

平成30年度第2回 宗像市健康づくり推進協議会議事録

日 時：平成30年12月11日（火）

19時00分～20時10分

場 所：市役所北館2階 202会議室

出席委員：大重委員、旭委員、椛田委員、三戸委員、高宮委員、中谷委員、鏑委員、西田委員、平尾委員、石松委員、山本委員、大門委員

事務局：【健康福祉部長】篠原部長 【健康課】恵谷課長、西川参事、松井主幹、有吉係長、大森企画主査、柴田主任管理栄養士

（事務局）宗像市健康づくり推進協議会規則第5条第2項により、現在、委員15人のうち11人の参加があるので、会議は成立。（西田委員「3協議事項」より出席）

1 開会あいさつ

（大重会長よりあいさつ）

2 議事録署名人について

（大重会長）議事録署名人について、委員名簿順に、高宮委員、鏑委員の2名を提案したい。
⇒承認

3 協議事項

（1）自殺対策推進計画について

（大重会長）事務局から説明を。

（事務局：恵谷課長）前回の協議会で概要を説明した自殺対策計画案について、ポイントを説明する。市は住民に最も近いので、広報、啓発、相談支援に力を入れる。

（事務局：大森企画主査）（資料1を用いて市自殺対策計画案について、策定の背景、趣旨、市の現状、今後の取り組みの概要説明を行った）取り組みは、普及啓発や人材育成をとおして、市民や支援者の自殺対策への理解をすすめ、関係者の連携がより密なものになるようにする。

（大重会長）質問があれば挙手を。

（委員）質問ではないが、食生活改善推進会での心の取り組みについて紹介する。私たちは日ごろから、仲間づくりとつながりを大切に活動している。市の乳幼児健診、子育てネットワークの食育講座、コミセンでの食育事業、親子料理教室や子ども料理教室などで、参加者との顔の見える関係を築き、孤独な子育てにならぬよう、地域で子どもを育てることに協力している。コミセンの料理教室の一部には託児サービスがあり、リフレッシュの機会になっていると思う。福祉会のサロンの手伝や男性料理教室は、独居の方や介護疲れのある方への憩いの時間となっていると思う。また、会員自身も、月一回の支部研修に、声を掛け合って参加することが生活のハリになって、心の健康づくりに役立っていると感じる。会員募集中なので、協力をお願いしたい。

（大重会長）続けて、各団体から取り組み紹介をお願いしたい。

（委員）医師会は、各家庭がかかりつけ医を持つことを勧めており、かかりつけ医が、家庭環境等に配慮したうえで診療するよう努めている。心の健康に関して言えば、一般かかりつけ医と精

神科医との連携強化事業があり、研修会、協議会の開催により、一般かかりつけ医もうつ病等の精神疾患を早期に発見し、専門医につなぐ体制づくりを行った。最近研修会を開催していないので、今後検討していきたい。

(委員) 歯科医師会は、健康的な日常生活を営むためには歯と口の健康の保持・増進がきわめて重要であるため、疾病の発症予防から早期発見、さらに口腔機能の維持回復など生涯を通じた歯と口の健康づくりを行い、「いつまでもおいしく食べ笑顔で人生を過ごすことができること」を目指し、22年前から8020運動の一環として、年に1回「宗像めざせ！8020」というイベントを行っており、今年度は608人の参加があった。また、福岡県の「歯科口腔保健の推進に関する条例」に基づき、小学校でのフッ素洗口普及活動を行っている。日本医師会と日本栄養士会は、『健康づくりのための食育推進共同宣言』をしている。これは生涯にわたり、安全で快適な食生活を営むため、栄養のバランスを取りながらしっかり噛むことで、味わい深く、心豊かな人生を営むことを目的とした食育を推進するもの。このような運動を行い、かかりつけ医を持ち予防管理を定着し、患者が歯の健康を通して（自らの）食生活や生活状況を確認し、本人やその家族がいつでも気軽に相談できるように対応している。

(委員) 日本栄養士会は、平成22年に日本医師会と、『健康づくりのための食育推進共同宣言』をしている。これは歯科医師と管理栄養士・栄養士は、「食」の専門家として、「健やかな食」のために協働して食育を広く推進することを宣言するもの。ここでの「健やかな食」とは、「身体の栄養」だけでなく、味わいやくつろぎなど、「心の栄養」の面も重視している。両団体は、こういった視点に立ち、日々の業務、活動を行っている。具体的には、乳幼児期は、乳幼児健診などの栄養相談の際に、育児不安が軽減できるようなアドバイスを心がけたり、思春期では、極端な例を出すと摂食障害のケースなどがあるが、当事者と家族の心情に寄り添うようにしたり、中高年対象の際は、特定保健指導の中で、メンタルヘルスとの関わりに気をつけて指導したり、高齢者の場合は、地域ケアシステムの中での栄養士の役割を認識して、人生の最終段階における医療とケアの観点から、本人と家族の意向を尊重した食生活になるような助言をするようにしている。そのうえで、必要に応じて専門職との連携を取っており、ゲートキーパーとしての役割を担っていくことができると考えている。また、会員それぞれが、例えばアルコール依存症についての研修など、心の健康に関係する研修を積極的に受けるようにしている。

(委員) 商工会の女性部では、健康面では健康診断の受診を進めて体のケアをしている。心のケアについては、講演会などで、上手なストレス解消法などを学んで活用している。また、スポーツによるストレス解消に関して、商工会にボウリングクラブを立ち上げ、定期的に練習や競技を行い、会員同士の交流や意見交換ができる環境づくりをしている。

(委員) 大きく二つ、子ども向け、教職員向けの取り組みを紹介したい。子ども向けに関しては、子どもを預かっていることから、命の大切さの指導を行っている。またSOSのサインや声を逃さないよう、学校では毎月、心のアンケートを実施し、相談箱の設置もしている。また、市のハッピークローバーとの連携や県のSOSレターの取り組みもある。一番大事なことは、子どもたち自身に居場所と役割があることなので、地域や家庭と連携して居場所づくりをすることを大事にしている。教職員に関しては、市の計画の体系にもあったように、SOSの出し方に関する教育、子どものサインを見逃さない児童理解の研修等を行っていく。

(委員) 小学校は、中学校のカウンセラーに必要な時に来てもらっている。また、養護教諭が子ど

もの様子を把握してくれている。自分の気持ちが言えない子どもは、学校のポストに手紙を入れることができる。

(委員) 交流室には遊びの場があり、常時4、5人のスタッフがおり、気軽に子育ての悩みが言えるよう傾聴するようにしている。必要な場合には市の関係部署と連携を図っている。1日2回は、絵本の読み聞かせや手遊びでほっとできる時間を作っており、それを目当てに来所する親子もいる。上の子と外遊びをしたいが、きょうだい小さくそういう機会がない場合は、スタッフが下の子どもを見守って、ストレスなく外遊びができるようにしている。満1歳のお誕生会は、1年間の子育てをねぎらう意味で親向けの絵本を読んでいて、そういう場で癒されている保護者がいるようだ。赤ちゃんくらぶでも、保護者がほっとできるよう、保護者向けの絵本読みをしている。また、ストレッチなどで緊張をほぐしている。ホップステップジャンプ事業は、2、3歳の子どもと保護者が外やホールでのびのび過ごすことで、子どものストレスにも対応できるようにしている。そこでも、親子でできるストレッチなどを考えて実施している。地域の子育てサロンの手伝いに行ったり、日赤看護大学の先生、福岡教育大学の先生方に専門的な話を聞いたり、ストレスケアのミニ講座などを行っている。

(委員) 本学では、選択授業として心と体の健康科学という講義が開講されている。担当は健康科学センターで、センターは小・中学校でいうところの保健室のような役割を担っている。そこには、産業医、看護師、カウンセラーが複数おり、診察、心の悩み等の相談、支援を行っている。また、市民講座も定期的で開催している。学生個々の悩みの相談等に対応し、有意義な学生生活を送ることができるよう体制を整えている。

(大重会長) 教員向けの取り組みでは、教員のほぼ半数以上が看護職なので、学生の相談にはよく乗っているが、個別で対応できないこともあるため、メンタルヘルス研修会に定期的に精神科医を招いている。また、学生対応には困難事例もあるので、学生の傾向ごとによりよい対応を検討し、事例について教員で情報共有している。実習で過度のストレスを抱える学生もいる。学生が入学時から生活面や心配ごとを相談しやすい体制づくりをしながら、工夫している。

(委員) 南郷コミュニティは、隣が南郷小学校なので、よく子どもと高齢者の集いがあり、高齢者が生きがいを感じている。今後は、コミュニティ行事に参加している人だけでなく、参加していない人が、コミュニティに来ることができるよう、検討していきたい。

(委員) 福岡県は今年の3月に自殺対策計画を策定した。県の心の相談は、計画策定前の今から約20年前から心の相談窓口設置などで取り組みを行ってきた。取り組みは大きく3つに分けられ、一つはハイリスク者対策で、自殺未遂で救急搬送された人を対象に救急医療機関や精神科医と連携して支援している。そのための研修会を開催している。地域の関係者への普及啓発や、関係者による精神保健部会で自殺未遂者に関する研修会を開催している。二つ目は、悩み事相談促進事業で、自殺予防週間、自殺対策強化月間などでJRの駅構内へのポスター掲示などをし、相談窓口の周知を行っている。最後に、地域における見守り強化研修で、ゲートキーパーを増やすことが自殺を減らすことになるということで、地域での研修を行っている。管内では、福岡教育大学の学生を対象に実施している。今後も、10代の死因の1位が自殺であることを踏まえ、実施している。管内の自殺対策担当者等に対し、情報共有と交換等の場の提供も行っている。管内では、宗像市が唯一、健康診査時のうつスクリーニングを実施しているが、非常に貴重な事業だと思う。市計画案のように、具体的な課題を抽出することで具体的な対策が立てら

れると感じる。指標を設定し、評価のしやすさについても検討して欲しい。保健所は市に対し、引き続き必要な支援を行っていく。

(大重会長) 以上、事務局説明と、各団体の取り組み紹介について何かあれば挙手を。
⇒なし

4 事務連絡

(1) これからの健康づくり事業について 【資料2】 【別添1】

(大重会長) これからの健康づくり事業について事務局から説明を。

(事務局) 資料2に市内外の健康づくり関係のイベントなどをまとめている。3月に日赤看護大学、市、宗像医師会病院で、災害、心の健康、がんに関する講演会等が開催される。

(2) 平成31年度の予定について

(事務局) 別添1に、平成29年度の健康むなかた21および健康むなかた食育プランの取り組みをまとめているので、各団体で内容の確認をお願いしたい。また、今年度の取り組みについては、平成31年5月ごろを目途にまとめる予定。来年度は、両計画の中間見直し年度にあたるので、健康づくり推進協議会を3回開催、第一回は6月頃を予定している。10月には、中間見直しのための調査を実施する。

5 その他

(大重会長) なければ以上で協議事項は終了する。

6 閉会あいさつ

(篠原健康福祉部長) 委員の皆様方の所属団体が主体的に心の健康づくりに取り組んでくださっていることが非常に心強い。今後も協議会と連携のうえ、支援体制を整えていきたいので、引き続き委員の皆様のご協力をお願いしたい。

以上