

平成29年度京都市民健康づくり推進会議 摘録

1 開催日時

平成30年3月19日（月）午後1時15分～午後2時45分

2 開催場所

御所西 京都平安ホテル1階「平安の間」

3 出席者

京都大学大学院医学研究科 教授	中山 健夫
京都府立医科大学大学院医学研究科 准教授	栗山 長門
市民委員	駒井 一正
市民委員	福井 登志江
京都市体育振興会連合会	保田 篤司
京都市地域女性連合会	加藤 アイ
京都市PTA連絡協議会	板野 美由紀
京都市保健協議会連合会	堺 紀恵子
すこやかクラブ京都（（一社）京都市老人クラブ連合会）	藤中 良二
（公社）京都市保育園連盟	嶋本 弘文
京都府私立中学高等学校連合会	室 保次
京都大学 環境安全保健機構 健康管理部門 健康科学センター	石見 拓
京都労働者福祉協議会	山内 裕子
（一財）京都工場保健会	井上 崇
（独法）労働者健康安全機構 京都産業保健総合支援センター	為井 克昌
（一社）京都府歯科医師会	岸本 知弘
（一社）京都府薬剤師会	茂籠 哲
（公社）京都府栄養士会	岸部 公子
（公社）京都府歯科衛生士会	白波瀬 由香里
（特非）日本健康運動指導士会京都府支部	一島 康樹
健康保険組合連合会京都連合会	新谷 元司
全国健康保険協会京都支部	布澤 良則
（株）京都放送	湯浅 勝
京都市保健所	松村 貴代
京都市衛生環境研究所	斉藤 泰樹

事務局	健康長寿のまち・京都推進担当局長	別府 正広
	医務担当局長	谷口 隆司
	健康長寿のまち・京都推進室長	原田 孝始
	保健担当部長	吉山 真紀子
	健康長寿企画課長	塩山 晃弘

4 摘録

【開会の挨拶】 健康長寿のまち・京都推進担当局長

【報告】各構成団体の取組（議事進行は議長）

○ 健康科学センター

今年度から資料5の13ページの37番にある「ヘルシーキャンパスの取組み」を立ち上げて強化を始めた。「ヘルシーキャンパス」という言葉を使って、大学から健康増進の取組を積極的に発信していこうという趣旨である。

ヘルシーキャンパス宣言として、以下の3つのことを宣言した。1つ目は大学のポリシーの中に「健康」という言葉が1つも入っていないため、大学自体が健康というものを意識していくため、「健康は大学に限らず全ての社会の礎になる」ということを発信してもらうことが重要であると考え、京都大学総長に発信してもらった。

2つ目に大学は知の拠点であるため、健康づくりを率先して行い、それを研究として情報発信していく。

3つ目に大学は地域社会の核となるコミュニティの1つでもあるので、健康を大学から考えて、健康を大切にす文化を社会全体へ発信していく。

具体的な取組として、身体的な健康の取組である「フィジカル」と心の健康の取組である「マインド」と「栄養」の3つを掲げている。

「フィジカル」では、ウォーキングイベントを行ったり、それに関連させて健康づくりのラボを作って、歩き方講座を行ったり、栄養指導も行った。

「マインド」では落語を通じて健康を考えるイベントを実施した。

大学には様々な才能を持った人がいるので、その才能と健康とを組み合わせた取組など、色々な新しい取組を行っていききたい。

京都市は市内に多くの大学があるので、「ヘルシーキャンパス」の運動のネットワークを作って、広げていこうと準備を進めている。大学が京都市にとって、健康づくりの発信拠点になるということで、一緒に盛り上げていければと思う。

○ 京都市地域女性連合会

京都市地域女性連合会は学習団体であるため、政治や歴史、人権等について学習しているが、健康の取組としては、市民スポーツフェスティバルの前座で各学区代表による演舞をしている。

結核予防として、女性新聞に結核に関する記事を書いているほか、市民検診の受診を奨励している。また、結核予防啓発のため、京都駅前において啓発活動をしている。

骨を守る会では、女性新聞に健康に関する記事を書いている。

市民スクール21として、各学区が年に5～10回の講演や健康体操、料理教室をしている。

健康ガイドでは、医師に依頼して毎月健康に関する記事を執筆してもらっている。

以上のような取組はこれまで各学区で行っていたものだが、平成30年には一度、全学区合同で健康体操を習い、その後各学区で同じ体操を年間通じて実施してもらおうようにしている。

○ 議長

市民スポーツフェスティバルの演舞では、何をするのか。

○ 京都市地域女性連合会

ジャズダンスのようなものを踊る。以前は毎年異なる演目を踊っていたが、最近は同じ演目を踊っている。

○ **（一社）京都府栄養士会**

昨年から8月4日を「栄養の日」として制定したが、今年から京都でも栄養の日に事業を始め、全国に展開していこうと思っている。現在、栄養について大きな問題となっていることは、高齢者の低栄養と若い女性の低栄養と肥満であるが、これを今年度のテーマとして話を進めていきたいと考えている。8月4日前後に事業が追加されることを御報告したい。

○ **市民公募委員**

右京区で健康づくりサポーターとして活動しており、現在ではサンサ健康広場の活動を月曜日から金曜日まで週に6回行い、裾野が広がるように活動している。

南太秦健康長寿の取組では、1ヶ月に2度ふれあいモーニングカフェを行っている。人数があまり多くないこともあり、平成29年度は10回だけになったが、専門家を呼んだり、ゲームをしているので、少しでも多くの人に参加してほしいと思う。最近では3月11日に津軽三味線演奏があった。チラシの回覧だけでなく、掲示板にも貼るようにしている。ふれあいサンデーモーニングでは、100円で食パンと卵とコーヒーかオレンジジュースを提供している。財政的に難しく、色々と補助をいただき、家に閉じこもるのではなく、みんなと一緒に朝食を取ろうという活動をしている。

○ **議長**

場所はどこになるのか。

○ **市民公募委員**

学校の会議室を提供してもらっている。参加しているのは、概ね高齢者であるが、小学生が参加することもある。

○ **健康科学センター**

どのくらいの範囲に集中して、毎回どのくらいの人に来て、そのうち新しく来る人がどのくらいなのか伺いたい。また、新しい人に来てもらうためにどのような工夫をしているのか。

○ **市民公募委員**

50名限定で行っているが、実際に数えると80名近く参加している時もある。配布したチラシには、1ヶ月毎の予定が記載されているが、それ以外はモーニングカフェだけになる。時間は8時半から11時までになる。

○ **（一社）京都府薬剤師会**

薬剤師会には薬事情報センターがあり、資料5の17ページの72番にある「電話によるお薬相談」で年間1,000件を超える相談がある。

2年前に厚生労働省で薬局ビジョンが制定され、既存の薬局を活用して地域住民の意識を高めていこうということになった。薬局ビジョンの構想では健康サポート薬局というものを位置づけており、地域包括ケアシステムにおける、あるべき薬局の姿を示し、2035年までに全ての薬局を健康サポート薬局にしていこうというのが厚生労働省の構想である。健康サポート薬局を日常生活圏域に1つずつ作っていくことが国の方針となっている。京都市の場合は、日常生活圏域が76ある。主に中学校区程度に一つの日常生活圏域が設定されている。しかし、現在、健康サポート薬局となっているのは6つしかない。今後、76の生活圏域に1つずつ健康サポート薬局を作っていきたいと考えている。

健康サポート薬局では、患者や来訪者の方々に薬の相談や管理栄養士による栄養相談を行ったり、ウォーキングイベントを行っている薬局もある。既存の施設を活用した健康づくりに貢献する役割を担うのが、健康サポート薬局となる。

但し、普通の薬局でも十分に相談に応じていける体制はあるので十分に活用していただきたいと思う。

薬局は敷居が高いという考えもあると思うが、ぜひ活用していただければと思う。

○ 京都府立医科大学

健康サポート薬局は認定されるには、何か資格が必要になるのか。また、なぜ広がりを見せていないのか。

多くの健康な人はドラッグストアを利用するが、薬局との住み分けはどうなっているのか。

○ (一社) 京都府薬剤師会

薬局は許可制だが、健康サポート薬局は届出制となる。ハードルが高いと言ったのは、そこにいる薬剤師の資格や体制の問題のためである。そのため、ハードルが高くて届け出が通らない。届け出が通った場合も、健康教室のようなものを毎月定期的に行っていかなければならない。行政からもそれを担保するようにチェックが入るので、単になればよいということではない。ただ、全ての薬局が健康相談には応じているので活用していただければと思う。

○ 京都府立医科大学

やる気のある薬局がやれるようにした方が良くはないかと思う。やることによって何かインセンティブがないと、制度自体が形骸化してしまうと感じたが、そのような認識で良いか。

○ (一社) 京都府薬剤師会

確かに届け出制ではあるが、京都市が基準を緩くするということはできない。また、なるだけ目的ではなく、なった後にいかに健康に関する相談やイベントをするかということが問題である。

ドラッグストアとの住み分けについては、薬局には糖尿病の患者もいるし、ステージ2の人を透析に至らないように指導するというのもやっているが、一般的な相談もやっている。ドラッグストアにも薬剤師はいるので、そこは薬局もドラッグストアも一緒だと思う。

○ 議長

学生の研究で、薬局において、ほんの1～2分で終わる簡単な生活習慣のアドバイスをするグループとしないグループ分けて調査すると、アドバイスをしたグループの方で血圧が5 mmHg低かったことが証明された。全ての薬局で薬だけでなく、その他の健康に関するアドバイスもすることでもっと良くなることだと思う。

○ (一社) 京都府薬剤師会

糖尿病の患者でも一度受診すると次の受診日までに1ヶ月以上空くことがあるが、その間にかかりつけの薬剤師が定期的に電話をして、薬を飲んでいるかを確認するなど次の受診までフォローする。もし飲んでいないのであれば、医師に連絡するなどの役割があると思う。

もともと薬局は健康相談に応じていたが、医薬分業が進んだ結果、健康相談という部分が無くなってきていた。それを取り戻そうというのが、厚生労働省の薬局ビジョンである。

○ 健康科学センター

薬局に対して大きな可能性を感じており、健康づくりの地域の拠点の1つになるべきと思っている。来年度から研究にも関わってくれて、薬局あるいは薬剤師という立場を生かして、健康増進についてどういった情報発信ができるのか。例えば、健康に関する色々な情報を発信していけると良いのではないかと思っている。そのために、核となるコンテンツを作ろうと思い、学生向けの授業のコンテンツをもう少し一般化して、薬剤師が使えるようにしていきたいと考えている。現在はまだ構想段階だが、薬局が柱の1つとして地域に向かって健康増進を発信し

ていけると良いと思っている。

【議題】「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」について

○ 事務局（健康長寿企画課長）【資料 6, 7 を説明】

「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」（未定稿）は、12月11日の会議においては骨子案としてお示しして、皆様から様々な御意見をいただいた。その後、パブリックコメントを実施して、最終的な形としてまとめている。本日は冊子最終案を確認いただき、本プランをまとめていきたい。配布した資料はご意見をいただいた後に、事務局でイラストや色を調整して、製本していく。

タイトルについて「健康長寿笑顔のまち」となっていたが、パブリックコメントで高齢者のプランに見えるという意見があったので、「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」というように中点を入れた。また、サブタイトルとして「全ての市民が健康づくりに取り組むまちづくりを目指して」と入れて、全世代に向けたプランであることを示した。以降については、パブリックコメントから修正した個所が分かりやすくするため枠で囲っている。

4ページのプランの位置づけでは、レジリエンスの視点を加えた。

5ページから健康づくりに関する意識調査の概要を入れている。6ページに「②各種健（検）診等に関する項目」という項目を追加している。また、7ページには「③健康長寿のまち・京都の取組」、8ページには「①食育に関する意識調査」「②歯科口腔保健調査」「③こころの健康づくりに関する意識調査」を加えた。

10ページの（2）には、推進会議の御意見を踏まえ、より積極的な健康増進の視点を加えた。

11ページでは、パブリックコメントにおいて専門的な言葉が分かりづらいという御意見をいただいたことから、注釈を加えている。これ以降においても必要に応じて注釈を加えている。

また、都道府県別の健康寿命が3月9日に示され、今後政令市も示される予定であるが、その際に数値目標の設定等について、健康長寿のまち・京都市民会議で議論していくことを記載している。

12ページでは取組方針等を分かりやすくするために、体系図を追加した。

京都ならではの地域力・文化力がどのように健康づくりに結び付くのかという御意見がパブリックコメントで出されており、13ページに地域力・文化力と健康づくりの結び付きについての文章を追加した。

14ページにはライフステージごとの取組を記した資料があるが、一番下の「体をまもる」でフッ化物の利用を全体にかかるようにした。今後、この資料の内容については、広く市民の皆様様に周知をしていきたいと考えている。

16ページの（1）のライフスタイルの転換の主な取組について、前回会議資料から「みんなの健康づくり表彰制度の創設」と「地域コミュニティを通じた健康づくり」と「歩くまち・京都」を楽しみながら取り組む健康づくり」を新たに加えている。

17ページでは、「スポーツ活動をとおした健康づくり活動の推進」、「大人も子どもも健やかで心豊かに育つ「京都是ぐくみ憲章」の実践推進」、「京の食文化」の普及促進を通じた健康づくり」を追加した。また、働く世代の健康づくりの重要性について、御意見をいただいたので、「真のワーク・ライフ・バランス」や「中小企業の働き方改革」について記載している。環境に関する取組も、健康づくりにつながるものについては、幅広く記載している。

18ページには、推進会議で御意見をいただいた働く世代や若い世代の健康づくりの視点を含

んだ文章を追加している。また、健康づくりは体だけではなく、心の健康も重要であるため、心の健康に関する取組も記載している。

「②関係機関等との連携による健康づくりの推進」の主な取組で「将来予想される保健医療データ等のビッグデータの活用も含め、民間や大学の活力を活用した健康づくりの取組推進の研究」と記載している。

「大学、民間企業、商業施設、関係団体等との協働による健康づくりの取組」と「民間企業等と連携した働く世代の健康づくりの取組支援」については、推進会議やパブリックコメントでも重要であるという御意見をいただいていることから、それぞれの取組の具体例を19ページに記している。

20ページの「(3)健康づくりに取り組める環境の整備」では、「②正しい健康情報の普及・啓発と生活習慣病の確立・改善に向けた支援」という項目を新たに追加し、ヘルスリテラシーや自分の健康は自分で守るという観点を加えている。また、主な取組で「栄養・食生活」など各分野の取組を追加している。

22ページの「③心身の状態に応じた健康づくりの支援」では、前回までは高齢者のオーラルフレイルを含む介護予防の取組のみ記載していた。本推進会議で妊娠期・胎児期からの健康づくりの重要性について、高齢期では、認知症高齢者が増加することが予想される中、地域の中で支えていく観点を盛り込むことが重要であること、また、障害がある方の健康については、医療的ケア児への支援や地域で健康づくりに取り組めるよう社会参加を支援していくことも重要であるという御意見をいただいた。そうした御意見を踏まえ、「妊産婦の健康」「高齢期の健康」「障害のある方の健康」「こころの健康」と増やしていく形でプランを策定していく。

23ページでは、コラムという形で人生の転換期における健康づくりについてまとめている。

24ページは受動喫煙防止対策である。健康増進法の一部改正案について3月9日に閣議決定され、現在は法案審議中であるが、本プランでは「④「望まない受動喫煙」対策による健康的な生活環境づくり」として項目を設けている。主な取組として、今後は施設の類型や場所によって対策が変わるため、それをしっかり実施していくことと、本市独自の取組として「あらゆる場面での受動喫煙防止の取組」をまとめている。加熱式たばこについても問題となっているため、記載している。

パブリックコメントで健診の重要性について、御意見があった。そのため26ページでコラムで、健康診査の重要性と京都市が実施している主な健（検）診をまとめている。

27ページには、フレイルやオーラルフレイルについてのコラムを記載しており、周知していきたいと思う。

現行の健康づくりプランは本冊子とは別に身体活動・運動、喫煙、飲酒については各指針として別冊になっている。それを本プランでは一体的に取り組んでいることを明確にしていくため、一冊にまとめることを前回の推進会議で説明した。それを34ページ以降にまとめている。食育に関することは、健康長寿のまち・京都食育推進プランがあるので、そこから取組を抜粋している。歯と口の健康についてはこれまでは指針という形でまとめてきたが、今回から京都市口腔保健推進実施計画「歯ッピー・スマイル京都」としてまとめようとしており、その計画の内容を本プランにも記載している。

34ページ以降については、各部会や計画で策定している内容を取りまとめ、本プランを見れば、京都市の健康づくりの取組全体が分かるようにした。

46ページは市民の健康づくりの状況を確認する数値として、それぞれベースラインと目標を

示している。

資料7として、パブリックコメントでいただいた御意見をまとめている。

資料8では、本会議でいただいた御意見をプランに反映しているかを示している。

(質疑応答)

○ (公社) 京都府栄養士会

10 ページの健康づくりに対する考え方のあたりから共通していえることで、健康づくりは国の責任であるということは分かるが、個人がどんな生活をするかを決め、その結果として、どのような病気になるのかがみえる状態になっているので、最終的に健康を崩した責任をどこに持っていくかということ、医療機関などになる。少なくとも食生活を含めた生活習慣については、自己責任であるということ、小さいときから教育していく必要があると思う。本プランにも自分自身が生きていくのは、自分に責任がある旨を入れていただけないか。

ライフステージについては、胎児期から始まっている。現在、少子化が進んでいるが、その原因の1つに若い女性の低栄養の問題があると思う。低栄養のため着床できない体となり、少子化につながっているように思う。若い女性に自分の体がどんな意味をもっているのかをしっかりと認識してもらう必要があると思う。

胎児期は体の組織を整える時期になるが、その時期に栄養素が足りないと組織が整わない。生れてきてもまだ、体の機能を育てていないので、乳幼児期は離乳食で機能を整える時期である。離乳食をしっかりと段階を踏んで身につけさせることで、咀嚼能力を身につけさせる。これが結果として、高齢者のオーラルフレイルの予防にも関わってくる。そうすると母親の健康から考えていかないといけないと思う。

○ 事務局 (健康長寿企画課長)

健康づくりの部分では22 ページに妊産婦の健康ということで項目を追加した。また、23 ページのコラムでも女性の健康について記載している。

○ (公社) 京都府栄養士会

大人になって体が出来あがってしまっているから良いということではなく、ライフステージのどの段階も大事なので、しっかりとした健康の考え方を生涯にわたってつなげていければと思う。

○ 事務局 (健康長寿企画課長)

分野ごとに取組をまとめている関係上、どうしても学生のところでは分散してしまう。19 ページには、食育のことやフッ化物によるむし歯予防等について記載している。

○ 事務局 (健康長寿のまち・京都推進室長)

本プランではライフステージごとに取組を示しているように、年代ごとに市民の方々がどういったことに注意していけば良いのかというメッセージを出していきたいと思っている。次の段階ではもう少し詳しくお伝えできればと思う。

○ (公社) 京都府栄養士会

ライフステージごとの取組を記した表を前のページに持っていくことはできないか。もっと前のページで示したうえで、読んでもらった方が良いのではないか。

○ 事務局 (健康長寿企画課長)

ライフステージごとの取組のページは、取組について記載している部分の一番前のページとなっている。

○ **京都府立医科大学**

自己責任という言い方は誤解を招くこともある。全てが自分の責任ということではなく、みんなでやろうという趣旨である。行政としても個人の責任だけでは行政が立ち入る余地がない。コラムでやった方が良いことが書いてあるが、逆にやらないとこのような結果になるということも強調するなど、両方を示すと良いのではないかと思う。

○ **(一社) 京都府歯科医師会**

今回の計画ではコラムが要所に配置されている。コラムに記載されているような根本的な問いを語るどころが、計画書本文ではなかなか記載できないと思う。そうした根本的な部分をコラムで記載する必要ことは必要なことであり、有意義だと思う。良い面だけでなく、悪い面も記載するのも良いのではないかと思う。

歯科の部分では小さい時を大事にすることが重要だが、今回の計画ではその部分は充実していると思う。

この計画書が出来た後に、計画書では強い言葉でいえないようなところを行間を埋めるような形で、実際の市民に向けて発信していく時に、もう少し強い言葉で発信していくことは、必要なことではないかと思う。

○ **健康保険組合連合会京都連合会**

路上喫煙についてあまり述べられていないので、その部分について追加する機会があれば、追加してほしいと思う。

副題で「健康づくり」と「まちづくり」で「づくり」という言葉が重なっている。16 ページの取組方針2でも「健康づくり」と「環境づくり」が重なっている。そういった言い回しよりは「健康づくりに取り組める環境の整備」のような言い回しの方が良いのではないか。副題についても「まちづくり」のづくりを削除して、「全ての市民が健康づくりに取り組むまちを目指して」としても、言葉に不足はないのではないかと思う。

○ **議長**

資料6の26ページのがん検診について、がん検診で常に問題となるのが前立腺がんであるが、京都市ではがん検診でどのような検診を行うかについては、どのような会議で決定されているのか。

○ **事務局（保健担当部長）**

前立腺がん検診は医師会からの御提案をいただき、それを内部で検討し、承認を取るという流れになっている。

○ **議長**

何かをやれば良いのではなく、有効な何かを適切にやらなければならない。やれば良いではなく、本当に見合ったものであるのかということ考えると、残念ながら前立腺がん検診は、前立腺がんを減らすという科学的なエビデンスはないというのが世界的な認識である。科学的なエビデンスを踏まえて、政策に活かしていただきたいと思う。

○ **事務局（健康長寿企画課担当係長）**

京都市では平成28年度から紙媒体で「健康長寿のまち・京都 いきいきポイント」を始めた。これは健康づくりの取組をしていただき、それをポイント化し、ポイントがたまったら、抽選でプレゼントがあたるというように、健康づくりに一歩踏み出していただくための取組である。

本年1月からは「健康長寿のまち・京都 いきいきアプリ」の運用を開始している。ポイント手帳のポイントが自動的にスマートフォンにたまっていくということもあるが、まち歩きを

楽しみながら京都の歴史を知っていただき、それが健康につながるような機能を設けている。家族や友だちとグループで健康づくりに取り組める機能も設けている。グループを作って他のグループと対抗して、取り組むことも健康づくりにつながるのではないかと思う。今後、ご意見をいただき、様々な機能を拡張していきたいと思う。それぞれの団体に持ち帰っていただき、取り組んでいただけたらと思う。

○ 議長

パーソナルヘルスレコードというものが、現在注目されている。スマートフォンで自分のデータを見ることはできると思うが、それをみんなで持ち寄ると他の人がどのような状態であり、他の人と比べ自分がどうであるのかが分かる。そういった機能があると良いと思う。その場合、データを匿名化し、より良いサービスのためにデータを活用することを示す必要がある。

○ 京都府立医科大学院

使用の際のユーザー事項に、「京都市によるデータの有効活用に同意する」という項目を設けて、データを収集すると、行動様式がみえてくる。

○ 事務局（健康長寿企画課担当係長）

御意見いただいた内容についてはしっかりと取り組んでいきたい。既にデータの収集については、個人情報保護審議会でも気をつけなければならないことであるが、有益なことであるという意見をいただいている。データの活用について、考えていきたいと思う。

【閉会の挨拶】 谷口医務担当局長

(閉会)