

第7回 苫小牧市健康づくり推進協議会 議事録

日 時	平成31年2月14日（木）18：30～19：40
場 所	市役所2階21会議室
出席委員	遠藤委員、片岡委員、壁谷委員、小山委員、斉藤委員、佐藤委員、杉村委員、高柳委員、田中委員、長田委員、久木委員、深澤委員、細川委員 (敬称略、五十音順)
事務局	健康こども部健康支援課
会議次第	<ol style="list-style-type: none">1 開会2 健康こども部長挨拶3 議事<ol style="list-style-type: none">(1) 受動喫煙に関する実態調査の実施結果について(2) みんなで健幸大作戦！の実施について(3) 自殺対策について(4) 各委員との意見交換4 閉会

発 言 者	発 言 内 容
事務局 (健康支援課長補佐)	<p>定刻になりましたので、ただ今から「第7回苫小牧市健康づくり推進協議会」を開催いたします。委員の皆様におかれましては、お忙しい中御出席いただきまして、誠にありがとうございます。本日、司会を務めます、健康支援課長補佐の鳥羽と申します。よろしくお願いいたします。</p> <p>それでは、開催にあたりまして、健康子ども部長の桜田より御挨拶申し上げます。</p>
健康子ども部長	<p style="text-align: center;">〈健康子ども部長挨拶〉</p>
事務局 (健康支援課長補佐)	<p>本日の協議会は現時点で、委員15人中、13人の出席となっておりますので、苫小牧市健康づくり推進協議会設置要綱第6条第2項に基づきまして、本日の会議が成立していることを御報告申し上げます。</p> <p>なお、本日の会議は、19時45分頃を目途に終了したいと考えておりますので、円滑な議事の進行に御協力くださいますようお願い申し上げます。</p> <p>また、委員の皆様のお席にマイクを設置しておりますので発言の際は、ボタンを押していただきまして、終わりましたらもう一度押して、ランプの方を消していただきますようお願いいたします。</p> <p>委員の皆様には事前に配布いたしました資料を御持参いただくようお願いしておりますが、お持ちでない方がいらっしゃいましたら、お知らせいただけますでしょうか。</p> <p>また、資料の修正と追加がございまして、「議事次第」と資料5「自殺対策について」をお手元に配布しておりますのでご確認ください。</p> <p>それでは、これからの議事進行は苫小牧市健康づくり推進協議会設置要綱第5条第4項に基づきまして、高柳委員長にお願いいたします。</p>
高柳委員長	<p>皆さん、こんばんは。</p> <p>それでは早速、議事を進めてまいりたいと思います。</p> <p>それでは、議事1の「受動喫煙に関する実態調査の実施結果について」を事務局から説明お願いいたします。</p>
事務局 (健康支援課主事)	<p>私の方から「受動喫煙に関する実態調査の実施結果について」お手元の資料2に沿ってご説明させていただきます。</p> <p>1ページ目の調査概要についてですが、この度の実態調査は、市民・企業・飲食店を対象としてそれぞれ異なる内容のアンケートを送付いたしました。</p> <p>市民向けのアンケートは、20歳以上の苫小牧市民3,000人を対象とし、回収率は42.0%。企業向けのアンケートは市内の企業をはじめとして医療機関・大学・高校・保育園等2,222箇所を対象とし、回収率は54.4%。飲食店向けのアンケートは市内の飲食店1,106箇所を対象とし、回収率は25.4%でした。</p> <p>続きまして2ページの「受動喫煙防止対策取組状況」についてですが、健康増進法の改正により、第一種施設に該当する施設の取組状況については、医療機関は47.7%、幼稚園保育園は90.2%、高校・大学は70.0%となっております。第二種施設に該当する施設の取組状況については、敷地内禁煙、屋</p>

内禁煙、喫煙専用室が設置されている企業は 61.1%、飲食店は 30.6%となっています。

また、3 ページ、既存の飲食店の約 7 割が客席面積 100 m²以下となっており、標識の掲示で喫煙可能となっております。

それでは、4 ページから 12 ページの市民向け「たばこに関するアンケート」の結果についてですが、男女別、年齢別の喫煙状況につきましては、4 ページから 5 ページに掲載のとおりです。

次に 6 ページの「禁煙意識と禁煙外来の認知度」についてですが、喫煙者の約 7 割が、「禁煙したい」「節煙したい」と回答しております。禁煙外来につきましては、市民の 54%に認知されておりますが、「禁煙外来を利用したい」と回答した市民は 16.7%となっております。

また 7 ページの「受動喫煙の認知度」についてですが、受動喫煙という言葉、意味については、ともに約 9 割の市民に認知されております。

次に 8 ページの「受動喫煙に対する意識・行動」についてですが、受動喫煙にあったことがある市民は 85.9%で、場所は「飲食店」、「職場」、「路上」の順で多く、73.5%が「迷惑に思った」と回答しております。

受動喫煙にあった時の行動については、「我慢した」が 47.9%、「移動した」が 29.0%となっております。

また、「喫煙・受動喫煙が健康に与える影響」については、市民の 86.7%が「影響ある」と回答しております。

次に 10 ページの「飲食の利用における受動喫煙の意識」についてですが、飲食店を利用する際、市民の 69.9%が「喫煙、分煙されているか気になる」と回答しておりまして、席を選択できる場合、市民の 74.2%が「禁煙席を選択する」と回答しております。

また、市民の 96.1%が飲食店における受動喫煙の防止対策を望んでおります。

また 11 ページの「公共施設の利用における受動喫煙の意識」についてですが、市民の 96.2%が公共施設における受動喫煙の防止対策を望んでおります。

続きまして 13 ページから 17 ページ目までは企業向けアンケートの結果についてまとめたものとなります。

14 ページの「受動喫煙防止対策の取組状況」についてですが、企業の 57.5%が「受動喫煙防止対策を行っている」と回答しており、施設内の禁煙、分煙に取り組んでいます。

次に 16 ページの「企業の嫌煙・分煙状況」についてですが、「敷地内全面禁煙」、「屋内全面禁煙」、「喫煙専用室有」を合わせると 66.7%となり、「喫煙可能」、「喫煙スペース有」は 28.7%となっております。また、「喫煙可能」、「喫煙スペース有」と回答している企業のうち、63.9%が禁煙、分煙の対応を検討しております。

続きまして 18 ページから 23 ページ目までは飲食店向けアンケートの結果についてまとめたものになります。

「飲食店の禁煙・分煙状況」についてですが、「喫煙可能」、「喫煙スペース有」

	<p>を合わせると 69.4%となり、「敷地内全面禁煙」、「店内全面禁煙」、「喫煙専用室有」は 30.6%となっております。また、「喫煙可能」、「喫煙スペース有」と回答している飲食店のうち、32.3%が禁煙、分煙の対応を検討しております。</p> <p>次に 20 ページの「全面禁煙・分煙による経営に及ぼす影響」についてですが、「喫煙可能」、「喫煙スペース有」と回答している飲食店は、全面禁煙や分煙した場合、45.7%が「売上が下がる」と回答しております。</p> <p>一方、「全面禁煙」、「分煙」としている飲食店は、「売上は変わらない」が 57.0%、「売上が上がった」が 13.9%となっております。</p> <p>また、「全面禁煙」、「分煙」としたことによる効果は、「家族連れの来客が増えた」、「従業員の職場環境が改善された」との回答が多く、飲食店の 75.6%が「全面禁煙、分煙を実施してよかった」と回答しております。</p> <p>最後に「市が取り組む喫煙、受動喫煙防止対策の必要性・要望」につきまして多くの方から、ご意見を頂戴しており、別紙に記載しておりますので、ご参照いただければと思います。</p> <p>「受動喫煙に関する実態調査の実施結果について」につきましては以上でございます。</p>
<p>事務局 (健康支援課長補佐)</p>	<p>続きまして、受動喫煙に関連いたしまして、改正健康増進法についてご説明いたします。お手元の資料 3 をご覧ください。</p> <p>健康増進法の改正につきましては、8 月の「第 6 回健康づくり推進協議会」でご説明させていただきましたが、学校、児童福祉施設・病院・行政機関の庁舎等第一種施設につきましては敷地内禁煙となり、事務所、飲食店等の第二種施設につきましては原則屋内禁煙となります。</p> <p>法の施行日につきましては裏面の方に記載のとおり段階的に施行されてきて、第一種施設につきましては、当初 2019 年の夏頃を予定しておりましたが、この度国の通知によりまして、施行日が 2019 年 7 月 1 日となりました。従いまして、本年 7 月 1 日には市役所庁舎は敷地内禁煙となりますので、現在屋外に設置しております喫煙場所の取り扱いにつきましては、関係部署において検討しているところでございます。</p> <p>第二種施設の取扱いにつきましては、2020 年の 4 月 1 日施行となっておりますので、公共施設につきましては 2020 年の 4 月 1 日にまでに原則屋内禁煙となります。本市の公共施設は約 9 割が敷地内禁煙または屋内禁煙となっておりますけれども、屋外の出入口付近に喫煙場所が設置されている施設もございますことから、アンケートの結果にもございますように、敷地内全面禁煙や喫煙室の設置等の受動喫煙防止対策が求められているところでございます。</p> <p>3 月には公共施設における禁煙、分煙実態調査を行いますけれども、本調査結果を踏まえまして、今後の方向性について関係部署との協議を図ってまいりたいと考えております。</p> <p>健康増進法につきましては以上でございます。</p>
<p>高柳委員長</p>	<p>それでは、ただいまの説明があった議事 1 につきまして、御質問、御意見がありましたらお願いします。</p>

	「受動喫煙に関する実態調査の実施結果について」いかがでしょうか。
遠藤委員	これは公表されるのかということと、この結果を見て役所は何かする予定はあるのでしょうか。
事務局 (健康支援課長補佐)	まず本調査検査は、本日が最初の公表になります。本日、記者の方もいらしてしておりますので、本協議会が終わりましたら、民報さんの方で掲載していただく形になります。この調査結果は庁内でも共有を図りまして、今後の対策に向けて検討したいと考えております。また、今年度実施したアンケート調査結果につきましては平成 31 年度に受動喫煙防止対策として実施する条例の制定ですとかガイドラインの作成に反映させてまいりたいと考えております。
高柳委員長	よろしいですか。その他の委員の方いかがでしょうか。
長田委員	今の遠藤委員と重なる部分もあるのですが、せっかく取ったこのアンケートの 6 ページの結果を見ますと、喫煙者の禁煙、節煙したいという人が 67% 以上もある。せっかくこういう数字が出たのですから、このアンケートをいただいた方に対して「こういうような方法で禁煙を進めてはどうですか」というようなことを役所はアクションを起こす計画はないのでしょうか。 ただ、「こういうアンケートになりました。結果はこういう数字になっています。」と調査の結果だけを知らしめるのではなく、その後のアクションはないのですか。
事務局 (健康支援課長補佐)	今年度実施いたしましたアンケートの調査結果につきましては、今後の受動喫煙対策を検討する上で必要ということで取らせていただいたものであります。6 月に実施いたしました禁煙外来の実態調査の結果は、禁煙外来につきましては市民の約半数の方に認知されていますけれども、利用したいという方については 16.7% という結果になっておりますので、禁煙外来についてどのくらいの治療期間がかかるのか、どのくらいの費用がかかるのか、そういったことも含めまして周知したいと考えております。
長田委員	アンケートは無記名ですよね。だからアンケートいただいた方に直接通知することはできないのではないのでしょうか。禁煙したいという人と禁煙外来に行きたいという人とのギャップはかなり大きいですね。だからこの禁煙外来にどうやって禁煙したい人を誘導するのかってところなんですけれども。
高柳委員長	その他にはありませんか。
田中委員	全体的にたとえば 23 ページを見ますと、市の取組に対して事業所であろうが一般の方にしてもアンケートで見ると半分は結構なことだというような判断できるのではないかと思うのですが、それを受けて市に対する要望だとか必要性についてってタイトルになっておりますけれども、具体的に市としてどんな対策を持っているのでしょうか。

<p>事務局 (健康支援課長補佐)</p>	<p>具体的な対策ということですが、まずは喫煙している方で禁煙したいという方に対するサポートや、受動喫煙を防止するための対策ということで平成 31 年度は条例の制定を検討しております。さらに市民向けにわかりやすい情報提供ということでガイドラインの作成を検討しているところです。</p>
<p>高柳委員長</p>	<p>よろしいでしょうか。他にありますか。</p>
<p>久木委員</p>	<p>今もいろいろ言われてますけど、それは喫煙者に対しての要望ですよ。前も私伝えていると思いますが、市役所や公共施設って言うんですか、それに対してどういう風にして今後屋外で喫煙に対して建物どうするかって言われてましたけども。札幌市とかその他では全国的により先に進んで、全面禁煙とかの施設が多くなってきて、交通部とか消防でも全面禁煙と。学校でも 600 あるうち 500 で吸ってませんよというような全面禁煙化を目指しているという風に示してはいるんですかね。苫小牧市としてそういう具体的な要望、市役所はこういう風にやりますよとか、他の地区高齢施設センターには表にプレハブがあります。今回、王子病院は現状プレハブの喫煙所を撤去したと民報にも出てましたけれども。そういうのが現状ないと思うんですよ。それで私たち見てるんですけど、市の職員が何人タバコ吸ってるかわかりませんが、職場を立ってタバコを吸いに行くということ自体 5 分ぐらい職場を出ていると思うんですよ。その段階で受付の人がタバコを吸ってれば、なんぼ表で吸ってたとしても体に染みつきますよね。それを吸った人が受付で対応したときに、間違いなく臭いますよね。不快なものと思うんですよ。そういう人もいると思うんで、やっぱり市の職員から分煙、こういう喫煙をやめてもらうとか、そういう意識づけは現状できているのか。これから今後どうしていくのか対応策として、市役所が率先してやっていかないと。市が率先してほしいとアンケートにもかなり出てるわけですよ。その意見に対してどういう対応を取っていくのか知りたいです。</p>
<p>事務局 (健康支援課長補佐)</p>	<p>これまでも市の職員に対する委員がおっしゃいましたようなご意見は何度かお聞きしたことはございます。この度、このようなアンケートを取ったことによって、市民の方から公共施設に対する意見ですとか、市の職員に対する意見、本庁舎の屋外の喫煙所に対する意見等ご指摘いただきましたので、みなさんからいただいた意見をまずは全庁で共有したいと考えております。また、今検討しているのは、まずは市の職員から始める取組として、毎月 22 日が「禁煙の日」と位置付けられておりますけれども、その「禁煙の日」を普及していこうかと検討しているところです。</p>
<p>久木委員</p>	<p>公共施設に関してはどうなんですか。取りやめる方向で進めていくのか、国の施策に基づいてやっていくのか、先に苫小牧市として国より先に進んでいくのかというのが知りたいです。</p>

<p>事務局 (健康支援課長補佐)</p>	<p>公共施設につきましては、第二種施設として位置付けられまして、屋外については特に規制がないというのが現状であります。しかしながら、出入口付近には喫煙場所を設置しないですとか、人が多く集まるような場所では屋外であっても設置しないことすとか、喫煙する場合は周囲に配慮するといったような義務があります。ただそれに対して、現在苫小牧市の公共施設については約9割が敷地内禁煙または屋内禁煙となっておりますが、やはり屋外の出入口付近に禁煙場所を設置している施設がまだありますので、そういった現状から市民の皆さんから厳しいご意見をいただいているのではないかと考えておりますので、この結果を踏まえまして、各スポーツ施設ですとか、公共施設の所管の部署と現状をご理解いただいたうえで協議してまいりたいと考えております。</p>
<p>高柳委員長</p>	<p>いかかですか。このタバコに関する意見をまずいっぱい出していただきたいと思うんですけど。私からよろしいでしょうか。</p> <p>職員の喫煙に対する対策というか厳しい意見が出てますけど、やはり個人的には市長がですね、個人を攻撃するわけではないんですが、実際には節煙されているように伺っておりますが、この「健幸大作戦！」を開始するということ言われてますから、うちの会としても市長が率先して禁煙の旗を振っていただくということが、職員も動きやすいのではないかと。市長の下にいる方が市長にそういう話をする、されているようにも聞いてますけども、うちの会としてもその辺をどうでしょう。かつてメタボ健診の時に厚労省の昔の武見大臣がメタボのダイエットを率先して毎日腹囲を測ったことがあったんですけども。同じように上に立つ人間が大変でしょうけど、こちらの会としては勧めるために必要ですということを議事録に載せていただきたい。これは個人の嗜好の問題にもなるんですけど、でも実際市の職員に当然厳しい意見が出てますよね。そうなるとその辺がやはり進めるうえで大事な点じゃないかと思っています。委員長で勝手なことを言ってますけども。皆さんのご意見をいただければと思いますけれども。</p>
<p>田中委員</p>	<p>これを読んでいて市民の意見を見ますと、今委員長が言ったような一つの要件として主張としてみれば、たばこ税といいますか、収入の面も考えなければいけない面もありますよね。まったくタバコを吸うなともいえないでしょうし、一方健康を担っているうえで健康を重視していかないといけないこともありますけども。その難しさといいますか、タバコを生産したり売ったりしている立場の人から意見を聞いたことはあるのでしょうか。</p>
<p>健康こども部長</p>	<p>タバコを販売していらっしゃる組合さんがいます。そちらの方たちからはご意見は要望という形でいただいております。吸える方が吸う権利をできるようにきちんと吸える場所というんでしょうかね、健康増進法の中でも全面禁煙ではあるけれども、適切な空調設備そのような場所があればというような、タバコを売る立場の方たちからすれば、そのようなことを希望したいというようなご要望をいただいております。たばこ税も今田中委員がおっしゃったような重要な市税として入ってくるところもありますけども。そしてタバコを売られている方たちにとってはそれが収入、生活の家庭を営む収入</p>

	<p>源となりますのでそのような立場の方たちからもご要望はいただいております。</p>
高柳委員長	<p>他にいかがでしょうか。タバコに対するアンケートは、たくさん書いてあってここでは読み切れないけれども、まあ逆に言うと一人一人がアンケート調査に対するこれだけたくさんの意見が書かれているということは市民の喫煙、禁煙に対する思いが強いんじゃないかと。普通アンケート書くとこんなに意見は載らないと思うんですよね。さすがに読み切れないですけど、市民の細かなところは喫煙が良いという意見もあるのかもしれないけども、きっと不満というか喫煙に対する意見がいっぱい書かれているということだと思うんですけど。それを踏まえてその法律を超えて市がどこまでやれるというのか問題がありますけども、法律に関わらず苦小牧市として市民としてどういう風にやっていくのか、この会で、市長のことを吊し上げてるわけじゃないですけど、まあ言いましたけど。そういう市の職員の全体に対しての意見というか。発言されてない方どうぞ。</p>
斉藤委員	<p>このアンケートを見て、たくさんの方がいろんな意見を書かれているのを読みまして、やはり市として形にさせていただきたいと読みました。それで昔、飛行機とか JR とかは元々タバコが吸えたものを公的などというところでどんどん吸えないような条件が出されていて、今回の法改正のところでは第一種施設もそのような方向に行っているというところで、やっぱり公的などところはそういうことをしていく必要があるのだと思いますし、なかなか役所の方としてははっきり言えないというところが現状かとは思いますが、やはり特徴のあるものを前に出さないといけないと、せっかくアンケートに答えていた方々は何だったんだろうと思うので、そこはもうちょっと力を合わせてというか、この会の中で方向性をもうちょっと明確にさせていただきたいと思います。ただ、個人的なところはやはり思考というか考えがあるので、お家で吸うとかそういうところまでどうこうっていうところは個人のレベルになると思うので、公的などところはしっかりと足固めをしていただきたいと思います。</p>
高柳委員長	<p>他の委員の方いかがですか。今この会で意見は録音されて議事録として残るんでしょから、ただ具体的に委員会としての文章というか公的な市に対してのしなければいけないというところまでがこの委員会の位置づけではないのかなと思うんですけど、市民を代表として受動喫煙に対する意見は思った以上というか想像を超えた強いものだったという結論にして良いかと思うんですけども、いかがでしょうか。また意見がありましたら。</p> <p>それと議事録2の「みんなで健幸大作戦！実施について」お願いします。</p>

事務局

(健康支援課課長)

資料4の横のカラーの資料についてご説明いたします。

31年度の取組として先ほど部長からのご挨拶の中でもありましたが、「みんなで健幸大作戦」に取り組むことを考えております。

「健康寿命をのばそう ～ちょっと実行、ずっと健康～」というものをスローガンに、苫小牧市民の皆様が人生の最後まで、元気に健康で楽しく毎日が送れることを目標にして取組を行っていきます。こちらは4本の柱がございまして、1つ目に「定期的に健康状態を確かめる」ということで、健診の受診をきっちり推進していこう、定着させていこうと考えております。その他に、「適切な食生活」、先ほどからお話ししている「タバコの禁煙」、そして「適度な運動」こちらの取組により健康寿命をのばそうと推進していきたく思っております。具体的な内容については裏面に事業が記載されております。

まず健診の方ですが、市が行っている「特定健診」、「がん検診」こちらの受診率を上げていく取組を様々行っていきたく思っております。その中の1つとしまして、今健診を行っている医療機関さん、医科の方ですとか歯周病健診を行っている歯科医療機関さんを含めて健診をやっていますというオリジナルステッカーを貼っていただいて、市民の方々にもかかりつけの病院に行ったときに健診を受診できるような体制を整えたいと考えております。

それから右側の方の「適切な食生活」につきましては食に関する達人の方を登録しまして、様々な団体様への出前講座の講師として派遣したいと、これを「食育人材バンク」と申しますがこれに取組、地域の方々に適切な食生活を広めていきたく思います。その他、「健康食レストラン」と記載がありますが、こちら保健センターさんをお願いしておりますが、健康食を食べながら、健康を学ぶというようなレストランを定期的で開催していただこうと思っております。

左側の下にあります「禁煙」につきましては、先ほどもたくさんご意見ありましたが、まず「空気のおいしい施設ステッカー」ということで、北海道の取組でもあるのですけれども、苫小牧のオリジナルのステッカーを作りまして、禁煙施設を表示できるようなことをしたいと思っております。それと先ほど課長補佐が言いました毎月22日が「禁煙の日」となっておりますので、白鳥の形に似てるということで「スワンズワンデー」とこちらを市役所の職員から取り組みますが、企業ですとか市民の皆様にも周知していくように取り組んでいきます。その他「受動喫煙やがん予防フォーラム」、市民の皆様と意見を交換できるようなフォーラムにしたいと考えております。

右側の「適度な運動」につきましてはラジオ体操やウォーキング、ストレッチ等気軽にできる運動を市民の皆様にも推進していこうと考えております。

こういった取り組みを行うことによりまして、真ん中に記載がありますが、「健康なまちづくり」ということを宣言していきながら、企業においては健康経営の推進を図っていきたく思います。

下に「健幸アンバサダーの養成」とありますけれども、こちらは健康をロコミで広めていく伝道師と言われておりまして、特に資格を持たない方でも、

	<p>健康についていろいろ勉強している方が知人の方ですとか地域の中で口コミで広げていく、そんな役割を持っていただくんですが、この健幸アンバサダーを養成していこうと思っておりますので、ぜひ今日ご参加の委員の皆様も該当するのではないかと思いますので、こういったものに協力していただけたらと思っております。</p> <p>これらの事業については、市単独ではなかなかできないものばかりですので、各団体様にもご協力をいただきながら、まちぐるみの取組として健康づくりの活動を推進していこうと思っております。</p>
高柳委員長	<p>はい、ありがとうございます。この件につきましてご意見、ご質問がありましたら、お願いいたします。今日は体育協会の方は欠席なんですか。</p> <p>はい、どうぞ。</p>
田中委員	<p>字のとおり「健幸」ということで、健康になって幸せになってもらいたいということだと思います。今日の民報で事業内容ということで、一応今回 500 万円という予算が立っていると思います。それで新年 4 日の日に大作戦をするということで市長の方から出ましたけども、このテーマは 1 年間だけってことですか。健康に対しては 1 年では済まないと思うんですよね、現状考えてみて。この間からいろいろ言われているのは人生 100 年時代と言われていきます。それですべてのものが安心できるか、学び直せる環境にあるか、健康寿命を延ばせる手段あるかというのが新聞等々でいろいろ言われてます。苫小牧市かいろいろ先だってやってると思いますけど、現状 1 年のスパンではどれだけできるのか。このあいだ昨年一昨年、苫小牧市の運動大会もありましたけども。あれも続けてくれるのかなと思いましたが、1 回で終わってしまったというのが現状あると思います。去年だか一昨年苫小牧市において、「介護予防と健康増進へと自分自身の健康づくり講座」というのがあったんですよね。それを出てきまして、中年期、生活習慣病の予防、病気の早期発見早期治療、更年期、老年症候群の予防、生活不具合の早期発見、日常も構えてってことだと思います。それを安全かつ効果的にするのは運動が 1 番だと。それと筋肉 10 箇所がありまして、「無理しない、ストレッチをしてから開始する、水分をよく取る、痛みが起きたら休養する、トレーニング中の転倒に注意、トレーニング中は息を止めない、トレーニングは 123、トレーニングを自己流に変更しない、トレーニング内容は複数の種目を、継続が最も正しい。」という風に言われています。運動もそうなんですけど、市でいろいろやってはいるんですけど、いろんなところで 2 回ずつくらいのスパンで健康体操を。私が受けたのはコンサドーレさんの専属トレーナーさんが来て 2 回、体育館の指導員がきたのが 2 回、日新のプールの指導員がきたのが 2 回、他にもいろいろあったと思うんですけど、2 回ちょっとやって終わると。もう少しやりたいなど。運動の自己流なんですけど、みんな自己流でやってしまってるんですよね。歩き方にしても足開いてただ歩けば良い、ストレッチやスクワットにしてもただ腰を曲げれば良いと。みんなそう思ってるんだと思うんですけど。ちゃんと基本の練習をしないと運動をしても結果的に膝痛めたり、歩きすぎて健康でなくなるというのがあると思うんですけど。苫小牧</p>

	<p>市でとまチョップの万歩計を買ってもらって、ありましたよね。とまチョップをくれるプレゼント。それで結構なってると思うんですけど、これも1年で終わってるんですよ。最後の日にイオンに持って行って計ってもらって、最初に作った基本から今どうなっているかというのが何人か受けてると思うんですよ。とまチョップポイントいららないんでデータとして残ってると思うんで、それをみんなあちこちについてますよね。今ひと月どれだけの人が歩いたのかデータを取って、苫小牧市がパーセントで20代、30代、40代というと思うんですけど、どういう年代でこういう風に歩けば健康になるというのが基本をベースとして作っていかないと何も結果的にできないんじゃないかという風に思っはいるんですよ。</p>
高柳委員長	<p>委員の質問の主旨は結局、「1年で終わるのか。継続していくことが大事じゃないのか」ということに尽きると思うんですけども、市の方はいかがですか。</p>
事務局 (健康支援課課長)	<p>確かに「健幸大作戦！」という名称では1年ですけども、事業の中身は次の年も継続できるようなものを企画しておりまして、できるだけこれをきっかけに取り組んだ人が続けていけるようなそういうことを意識しています。ただどうしても、先ほど言ったようなウォーキングの万歩計のようなものですとか最初は皆さんたくさん来ていただくのですが、あとは自分で継続していただくことの意識付け、動機付けのきっかけづくりというのを私たちははしていると考えております。それがなるべく続けていけるようにサポートはしていきたいと思っておりますけれど、様々なきっかけを作っていくことも重要なことと思っております。今回運動の面では、ラジオ体操とかウォーキング、ストレッチとありますが、ほとんどもうすでにやってる取組だと思います。そこにスポットを当てて、これがすごく良い運動だから続けようという確認をする。町内会でやっているラジオ体操等もどんどん注目を向けると。そのようなことを意識した事業となっておりますので、できるだけ継続ができるように意識していきたいと思っております。</p>
高柳委員長	<p>その他委員から意見はありますか。 それでは議事3の「自殺対策について」事務局から説明をお願いします。</p>
事務局 (健康支援課主査)	<p>健康支援課の松田です。 自殺対策について私の方からは「国の自殺対策の動向について」お話をさせていただきます。パソコンを操作いたしますので、着座して説明させていただきます。資料5もしくはスライド、見やすい方でお話をお聞きください。 こちらの表は警視庁の自殺原票を集計したものとなっています。青のグラフは自殺者の総数、オレンジ色は男性、緑色は女性を示しています。日本の自殺者数はバブル崩壊後の社会経済状況の悪化等から平成10年に年間3万人を超え、平成15年には過去最多の34,427人となり、14年連続して3万人を超える状態が続いていました。年々減少傾向にありますが、平成29年においても依然として、年間2万人を超える状態であり、また主要国と比較してもまだまだ高い状況にあります。</p>

	<p>こちらの表は平成 28 年の死因順位です。日本全体の自殺者数は少しずつ減少してきておりますが、若年層は横ばいとなっており、15 歳～44 歳の死因第 1 位は自殺となっております。また自殺は主要国においても若年層の順位の上位を占めておりますが、日本だけが第 1 位となっており死亡率も高い状況にあります。</p> <p>国の自殺対策の経過ですが、先ほど平成 10 年以降自殺者が 3 万人を超えるという状況が続いたことを受けて、平成 18 年 10 月に「自殺対策基本法」が施行されます。その後平成 28 年に一部改正された自殺対策基本法第 13 条の中では、都道府県及び市町村において地域の実情を踏まえた自殺対策に関する計画を定めることが義務付けられました。また実態を踏まえた見直しが行われ、平成 29 年 7 月「自殺総合対策大綱」が閣議決定しております。</p> <p>こちらは平成 29 年 7 月に見直しがされた自殺総合対策大綱の概要です。1 番上に書いてある基本理念は「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す」と明記されており、社会における「生きることの阻害因子」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させるとしています。</p> <p>下の表の基本方針では、生きることの包括的な支援として推進すること。そのために関連施策との有機的な連携強化が必要であることや、対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させること等が掲げられました。</p> <p>右の上の表の自殺総合対策における当面の重点施策について 12 の施策が挙げられており、この中で線が引いてある部分が旧大綱からの主な変更箇所となっております。地域レベルの実践的な取組の強化、子ども・若者の自殺対策をさらに推進する、勤務問題に対する自殺対策を更に推進する等が新たに盛り込まれております。数値目標としては平成 38 年度までに自殺死亡率を平成 27 年度と比べて 30%以上の減少が目標とされております。</p> <p>私の方からは「国の自殺対策と動向について」の説明は以上となります。</p>
<p>事務局 (健康支援課保健師)</p>	<p>続きまして私の方から「苫小牧市の自殺者の現状と課題」ということでお話しさせていただきます。資料の 7 ページをご覧ください。</p> <p>こちらは平成 27 年における全国・全道・苫小牧市の主要死因別の死亡状況を示したものになっております。平成 27 年度で見ますと苫小牧市は全国、全道と比較して、自殺で亡くなる方が多いことが読み取れます。</p> <p>次に平成 26 年からの自殺者の年次推移を示したものになっております。平成 30 年は苫小牧市の自殺者数は 40 名ということで昨年の 27 名を大きく上回る結果となりました。</p> <p>9 ページは自殺死亡率の推移を示したものになっております。全国・全道は徐々に減少傾向にありますが、苫小牧市は増減を繰り返している特徴があります。</p> <p>スライド 10 ページは苫小牧市の自殺者数を男女別に示したものになっております。この結果から苫小牧市の自殺者数は女性よりも男性の方が多いたことが読み取れます。</p> <p>次のスライドは苫小牧市の自殺者数を年齢階級別に示したものになってお</p>

	<p>ります。この結果から 40 代から 59 歳までの年齢の方が 1 番自殺者数が多いことがわかります。この年代の自殺率は全国と比較しても高い値になっております。</p> <p>次のスライドは苫小牧市の自殺者数を職業別で示したものになっております。こちらの結果としては、非雇用・勤め人の方が自殺者数が多いということになりました。</p> <p>次に苫小牧市の自殺者数を原因別で示したものになっております。この結果としては男女共に健康問題が高いという結果になりました。</p> <p>こちらは自殺総合対策推進センターが作成している「地域自殺実態プロフィール」というもので、自殺者数の統計から地域の特徴を示しているものになっております。この結果を踏まえても、苫小牧市は男性で 40～59 歳、仕事をされておりまして同居家族がある方の自殺者数が 1 番多いという現状でした。</p> <p>苫小牧市では、健康増進計画の中で自殺対策推進計画を盛り込み、自殺対策を重点課題として取り組んでおります。その中で、自殺死亡率の減少、働く世代でストレスをよく感じている人の割合の減少、メンタルヘルス相談先を知っている人の向上ということで目標を挙げております。</p> <p>健康支援課では以下のような取組を進めてまいりました。また平成 30 年度には新たに自殺対策実務者ネットワークを開催いたしました。会議には、保健所や精神科医療機関、警察、消防、法務局をはじめ労働関係の方等 23 名の方が参加し、苫小牧の現状を共有する場となりました。会議では資料にありますような意見をいただき、自殺対策は地域で取り組む課題であることを実感いたしました。会議を通して自殺対策は、生きるための選択をサポートしていくことだと感じました。ですが自殺というのは非常に複雑な問題が絡み合っており、一文や 1 人の支援者でサポートできるものではありません。だからこそ、支援者や地域住民の方が繋がり、点が線や面となりセーフティネットを広げていることが大事だと感じております。</p> <p>今後の自殺対策の体制作りとしましては、庁内会議等の開催や庁内事業の棚卸しにより庁内横断的な体制作りを進めていきたいと思っております。</p> <p>次に現在行っているゲートキーパー養成講座等を通して住民さんの繋がりをどんどん広げていきたいと思っております。そして関係団体とのネットワーク強化により、地域ネットワークの参画を進めていきたいと思っております。</p> <p>私からのご報告は以上です。</p>
高柳委員長	はい、ありがとうございました。この件につきまして、何かご質問ご意見ありますでしょうか。片岡先生何かあります。
片岡委員	何もないんですけど。自殺って日本で非常に自殺率が高いって以前から言われていて、取り組んでやっちはいるんですけど。日本の中では非常に自殺率の低いところがあるんですね。四国のとある村なんですけども。その現地に行っているいろいろ聞いたりして、そのことを本にまとめた先生がいらっしゃるんですけど、やっぱりあの地域の在り方みたいなのがすごく大きいんで

	<p>すよね。そこは四国の田舎で裕福なところでもないんですけど、やっぱり地域の在りようが人が困ったときにみんなが動くとか、やはりいろんな繋がりがあって。苫小牧は大きいところなのでそんな簡単にはいかないと思うんですけど、やはり地域をどんな風に作っていくか非常に大きな課題があるので、やっぱりそのことをイメージしながらやっていただかないと、私も含めてやっていかないと。あのちょっとこれをやってちょっとあれをやって所謂技術的なことだけでカバーできるわけではないと思いますので、私も皆さんと協力して取り組んでいきたいと思います。</p>
高柳委員長	<p>はい、ありがとうございます。いかがでしょうか、よろしいですか。 これですべての議事が終了いたしました。よろしいですか。はい、どうぞ。</p>
長田委員	<p>あのさっきの「健幸大作戦！」の部門なんですけどね。説明の中にはなかなか行政サイドだけでは難しいので、各団体との連携協力しながら取り組んでいきますとお話したんですけど。ところがこの健康診断の関係なんですけど前の時もいろんなデータで少ないんですよ、受診している割合が。今回もこの4つのジャンルの中にまた健康診断入ってますので、できれば町内会連合会や老人クラブ連合会の方に健康診断の受診を勧めるような依頼はしないのでしょうか。できればしてほしいと思うんですよ。私は老人クラブ連合会の方なんですけど、日吉の老人クラブなんですけどね。私は新しい年度4月からですけども、会員のできれば全員を目指して健康診断を受診しようという事業を取り組もうと思っているんですよ。できれば町内会のメンバーなら町内会の方から、老人クラブのメンバーなら老人クラブの方から話しかけた方がスムーズに勧めることができると思うんですよ。それを連合会の方に行政サイドの方からお願いするような形を取ってもらえれば、取り組みやすいと思うんですよ。できれば4月から新年度に入りますんで、もう私のところも4月9日に総会をする段取りをしているんですけど、そこで新年度の事業の計画を立てているんですけど、その中にさっき言ったように健康診断の受診を取り込もうと思っているんですけど、その依頼の文書もできれば今月中とか3月の早い時期に連合会の方に出していただくと、各クラブでも新年度に取り組むということを時期的な問題ですけど間に合うんじゃないかと思うんですよ。できればお願いしたいと。私老人クラブ連合会の立場で話したんですけども。</p>
高柳委員長	<p>細川さん、町内会連合会からの立場からいかがですか。</p>
細川委員	<p>そういう要請があれば、例えば今度町の役員会が3月なんですよ。まだ日にちがはっきりしてませんが、これは広報について来年度から変わるとい説明があって、こういうところで要望のされたいろんなことを積極的に出てきて、各課が町連に要請するというそういう仕組みを作っていただければ、市のいろんなことが町内会の中でも浸透普及していくのではないかなという気がしますので、ぜひ年何回かのそれぞれの団体の役員会だとか総会だとかいうところに出てきて、市の積極的な施策を宣伝するというような形があった方がより浸透するのではないかと考えます。</p>

事務局 (健康支援課課長)	非常にありがたいお言葉で私たちも各団体さんに説明に出向いて行くなり、協力を求めているなと思いますし、もちろんご意見をいただきながら良いものを作りあげたいと思っております。それでそれぞれ事務局が町連さんや老連さんの事務局がありますので、こういった形にお話ししたらいいかも相談しながら、ただ文書だけではなくできたらお話ししたいと思っておりますので、日程のすり合わせをして伺いたいなと思いますのでよろしく願いいたします。
高柳委員長	よろしいでしょうか。その他ありますか。
杉村委員	受動喫煙防止対策のところに戻ってしまうんですけども、喫煙防止対策ではなくて、受動喫煙本人が望まないタバコの被害を防止するというものですので、個人の意見なんですけどいろんな多方面の団体さんとか企業さんとかいろんなところに配慮しないといけないというのがあると思うんですけど、受動喫煙防止対策ですので積極的に取り組んでも良いんじゃないかと思えます。今タバコの自動販売機を見ても、マイルドとかライトっていうタバコの銘柄もなくなっているんですよ。世の中もそういう風にちゃんと動いているので、例えば苫小牧の喫煙率にしても北海道は喫煙率高いですし、女性については北海道の平均よりもさらに高いということで、その現実を私たちはデータがあるのでわかっていますけども、市民の方にも広く現状を理解していただくというか、健康増進のためには良くないよねって市民の意識を高めていくのも大事なのかなと考えたりもします。一個人の考え方なんですけども。
高柳委員長	はい、ありがとうございます。よろしいですか。 では本日の協議会を終了します。
事務局 (健康支援課長補佐)	高柳委員長ありがとうございました。今年度の協議会は本日が最後の開催になりますので、最後に委員長から一言ご挨拶をお願いしたいと思います。
高柳委員長	7回にわたる協議会に参加いただきありがとうございます。新年度各団体でまた推薦していただき、委員が交代するかなと思うんですけども、各委員は任期がありますけども、それぞれの立場で意見がありましたらどんどん市の方に意見を言っていただけたらと思います。あっという間の7回の協議会でしたけれども、なんとか皆さんの協力で終わることができました。ありがとうございました。
事務局 (健康支援課長補佐)	高柳委員長ありがとうございました。委員の皆様におかれましては本日を含めまして計7回の協議会にご出席いただきまして、誠にありがとうございました。先ほど委員長からもございましたが、任期が終えられました後も健康増進に対数ご意見等がございましたら、ぜひ頂戴できればと考えております。また、平成31年度からの委員につきましては後日各団体様に推薦のお願いをいたしますので、こちらも重ねてよろしくお願い申し上げます。 以上をもちまして、「第7回苫小牧市健康づくり推進協議会」を閉会いたします。本日はお忙しい中お集まりいただき、誠にありがとうございました。