

令和5年度第2回京都市民健康づくり推進会議 摘録

1 日時 令和5年11月1日(水) 14:00~15:00

2 場所 ハートンホテル京都 2階 嵯峨の間 (ZOOM 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・京都推進室長 阪本 一郎

(2) 議事

① 次期計画「京都市 健康長寿・口腔保健・食育推進プラン(仮称)」案について

事務局	・ <u>資料5</u> を用いて、これまでにいただいた意見のうち、修正を反映した箇所等を説明。
議長	・ 糖尿病有病者の割合を国に合わせると、今の状況よりもちょっと多いものが目標になってしまうので、若干違和感があるが、説明を追記しておいたほうがいいのかと思うが、その点はいかがか。
事務局	・ 糖尿病有病者の割合に関する数値設定の考え方については、よりわかりやすくするため、記載方法について検討させていただく。
議長	・ 例えば、国の方が10%減を目指すということで、出発点として京都市は現状から10%減らすかとか、読んで誤解をされないようにしていただければと思う。 他はいかがか。
京都府歯科医師会	・ 資料の5-3の「歯と口」の部分について、口というのは消化器の一部でもあるし呼吸器の一部でもあるという認識で診療の組み立てをしていただくという啓発をしていて、そういう意味ではこの図の「たばこ」のところに「呼吸器系疾患のリスク軽減」とあったが、タバコによる歯周疾患の増悪がある。簡単に私たちがお話しするのは、「乾いたと葉っぱを燻らせて、生肉に煙を付けるとしたらハムになるでしょ」という言い方を。ということは歯周組織も歯周疾患になってなかなか直らないというようなことが容易に想像できるかなという例えの話である。このことから歯周組織、歯周疾患の増悪の軽減というような言葉も書けないかと感じている。それと「歯と口」のところでの効果で、口腔汚染、例えば手術された後の傷口の閉鎖不全を起こしたり、人工呼吸関連肺炎に絡んだりということで、口の中の汚れが全身の健康につながっているという意見もいろいろ出ており、このあたりも書いていただきたい。あと高

<p>議長</p>	<p>年齢の方、あるいは中年以降になると食事を早噛み、早食いすることによる肥満も散見されるため、一口30回という効果としては肥満予防につながるという記載があればありがたいと考えている。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>事務局には可能な形で検討をお願いする。他はいかがか。</li> </ul>
<p>たばこ対策推進・適正飲酒推進部会長</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>先ほどおっしゃったとおり、たばこは単に呼吸器疾患だけでなく、歯科領域においても非常に重篤なリスクファクターであるし、同時に循環器、さらには妊娠・出産、あるいは最近では腎疾患において、たばこが大きなリスクだと言われている。たばこのリスクということは非常に広範囲にあり、その中でも歯科というのは多くの方には認識されていない重要なところであろうと思う。今言ったようなリスクすべてをこの掲載することはスペース的にもできないので、啓発の中では重点的に入れさせていただくが、スペース的なことは事務局の方との相談をさせていただきたい。</li> </ul>
<p>議長</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>たばこはもう一箇所ではなくていろんなところで、可能な限り触れられたといったかなと思う。他はいかがか。</li> </ul>
<p>京都府医師会</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>今回の健康日本21第三次の大きな核として「十分な睡眠の確保」があるが、睡眠の質を測るとするのはなかなか評価が難しいものがあり、時間が一つの指標であったと思うが、例えば「寝る前2時間スマホ止めましょうね」とか、数字を確保できるような工夫をどこかに盛り込まれたらどうかと思った。</li> </ul>
<p>議長</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>睡眠は大きな課題で、十年前はこのようなことは入ってこなかったが、今後は睡眠の位置付けを、よりしっかりとしていければと思うので事務局よろしく願います。</li> <li>依頼したことはすでに反映していただいているかと思うが、よりブラッシュアップし、大事なことは計画を立てたことはゴールではなくてスタートあるので、それに向けて進めていきたいと思う。よろしければ、こあとは事務局の方に一任という形でさせていただければと思う。本日予定の議事は全て終了になるので、事務局の方に進行をお返す。</li> </ul>
<p>事務局</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>先ほどいくつかご意見いただいた点に関して事務局から回答する。睡眠に関して、今プランに記載の状況をご紹介させていただくと、現状と課題という第2章のところに、生活習慣に関係するものとして、睡眠に関するデータをお示しさせていただいており、また先ほど「歯と口」</li> </ul>

	<p>のところでも資料の第5章取組方針1の市民が主役の健康づくり、代表例1の中で、健康管理という分野の中で「睡眠でしっかり休養を取りましょう」というメッセージを入れており、目安として国の指標に合わせて6から9時間、60歳以上の方は6から8時間ということを示している。また、市民の健康づくりに関する確認する数値で、睡眠のところにも1つ項目を入れているという現状である。ただ、取組方針2で市民の健康づくりを支える環境づくりの中において、「睡眠」というワードも記載ができていない部分もあるので、頂いたご意見に関しては、本市としても睡眠に関する重要性を感じているので、適切な箇所に「睡眠」のワードを入れることを検討する。参考に、国の方では全体の健康増進計画「健康日本21」の更に各分野におけるアクションプランというものの作成を進めている。その中で「健康づくりのための睡眠指針2014」があり、こちらの見直し作業が今年度1年かけて進められている。プランに関しては、適切な箇所に「睡眠」のワードも記載させていただこうと思うが、更に今後に向けてアクションプランの内容も見ながら、本市としても、改めてそういった睡眠の周知啓発のようなところについて意識して参りたい。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 続いて、歯と口の健康のところのご指摘について、資料の5-3の図については代表例として、わかりやすさに重点を置いてお示しさせていただいており、先ほどご指摘いただいたように記載スペース等のこともあるので、記載内容については考えさせていただくが、重要なご指摘いただいと考えている。歯科については、全身疾患の関係であったり、あるいは生活習慣病予防・肥満予防というような観点の記載が必要ではないかということ、またたばこに対する対策が歯と口の健康にとって良いというようなご指摘もいただいた。すべてを反映することは難しいが、記載については検討させていただくとともに、記載の有無にかかわらず、今後の施策あるいは取り組みについては、ご意見を踏まえて十分検討させていただく。</li> </ul>
--	--

(3) 閉会挨拶 京都市保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室長 阪本 一郎