

様式第4号（第11項関係）

西脇市審議会等の会議の記録

審議会等の名称	西脇市健康づくり推進協議会
開催日時	令和2年7月30日（木） 午後 1時30分～2時45分
開催場所	西脇市コミュニティ消防センター
出席委員の氏名 又は人数	村上典正会長、徳岡敏昭副会長、南久雄委員、蓮池一晃委員、岩井正秀委員、筒井俊明委員、藤原伸子委員、藤井幼子委員、新保安章委員、神月喜代子委員、高見雅史委員、富永なおみ委員、清水泰明委員 計13名
欠席委員の氏名 又は人数	濱田圭子委員、高瀬徳美委員、時政良光委員 計3名
出席職員の職・ 氏名又は人数	くらし安心部長 高田洋明、くらし安心部健幸都市推進室理事 藤井善之、福祉部長寿福祉課長 村井真紀、くらし安心部保険医療課長 長井恵美、くらし安心部健幸都市推進室主幹兼健康課長 塩崎さゆり、健幸都市推進室主査兼健康課主査 岡本洋子、健康課主査 西村香、健康課主査 藤井貴子、健康課主査 森脇賢造 計9名
公開・非公開の別	公開
非公開の理由	
傍聴人の数	0人
議題又は協議事項	(1) 令和元年度保健事業実施報告及び令和2年度保健事業実施計画について (2) 高齢者の保健事業と介護予防事業の一体的実施について (3) 健幸運動教室 Ni-Co（にこ）について (4) 西脇小児医療を守る会の活動について (5) 地域医療を支える市民の会の活動について
会議の記録（概要）	
	1 開会 2 会長挨拶 3 委員紹介 4 報告・協議

発言者	(1) 令和元年度保健事業実施報告及び令和2年度保健事業実施計画について
事務局	令和元年度保健事業実施報告及び令和2年度保健事業実施計画の説明
会長	報告について質問はないか。
委員	いずみ会活動の中の兵庫県立大学、高等学校との3者の事業は継続事業か、それとも1回限りの事業か。
事務局	1回限りです。
委員	せっかくいい献立を作っているのに継続しないのはもったいない。高等学校といずみ会で継続できないのか。
事務局	事業で作った動画や献立は今年度掲載していく。
委員	献立表は市の広報紙には載せないのか。
事務局	広報に載せている。今後も掲載していく予定にしている。
委員	旬菜館で配布するだけなら、せっかく良いことを考えておられるのが市民全体に行き渡らないのではないかと思った。
会長	他に意見はないか。特にないようなので次に進む。
	(2) 高齢者の保健事業と介護予防事業の一体的実施について
事務局	高齢者の保健事業と介護予防事業の一体的実施について事務局より説明
会長	ただいまの説明について意見、質問はないか。
委員	フレイル予防事業でフレイルの人を探して健康状態に戻すために運動をしていくのは良い話だが、週1回の運動指導や要支援1、要支援2の人に運動をしてもらって継続するには声かけをしないと継続できない。それをどのように継

	<p>続させるのかが今の話では見えてこない。ホームヘルパーさんとかが毎日介入しているならその人たちに声かけをしてもらえないだろうか。それと、自宅での運動を毎日頑張っている人はフレイルにならない。頑張っていないからフレイルになる。また、運動しないといけないことが分かっていても、“面白くない”、“今日はしんどい”といった理由でしない人がフレイルになっていく。おりひめ体操等に出てくる活発な人は放っておいてもフレイルにならない。フレイルになる人は家でも積極的な事をしない。このような人を積極的に介入していく方法はどのようなのか。予防、啓発、運動の知識は与えても、それを誰が見守っていくのかということをしてしないと現実してくれない人が多いのではないか。</p>
事務局	<p>一体的実施では、高齢者の健康に無関心の方に関心を持ってもらうよう働きかけている。健康運動教室の説明を通して、外出を促がし、楽しみながら運動を継続していけるよう声かけをしている。また、地域の色々なサービスを利用されている方にも声をかけていただき、教室に参加できない方に何か続けていけるようなことを検討していきたいと考えている。</p>
委員	<p>Ni-Co（にこ）に応募した人のように出てこれる人はいいが、出てこない人でフレイルの人が一番問題である。これをいかに出てきてもらい継続することが重要である。継続しないと何年たっても医療費の削減にはならないと思う。</p>
会長	<p>他に意見はないか。特にないようなので次に進む。</p>
	<p>(3) 健幸運動教室 Ni-Co（にこ）について</p>
事務局	<p>健幸運動教室 Ni-Co（にこ）について事務局より説明</p>
会長	<p>ただいまの説明について意見、質問はないか。</p>
委員	<p>先日、Ni-Co（にこ）に個人で気軽に申し込んだが、連絡はいただけるのか。また、厳しいものではないのか。</p>

事務局	申込みいただいた方については、案内の準備を進めている。また、治療中の方については主治医の意見、許可をとっていただく準備もしており、順次案内していく。運動強度としては、4メッツから6メッツまであり、4メッツが卓球やラジオ体操第1くらいの強度で、6メッツが軽いジョギング程度の強度である。強度としてはこの程度の幅があり、その中で本人の体力測定の結果や年齢等を考慮しながら運動強度の設定をさせていただく。
会長	他に何か意見はないか。
委員	現在112人の申込みで定員が200人でそれ以上は増やさないのであるか。
事務局	今年度は先着200人です。
委員	現在これだけの申込みがあれば推薦しにくい。
事務局	最初の頃に比べると申込みが足踏み状態となっているので声かけをしていただけるとありがたい。
委員	これは継続的な事業か。単年度で終わってしまうと目的が半減すると思う。今回の200人がサポーターとなって次の200人を呼び込み、継続的な事業としてしたらいいと思う。
事務局	今年度はモデル事業として実施し、来年度の本格的な事業の実施に向けて行っている。今年度参加いただいた方には、自身がアンバサダーとなって声かけをし、次の方を誘っていただき、一緒に健康づくりに取り組む方を増やしていければと考えている。
委員	途中でやめる人がいても再募集はしないのか。
事務局	それぞれの事情により途中でやめられた方の欠員については、3か月ごとに体力測定を行うので、様子を見ながら年度途中でも新しい人に入っていただきたいと考えている。
委員	今年の参加者の200人のフォローアップはどうするのか。

事務局	フォローアップについても検討する。
事務局	2年間を期間とし、今年はモデル的に行うため、色々な課題も出てくる。そういったところを見極めながら、本格実施を来年度からさせていただく。2年間は在籍していただき、新規の募集も毎年行う。参加者が2年間経過すると、ある程度自分でやり方も覚えていただける。また、市内のスポーツジム等にも協力を求め、継続できるように考えている。
会長	他に意見はないか。特にないようなので次に進む。
委員	<p>(4)西脇小児医療を守る会の活動について</p> <p>小児医療を守る会代表からの説明 活動始めて12年になる。次へと繋げたい活動であるが、後継者がいない。それでも、お家でのホームケアや休日・夜間に病院に受診する際に慌てることのないように勉強会活動を中心に今も活動を続けている。初めての育児で不安に思われる方もあるし、医療が整っていないと非常に困ると思う。今、西脇では小児科も充実しており大きな病院もある。これを守り続けるのが目標である。併せて、感謝の気持ちを伝え、住民と医療者を繋ぐため、母親や子どもたちから預かった手紙を届ける活動をしている。これからも継続し、小児医療を守る活動を続けていきたい。</p>
会長	是非活動を続けていただきたいと思う。
委員	<p>(5)地域医療を支える市民の会の活動について</p> <p>地域医療を支える市民の会代表からの説明 私たちの活動は年度ごとの総会において決定しているが、ここ5年間継続している事業が二つある。一つは、10月から12月にかけて市内のこども園を訪問し、紙芝居をしている。紙芝居の内容は“命を大切に”ということで、読み聞かせるだけでなく、一つひとつの場面に対し、子どもたちの意見を聞き、一緒に考えるというものである。昨年度は8つのこども園で実施した。もう一つは大人に対しての活</p>

	<p>動ということで、老人会、おりひめ体操、女性会などの会合等で自分でできる簡単な脳梗塞の早期発見方法の説明、実践をし、覚えていただくという活動をしている。また、医療機関にかかる時の態度、コミュニケーション、病状の伝え方等を10項目に分け、医者にかかる10カ条と題して皆さんに話している。今年は1月に3回、2月1回行ったが、今は、3～4件の申込みをいただいているが、コロナの関係で延期している。</p>
<p>会長</p>	<p>以上で終了ですが、全体をとおして質問、意見はないか。これで、本日の報告・協議は終了する。</p>
<p>事務局</p>	<p>5 その他 特に連絡事項はないが、先程説明したチラシが8月に各戸配布するので知り合い等に声かけをしていただければありがたい。それとコロナウイルス感染症が県内でも発生の報告がそれなりに出ている。保健事業（高齢者の方の通いの場）は春先に自粛していただき、活動再開後のアンケートでは、外へ出る機会が減ったということで気持ちが落ち込んでいる方が多かった。今は、密を避ける、手洗いの徹底、マスクの着用などの感染予防をしっかりともらって継続している状況である。特段、感染の状況がひどくならないければ活動を継続していただきたいと考えている。</p>
<p>委員</p>	<p>コロナの話が出たので西脇病院からお願いしたい。病院では3月から発熱がある方は医師会の協力を得て別ルートで診察している。これから秋にかけて発熱の方が増えると思う。来院後に発熱が分かると非常に混乱を招くため、住民の方には来院前に自宅で体温を測っていただきたい。発熱がある場合は電話で連絡していただき、来院時間を調整する。</p>
<p>委員</p>	<p>何度くらいの熱で連絡するのか。</p>
<p>委員</p>	<p>人により異なるが一つの目安として37度である。他に気になる症状がある場合は電話で伝えてほしい。</p> <p>6 閉会</p>

事務局	これで令和2年度西脇市健康づくり推進協議会を終了する。
問合せ先	西脇市くらし安心部健康課