

令和3年度 京都市民健康づくり推進会議 摘録

1 日時 令和4年3月29日（火）13:30～14:30

2 場所 ハートンホテル京都 2階 嵐山の間（ZOOMも併用）

3 次第

（1）開会挨拶 京都市保健福祉局健康長寿のまち・京都推進担当局長 谷利 康樹

（2）議事

① 令和3年度「健康づくり・食育に関するアンケート調査」結果報告

事務局	・ 資料5の説明 ・ アンケートの結果については、各部会で、それぞれ分野に特化した報告を行っており、そちらについては参考資料として配布させていただいている。また、今回のアンケート調査の結果については、健康づくりに関する各事業で活用するとともに、各保健福祉センターとも共有し、アンケート結果を各区役所・支所での健康づくりに関する取組に活かしていきたい。
議長	・ アンケートの実施時期が昨年の9月から10月で、新型コロナウイルス感染症の第5波が収まり、小康状態の時期だったと思う。 ・ 前回の調査が令和元年9月とコロナが始まる前であり、コロナの影響が明確に表れているのが、地蔵盆などの社会活動ですね。 ・ アンケートの結果報告について、各部会ではどのような議論がされたのか。
事務局	・ 食育推進部会では、BMIについて質疑があった。65歳以上の「低体重（やせ）」が20%いることについて、分析等しているかとの質問をいただいた。「低体重（やせ）」は低栄養等フレイルにもつながっていくものであるため、今後、京都市国民健康保険のデータ等も併せて分析を行っていきたいと考えている。 ・ 口腔保健部会では、過去1年間の歯科健診・歯科治療の受診について、コロナ禍だから受けていないとの回答が6.9%あった。歯科健診を受けた人も21.1%にとどまっており、今後、周知啓発をどうしていくか検討が必要という意見をいただいた。 ・ たばこ対策推進部会では、過去1箇月に受動喫煙を受けたことが「ある」が大幅に減少しており、令和2年4月に改正健康増進法が施行され、飲食店等の禁煙が進んだことによるものと考えている。一方で受動喫煙を受けた場所で、家庭が6.9ポイント増加している。家庭や路上での喫煙は配慮義務であり、今後も周知啓発を継続していきたいと回答した。

	・ また、加熱式たばこは健康面の影響が明らかとなっていないが、今後はアンケート等の質問にも意識的に盛り込んでいくべきではとの意見をいただいた。 ・ （身体活動・運動推進部会での議論は、次の議事で報告を行う。）
議長	・ 歯科健診の啓発活動について、行政としてどのようなことに取り組んでいるのか。
事務局	・ 京都市では歯科口腔保健計画を策定しており、ライフステージに応じた対策を進めており、歯科健診についても多くの人に受けていただくよう勧めている。
議長	・ 歯科健診の受診について、令和元年度のアンケート調査とは差がみられないが、それより以前のアンケート調査の結果等と比較するとどうか。
事務局	・ 数値は一定で、あまり変化が見られない。
議長	・ 数値に変動がみられないのであれば、周知啓発の方法等を検討していくのはよいと思う。

② 健康寿命延伸に向けた市民ぐるみ運動のわかりやすいテーマ設定について

事務局	・ 資料 7の説明
議長	・ 健康寿命については、国民生活基礎調査の調査項目から、健康かどうかの自己評価に基づき算出されるものであり、主観的な要素が含まれる。健康寿命だけにこだわりすぎてもいけないと思う一方で、残念ながら京都市の結果はあまり良くなかった、という状況かと思う。
京都府歯科医師会	・ 過去1年間の歯科健診・歯科治療の受診について、歯科健診の受診率が21.1%、歯科健診と歯科治療を両方受けているが19.3%であり、全体で歯科健診を受けた人は40%程度いるという認識をしてもらえればと思う。 ・ サルコペニア（筋力の低下）では、表情筋も大切な役割を担っている。コロナ禍でマスクをするようになり、表情が見えない、表情を動かさなくなっている。表情筋を動かさないことで筋力が低下し、フレイル・オーラルフレイルへとつながっていく。表情筋の低下についても歯科医師会として警鐘を鳴らしていかなければと認識している。 ・ 健康に関する言葉の理解では、フレイル・オーラルフレイルが伸びてきて

	いることにやりがいを感じた。 ・ また、日本歯科医師会では、「口腔健康管理」という概念で進めていこうと考えている。虫歯等の疾病に対しての歯科だけではなく、予防・健診の部分も含め管理をしていくことが大事という言葉であり、コロナ禍で進めていこうと考えている。 ・ コロナ禍は終わらない。マスクの使用も、当初は健康維持の目的だったが、若年層ではマスクを外すと恥ずかしい等、感覚の推移がみられる。時代が変わったという認識で方針等考えていかなければと危機感を感じている。 ・ 京都市として掲げるテーマはポジティブなものであってほしい。健康な人にも健康を考えてもらえるようなテーマ設定を期待している。
議長	・ 健康寿命、健康づくりでは、中年・高齢者が話題の中心になってしまい、子どもたちの状況というのは意外に見えてこないものである。京都市としてはどのように考えているか。
事務局	・ 京都市の健康づくりでは、全世代型の健康づくりということで、健康長寿プロジェクトとして進めている。本日の会議でも、京都市PTA連絡協議会や教育委員会にもご参加いただいている。学校保健のなかでも健康づくりを進められており、関係機関と連携しながら全世代型の健康づくりを進めているところである。
議長	・ かつて、役所は縦割りという印象があったが、健康づくりに関して、ぜひ連携して進めていってほしい。 ・ 資料7で具体的な取り組みとして、ヘルシーキャンパス京都ネットワークの取組の照会があったが、今の大学生はどのような様子か。
ヘルシーキャンパス 京都ネットワーク	・ こちらの取組は、大学職員や大学生など比較的若い世代を対象としており、令和3年度で4年目の取組となる。 ・ 過去4年間の取組では、1,400名～1,500名程度の参加だったものが、2020年度からコロナ禍となり、参加人数が減少するのではないかと懸念していた。実際は、参加人数は変わらず、こういったイベントが期待されている、求められていると感じている。 ・ イベント当初からは参加形態が変化してきている。当初はグループで参加をし、歩くモチベーションを強化することを目的の一つとしていたが、コロナ禍で個人でも参加したいという人が増えている。2020年度、2021年度は7割から8割が個人参加でイベントに参加している。 ・ 総歩数も2020年度は落ち込んでいたが、コロナ禍が長引くにつれ、イベ

	ントを通じて運動の機会を作りたいという人が多かったと思う。平均歩数も総歩数も伸びている。こういったイベントは進めていく必要があると感じている。
議長	・ 学生に限らないが、こういった運動に取り組む機会を作り上げ展開していったほしいと思う。
京都府歯科医師会	・ 全年代型で健康づくりを考えるにしても、10代と70代を共通の1つのテーマで進めるのは無理があると思う。テーマについては対象をどのように考えられているか。
事務局	・ テーマについては、1つは全年代に共通するものと考えている。それに加えて、昨今のコロナの影響が運動・身体に影響が出てきているのは高齢の方と考えており、全年代共通のテーマと高齢者を対象としたテーマの2つで進めていきたいと考えている。
京都府歯科医師会	・ 高齢者はもちろんだが、コロナの影響で筋力が落ち、普段できていることができなくなっている小学生も明らかに増えている。例えば、道の側溝を飛び越えられると思っていたのに体が付いていかず、はまって怪我をする小学生も出てきている。学校検診等の現場で、小児科の先生からそういった話をよく聞く。コロナによる影響が現れやすい年齢が高齢者と認識してしまうのは危険と感じる。
議長	・ テーマを設定することの大事さと、テーマを設定すると、そこだけに注目してしまうことについては、事務局側でもよく考えてもらえたらと思う。
健康保険組合連合会 京都連合会	・ 資料7の3ページ、京都市は介護認定率が全国よりも高く、こうした状況は介護保険サービスを適切に受けられる環境にあることを表しているところがあるが、介護認定率は都市によって認定基準が異なるのか。これは、京都市は介護認定をしてもらいやすいという結果なのか気になった。 ・ 健康寿命の裏返しは不健康寿命＝介護状態であり、介護認定率が高いということは不健康寿命年齢に入っている、すなわち健康寿命が短くなるという図式なのであれば、京都市の高齢者の健康状態がいいのか悪いかを健康寿命だけで判断すると、介護認定の仕方に原因があることもあると考えるが、いかがか。
事務局	・ 介護認定率が高いことは、必ずしも健康状態が悪いという意味ではなく、介護が必要な状態になれば適切な医療・介護が受けられる環境整備が大事

健康保険組合連合会 京都連合会	だと考えている。 ・ 京都市は環境整備が進んでおり、必要なサービスが提供されているということと、介護認定率が高いということを紹介させていただいた。介護を受けずに生活が続けられる健康づくりの取組みと、介護が必要な状態になれば適切に受けられる環境整備と両輪で進めていくものと考えている。
事務局	・ つまり、都市によって認定基準が異なるのではなく、京都は全国に比べて介護を受ける人の率が4%高いという理解でよいか。サービスを適切に受けられる環境があることが、認定率が高い理由ではないという理解でよいか。
議長	・ お見込のとおり。 ・ ご指摘のとおり、介護状態にある人がいるかどうかと、その人たちに適切な給付が行われているかどうかの数字にギャップがあれば、介護サービスが届いていないということになる。そうすると、認定率が高い中で、適切に介護サービスが提供されているということは良いこととではあるが、一周回ると健康寿命が悪くなってくるかもしれない。数字を見て何が良いとみるかは慎重に考える必要がある。
京都市私立幼稚園協会	・ 京都府歯科医師会の岸本理事から表情筋の話があったが、幼稚園協会の理事会でも、子どもたちが長期にわたるマスク生活で表情が見えない生活を送っていることを懸念している。家庭内感染を防ぐために、家庭内でもマスクをするよう京都市からもお願いがされている。 ・ 表情筋を改善する方法などはあるか。体操など紹介してもらいたい。
京都府歯科医師会	・ すぐに取り組める方法として、あいうべ体操がある（「あ」、「い」、「う」、をしっかりと発音し、「べー」で下を突き出す。）。 ・ 子どもが言葉を覚えるときは、色々な人の表情を見て覚えている。現在、みんながマスクをしているため、表情が見えず、言葉をうまく発音できない子供が増えている。いずれ、顔周りの骨格の発達不全、歯列不正につながっていく。ぜひ幼稚園などの小さい子どものうちから、あいうべ体操を。舌は柔らかい筋肉なので、使えば使うほど活性化する。お金もかからないので、どうぞ。
京都市私立幼稚園協会 議長	・ 幼稚園協会の理事会でぜひ取り組むよう紹介したいと思う。 ・ 子供たちが自分で鏡を見ながらしてみてもよいと思いながら伺った。紹介

	ありがとうございました。 ・ 他に御質問等なければ、こちらで議事を終了させていただく。
--	--

(3) 閉会挨拶 京都市保健福祉局 医務担当局長 池田 雄史

4 その他意見（会議後の提案）

京都府看護協会

- ・ コロナ禍の中で、社会参加の機会が失われ、高齢者はもちろん若い方も活動が低下していたかと思う。その中で、フレイルへの影響は大きいと思う。歩数の減少も見られるが、社会参加により心身の健康バランスを取りながら生活することで活動量が増えると思うため、市が提案している健康ポイント事業が活性化の一助になればよいと思う。
- ・ 若い人のボランティア活動など社会参加も含めて全世代型で、アプリでカウントでき、何かの励ましメッセージの送信があるとよいが、予算がかかる。
- ・ 看護協会の活動で、地域の高齢者が集まる場に出向き健康チェックを実施している地区がある。この間、コロナのため活動が休止されており、高齢者のロコモが課題となっていると聞く。介護度が上がらないうちの対策が必要で、with コロナでどう向き合っていくか、活動指針があると安心して地域の方が活動ができると思った。