、一部実施されています。これがどのような効果をもたらすのかわかりませんが、甲府市でも有識者を呼んで講義をする、現在、市民に対して2週間に1回程度行っている講義を更に延長させ、小学校等で喫煙による健康問題を含めた定期的な講義を行い、将来子ども達が、健康とは何かと考えることが非常に大切であると思っています。</p> <p>もう1つ、早急に考えなければいけないのが2025年問題です。これは、医療圏を4つに分けてそれぞれ地域構造で行っていくということですが、本県には合わないと思います。高齢者が介護だけが必要かということのを適確に捉えないと大きな間違いとなる。実際に高齢化すると癌は増えます。以前は、80歳を超えると癌患者はもう手術をしてくれるなという時代でしたが、今は90歳を超えていても手術を希望する人や家族が増え、急性期の患者が増えるため、国が言う急性期病床はいらなくなるということにはならないと思います。国の施策も大事ですが、甲府市として独自のプログラムを作成する必要があると考えます。</p> <p>また、高齢者は歳をとってくると、健診に行かなくなり病院にかかる、</p>

<p>参加者 D</p>	<p>病院に行くことで安心してしまいが病院ではその部分だけしか診ません。健診を受けることは歳を重ねるほど必要であり、病気の早期発見や医療費の抑制にも繋がる。見逃しがちな高齢者の健康診断はとても重要なことだと思います。</p> <p>小児の健康教育についてですが、教育委員会でモデル校を決め、肥満についての取組を行っていますが、なかなか精検受診率が上がらないのが現状であり、学校現場全体が多忙の中モデル校実施から脱皮できていません。肥満と学力については周知のことですが、肥満の子は学力が低いことは全国的な傾向であり、体力もない。また、ゲームの時間が長いほど勉強しないため、学力低下となり、ゲーム漬けの生活環境も悪いことから、外で遊ばせたり、読書をさせることが非常に重要で、広い意味の教育が必要であると思います。</p> <p>肥満の問題については、小児からでなく、乳児期からの味のすり込みにも問題があります。離乳食が洋食化されてきて、和食の美が忘れられているため、洋食化された油の味をすり込まれてしまうと油が美味しくなり、小学校に行っても油のものがなくおかしがないということになり、肉は大好き、野菜は大嫌いという表現をする子どもが多くなっています。</p> <p>食育については、市でも 10 年くらい前から取り組んでいましたが、最近は各学校単位で行っていますが学校も忙しく、学事もしなくてはならない状況です。市として方針を立てて取り組まなければならないと思います。</p> <p>救急医療については、既に甲府市も取り組まれています。最近ではコンビニ受診も減ってはいますが、深夜に便秘や腹痛くらいで来てしまう。病気に対する自宅での準備ができていないことをみると、やはり医療費の無料化によって、通院への意識が低くなっているのではと感じます。深夜の救急はだいたい 15,000 円程度かかり、一部では窓口負担をしていただいた方が、目が覚めるのではないかという意見も出ています。無料化ということでは道が外れるかもしれませんが、救急医療ではそういうことも言われているのが現状です。いずれにしても、肥満というのは生活習慣に密接な関係にあるため見直してほしいと思います。</p>
<p>参加者 E</p>	<p>よっしゃばれ放談会の説明をいただき、考えてみたのですが、意見交換ではトータルということ 키워ワードに話してみたいと思います。</p> <p>1つ目は、子どもの居場所についてですが、家庭と地域と学校の3つしかなく、健康教育にしても、子ども達の生活にしてもこの3つの場において接している大人たちの伝えていることが違うのではないかと思います。親が考えていること、学校の先生が考えていること、地域の人が考えていることに差があると思っています。この部分を統一化していかないと子どもの本当の育みを補償することはできない。当然、園も含めた学校で</p>

	<p>の発信が重要であり、それをきちんと受け止める大人たちが意識を変えなくてはならないと思います。子どもの問題なのですが、大人の問題だと思っています。</p> <p>2つ目は、健康教育というのは小学校・中学校・高校・大学も含め発達の段階をきちんと踏まなければいけないし、お互いの子どもの成長過程でどんな教育をしてきたかを再確認しないと、同じことを繰り返していたり、あるいは欠落していたりすることも考えられる。学校での保健学習や地域家庭を含めた健康教育の認識を高めて、発達の段階を踏んでいくことが大事であり、それが持ち越し効果として子どもの頃の健康に対する考え方を大人になっても持っていられることを目途にしていかなければならないと思います。</p> <p>3つ目は、生活習慣についてですが、運動と食事と睡眠と、最近では排泄も含めて生活習慣そのものをトータルで考えなければいけないと思います。運動だけをしていればいいのかという話ではなく、生活習慣の連鎖を捉えて心地よい生活を送れるような意識の改善が必要と考えます。</p>
参加者 F	<p>教育の面から見ますと、日本が世界に誇れる教育に保健体育があります。保健体育を通じ、乳児期から高齢者までに至る教育が非常に重要であり、自治体だけでなく国がもっと支援すべきと考えております。近年は学びの時代、生涯学習の時代といわれており、私は人生の中で三段階あると考えております。小学校・中学校・高校までの学校教育においては、「生きる力を学ぶ」を目標に掲げています。大学や専門学校も含め中等教育機関と社会においては「生き方を学ぶ」を目標に掲げ、一番長い期間です。定年後高齢者になると「生きがいを学ぶ」となり、ここに焦点を当てるのが健康づくりに重要になってきます。子どもや若い世代についての健康意識は向上しており、更に生きがいを学ぶ世代へもつなげることが重要であると考えます。</p> <p>もう一つは、石川県にあるシェア金沢という施設で小さい子どもから高齢者まで、障がい者から健常者までのあらゆる層の人が共に助け合いながら住む生活空間となっており、いってみれば CCRC みたいなコミュニティをつくり、それがこれからの健康社会づくりのモデルになっていくと思います。健康長寿を目指すうえで、甲府市にもあらゆる層の人がいるので、それを一つの共同体としてどのようにしていくか、甲府市全体がシェア甲府としてなにが必要かという視点で考えてみてはと思います。</p>
市長	<p>ここに来る前に安部総理の解散会見を聞いていましたら、少子高齢化は国難だという言い方をされてきました。全世代型社会保障制度の構築ということでありますので、各政党がどういう風に考えるか非常に興味を持っていきたいと思っています。やはり、少なく生まれてきた子ども達が、健やか</p>

	<p>に育つかということは、社会保障の効率化にもつながると思いますので国としてしっかりと行っていただくと地方も考え方が深められるのではないかと思います。</p> <p>食育とか子どもの頃からの体力をつけるといった様々な取組もそうだと思いますが、家庭と地域と学校、園も含めてそれぞれの立場ですり込む教育は非常に大事なことと思っています。</p> <p>また、健康意識についてですが、市の健診受診率が非常に低く、すり込みが足りないと思います。当然、子どもは、予防接種などは受けるのですが、その後のフォローがないから、大人になって自らの思いで受診しない状況となっているかなと感じています。健康長寿を目指すということであれば、定期的に自分の責任として、もちろん責任を果たす環境づくりはやっていきたいと思いますし、自ら啓発して行きたいと思います。</p> <p>学校の食育の計画は学校ごとに作られていると思いますがもう一度違うステージで吟味をしてフィードバックできるようにと思っています。</p> <p>ウォーキングについては、様々なところで推奨されています。団体も増えており、小さい団体もありますが、大きな団体でやるのがいいのか、開府500年でやろうとかいろいろな動きも出てきていますが、インセンティブをつけた取組も考えていきたいと思います。食育は、歯科医師会が中心となって味覚教室を行っています。他事業においてもいろいろな先生方に来ていただいて健康診断につながるなど、HbA1c簡易検査も一緒にできる環境になりつつありますので、その点を提携化していくことも考えていきたいと思います。</p>
健康衛生課長	<p>続きまして、地域、企業における実践的な健康活動についてご意見をいただければと思います。どなたかお願いできますでしょうか。</p>
参加者 F	<p>自治会の役割、重要性について感じています。年間を通じて様々な活動がありますが健康をテーマとした行事がないと思っています。子どもの育成とか神社等のおまつりを楽しむ奉仕活動はありますが、健康についてのイベントや教室がないと感じています。身近なところでの健康活動からはじめて広めていく、上からの健康活動促進事業ではなく、草の根的な活動が、地域の教育力につながるのではと考えています。健康は何より大切なものであり、そういう仕掛けをお願いします。</p>
参加者 A	<p>自己責任が非常に強いのが健康で、行政が何を言おうと、企業が何を言おうと本人たちの意識がないと受診しない。自治体の教育、若しくは学校内の単位としての教育が必要と考えています。また、お年寄り健康も大切ですが、生き甲斐のほうがより大切であると思います。私は、これまで7,000人のお年寄りを診察してきましたが、実際に診てみますと家族は手</p>

<p>参加者 C</p>	<p>術を望みますが、本人は痛みだけを止めてほしいという人も多い。自分はやりたいことをやって終わりたいという人もいる。家族と本人の意見がどうなっているかわかりませんが、私自身も生きがいを見つけたいと思っている。どうも文化が軽んじられているのではないかと思います。また、仕事で松本市へ行くことがあります。松本市にはいろいろな文化がある。スポーツだけでなく、芸術も教育もあり、文化への投資を行い、その中で生きがいを自分で見つけていくことが大切だと思います。</p> <p>私は 30 年前に神戸から山梨へ来ましたが、その時に地域というかたまりが非常によくできていると感じました。</p> <p>生きがいや地域コミュニティ活動は非常に大切であり、疾患そのものもそうですが、生きがいを持っている人は回復度が違うため、生きがいを持つことは大切であると思います。生きがいを見つけるのも地域であり、健康を維持していくのも地域であると思っています。</p> <p>また、これから介護が必要となったときに、施設を造っても介護職員が不足してくる。いくら建物があっても、実際に介護していくことが大事であるという考えを持ち、今の中学生、高校生が介護に携わる職業に就いていかないと壊滅的なことになってしまいます。そういう意識を持たせることも地域であると思います。私が考える理想の地域とは、子ども・成人・高齢者が一体となって常に同じ目線で地域を運営することにより、その中で生きがいも生まれますし、子ども達は高齢者が大変な時に将来私たちが助けなくてはと考えますし、介護することの重要性を学ぶこともでき意識も生まれると思います。</p> <p>やはり私は、甲府市の中の地域を重要視して地域の中で事業を展開していくことが重要であり、極めて現実的であると思います。一番心配なことは、いくら建物を建てても誰が介護をしていくのか、という危機感を持っていますが、そういう意味でも子ども達が、意識が持てる 10 年 20 年先の福祉につながっていくので、地域を活かすことが大事であると考えます。</p>
<p>参加者 F</p>	<p>毎年地域の自治会と山梨県立大学との意見交換会を開催しています。穴切地区と池田地区の代表者 20 名くらいの方々と自治会活動等について行いますが、自治会が高齢化してお祭りやいろいろな事業を高齢者中心にやらなくてはならないため、何とか大学生の協力が得られないかと要請がありました。大学としても日常的に学生が地域にお世話になっているため、それをお返しするだけでなく、若い人たちが地域に入ってボランティア活動することで地域が活性化するので、自治会活動に若い人が入れるような仕組みが必要だと思います。</p>
<p>参加者 B</p>	<p>食生活の場面では、食生活改善推進員という方々が地域にいます。ボラ</p>

ンティアで地域の食生活について様々な活動を行っていますが、ボランティアのなり手が少なくなっているのが現状です。食生活改善推進員の組織化や取組に加わっていきこうという意識を持つことができるのかを考えるのですが、食生活改善推進員も高齢化してきています。高齢者の生きがいくりの1つに、食生活改善推進員の活動があってもいいのではないかと思います。

食生活改善推進員の方たちが食育活動をする時に、若い人たちみたいに媒体になるものをわかりやすく簡単に作成することができないので、フォローできるような組織を作るとともに、やることは同じなのでみんなで活用すればいいわけで、組織をどう活性化させていくかの取組も必要なのではないかと感じています。

今回、放談会の資料をいただいた時に医療費で一番多い疾病が腎不全であり、これは甲府市に限ったことではなく全国的に同じ傾向にあります。原因となっている高血圧や糖尿病の発症に対する予防が十分ではないという現状があります。エネルギーの過剰、塩分の過剰摂取、野菜摂取不足を改善していくために具体的にどういう活動をどういう組織を使って効果的な健康教育を取り組んでいくかということになり、若い人たちにも必要なことですが、実感がありません。関心を持つのは30代以上の人たちで、その人たちに対して中小企業に出向いて健康教育を行うとか、その時にどういう媒体を使うかなどを含めて、地域の中で重症化しない、発症を予防するなど意識を高めていくことが必要だと思います。

それと、外食の塩分濃度について調査したところ半分以上の方が濃いと思っっているという結果がでています。多くの人たちが外食の味が濃いと思っっていますが、経営者に聞いてみると味を薄くするとお客さんに味が薄いと言われる。そういうお客さんたちの声の方が大きいので、その方々に合わせて塩分が濃くなっていると思いますが、山梨県内では、お店で塩分が薄い料理が出せますとか、野菜が多い料理が出せるといったお店も増えています。地域で食べる時に塩分が薄いと、野菜が多いとか選べる環境づくりが必要だと思います。

参加者 A

教育の話ですが、看護学を学んでいる方のほうが社会づくりに対し、専門職として適しているのではないかと考えます。特に保健師さんのものの考え方は大事であり、医師は医療のことでほとんど費やされてしまう現状があるため、保健師さんを増員して社会づくりの教育を行うとともに、国家資格を取得している専門職の人をもっと活用すべきであると思います。

参加者 E

運動の話に特化しますが、来年4月より学習指導要領が改正となります。日本の学習指導要領は非常にうまくできているし、こんなに一生懸命努力してところはないと思います。10年に一度子ども達の問題を捉えながら新

しい国の教育方針を立てています。例えば保健体育を考えると幼児だと健康領域になり、遊びとなります。スポーツとはひとつも書いていない。新しい指導要領では、小学校低学年の体育は遊びにしました。ということは、水泳はやらなくていい。やっではいけないということです。クロールを覚えるのは、5、6年生以上で低学年では、水の特性に応じて体をうまくこなし遊んだりすることが大事であり、その延長上に効率のいい泳法としてクロールや平泳ぎがあって、はじめからクロールという活字を覚える必要はない。何が言いたいかというと、きちんと発達段階を捉えながらつくられている学校教育の中身と、実際、子ども達が学校以外の所で受けているスポーツとは全く違う。ここに大きな穴があると思っています。市内の園をみても、遊び代わりにスイミングへ行かせる、あるいは特定のスポーツの方に来て、教えてもらう。その行為を遊びとして考えているところがいっぱいあるわけで、ある意味間違っている。子どもに対しての運動のあり方そのものの認識が違っている。遊びというものは特に幼少期には大事になってくる。そこからいろんな運動が経験できて最終的には、さまざまな形態での運動の在り方も必要であろうと思います。

もう1つは、文部科学省がオリンピックを招致する前に調査した運動実施率と、スポーツ庁が同じ内容で誘致1年後に、調査した運動量の結果をみると低下していました。これは、世界で初めてのことであり、年齢別では高齢になるほど実施率が上昇していて、20代、30代の若い世代が低い。原因を見てみると、50代以降の世代では、面白くのめり込んで当たり前のように体を動かしている。それがシステム化されたスポーツに変化してすると、やらされているとか指導されているということになり、結局スポーツ場面で指導者がいないとやらないのは先進国で日本だけです。他の国ではしっかりとしたプログラムを作成しており、アメリカでも再構築を進めています。

また、遊び経験を通じ、子どもに面白くのめり込むよう伝える方々を、プレイリーダーと呼んでおり、今秋から甲府市や企業とコラボして取組をはじめますが、子ども達がそんな体験をいっぱいして、甲府市の運動実施率が段階的に上がるような仕組みをつくることも大切だと思っています。

参加者 D

地域ということで、私の自治会も高齢化してきており、やりたい人がいない状態が続いています。健康まつりなどは、昔から行っていますが、だんだん参加者が減少しています。自治会をうまく活性化していく、老人パワーをうまく活用するとともに地域食育連携事業などを活用していくことが大切だと思っています。また、山梨県内ではメンタル面でのストレスが多いのではないかと感じます。職場ではストレスチェックはあるが、さらにフォローする体制などができれば、みんなが健康的になれますし、また運動できる場所があれば、もう少しメンタル面によい効果が生まれると思いま

<p>参加者 C</p>	<p>す。閉鎖的空間にいるといい考えはでないですし、不登校児も多くなってクラスに 1 人は必ずいるような状況になってきている。このようなことを改善しなくてはならない。また、いじめの問題も幼稚園からあるので人間の在り方について学校と家庭を含め全体で考えていくことが必要ではないかと思います。</p> <p>子育てに関してですが、やはり効果があって楽しくないとダメだと思います。また、保健師さんを使ってカリキュラムみたいなものを作ってやることは、費用もかかるしハードルも高い。山梨大学は出前講座をしております、高校生の所へ行って講義をしていますが、肝臓がんの話をする目を輝かせて聞いていて、おわりに、病気に対する説明をして家にこういう人がいた場合は健診を勧めるように話をしています。</p> <p>おそらく、中学生には中学生向きの話ができるのではないかと、小学生には小学生向きの話ができると思います。ですから医師を使ってそれぞれの学年にあった話をして、持ちこし効果を狙ったすぐにはできる取組ではないかと思います。</p>
<p>市長</p>	<p>地域を申しあげますと、高齢化がすべてのものに関わってきます。例えば食生活改善推進員の方に聞いた話ですが、すぐに会長がまわってくるなどと話しており、若い方に会長をお願いしても忙しくしていて、それでも地区ごとの先輩お母さんたちが丁寧な説明をして加入促進をしていると思います。</p> <p>地域ごとに温度差があるかもしれませんが保健計画推進協議会があります。すべての団体に入っている中で健康問題について話し合いや事業に取り組んでいただいています。</p> <p>また、春と秋には健康まつりなど実施しておりますが、保健師さんたちが地区ごとに高齢化率をお示しする、また、子どものことや死亡原因など示していきたい部分もありますので、きちんと継続して行き、高齢化が進んでいますが若い方に繋いでいけるような環境づくりに努めたいと思っています。</p> <p>先ほど、Eさんがおっしゃっていましたが、私たちの子どもの頃は環境が整っていなくても楽しめました。残念ながら今の子どもに、そういう環境を提供してない部分もありますが、全国の自治体の中で推奨、実践するところも増えてきていますので、市でも進めていこうと考えているところでもあります。</p> <p>また、地区単位に運動会を実施していただいています、年々参加者が減少しているのかなと感じています。市民体育大会も参加者より、応援する方が多いようにも感じますが、どのように継続して盛り上げていくのかが大きな課題であると思います。</p>

<p>健康衛生課長</p>	<p>1つ前のテーマでお話いただいた、山梨学院大学の県民健康講座を行われているが、広報の仕方をうまくというお話がありましたが、まさにいい講座を企画しても、いい資料をつくってもそれに参加していただかないと意味がないので、行政としても全ての主体と連携を図り参加率を高めていきたいと思っています。</p> <p>企業等については2~3年に1度、工業団地や中小企業等を回らしていただいています。大切な健康問題でありますから、行く先々で企業の取組についてもお聞きかせいただく必要がありますので、検討を進めたいと思います。</p> <p>次に甲府市における市民の健康づくりに向けた取組について、何かご意見はありますか。</p>
<p>参加者 E</p>	<p>私は甲府市に対して3つの提言を行いたいと思います。1つ目は、日本一健やかな子どもを育てる街・甲府です。行政も本日の福祉健康、教育分野のほかに産業や観光など全ての分野をトータルとして考えることにより、移住定住人口を増やしていかなければならないと思います。甲府は首都圏から見ると、間違いなく地の利はあると思いますので、幼稚園や小学校に豊かな心が育てるよう情報発信をしっかりと行うことが大切だと思います。また、私が最近懸念しているのは、子育て世代の方の中で、子育てが面倒くさいと考えている方が増えていることです。お父さん方の中には、平日仕事をしているのに何故土日に子どもと遊ばなければならないのかと考えている人が多く、また、お酒を飲みたいと言うお母さん方のために保育士を雇用している居酒屋があるので、子育ての楽しさや生きがいを発信する取組を行うことが大切だと思います。2つ目は、週末に家族みんなが元気になれる街・甲府です。例えば、北口のよっちゃばれ広場の空いている時間を利用して親子遊びを行い、体を動かすことでお腹が減るため、甲州夢小路で食事とワインを楽しみ、疲れた体を癒すため温泉に浸かって休養するといった、運動、食事、休養の生活習慣の良い連鎖を体験し、家族みんなが元気になれる取組を市民はもとより、県外にも発信することが大切だと思います。3つ目は、ここに人が住める街・甲府です。市民が音楽・美術・文学・レクレーションに浸ることができる仕組みを作ることが大切だと思います。先ほど市長さんが、子どもの頃には思い切り遊んだと話していましたが、私たちが子どもの頃感じたのは、まさに心が震える、共感する、ほっとするといった情緒的な経験ですので、このような経験を味わえる取組を行うことは、地域コミュニケーション能力を取り戻すことにも繋がると思います。</p>
<p>参加者 F</p>	<p>県内の高校生の約7割の方が、将来は山梨県に戻りたいと話しているこ</p>

<p>参加者 A</p>	<p>とから、山梨県は住みやすいのだと思います。また、彼らの最大の関心事は、自分の進学・進路ではなく、映画や音楽などの文化です。若者が元気であれば、みんなが元気になれるので、若者が映画や音楽に浸れる場の提供を行うことが大切だと思います。また、山梨県は日照時間や家族と夕食を摂る時間の長さが日本一であること、日本で標高が高い山の上位3位までが山梨県にあるため、健康を取り巻く環境がとても良いこと、災害も少なく安心して暮らせるため、安定した環境であることを積極的に発信していくことが大切だと思います。</p> <p>市内で一日過ごせる場所や子どもを連れて行ける場所が少なくなっていると思いますので、若者が音楽を奏でたり、子どもが自由に遊べる空間を創ることが大切であり、それが文化を醸成すると思います。また、現在は、インターネットをうまく活用できれば人は来てくれるので、活用方法を検討することが大切だと思います。</p>
<p>参加者 B</p>	<p>特定健診の受診率が低いことが問題だと思います。早期発見、早期治療を行うに当たって、受診率を上げることが甲府市にとって大きな課題だと思いますが、国のホームページで特定健診の受診率が高い自治会の取組を紹介していますので、参考にさせていただきたいと思います。また、30代～50代の方の受診率が低いのは、忙しいことが理由として挙げられているため、スーパーなど日常足を運ぶ場所で、血圧や血糖測定ができる環境を整備することが必要だと思います。</p> <p>また、高齢者の低栄養について、本人が自覚せずに放置した結果、寝たきりや死に至るケースが多いため、低栄養はハイリスクであることを保健師さんが訪問などを通じて周知したり、腎不全による医療費の抑制を図るため、eGFR検査費用の助成を行うなど、健診は受けなければならないという認識を持ってもらうために様々な取組を行っていただきたいと思います。最後に、先ほどDさんも話された肥満についてですが、特に高校生の肥満率が高く、高校生の肥満は成人病に直結するので、市として何か対策を検討していただきたいと思います。</p>
<p>参加者 D</p>	<p>市民の健康づくりという点では、認知症対策や生きがい対策が重要ですので、糖尿病などの疾患を予防しないと認知症になりやすいことをしっかりと啓発していかなければならないと思います。また、生活習慣病の予防は小児から行わなければなりませんし、そうすることによって、将来的な医療費の削減に繋がります。先ほど特定健診の受診率が低いという意見がありましたが、自己負担や検査項目を見直すなどして、受診率を上げる取組が必要だと思います。</p>

参加者 C	<p>甲府市の特定健診の受診率が低いのは、特定健診より精度の高い人間ドックに行く方が多いことも理由にあると思います。また、昨年5月の70歳から74歳の方の受診件数は12,000件であり、50歳から54歳の方は2,000件であるため、高齢になると受診件数が6倍に増えています。</p> <p>また、癌の手術においては、半数以上の方が70歳以上であり、検診を受けていない方が多いため、癌が進行した状態での手術となり、結果として、医療費が増大することになります。従って、甲府市としても特定健診の検査項目の中に発症頻度が高い悪性腫瘍を入れるなど独自の検診を行うことにより、疾病の早期発見、早期治療が可能になり、医療費の抑制に繋がるため、高齢者の方々への啓発が必要だと思います。</p>
参加者 A	<p>健診の受診率を上げるためには、夕方まで健診が受けられるような場所を設けることも必要だと思いますし、健康に対する教育をしっかりと行わなければならないと思います。</p>
参加者 F	<p>かかりつけの医師や薬剤師、看護師などを設定する制度を創設してはいかがでしょうか。</p>
参加者 D	<p>内科の疾患で見ても循環器や消化器など多岐に渡っていて、それぞれ専門性が違うのでかかりつけ医の選択が難しいと思いますが、総合医のように様々な疾病を診察できる方が、医師や薬局の垣根を越えて紹介できるようなシステムは必要だと思います。</p>
参加者 F	<p>認知症700万人、糖尿病1,000万人時代と言われておりますが、私の知り合いの研究者で、プレシジョン・メディシンで癌は治ると言っている方がいます。その方によると、癌は遺伝子の異常で発症するため、医師が各自の遺伝子情報を把握し、その状態に合った薬を処方すれば、必ず治るとのことですが、これについて、皆様のご意見を伺いたいと思います。</p>
参加者 C	<p>国が基幹病院を決めて、この取組を始めようとしていますが、遺伝子情報が管理され、遺伝子疾患が含まれることとなりますので、倫理問題が大きな課題であり、日本では対応が遅れています。</p>
参加者 A	<p>健康は、個人の責任であり、個人のものですので、遺伝子情報を研究することは問題ないと思いますが、遺伝子情報を外部に持ち出すことができるようになるのは、当分先の話だと思います。</p>
市長	<p>本市の強みは地域と行政が近いことですので、地区の担当保健師や管理栄養士が地区に出向き、地区組織と協働した健康教室や親子料理教室など</p>

	<p>を開催したり、若年層を対象とした血管年齢測定やストレスチェックなどを開催していますが、さらに周知を行うとともに認知症対策のメニューが出来ましたので、各地区の皆さんと連携して取り組んでいきたいと思えます。このようにポピュレーションアプローチとして様々な事業を実施していますが、Bさんがおっしゃられた健診の受診率を上げる取組についても、先進都市の事例を参考に取り組んでいきたいと思えます。また、Eさんがおっしゃられた3つの提言についても、甲府の強みや特性を市外に発信できるように取り組んでいきたいと思えます。</p>
健康衛生課長	<p>続きまして、これまでいただいたご意見をもとに、健康都市を目指した健康施策の提言について、ご意見をいただきたいと思えます。</p>
参加者 B	<p>食生活に無関心な方に関心を持ってもらうため、大学生や食生活改善推進員などの地域の力を借りて、自分自身の食生活から健康づくりを行ってもらう取組が大切だと思えます。</p>
参加者 D	<p>食生活について、お母さん方の中にはご主人や子どもに食べたいものを聞いてから、料理を作る方が多いですが、これを行うと、嫌いなものを作らないことになるため、偏食を助長することになります。また、山梨の方は塩分を多く摂取するため高血圧や脳卒中のリスクが高くなることから、食生活のバランスを考えることが大切だと思えます。</p>
参加者 C	<p>私が山梨に来た頃、県民の皆さんが漬物に醤油をかけて食べていることに驚きました。このように塩分を多く摂取している方が子どもを育てる訳ですから、その子どもも次の世代も塩分過多になるので、この連鎖をどこかで打ち切らなければならないと思えます。また、専門家が小中高校生に検診の大切さを教えることが大切です。そうすることによって、子ども達が家に帰って、お爺さんやお婆さんに健診に行くように言うことにより、孫に言われたから健診に行くという方が増えることから、子ども自身の教育にも繋がると思えます。</p>
参加者 E	<p>子どもについては、面白くのめり込んで体を動かすことが、将来にわたって生活習慣の改善に繋がると思えますが、遊びを充足するための条件として、時間、空間、仲間の3つの間が大変重要です。自由に遊べる空間として、ロンドンでは道路に子どもが自由に遊べるプレイゾーンを設けています。日本では、子どもは道路で遊んではいけないという全く逆の発想で子ども達に教育していますが、甲府市でも朝スクールゾーンを設けて車の通行を抑制しているように、夕方方の一定時間にプレイゾーンを設けて、子ども達が自由に遊べる空間を設けてみてはいかがでしょうか。次に、公園</p>

	<p>での禁止事項が多すぎると思います。これは、近隣の大人の方からの苦情で禁止事項を設けていると思いますが、本当の大人であれば、子ども達の遊び声やキャッチボールの音を聞けば、元気をもらうはずですので、子どもの問題ですが、大人の認識を変えなければ子どもは元気にならないと思います。次に、子どもに遊びを伝えるプレイリーダーの養成が必要だと思います。遊びは教えられるものではなく、指導した時から遊びではなくなってしまう。プレイリーダーという言葉はドイツが発祥で、日本では世田谷区で取り組まれています。また、イギリスではプレイワーカーと呼ばれ職業化されていますし、オーストラリアではプレイデリバラーと呼ばれています。このようにスポーツ指導者とは別に子ども達の遊びを保証し、遊びが充足したら、少しずつ身を引くといった、子ども達に遊びを伝える大人の養成が必要であり、放課後児童クラブや学童保育の指導者の方々をプレイリーダーとして養成するといった動きもありますが、甲府市でもプレイリーダーの養成や雇用を検討していただきたいと思います。</p>
参加者 F	<p>平均寿命から健康寿命を引いた不健康寿命を縮小する取組が必要だと思います。そのためには、生きがいを学んだり、社会人の学び直しの推進など、大人が変われば子どもも変わるため、生涯学習の充足が必要ですが、多くの方は医療や介護などの知識が足りないので、専門家の話を聞く機会を増やすなどの取組を行うことも必要だと思います。</p>
参加者 A	<p>人間は生物ですから、歩かなければ健康を維持することは出来ませんので、地区ごとに誰でも気軽に歩ける場の設置が必要だと思います。次に文化を大切にすることが重要です。大学は地域と密着しなければ生き残れない時代になっていますので、生きがいの創設に当たって、大学との連携も可能だと思います。また、健康や社会との繋がりについて、子どもから高齢者に至る全ての人に対して、教育を行うことが大切だと思います。</p>
市長	<p>本市は第六次甲府市総合計画の2年次に入っており、市民の主体的な健康づくりを支援するため、様々な関係団体と連携して取組を行っています。</p> <p>また、2年後には、こうふ開府500年や市政施行130年を迎えるとともに、中核市への移行を目指しています。中核市への移行については、保健所の設置が大きな課題となりますが、これを機会と捉えて、(仮称)甲府市総合健康支援センターを立ち上げ、医療や福祉など様々な関係者の方々と連携を密にして、健康都市を目指していきたいと思います。そのためには、行政の果たす役割が今まで以上に重要になるため、専門職を配置し機能強化を図るとともに質の高い保健サービスを提供し、市民の皆さんの健康増進を図っていきたいと思います。また、健康診断に行かない方々のためにデータの分析、作成を行い、わかりやすい情報を提供して、当事</p>

健康衛生課長	<p>者としての意識を持ってもらうことで、受診率の向上に繋げていきたいと思いをします。</p> <p>先ほど、Eさんがおっしゃられた、子どもの頃から健康の大切さを教えることが重要であり、3つの間を取り入れた施策を行っていききたいと思いますし、高齢者の介護や認知症予防についても、これまで以上に各地区と連携して大勢の方が参加していただけるよう取り組むとともに血糖値の簡易測定事業についても、定例化を図っていききたいと思います。</p> <p>貴重なご意見をいただき、ありがとうございました。予定していた時間となりましたので、意見交換会を終了させていただきます。</p>
まとめ	
市長	<p>本日は、長時間にわたり、貴重なご意見をいただき、ありがとうございました。ヘルスプロモーションの概念に基づき、子どもの頃から健康についての意識の醸成や健康教育に力を入れていくこと、文化・生きがいつくり、子どもが元気に遊び、高齢者が安心して歩けるまちづくりなどの重要性を改めて感じましたし、少子高齢社会においても、シルバーパワーや地域パワーを活用し、市民一人一人が生き生きと暮らせるまちづくりを進めていきたいと思いをします。また、Cさんもおっしゃられましたが、これだけの方が出席していただいておりますので、市民の皆さんに周知すべく放談会の要旨を公表し、本日傍聴している担当職員の皆さんも本日の提言や課題をしっかりと検証していただきたいと思いをします。</p> <p>今年度は、健康長寿のまちづくりをテーマにあと2回放談会を開催する予定ですが、本日皆様からいただきました貴重なご意見は、しっかりと受け止め、市政に反映させていきたいと思いをします。</p> <p>最後に、皆様から貴重なご意見をいただきましたことに重ねて御礼申し上げます。私の挨拶にかえさせていただきます。</p> <p>本日はありがとうございました。</p>