

**南陽市健康増計画「健康なんよう21計画(第3次)」  
第3回策定委員会 会議録**

○日 時： 令和7年2月14日（金） 午後2時～2時40分

○場 所： シェルターなんようホール 練習室1

○出席者： （委員）北林蒔子委員長、山口裕昭副委員長、金子誠委員、高橋正委員、  
遠藤東吾委員、星美喜委員、高橋直昭委員、佐野浩士委員、  
大沼清隆委員  
（事務局）嶋貫課長、鈴木課長補佐、高野けん診係長、齋藤国保医療係長、  
佐藤すこやか係長、渡邊主任、石川保健師、山口保健師

【1.開会】開会あいさつ 山口副委員長  
司会進行（鈴木補佐）

【2.委員長あいさつ】（北林委員長）

本日はお足元の悪い中、第3回策定委員会にご参加いただき感謝。これまでの2回の策定委員会では、委員の皆様からそれぞれの分野で専門的なご見識によるご提案、多数の貴重なご意見をいただいた。頂戴したご意見等を基に事務局会で検討し、加筆修正・追記を進め、本日の計画案が完成した。

今回の第3回策定委員会が最終となるため、前回までの内容を踏まえ、よりよい健康づくり計画の策定に向けたご検討とご協力をいただきたい。

【3.協議】（議長：北林委員長）

第3次計画最終案

1) 第1章～第2章

（事務局）第1章 計画策定にあたって

前回からの修正点として、「健康寿命」と「健康格差」の用語の説明を追記している。計画全体に共通して修正した点として、数字の記載の訂正部分をグレーで色付けしている（2桁数字を全角から半角へ変更）。

7ページ中段の国民健康保険の医療費の表について、前は令和4年度を最新と表記していたが、令和5年度の値が令和7年1月に県において確定したため、令和5年度値を新たに追加している。また3行目の本市と県の平均の差を前回まで約1万3千円と記載していた部分を約1万円へ修正。続いて10ページ中段の「野菜の摂取量」について、前は半数以上が3皿以下としていたが、2皿以下でも半数以下であったため、3皿から2皿へ訂正した。

意見・質問なし

## 2) 第3章～第4章

(事務局) 第3章 計画の基本的な考え方

25 ページの「2. 計画の基本方針」4 行目文頭に「社会環境の質の向上を図りながら」という文言を加え、6 行目の「ライフコース」を「ライフコースアプローチ」と修正したことで、文章下の図と整合性を図った。

26 ページ中段の、「分野別施策 1.健康増進のための生活習慣の改善」として「6. 歯・口腔の健康」と記載していたが、「6. 歯と口腔の健康」と修正し、次章以降の表現と統一した。

28 ページの評価指標の「野菜を1日3皿(210g)以上食べている者の増加」に、※4として注釈を追記。1日の野菜摂取目標量について、厚生労働省では350g(1皿70gを1日5皿)と掲げており、南陽市としてまずは国の目標値の半分以上の3皿以上の摂取を目指すという意味で説明を加えた。

30 ページのライフステージ別の取り組みについて、青年期・壮年期の内容の表現を「正しい情報提供し」から「正しい情報を提供し」に変更した。

31 ページの市の取り組み5つ目の項目の「ゲートキーパー」の用語について注釈を追加し、市の取り組みの最下段に「児童生徒のSOSの出し方に関する教育」を追記した。

33 ページの喫煙に関して、取り組みの方向性の文章の表現を「喫煙と受動喫煙は、がんや生活習慣病のリスクを高めるなど身体に与える影響について、正しい知識と慢性閉塞性肺疾患(COPD)について普及啓発を行います」から「喫煙と受動喫煙は、がんや生活習慣病、慢性閉塞性肺疾患(COPD)のリスクを高めるなど、身体に与える影響について正しい知識の普及啓発を行います」へ修正した。

34 ページの評価指標について、全体の喫煙率を記載していたが、男女別の喫煙率(男性26.6%、女性6.0%)を記載した。

35・36 ページの飲酒について、国や県でも第3次の計画にて「節度ある飲酒量」と表現していることから、取り組みの方向性の表現の中で前回まで「適正飲酒量」と表現していた部分を「節度ある飲酒量」へと修正した。また、「節度ある飲酒量」と「生活習慣病のリスクを高める量」に関して注釈を加えた。

36 ページには参考資料として純アルコール摂取量の計算式、1合の目安量、生活習慣病のリスクを高める飲酒習慣(男女別)を記載した。修正点として、「1日あたりの平均純アルコール摂取量の計算式」から「純アルコール摂取量の計算式」へ変更。一合の目安量の後ろに(純アルコール量20g)を追記する予定。

38 ページについてライフステージ別の下に、オーラルフレイルに関する注釈を追加した。また、追加修正として、オーラルフレイルの注釈の「口の機能の健常な状態」を鍵括弧で囲む。

39 ページの市民の取り組みにみに関して、1つ目の項目を「朝ごはんを食べ、1日3食の規則正しい食習慣を心がけよう」から「早寝、早起きをして、朝ごはんを食べよう」へ変更。また、5つ目の項目を「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を心がけよう」から「主食・主菜・副菜を組み合わせ、1日3食の規則正しい食習慣を心がけよう」へ変更し

た。市の取り組みに関して、1つ目の取り組みとして生活習慣、身体活動、飲酒、に「薬」に関する正しい情報提供・知識の普及を加えた。それに伴い、関係団体との連携として、南陽市東置賜郡医師会、南陽市東置賜郡歯科医師会、南陽・東置賜地区薬剤師会を追加した。

44 ページの評価指標にある「BMI20 以下」について注釈を追加した。加えて BMI の今計算式と早見表も追加している。

45 ページの市の取り組み「特定健康診査」「特定保健指導」に関しても注釈を追加した。

（佐野委員）29・30 ページの身体活動・運動に関して、ライフステージ別の乳幼児・学齢期の3つ目の取り組みに掲げている「運動クラブ」は具体的にどのようなことをイメージしているのか伺いたい。

（事務局）運動クラブ等について、スポーツによってはクラブを立ち上げて活動している団体もあり、そのような団体をイメージしていた。

（佐野委員）現在取り組んでいる部活動改革の検討委員会の中では、望ましい児童生徒やスポーツ環境を整えていく、生涯にわたって身体を動かすような環境を整えていくといった意味合いが強くなっている。そういった意味で、現在活動している「地域クラブ」という言葉を使っていただくと良いのではと思った。部活動改革の地域展開の検討委員会の中では、市全体のグランドデザインのようなものはないのかということもよく話題に上がっている。また、国として部活動の「地域移行」という言葉から「地域展開」という表現をするようになった部分もあり、今回この計画に抵触する部分もあるのではと捉えている。今回の計画における運動は、いわゆる体育スポーツというよりも、保健分野の身体を動かすという意味合いとして捉えて良いのか伺いたい。

（事務局）競技スポーツやアスリートを育成するということまでは今回の計画では念頭に置いていない。そのため、ライフステージ別の取り組みとしてどの年代においても運動習慣を身につけると表現しているように、まずは生活の中で運動の習慣を身に付けるということを目標に取り組んで参りたい。

（佐野課長）これからの部活動改革の流れもアスリートの養成や競技力向上というよりは、子どもの心身の健康に資する生涯体育的な方向性で話題になることが多かったため、今回の健康ななよう21計画にも抵触する部分があるのではと思い伺った。

（北林委員長）44 ページの BMI の用語説明について、BMI は Body Mass Index の略語なので、文末に体格指数と記載をすると良いのではないかと。現在の表現は用語の説明というよりは計算方法の説明になっている。

（星委員）17・18 ページについて、栄養・食生活の第二次計画の評価中で、策定時よりも悪化している項目数が8となっている。食生活改善に携わってきた者として、少し落胆するような数値であった。その中で、特に18 ページの減塩に心がけている者の割合が最終評価39.7%と策定時45.5%よりも落ちている。食生活改善推進員としての活動の中でも、世の中でも減塩と言われるようになって久しいが、それでも悪化している現状。今までと同じ文言で良いのかと考えたところ。それを踏まえ、27 ページの三次の市民の取り組みが「減塩・節塩を心がけ、食塩の取り過ぎに注意しよう」と表現しているが、もう少し減塩を重視した言葉に修正できないものか。

また、全体を通して、文章の表現として「〇〇の者」「〇〇の人」という記載が混在している。敢えて表現を変えているわけでない場合、「〇〇の人」と統一できないか。

9・10 ページのアンケート結果で、「食事で気を付けていることについて」男性よりも女性が気を付けていることが多い傾向と記載あるが、それでも女性の4人に1人が低栄養傾向にあるということが読み取れる。女性は食事に関して気を付けているつもりでも、実際には低栄養となっている現状という捉え方で良いか。この結果を踏まえ、調理教室を開催する上で、この課題についても考えていかなければいけないと感じた。

（北林委員長）低栄養に関して現状をお伝えすると、中年以降はメタボリックシンドロームを予防するという観点から、太っていることが健康に悪いと言われ、食べ過ぎないように頑張ろうとする。そのイメージから、年齢を重ねたことで痩せて良かったと捉える人もいる。しかし、高齢期ではメタボリックシンドローム予防よりも低栄養予防が重要であるという新たな情報が正しく伝わっていないことから、女性の痩せが増えている。この課題への今後の取り組みとして、置賜保健所と一緒に低栄養予防に関する講演を開催する予定。

（金子委員）痩せている方が良いという風潮はあるが、痩せている人や太っている人それぞれにバランスが取れているかどうかが大事。特に現在20代の女性でダイエットをする人が非常に多いが、その年代が60代になったときに骨粗しょう症になるリスクが高い。骨粗しょう症になる方の大半が20代でダイエットを経験していたということは既に分かっていることである。そのため、自身が健康を保つためのバランスの取れた体格・内面を知り、改善していくための食生活の推進という方向で表現すると良いのではないか。

（事務局）今回のご意見を取り入れ、表現の方法について再度検討をさせていただく。

#### 【4.その他】

（鈴木補佐）今後のスケジュールについて説明。

2月21日～3月14日までパブリックコメント募集。

最終案を3月中旬に作成し、3月下旬に第3次計画完成予定。

（嶋貫課長）最後に委員の皆様一言御礼申し上げます。この度は健康ななよう21（第3次）の策定に当たり、本日3回目の委員会を開催させていただいたが、10月の第1回を初めとして、約半年間、計画策定にあたり、それぞれの立場からご意見・ご助言を賜り大変感謝する。取りまとめをしていただいた北林先生をはじめとし、日中のお忙しい中、この度の計画にご尽力とお力添えを賜り深く感謝申し上げます。

国の健康日本21（第3次）が今年度から始まり、全ての国民がすこやかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現に向けた取り組みを推進するという方向性から、南陽市の計画を今後12年間にわたる計画を作成している。より南陽市に密着した、市民の現状に即した取り組みを通じて、市としても健康なまちづくりを進めて参りたい。

計画を策定し、これからが実行の大事な段階になる。引き続き委員の皆様からはご指導を賜りたい。

**【5.閉会】**（山口副委員長）