

平成30年度 京都市民健康づくり推進会議
身体活動・運動推進部会 摘録

1 日時 平成31年2月26日（火） 15：30～16：30

2 場所 職員会館かもがわ3階 大多目的室

3 次第

(1) 開会挨拶 京都市保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室長 北川 博巳

(2) 議事

① 身体活動・運動に係る平成30年度取組状況（京都市分）について

事務局 保険年金課 部会長 事務局	<ul style="list-style-type: none"> ● 資料3の説明 ○ 地域における健康づくり事業の平成30年度12月末実績が経年で比較すると減少しているようだが、何か変化があったのか。 ● 各区の健康指標から健康課題に対する取組みであり、前年と同様。12月末の実績であるため年度末で実績を確認し検証していきたい。
----------------------------	--

② 身体活動・運動に係る平成30年度取組状況及び平成31年度取組予定（構成団体分）について

部会長	○ 各団体における取組みを報告していただきたい。
京都市老人クラブ連 合会	○ 低い山を登る会をはじめ運動系は人気がある。しかし、開催については様々な問題を整理していかなくてはならない。低い山を登る会ではそのネーミングから山登りの初参加の者もあり体調不良者への対応配慮が必要。参加者の高齢化に合わせ、新規参加者が参加しやすい企画、広報についても検討が必要。
歯科医師会	○ 幅広い世代を対象に歯科診療を行っている。いい歯の日週間記念事業では、高齢者の方に興味をもってもらえるような内容の講演を実施。80歳でご自身の歯が20歯以上もつ8020（ハチマルニイマル）達成者の方への表彰を行っている。
栄養士会	<ul style="list-style-type: none"> ○ 玄米体操や教室等で体を動かすことにも取り組んでいる。 ○ 市民の健康増進や健康づくりの知識の向上に向けて取り組んでいる。 ○ 介護予防推進センターで、元気に過ごすためにどのような食事を摂ることが良いのかを伝え、フレイル予防を実践している。
京都市健康増進セン ター	<ul style="list-style-type: none"> ○ 開設25周年を迎え、いきいき健康フェスタを開催した。 ○ 当センターの事業は、メタボ予防、ロコモ予防、認知症予防で中高年の方

教育委員会	<p>の健康づくりについて運動を中心に行っている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 青少年の健全な身体増進事業として、少林寺拳法やストリートダンスを行っている。 ○ 学校教育では、子ども達が健やかな体をはぐくめるように、体育や保健体育の教科書において、生涯健康でいられるための基盤づくりや習慣を伝えている。 ○ 歯の健康が健康長寿に影響するため、フッ化物洗口推進や健診の取組を進めている。
京都市保健所	<ul style="list-style-type: none"> ○ 区役所での健康づくりは中高年の方を対象にすることが多く、メタボやフレイル対策で運動習慣をつけていただく教室を開催している。相談の中で栄養面やオーラルフレイルについても取り上げている。 ○ アプローチしにくい若い世代についても、アプリ等を活用し働きかけている。
部会長	<ul style="list-style-type: none"> ○ ヘルシーキャンパスの取組は、無事終了した。 ○ 大学生を対象とした口腔健診の開催も考えている。
歯科医師会	<ul style="list-style-type: none"> ○ 京都市では、児童を対象にした歯科診療費の自己負担額の無料化（学童う歯制度）等、小学生などの歯科保健にかなり前から取り組んでいると感じている。

③ 市民の健康づくりに関する目標の設定、リーフレットの作成について

事務局 学識経験者	<ul style="list-style-type: none"> ● 資料5の説明 ○ 若者の睡眠についてさまざまな課題があると思っている。睡眠について内容が掲載されていることはよいと思う。 ○ 身体活動・運動については自然に動くというシステム構築の研究報告がされている。例えば野球リーグ等でファン（サポーター）等の歩数の総数が多いチームに得点1が入り球団の勝利に貢献する等の考え方もある。
部会長	<ul style="list-style-type: none"> ○ 健康づくりのインセンティブの考え方に社会貢献という発想もある。 ○ リーフレットは全世代を巻き込めるような内容になれば良い。 ○ 京都らしさをリーフレットに反映させることもぜひ検討していただきたい。 ○ 今後のスケジュールはどうなっているのか。
事務局	<ul style="list-style-type: none"> ● 3月の下旬に会議があるため、できれば3月中旬頃までにご意見をいただきたい。最終的には6月に開催する健康長寿のまち・京都市民会議で内容を決定するのと現在漫画についても業者と相談している時期なので、ぜひご意見いただきたい。

(3) 閉会挨拶 京都市保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室 保健担当部長 中条 桂子