

## 令和 7 年度 京田辺市健康づくり推進協議会【HP 掲載】

日時：令和 7 年 7 月 28 日（月）午後 2 時 30 分～

場所：京田辺市保健センター 第一保健指導室

### 1 開会

### 2 会長挨拶

### 3 協議事項

#### （1）重点的な取組に紐付く事業

○令和 6 年度事業報告と今後の展開について

○その他

### 4 閉会

---

### 1 開会

－委員委嘱、委員紹介－

－会長、副会長の選出－

### 2 会長挨拶

### 3 協議事項

#### －「身体活動・運動」分野－

##### 【委員】

楽歩塾の男性参加者が少ないことについて、要因の一つに日中は働いている方が多いという背景があると思います。また、この暑さで昼間に歩くことは危険ですので、必ずしも昼間に活動しなければいけないということもないと思います。

一例として、夕方から夜にかけて、防犯推進の委員の方たちと防犯も兼ねて歩くなど、他の団体・組織と連携して、お互いにいい相乗効果で活動していくことも検討してはどうでしょうか。

##### 【会長】

男性が少ない理由は、委員のご指摘の通りだと思います。他の市町村では、就業時間後に事業を行うところもありますが、基本的には市の職員の勤務時間内に行われます。現在、働き方改革が進んで勤務時間外の仕事というのは厳しい状況になっていますので、市

としてどう考えていくかということになると思います。評価方法は検討する必要がありますが、市のホームページも活性化してきていますので、家の中で可能な運動を中心に動画配信を進めてみてはどうかと思います。

また、「身体活動・運動分野」について、ウォーキングが昔から事業の中心になっています。1日8000歩確保することが健康維持や寿命の延伸に重要であるということは科学的にも分かっています。しかし、特に高齢者の場合は、レジスタンス運動を日常生活に取り入れるべきということもありますので、運動の種類・強度を考えていただきたいと思います。

「テクテクなウォーク」の参加者が少ないことについて、以前行われていた「一休さんウォーク」は距離に差を設けており、動機づけに使用される初心者コースから運動習慣がある方への上級者コースまで用意していました。結果として、参加者は1000人を超えていました。京田辺市民は運動が習慣化されている方が高齢者を中心に相当数いらっしゃると思いますので、そういった方々に向けての事業というのをご検討いただければと考えます。

#### 【事務局】

ウォーキング事業に関しては、市内に10か所ある水辺の散策路を活用して実施しています。それぞれ長さの違いや高低差がありますので運動強度は異なります。しかし、地域ごとに偏りがありますのでそこがネックになっています。様々な実施の方法を模索していきたいと考えます。

－「休養・こころの健康」分野－ 意見なし

－「たばこ」分野－

#### 【委員】

駅で活動する際にタバコの吸殻がたくさん落ちています。受動喫煙防止の啓発事業について、もう少し詳しく説明いただきたいと思います。

#### 【事務局】

京田辺市内のすべての駅周辺が受動喫煙防止啓発区域になっており、それぞれロータリーや線路沿いのフェンスなどに横断幕が設置されています。令和2年の改正健康増進法施行の際は、劇的に駅前のたばこ問題が改善しましたが、時間の経過とともに、徐々にたば

この被害・苦情が増えてきています。横断幕の設置だけではなく、啓発方法を検討し、強化する必要があると考えています。

－「アルコール」分野－ 意見なし

－「歯と口腔の健康」分野－

【会長】

歯のひろばについて、参加者が最終の目標値に対してかなり少ないと思います。コロナ前とコロナ後で参加者数がどのように変化したのか教えてください。

【事務局】

参加者の傾向について、大きな変化はなく幼児が多いです。そのご家族も参加されるため成人もいます。しかし、最近は人数が減っており、コロナ禍で一旦事業を中断したことも要因の一つです。内容について、以前は歯科医師でなければ実施が難しかったフッ素塗布を実施していましたが、現在はフッ素入りの歯磨き粉が販売されているため、実施していません。また、歯科の定期受診を子どもの頃から継続している方が増加しています。当初の歯のひろばの目的と変わってきたことが参加者数が減少した原因の一つと考えています。

－「健康管理」分野－

【委員】

令和6年から始まった胃カメラについて、周知徹底してほしいと考えます。がん検診の情報について、どのように広報していますか。

【事務局】

胃カメラだけではなく全てのがん検診について、一つにまとめた案内冊子を全戸配布しています。インターネットでの周知、申し込み環境も設けています。さらに節目年齢などで個別勧奨を実施しています。他にもこれまでの検診事業において、受診方法が変わった際は、はがきではなく、文書による勧奨も行ってきました。

【委員】

この資料には記載がありませんが耳の健康について、難聴や聞こえにくさが認知症へ発展する問題があります。この点について、情報提供や検査など実施していく方向性がありますか。

【事務局】

この資料については、健康増進計画・食育推進計画に紐づいた事業のみ記載し報告しています。がん検診は五大がんと言われている「検診を実施することで死亡率を下げる明確なエビデンスがある」もの、法律に基づくものを記載しています。また、特定健診は国民健康保険の方、後期高齢者健診は後期高齢者の方を対象とした事業であり、労働者向けに社会保険で実施されている健診と同様のものです。認知症予防を目的とした耳の健診については、この計画にないプラスアルファの事業になりますので、資料への記載がなく、この場で方向性を回答するものではありません。ご意見のみ担当課へお伝えさせていただきます。

-「栄養・食生活」分野- 意見なし

-「地産地消」分野-

【委員】

学校給食における地元食材の使用割合はどの程度でしょうか。また、令和6年度から始まった給食センターの給食についてどのような意見が出ていますか。

【委員】

「まるごときょうとの日」について、京田辺市産の割合が令和6年度は60%です。1年間を通して、令和6年度は約23%が京田辺市産であり、お米については、100%京田辺市産です。給食センターの給食について、2学期に実施したアンケートでは「温かいものを温かく、冷たいものは冷たくいただけて美味しい」という意見をいただいています。今後もアンケートを実施したいと考えています。

## －「食育推進の環境整備」分野－

### 【委員】

食改いきいきレシピをクックパッドに掲載しているとのことですが、無料ユーザーだと検索結果が見づらく、快適に使用するためには月額料がかかります。若い世代だとインスタグラムを使用している人が多いため、SNS を活用して季節の野菜レシピなど配信してはどうでしょうか。

### 【事務局】

他の分野では SNS を活用している事例もありますので、ぜひ検討していきたいと考えます。

### 【委員】

経済的困難への対応、地域の子どもの保護者の繋がりを深める、食育の推進など様々な視点で子ども食堂は全国 7000 ヶ所で実施されています。両親が共働きの場合、孤食の問題もあります。市は子ども食堂を設置していく方向性がありますか。

### 【事務局】

子ども食堂については、貧困、孤食、フードロスなど様々な視点がありますが、社会福祉協議会に登録されているボランティア団体で実施されています。現在、市で事業化されているものはありません。また、この場合は健康増進計画・食育推進計画に紐付く事業について協議する場であるので、それ以外の個別の事業の方向性について回答できません。

## －振り返り「こころの健康・休養」分野－

### 【委員】

こころの健康分野について、アンケート結果で把握できている部分もありますが、ここで把握できていない方へのフォローはどうなっていますか。悩みやストレスがあっても隠れてしまっている方への働きかけを教えてください。

### 【事務局】

委員のご指摘のとおり、この分野の難しい点は本当に問題を抱えてらっしゃる方が見えないことです。例えば、ホームページで啓発している「こころの体温計」では、個人の悩み・ストレスの原因を可視化して、さらに相談に結びつけるためのリンクを設置していま

す。現状では、「こころ」に関するいずれかの事業でフォローが必要な方を見つけて拾い上げ、適切な窓口・支援に繋げていくという方法をとっています。

#### －振り返り「健康管理」分野－

##### 【委員】

健康管理の基盤整備について、人間ドックの自己負担額が上がっています。もっと市民が受診しやすい環境を整えていただきたいと考えます。

##### 【事務局】

人間ドックのように一度にまとめて受診は難しいですが、自己負担額の少ない検診も整えています。特定健診、後期高齢者健診については無料です。五大がん検診も安価もしくは無料ですので、引き続き周知いたします。

—————協議終了—————

##### 【事務局】

— 来年度は中間評価を予定しており、複数回の開催となることを連絡 —