

## 第4回「健康長寿のまち・京都市民会議」総会 摘録

### 1 開催日時及び場所

令和元年7月22日（月） 午後2時から午後3時  
ANA クラウンプラザホテル京都「平安の間」

### 2 報告事項

#### (1) 「健康長寿のまち・京都いきいきポイント」について

事務局から資料14～18ページに沿って、平成30年度の実施結果及び令和元年度の実施内容等について報告。

- ・ 30年度のプレゼント応募件数は年間合計で8,054件であった。29年度は3,647件であったため、2倍以上上回る結果となった。
- ・ また、アンケート結果より、89%の方が本事業をきっかけに行動変容（健康への意識付け）があったと回答しており、本事業の一定の成果がみられた。
- ・ 今年度については、市民会議を始め関係機関等の御意見等を基に、実施内容を改善・充実し、4月よりポイント手帳の配布を開始している。引き続き、本事業への御理解と御協力をお願いしたい。

#### (2) 「健康長寿のまち・京都いきいきアワード」について

事務局から資料19～21ページに沿って、実施概要等について報告。

- ・ 今年度は「いきいきアワード2019」として、昨年同様に市域での自主的・主体的な健康寿命の延伸に向けた健康づくり活動を表彰する。
- ・ 募集期間は、令和元年7月3日（水）から8月21日（水）までとし、その後、表彰専門部会による選考、理事会による被表彰者の決定を行い、11月の「いきいきフェスタ」内で表彰式を実施する予定。
- ・ 今年度についても、ぜひ、お声がけいただき、御応募いただきたい。

#### 報告（京都市健康づくりサポーター）

第1回目となる「いきいきアワード2018」において、団体として大賞をいただいた。

各区それぞれで活動を行っているが、サポーター活動を行っている全員が非常に喜んでおり、この表彰が私たちの活動の大きなステップとなり、今後の活動により一層の働きかけができるようなことになったので、報告させていただく。ありがとうございました。

#### (3) 平成30年度における市民会議各団体の取組実績と令和元年度の取組予定

各団体から事務局へ御回答いただいた取組を資料22～47ページのとおりまとめた。これらについて、各団体で情報共有を図った。また、以下の団体からは挙手のうえ、団体の取組等を御説明いただいた。

## ア (一財) 京都工場保健会

「京都工場保健会」は、労働衛生機関として、健康診断及び人間ドックをはじめとして予防健診事業を近畿2府4県で活動しており、年間で約50万名様を超える御受診をいただいている。今後も健康診断を中心に、より質の高い健康管理サービスを提供することにより、活力のある地域社会に貢献してまいりたい。本日紹介させていただくのは、資料22ページの「京都キレイフェスタ(1-4項)」。このイベントは当初平成18年から受診者を対象に実施していたが、4年ほど前から京都市民を対象を拡大し、健康意識を高めること、健康診断の重要性について発信すること、健康寿命の延伸を目的に毎年実施している。更に3年前からはイベントと同時に健康診断を行っている。当初619名の受診者数であったのが、2年目については701名、昨年度につきましては1,035名ということで、1日で千名を超える御受診をいただいた。健康診断の対象者は、特に主婦層の方々に御案内をさせていただき、さすがに健診だけではなかなか来場いただけないので、まずは健診自体に付加価値を設けようということで特定健診に加え、乳がん検診、子宮がん検診等々も同時に受診できる体制を整えた。また、健診会場には託児設備を設け、気軽に健診いただける環境を整えた。併せて特定保健指導や個別の健康指導等々にもお応えできる体制を整えた。健診以外でも健康イベントとして、特に女性層の方々に好評であった、血管年齢測定、骨健康度測定、ヨガ教室、運動教室といった体験できるブース、また、女性が興味のあるメイク、肌チェック、ハンドマッサージ等々の「癒し」に関連するブースを設置し、お子様にも楽しんでいただけるようキッズコーナー、ワークショップ、更に昨年からは、大学とも連携し、大学生が中心となってお子様に楽しんでいただけるような学びや体験のブースも設置することにより、産官学が一体となって盛大に展開している。今年度についても、令和2年1月18日(土)に「みやこめっせ」で開催を予定している。是非、このイベントに御賛同いただき、一緒にイベントを盛り上げていただけるとありがたい。

## イ (公財) 京都市スポーツ協会

これまで「京都市体育協会」という名称であったが、平成31年4月1日から、「京都市スポーツ協会」として、京都市民のスポーツを更に普及振興させていこうということで進めている。資料24ページの1-27~1-30項に記載のとおり、スポーツフェスタやウォーキングイベントなど各種の取組を進めている。長寿社会を迎えた今日、健康でいきいきと年を重ねていく、これが大切であり、健康づくりには適度な運動が不可欠と考えている。それぞれのライフステージに応じて、それぞれが楽しめるスポーツが求められている。スポーツ協会では、京都市のスポーツ施設の約半分以上を管理しており、各施設の利用や各施設で開催しているスポーツ教室などを通じて、生涯スポーツとして、子どもから高齢者の方まで、それぞれのステージに応じたスポーツが楽しめるよう、健康づくりのお手伝いをさせていただいている。例えば、資料にも記載しているウォーキングイベントは大変人気があり、60歳以上の方の参加が6割以上ということで、いつも抽選で参加者を選んでいる状況である。また、地域体育館で

は、フラダンスやヨガ、健康ストレッチなど、それぞれ自分のペースで健康づくりをされている。地域でもいろいろと熱心な取組が実施されており、当会としても、今後とも「健康」をキーワードに関係団体と連携し取組を進めたいと考えている。また、別紙で「ダッシュ」という毎月発行しているスポーツ情報誌を参考にお配りしている。「ダッシュ」は、スポーツ情報やイベント情報などを掲載しており、区役所や地下駅、図書館等で配架している。何か自分に合った健康づくりのヒントが見つかるのではないかと考えている。また、来月、わかさスタジアム（西京極総合運動公園内）で、プロ野球のオリックス対ソフトバンク戦があり、そのチケットプレゼントもあるので、来月号も是非、御覧いただきたい。

## ウ （公社）京都府栄養士会

栄養士会では、栄養改善、健康づくり及び生活習慣病予防に資する事業として、平成 30 年度も府民・市民を対象とする生涯を通じた食育の推進と生活習慣病予防及び介護予防等に関する普及活動を目的に、関係機関・団体との連携による共催事業及び協力事業を実施させていただいた。資料 P27, 28 に 30 年度の取組実績を記載している。

「電話による栄養相談（1-71 項）」は、通年の事業として、毎週火曜日午後 1 時～5 時まで実施している。一般の方だけでなく介護福祉関係のケアマネジャーなどからも相談をいただいている。「いきいき健康フェア（1-72 項）」については、平成 15 年より食育事業の一環として開催させていただいている。30 年度は「食べることを好きになろう！～みんなおいでよ！親子でたのしもう！」をテーマに、就学前の幼児や保護者の方と一緒に食育事業として開催させていただいた。「くらしと健康展（1-73 項）」は医師会様をはじめ、様々な関係団体と取り組ませていただいております、当会としては、食生活のコーナーにおいて、毎年、栄養相談やパネル表示などを行っている。「健康づくり提唱のつどい（1-74 項）」は、昨年、第 38 回を迎えた。会場を 2 会場（北部地区、中部・南部地区）として、「元気に輝くために♪老いと健康を考える」をテーマに講演会を実施したところ、多数の来場者を迎えることができた。「栄養成分表示普及店推進（1-75 項）」については、平成 27 年 4 月 1 日に食品表示法が施行され、加工食品に栄養成分表示が義務付けられた。令和 2 年 3 月 31 日までに新たな制度に基づく表示に切り替える必要があることから食品加工業者から相談依頼があれば基本 5 項目について、日本食品標準成分表等から食品の栄養成分値を算定している。現在 6 社から依頼があり、9 回程度実施させていただいている。その他、各種イベントにおいて食事診断などをさせていただいている。「京都やんちゃフェスタ（1-77 項）」においても、「めざせ！箸の達人」ということで、お箸の体験等でイベントに参加させていただいた。令和元年度については、資料 P40, 41 に記載のとおり、昨年度と同様に今年度も様々な事業に取り組む。特に「健康づくり提唱のつどい」は 39 回目を迎え、令和 2 年 2 月 22 日（土）と 3 月 15 日（日）に、「高齢者、認知症と嚥下」をテーマに講演会を予定している。今後ともよろしくお願ひしたい。

## エ 京都大学健康科学センター

京都は大学のまち、大学発の健康増進の取組ということで「ヘルシーキャンパス」の取組を進めている。別紙で「京都大学ヘルシーキャンパス通信」をお配りしているが、京大で平成 29 年から大学から健康文化を発信していこう、あるいは新しい取組を紹介してエビデンスも作っていこうといった取組をスタートしている。昨年度は主に「ヘルシーキャンパスプロモーター」ということで、学生に健康増進の強みを知っていただき、一緒に活動を広げるというプロモーター活動を始めた。また、「ヘルシーキャンパス京都ネットワーク」ということで、市内には 30 数大学があるので、それらの大学にお声掛けし、だんだんと枠組みを広げている。また、「ウォーキングチャレンジ」という取組を実施しており、昨年度は 11 月の一箇月間、毎日 8,000 歩を目標に、もし二千人以上が達成できたら、月までたどり着けるということで“Walk to the moon”として実施した。初年度は京大単独で実施していたが、昨年度は、市内 7 大学に広がり、1,130 名の方に参加していただいた。ウォーキングチャレンジは今年度も 11 月に開催を予定しており、大学の誰かと一緒にチーム参加できるので、是非、この機会に参加いただきたい。京都市の「いきいきアプリ」とも連携しており、いずれは、大学に関係なくとも京都市民のみんなと一緒に「ウォーキングチャレンジ」の月間を設けるとか、そんな取組に広げていきたいと考えている。ポイント手帳のカレンダー下部に広告欄があるが、11 月の広告欄に「ウォーキング月間」みたいな形で記載いただくなど、そういった連携を図れるとありがたい。京都工場保健会様の取組も大学としても連携させていただきたいと思いながら聞かせていただいた。「夏休み子ども健康デー」という取組も数年前からスタートしており、大学に来て少し勉強してみるといった機会を作ろうといった取組で、今年度は 8 月 1 日（木）に主に小学生を対象に、救命処置を学んだり、血圧測定や健康診断を体験できる。

## 3 議事内容

### (1) 健康づくりに関する分かりやすい目標の設定及びアンケート調査の実施について

事務局から、資料 48, 49 ページに沿って、趣旨及び実施内容等について説明。

- ・ 「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」において、「市民の皆様健康づくりの取組状況を経年でアンケート調査し、結果を踏まえて市民会議等において、具体的な取組目標等を設定するなど市民ぐるみの健康づくりを推進します。」としていることから、この間、「伝え方検討部会」や「京都市民健康づくり推進会議」、「市民会議理事会」において、市民向けリーフレット、健康づくりに関する分かりやすい目標、アンケート調査の内容について御議論いただいた。
- ・ これまでの御議論を踏まえ修正したものを本日の資料として配布させていただいているので、こちらについて御意見等賜りたい。
- ・ また、アンケート調査については、2 年に 1 回、15 歳以上の市民 5,000 人（無作為抽出）を対象に経年で実施することを想定している。アンケート票（案）を作成したので、併せて御意見等をお願いしたい。

※ リーフレット（案）及びアンケート票（案）については、別添参照

以下の意見等を踏まえ、一同了承。

**【主な質疑応答】**

質問： アンケートは2年に1回実施するとのことだが、集計結果の発表はどういった形で行うのか。

回答： 市民会議や健康づくり推進会議で状況を報告させていただく。

**4 その他**

・ **ワールドマスターズゲームズ 2021 関西及びラジオ体操・みんなの体操会について**  
(京都市文化市民局市民スポーツ振興室)

2021年5月14日(金)から5月30日(日)の17日間、概ね30歳以上であれば、予選もなく誰でも参加できる世界最大級のスポーツ祭「ワールドマスターズゲームズ 2021 関西」が、13府・県・政令市の関西の全域で開催される。エントリーは来年2月からスタートする予定で、インターネットからの申込が可能。国内在住の方であれば、参加料1万5千円で5種目までエントリーできる。京都市では初日となる5月14日、岡崎エリア一帯(左京区)で「はじまりは京都から～スポーツで健康に、人生を楽しもう～」をキャッチコピーに開会式を行う。バトミントン、スカッシュ、空手道、陸上競技の4つの公式競技に加え、大会の機運を盛り上げることを目的に、オープン競技としてペタンクとダブルダッチを行う。本大会を通じて、「見るスポーツ」から「するスポーツ」へ、市民の皆様のライフスタイルの中に健康なスポーツ文化が根付き、生涯に渡って健康で生きがいに満ち、充実できるような「健康長寿のまち・京都」の推進につなげてまいりたい。また、本大会の開催機運の盛り上げの一つとして、健康な方なら誰でも手軽に実施できる体操「ラジオ体操・みんなの体操会」を公開生放送で来月8月31日(土)朝6時から、岡崎公園でNHK等と連携して実施する。「健康長寿のまち・京都」の実現に向けた取組のひとつとして、ひとりでも多くの方に御参加いただきたいので、御協力のほど、よろしく願いしたい。

・ **国際博物館会議 (ICOM) 京都大会及び関連イベントについて**  
(京都市教育委員会生涯学習部)

国際博物館会議 (ICOM) は、世界約140の国と地域の様々な分野から4万人以上の専門家が会員となっている国際的な組織である。3年に一度、世界大会を開いており、今年9月に日本で初めて開催される大会が京都大会となる。期間は9月1日(日)～7日(土)までで、メイン会場は国立京都国際会館、幅広い専門家が約3,500名お集まりになる予定。ICOMについては、博物館関係者はもとより、経済界、観光関連団体や芸術の関連団体にも協力いただきながら、魅力ある大会になるよう、オール京都体制で準備を進めている。その取組の一環として、今年7月13日(土)より、「夏の京都のミュージアム「トクベツ」に会いに行こう！」ということで、イベントを展開している。各館、それぞれ休館日の会館や時間の延長はもとより、館内のミニガイドツアーや体験企画、通常非公開のエリアの公開、秘蔵品などの特別展示などを実施する予定。また、ICOMに関連して他の団体のイベントとも共催をしながら進めてい

きたいと考えている。例年「関西文化の日プラス」というイベントがあり、通常は11月に近畿圏の博物館や美術館などにおいて入館料無料で、650施設約52万人の来場があるが、今年はI COMと連携して9月にも開催する予定。いきいきポイントの取組も含めて、I COM世界大会を盛り上げ、連携して取り組みたい。今回のI COM世界大会を契機に、博物館に市民の皆様が更に親しんでいただけるような取組を進めてまいるので、今後とも御協力をお願いしたい。

以上。