

第3回 徳島市健康づくり計画及び自殺計画策定市民会議 議事録（要約）

開催日時	日時：令和6年1月30日（火）13時30分～14時30分
開催場所	徳島市役所 8階 庁議室
次第	1 議題 （1）パブリックコメント手続の実施結果 について （2）徳島市健康づくり計画（第3次）・徳島市自殺対策計画（第2次）（案）について 2 その他
配布資料	資料1 徳島市健康づくり計画（第3次）・徳島市自殺対策計画（第2次）（素案）に対するパブリックコメント手続の実施結果 資料2 徳島市健康づくり計画（第3次）徳島市自殺対策計画（第2次）（令和6年度～令和17年度）（案） 参考資料 徳島市健康づくり計画（第3次）徳島市自殺対策計画（第2次）（令和6年度～令和17年度）概要版（案）

議事の経過	
議題1 パブリックコメント手続の実施結果について	
発言者	内容
事務局	— 資料1について説明 —
会長	有難うございました。事務局の説明について何かご意見等ございましたでしょうか。特にご意見がないようですので、次の議事に移りたいと思います。
議題2 徳島市健康づくり計画（第3次）・徳島市自殺対策計画（第2次）（案）について	
発言者	内容
事務局	— 資料2について説明 —
委員	<p>本件についてご参考までにちょっと申し上げたいと思います。</p> <p>57ページをお願いします。野菜摂取量の指標でございますが、今般取りまとまりました県民健康栄養調査に基づきまして、現状値、中間値、最終目標値ということで、最終目標値は国が掲げる350グラムというふうになっております。</p> <p>この国の350グラムというのが、成人についての1日あたり野菜摂取量となっております。令和4年の現状値の男性、女性の数値は県民全体の摂取量ということで、この数値が記載されていると思いますが、国の350グラムに合わせるとするならば、今青年というとらえ方が若干変わってきておりますが、できた当時の20歳以上の数値を記載するという考え方もあるのかなというところがございますので、その旨、お伝えさせていただければと思います。</p>
会長	現状値について、20歳以上以外の方も含まれているのではないかというご意見ですが、現状値についての数値のちょっと考え方について、いま一度確認を事務局の方でお願いしていただくことは可能でしょうか。
事務局	県民健康栄養調査の方を再度確認しまして、年齢の方で20歳以上の統計の数字を比較させていただきまして、数値の修正を検討したいと考えております。
委員	細かいことで申し訳ないのですが32ページの表のタイトルがわかりづらいです。「死因順位別にみた年齢階級」は少しおかしいのではと思います。「年齢階級別にみた死因順位1～3位の構成割合」とかに表現を変えていただければと思います。
事務局	おそらく表についているタイトルをそのまま拝借したと思うのですが、確かにわかりにくいいため、ご意見いただいた内容について検討させていただきます。
委員	<p>48ページの指標について、10月の市民会議時からこの目標値だったと思うのですが、下の表のがん精密検診受診率の最終目標値が99%というのはすごく立派すぎる数値です。先ほど会長とも相談して、目標は高い方がいいのではないかって言われたのですが、スクリーニングしている立場からすると、正しい受診方法をしてもらえばよいのですが、がん精密検診なのに便採血を受ける方やがんの治療中の方で例えばCT検査を毎回しているのに肺がん検診を受けたりとか、がん精密検診を受けなくてもよいケースがある。マンパワーが限られた中での99%はものすごい大変な数値だと思います。</p> <p>たとえば、目標は95%にさせていただいて、それが達成できたらAになるわけで、国の目標は90%で、県の目標は95%で高いなと思いましたが、市の目標は99%ととて</p>

	も立派な目標ですが、それよりもがん検診受診率の目標値を10～20%程度となっており、もう少し一次検査の方に力をいれて受診率の目標値を上げてほしいと思います。
会長	48 ページの指標のところの各がん精密検診受診率の最終目標値、具体的に言うと肺がんと乳がんが99%ということで、少しチャレンジングな目標じゃないかということでご意見を賜りましたが、私としては行政の皆さんがそういう目標を掲げていただいておりますので、それに向かって応援していくという手もあるのではと思うのですが、事務局の皆さんお考えいかがでしょうか。
事務局	99%があって肺がんと乳がんがあるんですけど、先ほど先生がおっしゃったように、県に合わせていくのも一つの方法かなと思います。あくまで目標でありますので無理な目標値と言われるかもしれませんが、当課としましてはこの目標に向けて一生懸命やっていきたいという気概を示すということで考えております。
委員	異論があるわけではありませので、頑張っていってほしいと思います。
会長	ありがとうございました。その他にご意見等ありませんでしょうか。 特にご意見もないようですので、この計画案のとおり進めさせていただくということで、少し調整する箇所は2点ありましたけれども。それ以外はこの内容で進めていくということでよろしいでしょうか。 (異議なし) ありがとうございます。
その他	
発言者	内容
事務局	— 今後のスケジュールについて説明 —
会長	今のご説明につきまして何かご質問等ございますか。 ご意見がないようですので、少し会議の時間が早く進んでおります。せっかくの機会ですので、事務局の方ともお話したんですけども、健康づくりや自殺対策の取り組みについてご要望等ありましたら委員の皆様方それぞれご意見をいただければと思います。
委員	私が一番気になるのはやはり自殺防止のために、我々がどんなことができるか。 例えば、ビラ配りとか、そんなことを考えております。県の方も同じようなことをやっております。駆り出されて県庁の方へ行くとワンセットになっており、いろんなものを配ったりしました。もし徳島市もそういうのをするのであれば、また考えて協力したいと思っております。よろしく願います。
委員	私は長年精神科の医師をやっておりますので、自殺に関してはかなり身近に感じており、専門の立場からは、うつ病や精神疾患による自殺というのに遭遇することは多いわけですが、例えば、うつ病でいうとそこから抜け出せない。「死にたい、死ぬしかない」という気持ちから完全に抜け出せない。早い受診と治療が行き渡るということが非常に大事だと思っております。治療中でも起こるわけでありまして、多くの要因が重なって自殺という行為を実行してしまうわけなので、いろんなネットワークが2重にも3重にも張り巡らされていることは非常に大事なことだと思っております。ネットワークによって危機的な所から抜け出せれば、多くの場合はまた通常の治療に戻って、普通の生活をしていけるだろうと思っております。
委員	私は徳島市の健康づくり協議会に出席させていただき、健康づくりには何が必要か

	<p>ということでいろいろ議論を聞いておまして、まず、自分の健康チェック、バランスのいい食事、運動、この三つがどううまくかみ合うかっていうことが一番大事なんじゃないかなと思っておまして、この三つのバランスというのをどうやってしっかりとればいいのかというところが一番課題ではないかなというふうに思いますし、運動に関しても1日30分以上汗をかくということで、男性では1日8000歩という目標数字もあり、一人一人が考えるべきことなのですが、私どもが協力できる部分は、精一杯お手伝いをさせていただきたいなと思っておしますので、今後ともよろしくお願いたします。</p>
委員	<p>健康づくりをどうやっていくかということで、バランスの取れた食事をどうすればとりやすくなるのか、健康のためには食事でも大事ですが、体を動かすことも含めてどう日常的に取り入れやすくするかということで、私どもといたしましても、バランスの取れた食事をつくるのは大変ですので、簡単に栄養が取れる、短時間でできる工夫、摂りやすい料理、こういったことを広めていくことが実践に結び付きやすいのかなという部分で、調理や料理について県民や市民の方にお伝えしていくことだと思えます。その中で、今健康長寿とよく言われておしますので、人生100年時代で高齢者の活動の場、通いの場等いろんなところに関わる中で、食の意欲が生まれて良くなっていくのかなと思って、支援を進めていきたいと思っております。</p>
委員	<p>健康づくりやまちづくりについて、歳をとっても皆さんとコミュニティとか、色々な会合に出て活発に話すとか、活動に参加する人は、平均的に元気だなということをつくづく感じています。</p> <p>私自身も高齢となり、運動は散歩等しておりますし、食べ物はなるべく野菜とかたたくさん食べるようにしております。できるだけそれからいろんな活動を通して、いつも前を見て考えながら活動しておりますので、そういうふうな部分か良いのかなと感じております。</p> <p>現在でも体で特に悪いところはほとんどないです。血圧が少しは高いですが、50代から血圧とつき合っているという感じです。私が思うことは、やはりいつも前を向いているということと、それと適度に運動している、栄養バランスをとるということじゃないかなと思います。</p>
委員	<p>健康と自殺について話をする会議と聞いてどのような会かと考えていましたら、会議の資料が送られてきて、中身を拝見すると、すごく広範囲に渡り丁寧に書かれた文章で感銘いたしました。この自殺の理由とか自殺に至るまでの経緯など、年代別で細かく書かれており、勉強させていただいたところでございます。</p> <p>私は職業柄、歯科医師でございますので、どうしても寿命を伸ばすには、疾患ですね、疾病と向き合うというところで疾病のメカニズムからどうしてこの人は死に至るのだろうかということを考える頭の構造になっているのですが、この計画案から健康というのは身体だけではなくメンタル的なことが非常に大切だなということを考えさせられました。</p>
委員	<p>保健所の役割としましては、市町村、徳島保健所管内13市町村ございまして、その中でも、徳島市が一番大きな人口を抱えており、保健所と違って、市民にアプローチする立場として、日頃、本当にご苦労されていることと考えております。</p>

	<p>保健所の役割としましては、そういった13市町村の連携をすとか、保健所でも会議がありますが、働き世代へのアプローチをするのに職域との連携ですとか、他の関係機関との連携等、健康づくりに取り組みやすい環境づくりをすることが保健所の役割とっております。また、健康づくりを推進して、高齢になっても生き生きと生活できる県にするためには、幼少期から介入が難しいとされている働き盛り世代や高校生に介入するのも、保健所の役割の一つかと思っておりますので、徳島市さんとも知恵を借りながら、そういった環境づくりに推進できるように尽力したいと思っておりますので、今後ともどうかよろしく願いいたします。</p>
委員	<p>当該の方では健康づくりということで、健康増進事業を幅広く、例えば生活習慣病対策であれば運動や食、個別の重要疾患については糖尿病、がん、循環器病と個別の領域に関して、各領域の専門の先生方にもご指導いただきながら取り組みを進めているところでございます。</p> <p>特に県としては生活習慣病対策もそうですけども、広く普及・啓発を行うところが一つ役割としてございまして、日頃から本当に様々な団体の皆様方にお世話になっているところです。また、保健所の方からもお話がありましたが、市町村さんとの連携という意味では、今後も保健所、徳島市等と一緒に取り組んで参りたいと思っておりますので、引き続き、皆様にもご指導、ご協力いただきますようお願いいたします。</p>
委員	<p>皆さんがおっしゃっていたように私も健康が一番ですので、バランスの良い食事や運動などを大事にしていたのですが、先日、体調を悪くし緊急入院になってしまって、昨日退院し、帰ってきたら、会議資料がポストに入っていたのですが、資料の内容まで細かく見ておらず、意見も何も言いようがないなと思っていたら、入院した時に改めて感じたことなのですが、お元気な方は活力いっぱい大きな声でよくお話をされているなと感じました。私も健康になるためには、よく話すことも大切ですが、話を聞くということも大事で健康のための相乗効果だなと思っております。日々の生活を毎日大切にし、健康のためによく話し、よく話を聞きニコニコ笑いながら過ごしていきたいと思えます。</p>
委員	<p>計画案の4ページに記載されている第三次の健康日本21の概念図について、生活習慣病の発症予防や重症化予防等を市も計画を立てられているということなのですが、個人の健康を支える社会づくりというのが非常に重要だということが示されているかと思えます。</p> <p>概念図の下の方に、誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備や自然に健康になれる環境づくりということが、やはりベースとして必要だということでは言われているかと思うんですけども、私個人的な要望でお話しさせていただきますが、マラソンの講座をやっているし、生徒さんたちと一緒に週2回、市の施設を使って夜の練習をしています。一つは中央公園、一つは田宮陸上競技場の公園でさせていただいているのですが、市民の方が特に働き盛りの方、運動するということになると仕事が終わって、平日の夜や休日ということになりますけれども、環境としては今ひとつかなというのを実感しています。</p> <p>いろいろと相談をしたり、要望を出したりするのは、大体徳島市の公園緑地課という部署になり、公園の管理等を行なっている部署なのですが、健康づくりというのは</p>

そういう観点からの見方がなかなかできない部分があるかと思います。そういう部分では、縦割り行政という要素が否めないのがあると思うのですが、健康づくりを担当する部署が、ぜひ健康づくりに施設をしっかり活用できるような要望を出していただけたらなというふうに願っています。

また、田宮陸上競技場では、私たちはランニングの練習をしています、歩いている方もたくさんいらっしゃいます。夜暗くなってからも多くの方々が公園を歩かれたり走られる中、足元がちょっと悪かったり暗かったりという状況があります。

一方、3年ほどかけて陸上競技場が改修されたのですが、19時には閉まってしまってもう使えないという状況です。その時にやはり我々ももう少し開館時間を長くしてもらえないかという要望を出したのですが、スポーツをする立場としましては、学生なり、そういうふうなトレーニングも19時までで終われると。実際ナイター施設ではないので夜に競技をしたりするような照明の明るさがないので、一般開放できないという回答であったのですが、確かに飛んだり跳ねたりとかすべて走ったりするような中では、照明の基準というのがありますので、協議ができないというのはわかるのですが、例えば健康づくりの場として19時から21時まで開放してもらい、歩いたり、ゆっくり走ったりっていう中では全然問題ないぐらいの照明もありますので、19時から21時まで市民の健康づくりのために開放しますということになると、働いている方々にとっては、利用してみようかなという、いいメッセージになるのではないかなと。それは運用の仕方です。大きな費用をかけずにできることではないかなというふうに思います。現在はそういう風な陸上競技場ではあるけれども、また違う使い方を違う部署がやるというようなことができたらなというふうに思っています。

9時から19時には閉まるということですが、香川県の屋島に新しい競技場があり、そこは9時から21時まで開いており、一般の市民の方々が利用できるのですが、市の施設は環境面では劣っているという状況が間違いないのかなと思います。

仮に競技場が使えないとするならば、我々もしょうがなく周辺を歩いたり走ったりしているわけなのですが、周辺においてもライトが非常に暗かったりします。足元を綺麗に整備しアスファルトの修理とか大変だと思うんですけど、ライトに関して言うと、照明強くするとか或いはちょっと間引いている部分をきちんとつけるとか対応できる部分がたくさんあるのではないかなと思います。

アメリカの公園では、ライトを市民の方々が運動している時間はつけていて、21時になったら間引くんですね。ですから1日中つけていると当然光熱費もたくさんかかると思います。2時間なら2時間だけライトアップし、あとは戻して犯罪等にならない程度で最低限という言い方はおかしいですが、安全の範囲での運動する時間に関しては、パッと明るくして、運動しやすくする、人が来やすくするというふうなことをやっているところもありますので、健康づくりのためにこの時間帯は照明を増やして、電気代は多少かかるけれども活用していただきたいとか、そんなこともできるのではないかなと思います。

行政内で他部署にアプローチしづらい部分はあるかと思いますが、可能である範囲でアプローチしていただけたらなという要望です。

委員

私は長年、徳島市の健康づくりのことを考えて業務をしていたのですが、今回この

	<p>計画の会議に参加させてもらい、いつも頭の中でみんなが健康になるためにはどうしたら良いだろうとか、徳島市はこういう目標立てていますとか、長年仕事として行ってやってきたつもりだったのですが、私は一市民になって5年目になり、この5年間、一市民で生活してきて、一度も健康づくりの計画を目にしたこともないし、周りの人がこういうのを言ったのも耳にしたことないし、全く誰も生活している一市民で健康には興味があるのはわかっているのですが、あれだけPRして概要版を作って配って何度も説明したのにと思ったのですが、いざ生活してみると浸透していないというのがすごく感じています。</p> <p>令和6年度から3次が始まりますが、概要版を作るのはお金がかかると思うので、両面1枚ぐらいで、コンパクトな両面のチラシみたいな、できるだけ隅々の市民の方に、生活している人がこのような計画やがん検診の低さなど知らない方に知ってもらい良い機会だと思います。皆様の団体の方でも周知していただけたらありがたいかなと思いますのでよろしくお願いします。</p>
委員	<p>この会議はとても貴重な会で、先ほど〇〇委員もすごくいいことをおっしゃっていたと思いますが、せっかくのこの計画をみんなに周知して、自殺のことなどをどこに相談したらいいのだろうという部分をぜひ入れていただいて、計画内容を周知しないとせっかくの計画も無駄になってしまうと思います。</p> <p>また、●●委員もおっしゃっていましたが、私たちが取り組みたいことが環境づくりだとすると、やっぱ部署を超えても、健康づくり課だけで考えていたらなかなか広がらないですね。私こどもの非番も長年させていただいていますが、車で親御さんが送り迎えするとか、給食のおかわりを自由にとるとか、変な痩せ志向であるとか、ありとあらゆる情報が多すぎて、結局は何もつかめていなくて不安になってという方をたくさん見かけます。健診でも沢山の方に会いますので、間違った知識を持って一生懸命時間をかけている方もいらっしゃるって、そういう方にきちんと医療機関を受診してもらうよう話したりしているのですが、時間がなくて苦労しています。</p> <p>市全体の健康リテラシーがどうやったら上がるのかっていうことを、折に触れ、徳島市さんからも広報を使ってどんどん出してくださったらなと思います。私自身もできることいつも考えたいと思っております。</p>
会長	<p>委員の皆様、ありがとうございました。</p> <p>私も多角的な視点からいろんなご意見をお聞きする機会がありましてすごく参考になりました。また、教育研究を通じて、市民の皆様の健康づくり、利用できるよう取り組んでいきたいと思っております。</p> <p>それではこれまでの市民会議では、各方面からご意見ご審議いただきまして、また会議の進行にご協力を賜り、誠にありがとうございました。この計画がこれから徳島市の健康づくり及び自殺対策の道しるべとなりますようご期待を申し上げまして、会議を締めくくらせていただきます。どうもありがとうございました。</p> <p>それでは進行を事務局へお返しします。</p>
閉会	