

令和6年度京都市民健康づくり推進会議 摘録

1 日時 令和7年1月17日（金）14：00～15：10

2 場所 ハートンホテル京都 1階 伏見の間 （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・京都推進担当局長 八代 康弘

（2） 議事

① 京都市 健康長寿・口腔保健・食育推進プランに基づく取組について

事務局	・ <u>資料5</u> により京都市各局、 <u>資料6</u> により区役所・支所、 <u>資料7</u> により各構成団体の取組の令和5年度実績と令和6年度予定について報告。
議長	・ <u>参考資料</u>について、せっかくなので説明させていただく。 この資料は、国民の健康づくり運動に関しての厚生労働省の資料。上部、「健康寿命の延伸・健康格差の縮小」と大きな目標が掲げられている。日本は寿命ということだと世界でも上位にいるが、ここ数年は要介護や自力ではなかなか生活が難しい状態で生きているという、健康寿命ではなくなってしまうっており、「単なる寿命ではなく、健康な寿命を延ばしていこう」とされている。また、「健康格差の縮小」は、30年ほど前は日本にはあまり格差がなく「1億総中流」みたいに言われていたが、この10年20年くらいで、経済的な格差同様に、「良い人は良いけれど、悪い人はとても悪い」とかなり大きな差が生じている。こういった健康格差を縮小していこうというのも大きな国の目標であり、京都市も全く同じだと思う。 中段では、生活習慣が様々な病気のもとになってることが知られているため、発症と重症化予防のための生活習慣の改善が必要と記載されている。生活習慣病は、高血圧、糖尿病、脂質異常（コレステロール）を中心に、広い意味でがんも含まれる。高血圧や糖尿病は血管が痛む病気であり、脳卒中や心臓病の発症に繋がることもある。そのため、個人の生活習慣を改善して健康状態を良くしていきましょうといった発信を我々が行っているところ。 「自然に健康になれる環境づくり」は、みんなが意識の高い環境にいと、自然と良い食生活や運動ができる、というもの。例えば、運動が大事だと言っても、安心して歩けるような環境がなければ外で歩くことができないが、京都は散歩するのにとてもいいところがたくさんあり、そういった環境があると、自然に健康習慣が身に付く、という話。

京都府歯科医師会	次の、「こころの健康の維持及び向上」ができないと、うつや、さらに悪くなると自殺ということもある。自殺者数は減少していたものの、コロナ禍で増加し、今も大きな問題である。心の健康はとても重要であり、「誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備」に向け、まさに自治体だけでなく、民間企業の取組や地域の方々の地域活動など身近なところから、できることをしてくださっているところかと思う。 下部の「ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」は、健康づくりは年をとってからだけではなくて、妊娠したとき、命が始まっているところから最期までを通じた健康づくりということが大事ということを示している。京都市も、京都らしさを踏まえたうえでその取り組みを進めているところかと思う。 簡単ではあるが、説明は以上である。 ・ さて、各団体からも取組を御報告いただきたい。口腔保健に関して、京都府歯科医師会からお願いします。 ・ 京都市の小学校ではフッ化物洗口が実施されており、むし歯の発生率が低くなっているという傾向がある。そういったフッ化物によるむし歯予防は、開始後３年ほど経ってから小学生全体としての効果が表れるが、京都市の小学校では３年以上実施しているため、国が目標としているむし歯の保有者率の数値を大きく下回り、現在非常に良い状態であることが示されている。 特に妊産婦歯科健診については、以前からお願いしているとおおり、歯科医療機関で健診を受けることによって、より詳細な健診結果を出すことができ、受診者への細かな指導ができるようになるため、この方向性で進めていきたいと考えている。引き続きよろしくお願ひしたい。
議長 京都府医師会	・ 貴会の尽力に感謝します。続いて、京都府医師会からもお願いします。 ・ 資料 7の３ページ、令和５年度は、第２７回京都府医師会「健康講座」を開催。令和５年度は「人生１００年時代を楽しく生きる～心臓と血管を若く保つには？～」をテーマに、京都府立医科大学の的場先生にご講演いただき大変好評を得た。 令和６年度は、新たな健康日本２１（第三次）をテーマに、各専門の先生方にわかりやすい講演をさせていただいた。 また、「目の愛護デー」「ひふの日」「耳の日」を開催。令和６年度は難聴と言語障害のある方の悩みを解決したいという願いから、耳の日に制定されてる３月３日前後の時期に耳と補聴器の相談会や講演会を開催したいと思っている。

議長	幅広く取り組みいただきありがとうございます。 それでは他に意見ないようですので、議事２に進みます。
----	---

② 各部会（生活習慣病予防部会、口腔保健部会、食育推進部会）の実施報告

健康長寿のまち・京都推進係長	生活習慣病予防部会について口頭で説明 生活習慣病予防部会は本プラン策定を契機として、生活習慣や生活習慣病予防を検討するために、令和６年度から新たに設置。１２月１０日に開催し、①身体活動・運動、②たばこ、③飲酒、④がん検診、⑤糖尿病・循環器病の５つの分野に分けて、事務局から説明。 「身体活動・運動」については、市民の健康に関するデータを分析し、地域の健康課題を把握のうえ地域密着で健康づくりに取り組む「地域における健康づくり事業」の実施状況や、市民主体の健康づくりを目指す健康づくりサポーターの育成支援等に取り組む「地域健康づくりグループ育成事業」等について報告。合わせて「ロコモティブシンドローム予防」「フレイル対策」について、高齢者に向けた筋力トレーニング事業、市民主体で普及推進するボランティアの取組、地域介護予防推進センターで実施するフレイル対策の取組を紹介した。また、本プランでは、「歩くこと」に焦点を当てており、歩くをテーマとした市民ぐるみ運動「プラスせんぼ」の普及啓発について、キャッチフレーズ・ロゴマークの普及に関連する取組を報告。 委員からは、所属団体で取り組む「プラスせんぼ」の普及啓発や、ウォーキング事業を紹介いただいた。また、運動と清掃活動を合わせた取組など、「歩くこと」と違う活動を融合させ、工夫しながら、市民ぐるみ運動として取組を広げていく必要があるという意見があった。 「たばこ」については、京都市からは、喫煙防止の観点から、ライフステージ別に取り組むたばこによる健康被害に関する知識及び喫煙防止の普及啓発の取組や、喫煙率減少に向けた禁煙支援、NPO等と連携した「喫煙防止教育」の取組を報告。また、望まない受動喫煙防止として取り組む「京都市受動喫煙防止対策届け出専用窓口」の運用状況を報告。 委員からは、世界禁煙デーにおける普及啓発や、禁煙支援薬局といった禁煙支援における民間での取組を紹介いただいた。 「がん検診」については、京都市のがん検診の受診率の現状や、令和６年度から強化している受診率向上に向けた取組について報告。 委員からは、罹患数・死亡数ともに高い肺がん検診の受診率向上が課題という意見があった。受診率向上には、かかりつけ医からの受診勧奨が有効であるという点を踏まえて、市民が受診しやすい環境づくりに一層
----------------	---

健康長寿推進第三係長	取り組む必要があるという意見や、働く世代の受診率向上も大切であり、産業保健の観点からの取組も必要という意見もあった。 「糖尿病・循環器病」については、栄養食生活、歯と口の健康、身体活動運動、たばこや飲酒といった生活習慣が深く関与し、発症の要因となるため、栄養食生活では野菜摂取、減塩の取組、歯と口の健康では、歯科健診などの関連する取組を包括的に本市から説明した。 委員からは、若い世代に向けた健診の普及啓発も必要であるという意見や、栄養食生活の取組は民間の事業やイベントにおいても、啓発活動に取り組んでいくという話があった。 生活習慣病予防部会で出た意見は以上である。プランにおいて、生活習慣病予防と重症化予防の推進は大切な取組として位置付けられている。発症や重症発症化予防だけでなく、生活習慣の改善において、健康づくりに取り組む市民を社会全体で支援していくための環境整備が重要と認識しており、引き続き委員の協力のもと、部会において取組の検証の方をしてまいる。 ・ 口腔保健部会について口頭で説明 口腔保健部会は12月18日に開催。計画の柱3「口腔保健推進実施計画」に基づいた取組と市民の歯と口の健康の状況を事務局から説明。 口腔保健分野は、①口腔疾患の発症・重症化予防、②口腔機能の育成・低下予防すること、③生涯を通じた口腔健康管理の推進、の3つを柱として取り組んでいる。本年度は、若い世代の歯科健診の機会を拡充するため、20歳・30歳を本市の歯周疾患予防健診の対象に追加。また、1歳6か月健診でむし歯等があった子に対し、2歳頃に、再度、区役所支所での歯科健診等を受けていただくよう積極的に勧奨。また、災害関連として、京都府歯科医師会、近畿歯科用品商協同組合京都府支部との3者協定締結、本市の備蓄計画へのペーパー歯みがきの追加等を報告。 報告を踏まえ、委員からは、「むし歯がある子はある、ない子はない」というような二極化が見られることや、むし歯予防に効果的なフッ化物の取組の充実、家庭での歯みがきや間食などの生活習慣の影響が大きく親世代への啓発や妊娠期でのアプローチなどの提案があった。 また、若年者の歯ぐきの炎症も課題で、大学生などの若い世代が歯科健診を受ける仕掛けが必要という意見が複数の委員からあった。例えば大学での歯科健診の実施、本市歯科健診事業の周知強化、たばこや大麻など他の分野の健康教育の際に一緒に啓発するといった提案があった。さらに働き世代については、健康診断のように雇用する側が歯科健診未受診者に受診勧奨できないか、一般定期健康診断に歯科健診が追加できないかという意見もあった。 また能登地震の際、京都府歯科医師会が歯科衛生士会や歯科技工士会
-------------------	---

健康長寿推進第二係長	と連携し、災害歯科支援チーム JDAT を派遣されたことなど、災害時歯科保健医療や平時からの備えについて、報告・意見があった。 食育推進部会について口頭で説明 食育推進部会は12月6日に開催。事務局の方から、令和6年度の食育の取り組みについて、特に、今年度は食育ボランティアである食育指導員12期生の養成を行ったこと、また、新型コロナにより滞っていた地域での食育活動の状況に改善が見られたことについて報告。 食育指導員については、養成した食育指導員が継続して長く活動できるよう、支援の方法についてはさらに工夫が必要、という意見をいただいた。この点につきましては事務局として今後しっかり検討を行っていきたいと考えている。 また、保育・教育の分野からは、給食を通じた食育の取り組みや京の食文化の継承を目的とした取り組みの報告いただいた。さらに農業分野からは、御出席いただいた団体様より、生産者の立場から地産地消を進める取り組みについて報告いただいた。 各分野における取り組みについて共有させていただき、今後も連携しながら食育を進めていくという認識を改めて共有した。
議長	報告ありがとうございます。続いて各部会長からもご発言いただきたい。生活習慣病予防部会長は本日欠席のため、口腔保健部会長からお願いします。
口腔保健部会長	口腔保健部会は、非常に活発に、いろいろな方面からのご発言があった。 特に、京都ならではの感じたのが、多くいる大学生などに、早めの段階で、歯周病予防の啓発活動をプランニングされているという辺りが、非常に効果的なのではないかと感じた。今後も、いろいろと京都ならではの計画の策定等、お役に立てたらと思う。
食育推進部会長	食育推進部会では、先ほど報告があったように、たくさんの団体さんがたくさんの取り組みをされており、それらのノウハウを共有しながら、協働できるようにという形で、話し合いが行われた。とてもたくさんの取り組みがあり、ぜひ今後も続けていただけたらと思っている。
議長	各部会には、非常に活発に活動していただいて感謝申し上げます。 先ほど健康格差の話をしたが、どこでも「良い人たちは良いけれど悪い人は悪い」、と両極端な状況がどんどん進んでいる気がする。そこは皆さんも実感されていると思う。良い人たちをより良くだけでなく、遅れてしまってる人たちは、おそらく複数の領域でも遅れていることが多

	いと思われるため、そういった方たちをこれからどう支援するか、いろいろまた考えていかないといけない。どうぞ引き続きよろしくお願いいたします。
--	--

- ③ 京都市健康づくり・口腔保健・食育推進プランに関するアンケート調査実施について
京都市民健康づくり推進会議に関する委員の委任及び委嘱について

事務局	・ 資料 8、資料 9に基づき説明 議題 3 について、質問等なし
-----	--

- ④ その他意見

議長	・ 全ての議題が終了したが、委員から御意見等ないので、今年度で2年の任期を終えられる市民公募委員のおふたりから一言ずついただきたい。
戸田委員	・ ありがとうございます。 市民公募委員を務めた2年間で、各取組の実績が着実に上がっていることを実感した。それぞれの取組を所属・団体にとどまらず、市全体で横に展開していただけたらと思う。 まず1点目だが、もっと活動の広報を充実し、広く市民に届くようにしていただきたい。実際に自分が地域の活動に参加した際も、たまたま見つけることができたが、活動参加者にも偏りがあり、もっと様々な取組があるだろうに必要な人に届いていないのがもったいない。 2点目は、敬老乗車証の値上がりにより、高齢者の外出機会が減った、病院への受診が減ったという話を聞く。京都市の敬老乗車証の制度は大変ありがたいということが前提だが、東京都など他都市では、高齢者の外出促進や健康増進等の観点から、値下げをするところもあるようだ。 京都市には京都市の事情があり、今後も制度について見直しが続けられるところと思うが、健康長寿という観点からも、廃止に向かうのではなく、持続可能な制度として維持いただきたい。
議長	・ ありがとうございます。事務局からご発言をお願いします。
健康長寿のまち・京都推進室長	・ 広報に関する御意見ありがとうございます。

健康長寿のまち・京都推進担当局長	まず知っていただくことが大事というのはまさにその通りで、しかし、なかなか届かない、というのも事実。市民しんぶんや SNS など様々な媒体を活用しているが、届かない人には届かない、という状況が非常に難しいと感じている。健康づくりは非常に大切なことであり、これからも様々な手段を利用して、広くしっかり届けられるよう進めていく。 ・ 敬老乗車証制度に関する御意見ありがとうございます。 京都市では、高齢者人口が増えていくなかで制度を持続させるために、財政状況を踏まえ制度の見直しをさせていただいた。ちょうど今年度、敬老乗車証に関するアンケートを実施している。利用者には、利用目的、申請されてない方はその理由、若い世代にも御意見を伺い、もうすぐ結果を公表する予定。今すぐの負担金値下げは、財政的な問題から難しいが、生きがいつくりの制度として、持続可能な制度となるよう、利便性の向上に努めてまいる。
議長	・ ありがとうございます。続いて、中村委員お願いします。
中村委員	・ 自身も後期高齢者であるが、デイサービスへのボランティアなど積極的に活動をしている。
	女性の更年期障害はとてもつらいもの。症状は人によると思うが、自身でしかわからないつらさがあるため、医療費の控除など行政の支援が必要だと思っていた。女性の健康支援を考えていただきたい。
議長	・ ありがとうございます。
	更年期については、ここ 5・6 年くらい前から国も女性の健康について、かなり関心が高い。これまで男性中心の健康づくりがメインになりがちだったが、今は女性の方にも注目高くなってきているため、ぜひ京都でも意識していただきたい。それを通して男性の方の健康のことも知ることができて良いと思う。
	・ それでは、その他、特に御発言ないようですので、会議を終了します。ありがとうございました。

(3) 閉会挨拶 京都市保健所長 池田 雄史