

## 平成 30 年度山形県健康長寿推進協議会議事録

日 時：平成 31 年 3 月 5 日（火）

午後 2 時 30 分～午後 4 時

場 所：あこや会館べにばな会議室

### 1 開会

司会：伊藤課長補佐

### 2 あいさつ

阿彦医療統括監

### 3 報告事項（資料 2～7）

以下の 2 事項を健康づくり推進課員沼課長が説明

#### （1）健康やまがた安心プランの進捗状況等について

- ・健康やまがた安心プランの評価指標について
- ・平成 30 年度主要事業の実施状況について
- ・平成 30 年度の新たな動きについて

#### （2）平成 31 年度主要事業の概要について

### 4 協議（資料 8、参考 1～3）

平成 31 年度「山形の資源を活かした「健康長寿日本一」推進事業について、健康づくり推進課員沼課長が説明。

（荒木委員）

食生活改善推進協議会は、県内の全市町村に設置されており、行政と連携し、ボランティアで活動しており、減塩活動に主に取り組んできた。健康づくりには、毎日の食事がいかに大切かをもっと県民の皆さんに知ってもらいたいと感じている。我々の活動は市町村との連携が必要だが、市町村によってばらつきがあるので、できれば、予算は難しいと思うが、我々が活動しやすいような支援や、会員の増加といった点も含めて検討してもらえればありがたい。

（飯野委員）

資料では山形県民は健康寿命が長いにもかかわらず、血圧や血中コレステロール値が高くなっている。これだけ見れば、血圧とコレステロール値と健康寿命は関連しないようにも考えられる。いろいろなデータがあるが、健康寿命に寄与する因子というものは分析されているのか。もしわかっているなら、それに向かった施策をたてればよいのではないか。

(貝沼課長)

エビデンスベースで話をしていくことはすごく大事だと思う。後程報告するが、データを使った様々な施策の検討を、今田先生を始め、先生方の協力をいただきながら進めていきたいと考えている。

また、健康寿命の数字はアンケート調査であり、難しいところがある。

(飯野委員)

歯科の立場から、今年度当教室で発表した歯と健康との関連の論文内容を紹介する。入れ歯でもブリッジでも、咬める歯を20本以上持っている人は19本以下の人と比べると、栄養不良や認知症になりにくいことがわかった。ぜひかかりつけ歯科医をもってもらい、人工の歯でもよいので20本以上のしっかりとした歯を持つようにしていただきたい。

(村山委員)

80歳で歯を20本残しておくことが大事で、かつ、入れ歯でもブリッジでも、しっかり噛めることが認知症予防に有効と言うデータが出ている。また、歯周病と糖尿病の因果関係も指摘されている。平成31年度の新規事業の中に、歯と口腔についても含めてもらえるとありがたいと思う。口で物を噛んで食事をして飲み込むが大事で、そこをしっかりとフォローしていくことが、高齢者の健康寿命を延ばすのに大事だ。

※オーラルフレイル 身体の衰え(フレイル)の初期に口腔機能に現れる症状で、滑舌低下、食べこぼし、噛めない食品が増えるなどの症状を発症する。

(金光委員)

資料ナンバー8別紙に栄養の視点で記載されている文言が正確ではない。資源が食材であるとすると、栄養の視点ではなく、食品の視点になるので訂正をお願いする。

(川野代理委員)

当社の現状を報告させてもらう。当社は今年度も健康経営優良法人※に認定された。

当社では、65名の社員それぞれが、健康に関するテーマを設定して取り組む4か月間の健康チャレンジを一昨年から始めている。今年で3年目で、一人ひとりの取り組みを評価し表彰を社員全員の前で行うことで、楽しく取り組み、社員の意識も上がったと思う。

当社の健康経営は、健康経営をしようとして始めたものではなかった。当社は建設業で、各現場で行っているラジオ体操などの安全への取り組みが、健康にもつながるのではないか、と始まった。他の中小企業でも、健康への取り組みではなくても、何かしていると思う。中小企業が新しく1から健康経営に取り組むのは大変だと思うので、ラジオ体操でも何でも、今取り組んでいる活動から始めることも必要ではないか。

※健康経営優良法人制度 健康経営の取り組みが社会的に評価されるよう経済産業省が創設した制度で、認

定基準に基づき毎年度認定が行われる。2019年版は2019年2月に認定され、本県関係では中小規模法人が59社、大規模法人が4社認定された。

(後藤委員)

国民健康保険のデータヘルスの分析を行っているが、60代の健診受診率がなかなか上がらない状況だ。ぜひ働いているうちから、退職後は国民健康保険で受診する意識付けができればと思っている。退職したら自分で受診しに行かないといけない。

先程、飯野委員から健康寿命の話があったが、国民健康保険のデータベースでも、どういった人が介護保険を必要となるのか串刺しで出せるようになってきた。市町村毎の詳細なデータが出せるようになれば、ここに反映できるのかなと思う。

(小松委員)

在宅での訪問看護や施設でのケアを行っている。その中では高齢者の口腔ケアの重要性を感じている。誤嚥性肺炎を繰り返すと、高齢者は寝たきりになってしまうことがわかってきている。互いに協力して取り組めないか、日頃から強く思っている。また、心と体は繋がっていると感じている。心と体のケアを両輪でやっていくべきだと思う。

(今田委員)

山形大学医学部を挙げてのプロジェクトとして、山形県のコホート研究で2万人の健診受診者の10年間のデータを分析している。その中では、どういった健診データの方が、その後どういった病気になるのかが見えてくる。どういう健診データの方が何年後に介護になる、あるいは脳卒中や心筋梗塞になるということがわかる。県内の村山地区や庄内地区など7地区のデータを持っているので、地域差も見ることができる。さらに、病気になる前に見つけることができると思う。そのようなデータを解析し、こういった会議に使ってもらえればと思う。

それと、色々な団体の方と健康の推進について話をする機会があるが、皆さん一生懸命取り組んでいるものの、バラバラに頑張っていて、そこがもったいないと思う。大きなレベルの取組みから、地域の地道な取組みまで一つの方向性に向かえれば、と思う。そのためにも、各団体が方向性を共有する場があればと思う。できることがあれば協力したいのでよろしくお願いします。

(笹委員)

新規事業の地域の健康リーダーの育成については、その育成は市町村が行うことになるのか。長井市には運動推進員がいるが、推進員がリーダーを兼任しても良いのか。人材としては活用できると思うので、先行している市町村ではどのように取り組んでいるのか教えてもらいたい。

(貝沼課長)

リーダーの育成については、市町村にやってもらうことは考えていない。市町村が既に取り組んでいることがあれば、その取組みと一緒にできればと考えている。リーダーの育成については、県が研修会を開くが、その中で市町村と一緒に取り組めればと思う。詳細は今後詰めていく。

(笹委員)

見附市の資料には健康ポイントの取組みも紹介されている。山形県でも健康マイレージ事業を行っているので、協力店も増えているところであり、それと一緒に進めてはどうか。新たな事業と現在進めている事業を合わせると良いのではないか。

(多田委員)

健康経営について話をさせていただく。健診事業に取り組んでいるが、退職後、その先の保険が何かはわからず、その先の手立てを模索しているところだ。

まずは職域から、という意味で健康経営の取組みがあると思うが、県内でも協会けんぽ加入事業者で52~53社が健康経営優良法人に認定されており、浸透してきたと思う。

新規事業の健康経営リーダーの育成は良いことだと感じている。事業所への介入は保険者としても関われると思う。県から声掛けをしてもらい、国保など各団体と幅広く連携して取り組めればと思うので、音頭を取ってほしいと思う。

手引書については、保健師が介入した時に、どこに相談をしたらわからないと聞かれることが多いので、そういった時に事業者を提供するものとしてとても良いと思う。

(福原委員)

地域の健康づくりリーダーについては、地域包括ケアとの関係が深いと感じた。地域包括ケアは、地域の一般住民を巻き込んで支援していかないといけない。専門職だけでは難しい。民生委員はそのキーパーソンとなると思うが、民生委員の成り手がない。健康づくりリーダーは、健康な人には広がっていくと思うが、例えば障がいがある人や介護とか要支援の人にどう関わっていくか検討していかなければならない。病気を持っている方や、介護が必要な方が、それ以上悪くならないような取組みにももっと力を入れる必要があると思った。

(舟山委員)

新規事業へのお願いがある。健康づくりリーダーは、その育成講習のカリキュラムにメンタル部分への対応を含めて講習をしてほしい。健康な心に健康な体が宿る。セラピストをしていると、ストレスが非常に溜まった状態の方が来る。そうになると食事も摂れないし、考える力もなくなる。リーダーには、メンタル対応も必要だと思う。

地域の健康づくりは、資料8の参考1にあるように口コミがとても大事だと思う。地域の人にとってわかりやすいチラシを作って欲しい。サポートブックに期待している。

(委員長)

貴重な意見をいただいた。全体を通して、事務局から一言もらいたい。

(貝沼課長)

次年度事業については、頂戴した本日の御意見を踏まえて事業の検討を進めてまいりたい。また、事業の検討にあたり、御相談させていただくことがあるかもしれないので、その際はアドバイスを頂戴できればありがたい。

## 5 事例発表

「県栄養士会による地域、職域における取組みについて」

公益社団法人山形県栄養士会 会長 西村恵美子氏

(資料：栄養・ケアステーション他パンフレット)

(概要)

- ・厚生労働省は、地域や医療機関、企業に対して栄養支援を行う拠点である栄養・ケアステーションの全国の設置を進めており、本県では県栄養士会が県内5か所に設置している。
- ・この栄養・ケアステーションは、様々な栄養に関する指導を行うことができる。近年では、トラック協会の依頼により、栄養に関する講演を行っている。また、糖尿病患者に対し、医師が栄養指導できない場合、栄養・ケアステーションに相談してもらえれば、登録された管理栄養士や栄養士で、指導できる者を調整して派遣することが可能である。
- ・近年糖質ダイエットが流行しているが、適正に行えば問題ないが、極端な制限で脳の委縮が生じることが分かってきている。
- ・栄養についての重要性を伝えなくてはと努力しているが、なかなか伝わらない。それには、みんなで取り組むことが重要と感じている。

## 6 その他

山形県データヘルス検討会の立上と来年度の取組みについて報告。

※山形県データヘルス検討会

(目的)

本県において健康長寿日本一に向けた取組みを効果的に推進するため、県内大学の協力を得ながら、根拠となるデータの収集及び分析・評価を行なう。

以上