

令和5年度 第1回

# 新宿区健康づくり行動計画推進協議会

令和5年5月26日（金）

新宿区健康部健康政策課

令和5年度第1回 新宿区健康づくり行動計画推進協議会 次第

日時：令和5年5月26日（金）  
午後6時～午後7時30分  
場所：新宿区立教育センター5階  
中研修室

- 1 開会
- 2 報告
- 3 議事
  - (1) 第5期新宿区健康づくり行動計画の方向性・施策体系について 【資料1】
  - (2) 第5期新宿区健康づくり行動計画の策定スケジュールについて 【資料2】
  - (3) 第5期新宿区健康づくり行動計画の策定体制について 【資料3】
- 4 その他
- 5 閉会

〈配布資料〉

- 【資料1】 新宿区健康づくり行動計画の構成（案）  
 【資料2】 第5期新宿区健康づくり行動計画策定スケジュール  
 【資料3】 第5期新宿区健康づくり行動計画 策定体制  
 【資料4】 新宿区健康づくり行動計画推進協議会設置要綱及び委員名簿  
 （参考資料1）フレイル予防に関する新たな取組について  
 （参考資料2）「次期国民健康づくり運動プランに係る自治体説明会（5/17）資料」より抜粋

〈委員〉

○参加委員

	氏名	所属等	
会長	島田 美喜	社会福祉法人至誠学舎立川 児童事業本部 至誠こどもセンター 所長 至誠児童福祉研究所 副所長	学識経験者
副会長	曾根 智史	国立保健医療科学院 院長	学識経験者
委員	市川 香織	学校法人東京農業大学 東京情報大学看護学部 看護学科 教授	学識経験者
委員	三枝 昭裕	新宿区医師会	医師
委員	栗原 信人	新宿区歯科医師会	歯科医師
委員	唐澤 和夫	新宿区薬剤師会	薬剤師
委員	小林 昌仁	NPO 法人 新宿区ウォーキング協会会長	スポーツ 関係者
委員	本田 彰男	公募委員	公募委員
委員	則竹 達朗	公募委員	公募委員

○欠席委員

委員	稲山 貴代	公立大学法人 長野県立大学 健康発達学部 食健康学科 教授	管理栄養士
----	-------	----------------------------------	-------

## 1 開会

○**会長** 定刻になりましたので始めたいと思います。

本日はお忙しい中お集まりいただきましてありがとうございます。ただいまから令和 5 年度第 1 回健康づくり行動計画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、今年度も同じメンバーということで、どうぞよろしく願いいたします。

それでは、次第に沿って進行させていただきますが、委員の出欠状況と本日の配布資料について事務局よりお願いいたします。

○**事務局** まず、委員の皆様の出席状況を報告いたします。

本日の出席は 9 名でございます。したがって、新宿区健康づくり行動計画推進協議会の設置要綱第 6 条に基づきまして、委員の半数以上が出席ということで、会議が成立しております。

続きまして、本日の配布資料を確認させていただきます。（略）

この協議会は原則公開となっており、議事録を区のホームページに公開しています。そのため、記録として、会議内容を録音させていただきますので、ご了承ください。

○**会長** ありがとうございます。

## 2 報告

○**会長** それでは次第に沿って進行して参ります。

2 番の報告について、事務局より、お願いいたします。

○**事務局** 本日、机上に昨年度実施いたしました健康づくりに関する調査報告書を置かせていただきました。

3 月末に発行し、委員の皆様にはすでに送らせていただいたものです。調査報告書から見えてきたものとして、例えば、1 日に必要な野菜の摂取量の認識、運動習慣については、前回調査と比べて改善傾向にあるものの、ライフステージ別、性差を踏まえた取組が必要であることや、国の調査と同じ傾向でありましたが、若い世代で気分障害、不安障害に相当する心理的苦痛を感じている割合が高く、孤独感においても、若い世代で「孤独感が常にある」の割合が高くなっていました。このような結果等も踏まえながら、今後の計画策定作業を進めてまいります。この場をお借りして、委員の皆様のご協力に改めて御礼申し上げます。

では続きまして、健康長寿担当副参事より、健康づくりの取り組みについて報告いたします。

○健康長寿担当副参事 昨年7月の本協議会でも少しご説明の方をさせていただきましたが、新宿区のシニア向け健康づくりの新たな取組について、ご報告させていただきます。

参考資料1「フレイル予防で元気アップ」です。フレイル予防に関する新宿区の新たな取組についてご説明をさせていただきます。新宿区では、昨年度モデル事業の方を実施いたしまして、今年度は区内全域での事業を開始しております。

まず資料の右上をご覧ください。人生100年時代、シニア世代の健康課題といたしまして、病気だけでなく、心身の加齢変化に注意し、フレイル予防することが大切です。元気で長生きをする健康長寿を実現するには、フレイル予防が重要であることが、近年言われております。新宿区ではフレイル予防の対策といたしまして、「ウォーキング」や「しんじゅく100トレ」などの取組を進めておりますが、今年度から新たな保健事業を開始し、フレイル予防と介護予防を一層推進してまいります。

資料の真ん中をご覧ください。新宿区では今年度から新たに保健師、2名の栄養士、歯科衛生士、リハビリテーション専門職の、計5名の医療専門職チームを健康づくり課に設置して支援を開始しております。事業の柱といたしましては、2つございます。資料の左側をご覧ください。健康上の課題が多いハイリスクな方への個別支援となります。こちらは75歳以上の方が対象となります。新宿ではシニア世代、65歳以上の約4人に1人が低栄養傾向という結果が出ておりまして、栄養に課題がある人が多いという結果が出ています。そのため、低栄養の改善を中心とした、「訪問型個別支援プログラム」を実施しているところでございます。

その下の部分は実施のイメージとなっており、体重が減少して体力が低下した区民の方が、「歳だからしょうがない」と思っています。区は健診結果などから、支援対象者を選定いたしまして、必要な方に「何月何日に訪問します」ということで、お手紙をお送りしています。年間で100名、月15名程度を想定しております。本年4月から開始しておりまして、4月と5月につきましてはそれぞれ約20名の方にお送りしております。その後、医療専門職がご自宅の方に訪問させていただいて、参加のご意向を確認し、約半数の方にプログラムに参加いただけることを見込んでおりまして、年間で100名程度の支援を想定しております。

訪問指導は、保健師、栄養士、歯科衛生士など、多職種で自宅に訪問させていただいて、体重などの身体測定ですとか、生活の様子を踏まえたアセスメントを行い、生活に合った食

事などのアドバイスや、口腔・運動機能の指導などを行うとともに、3ヶ月間のプログラムの目標と行動計画も合わせて作成いたします。多職種で関わることで、多岐に渡る高齢者の複合的な健康課題に対応し、3ヶ月間で計3・4回の支援によって、体力が回復して活動的になり元気な生活を取り戻すといった流れで進めております。

次に資料の右側をご覧ください。一方、健康な方に対しても、地域の様々な場でフレイル予防の普及啓発を行って参ります。区内には、手芸、運動、カラオケ、サロンなどの様々な通いの場がございますが、区の方から積極的に声かけをさせていただきまして、健康に関するお話ですとか、フレイルチェック、健康相談などを行い、高齢者の方々が普段の生活の中でフレイル予防を実践できるよう支援を行って参ります。また、フレイル予防のコツが書かれたリーフレットなどの区オリジナルツールを活用いたしまして、フレイルチェックリストによるハイリスク者の把握やご自身での栄養チェックなど、事業を効果的に進めて参ります。

ご報告については以上でございます。

○**会長** 説明ありがとうございました。ではただいまの報告につきましてご意見やご質問などございましたら、ぜひお願いいたします。はい。

○**副会長** ありがとうございます。フレイル予防の家庭訪問の事業ですが、これはやはりお一人暮らしの方が多いのでしょうか。一人暮らしだと食事とか、ままたらない人が多いかと思う。そういう時は、どういった支援を、特に栄養の方はされるのか、ちょっと伺ってみたいのです。

○**健康長寿担当副参事** 支援につきましては、お一人の方もいらっしゃいますし、またグループの方もいらっしゃいまして、その方の生活状況に合わせてご支援をさせていただいているところです。実際にご自宅の訪問させていただきまして、体重測定ですとか、基本的な測定の後に、お一人暮らしの方などは、ご本人の承諾がいただければ冷蔵庫等を見させていただいて、食べているものを把握させていただき、本人の状態に応じて、こういったものを食べた方がいいんじゃないかといったアドバイスをさせていただきます。また3ヶ月後にどういったふうになりたいかという目標を立てさせていただいて、それに向かって何をすればいいのかというところも、併せてアドバイスをさせていただいています。

○**会長** 他に何かご質問等ありますでしょうか。

私の方からですが、やはり栄養に関する事で申し訳ないのですが、低栄養の方が多いということで食事の話が出ていましたが、なかなか高齢になると調理をすることも難しいという状況もあるんじゃないかと思えます。今回の担当の方の年齢層とか、10名参加の予定とい

うことですが、かなり高齢な方なのか、シニアといっても結構幅があるのでしょうか。もう1点、調理できない方のために配食サービスとかいろいろあったと思うんですけども、そういったものの利用とか、そういったことも調査の段階で調べているのでしょうか。

○健康長寿担当副参事 訪問をさせていただきまして、ご本人の食事の状況等々も聞き取りで確認させていただいている状況です。この個別訪問については、75歳以上の後期高齢者が対象になっておりますので、ご指摘の通り自分で調理が難しいという方もいらっしゃるかと認識しております。そのために、先ほどの資料のテキストの中に簡単に調理できるような例も併せて記載させていただいております。例えばコンビニで売っている惣菜なんか他にものを組み合わせると、簡単に調理できておいしいですよとかいうところで指導させていただいています。スーパーとかコンビニでは、実際にいろんなお惣菜が売っておりますし、買いやすいというところもありますので、そういったご意向があれば、買い物に医療専門職の方を同行させていただいて、こういったものを食べたらいんじゃないかとか、そういった具体的な選び方の指導というところも加えていければと思っております。

対象の方といたしましては、75歳から89歳程度の方を想定していますが、現在は80代半ばの方が支援対象者として多い状況です。

○会長 ありがとうございます。

○委員 お尋ねします。個別訪問は素晴らしいと思うのですが、個別訪問された方から私どもの耳に入ってくるのは、外に出ないということ。この3年間に家から出ていない。何故かと言ったら、階段を下りるのが怖い。だから買い物にも行かないという話を聞くんです。実際に訪問されてですね、外に出てらっしゃるのか、それともずっとひきこもりなのか、その辺の訪問先の状況はいかがでしょうか。

○健康長寿担当副参事 実際に10件ほどですが訪問させていただいておりますが、様々な方がいらっしゃるという感想でございます。コロナ禍ということもあって、なかなか外に出なくなってきてしまったという方も見受けられる状況でございます。そういった方にはなるべく外に出ていただきたいと思っておりますけれども、高齢者の場合、状態が人によって様々ですので、その方の状態に合わせて、チームの中には、リハビリテーション専門職ということで作業療法士もおりますので、そういった医療専門職を今後加えながら、ご本人の回復に努めていけたらというふうに思っているところです。

○会長 はい、お願いします。

○委員 このハイリスクアプローチで、4人の専門職で行って、大体、一家庭で何分ぐら

いでやられてますでしょうか。

細かく丁寧に調べるのはとてもいいと思うのですが、高齢者の方って、僕らも講演会をやる時にあんまり長いと怒られるんですね。その辺の事を教えてください。

○健康長寿担当副参事 実際、10件ほど訪問させていただいている中では、やはり高齢の方というところもございまして、1人当たり初回90分から120分程度、お時間かかるのかなというようなところで対応をさせていただいている状況でございます。

訪問した方には、好意的に受けとめていただいている方が多く、指導を始めてよかったと思っています。

○会長 はい、お願いします。

○委員 保健師、栄養士、歯科衛生士、この人たちが向かってくれれば非常に鬼に金棒という感じがするんですけど、向かう先の情報はどういうところから得るのでしょうか。私、ちょっと組織というか構造のことは全くわからないのですが。私の町内に民生委員とかそういう方がいらっしゃるんですね。そういう方は、常に日頃から町内とかその地域を、もちろん行政と連絡を取りながら回っていて、この人はちょっと危なっかしいんだよってというような人を抽出して紹介しているのかなと思うんですが、そういう人たちとの連携はあるのでしょうか。

○健康長寿担当副参事 このチームですけれども、データ上で抽出して、その方に対して、個別支援を行うというのも一つの方法ではあるんですが、関係機関からの紹介というものを、ハイリスク者を把握するための大事な手段の一つであるというふうに思っております。

民生委員の方ですとか、高齢者総合相談センターの方ですとか、身近な方が高齢者の方の健康状態をよく把握しているというような所は認識しているところでございますので、そういった機関と連携しながら、こういうハイリスクの方がいらっしゃいますよということであればご連絡いただきまして、その方の情報を区の方でも調べさせていただいて支援をつなげていけたらというふうに思っているところでございます。

○会長 ありがとうございます。では次の議題に行かせていただきます。

### **(1) 第5期新宿区健康づくり行動計画の方向性・施策体系について**

○会長 それでは、次第3の議事に入ります。

本日の会議では、議事が3つございます。まず、(1)第5期新宿保健会づくり行動計画の方向性、施策体系について、事務局からご説明をお願いいたします。

○事務局 それでは、第5期新宿区健康づくり行動計画の方向性・施策体系について説明いたします。【資料1】をご覧ください。資料の左側が区の現行計画書に示されている構成、右側が次期計画の構成（案）です。

基本方針及び6つの基本目標については、現行計画から継続する予定です。国の計画であります、令和6年度開始の健康日本21（第3次）は、6月上旬を目途に公表予定です。本日参考資料2でお配りしている自治体説明会資料の抜粋にもあるとおり、国の最上位の目標には引き続き、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を据え、自然に健康になれる環境づくりや、ライフコースアプローチにも焦点を当てています。新宿区としましても、令和6年度～11年度までの次期健康づくり行動計画では、引き続き健康寿命の延伸に向けた取組の充実を目指していきます。

右側の次期計画の構成ですが、赤字部分は、現計画からの変更であり、また、推進協議会委員の皆さまからのご意見などを踏まえ、今年の検討部会で話し合った結果になります。

変更点など、簡単にご説明します。第1章の計画の考え方のところですが、赤字で記しました、心身ともに健康で暮らせる持続可能なまちへ、は、国の視点とも合わせ、「誰一人取り残さない」健康づくりの展開を意識したものとなっています。

区民の健康を取り巻く状況のところですが、2月の時点では、「新たな日常への対応」と入れておりましたが、新しい生活様式が平準化されてきたことにより、その表現は削除し、国も重要事項としてあげております「デジタル技術の活用」を入れました。今後、計画の第2章の中で、オンラインや事務手続きのデジタル化など、具体的に何かしら書き込めていけたらと考えています。

今回、基本目標、基本施策の中に、「健康格差の縮小」という言葉は入れておりませんが、2月にも議論になっているところがございます、本文の中で触れていきたいと思っております。健康づくりは自己責任ではないこと、健康課題に結びつく社会的な背景について考え、環境面からの「ゼロ次予防」、健康によい環境づくりについて、取組をすすめていきます。

5の計画の特色（2）のライフステージに応じた健康づくりですが、国が提唱しています「ライフコースアプローチ」との使い分けなどを明確にしたうえで、表現を考えていきます。

【第2章】各基本目標と取組のところですが、

赤字で記しました、基本目標2の施策5「高齢期の健康づくりと介護予防・フレイル予防を推進します」は、次期高齢者保健福祉計画の施策に合わせており、先ほど健康長寿担当副参事より説明があったように、すでに取り組んでいるところがございます。



基本目標4の施策3「がん患者及びその家族等の療養生活を支援します」につきましては、がんとの共生、働きながらの視点も含めて、療養生活を支援します、と表現しました。さまざまな事情を抱えた人たちが、自分らしく生活できるよう、考えていきたいと思えます。

基本目標5の女性の健康づくりのところですが、参考資料2にありますように、国も女性の健康につきましては、女性ホルモンの変動、性差に着目した健康づくり、妊娠期、やせの問題、骨粗しょう症の問題などをあげており、ライフステージに特有の健康づくりを考えていきたいと思っています。

事務局からの説明は以上ですが、健康政策課長より補足説明をさせていただきます。

**○健康政策課長** 事務局からご説明申し上げた通りで、健康格差につきまして、前回の協議会で私の方がかなり消極的な回答をさせていただいたんですけども、明記する方向にさせていただきたいというふうに考えております。それからデジタル技術については、国のほうでもこれまでもそういうくだりがあるということですが、本協議会でも、委員の方からデジタル化が重要だというご意見をいただいておりますので、そういったことも十分踏まえて、プラスさせていただこうというふうに思っております。

先ほど皆様からはフレイル予防で様々なご意見をいただきました。計画に関することでも、直接、計画に関係ないことでも結構ですし、場合によっては事務局に対する質問でも結構ですし、皆様の日常の活動についてのご紹介とか、情報提供も結構ですので、なるべく多くの皆様からこの機会でのろんなご発言をいただければ、幸いかなというふうに思っております。

そういったお話を伺いながら次回、7月31日、この協議会がありますので、そこで骨子案みたいな形で何とか取りまとめて、お示しできればと考えておりますので、よろしく願います。以上です。

**○会長** ありがとうございます。ではご意見やご質問がありましたらお願いいたします。

**○委員** 私、助産師で産後看護を担当している部分もありまして、女性の健康というところは非常に気になるところです。国もこのあたりを一番に出してきているところもありますし、今回、女性の健康づくりのところ、ライフステージに応じたというところを入れてくださっています。

つまり、生涯にわたる健康支援の中でも、その女性特有の状況というところで、調査の段階でも、月経に関する様々な障害といいますか、不都合がある人のことをもっと入れてはどうかということも提案させていただいた経緯もありまして、今、健康経営というところでも、女性の月経の前後でパフォーマンスが落ちることに対する支援をしていこうという動きも

ありますので、まさに健康という部分から、切り口から、ぜひ取り組みを入れていただくといいなと思っておりました。思春期とか若い世代から、そして女性たちが働き続けながら、妊娠、出産、産後も健康でいる、そしてそのあとの更年期、老年期も健康に過ごすというあたりを持続的にやっていただけるといいなと思って拝見しております。

○会長 事務局の方からお願いします。

○四谷保健センター所長 四谷保健センター所長です。女性の健康支援センターが当センターにあります。今現在も、思春期、性成熟期、更年期、老年期とライフステージを捉えて事業展開を実施しているところですが、今、まさに女性の活躍が言われておりますし、国のほうも働く女性の健康ということでホームページも作っております。そういったところも参考にしながら、働く女性もいきいきと健康に生活していただけるように、考えていきたいと思えます。

○会長 ありがとうございます。

○委員 基本目標4の3で、赤字で書かれている「がん患者及びその家族等の療養生活を支援します」とありますが、何か具体的な策があるのでしょうか。

○健康政策課長 具体的な施策はこれから検討していくということなんですけれども、今の区役所の窓口、あるいはがん相談窓口、委託でやっておりますけれども、そういったところでご相談を行っていたりとか、あるいはがん連携の病院と連携を図ったりしております。そういった中で、せっかくタイトルも変えますので、例えばですが、国の計画でもアピアランスケアに関する支援等が載っております。

今、区の計画にはそういったことは、掲載されていないという状況でありますので、この辺をどのように盛り込んでいくかということは検討課題とっておりますので、前向きに考えていきたいと思えます。

○会長 ありがとうございます。アピアランス支援・アピアランスケアという言葉は皆さんにわかる言葉なのでしょうか。

○健康政策課長 アピアランスケアとは、例えばがんになられて、抗がん剤を投与された場合、例えば髪の毛が抜け落ちてしまう。そういった中で、社会生活を続けていくというために、医療用のウィッグであるとか、あるいは例えば乳がんを患った方につきましては補正下着ですとか、医療保険とは別にそういった支援をやっている動きも他自治体でもありますので、そういったことが検討できればというふうに考えております。

○会長 ありがとうございます。他にご質問いかがでしょうか。

○委員 具体的なことをお伺いしたいのですが、75歳以上のポリファーマシーについて。ポリファーマシーというのは多くの種類の薬を服用することによって、その副作用で身体に有害だと。75歳以上の方が1日に服用する薬の数が、10種類以上飲んでいる方が30%以上というデータが出ている。私も7種類くらい飲んでます。それについてかかりつけ医に相談するしかないのか、また区として何か具体的にこれに対して取り組んでいることがありましたら教えてください。

○会長 ありがとうございます。

○健康長寿担当副参事 先ほどご紹介させていただきました、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業の中で、新宿区はまだ取り組みをしてないところですがけれども、多剤服薬についての支援を行っている自治体というものがございます。実際に多剤ということ、たくさんの薬を飲んでしまうと、体に弊害が出てくるというようなところも認識しているようなところがございます。区といたしましても、他の自治体でどういう形で支援を行っているのかというところについては、今後研究を進めて参りたいと思っているところがございます。

○医療保険年金課長 私からちょっと補足させていただきます。こういった重複服薬ですとか、今回75歳以上というご質問でしたが、国民健康保険ですと、この75歳以下になるのですが、この保険者としての取り組みとして、医療費の削減ですとかそういうことも併せて取り組むものとして、国民健康保険の方で今そういったレセプトからデータヘルス計画に基づいてやっている事業として、明らかに複数の病院等から処方箋を受けて、たくさんの薬をもらっている方がデータ上でわかった人に対して電話指導をしたり、専門職からアプローチをすることが保健事業の取り組みの中でも行われています。

ただ、75歳以上になりますと、保険者が東京の広域連合の方になっており、そちらはまだ東京都が実施していない現状でございます。75歳の国民健康保険については、すでに事業を始めて3年目ぐらいになるんですが、そういった形で取り組みをやっているというところがございます。

○委員 ありがとうございます。

○会長 どうぞ。

○委員 ポリファーマシーの問題ですが、私もそうですが、年齢が上になるといろんなところに問題が起きてくる。例えば、内科の方では、高血圧とか糖尿病などで薬をもらって、腰やひざが痛くなると整形外科でまた薬をもらう。

ただそういった連携がそれぞれの医療機関でもなかなか分かりにくい。一つはお薬手帳などがありますから、そういったものがうまく活用できればいいのですが、それがなかなかうまく活用できないということもありまして、なかなか頭の痛い問題でもあります。ただ今後、一つはマイナンバーカードを使っての健康保険証などになりますと、そこにお薬の使用状況が一覧として出てくるということになりますので、そういったことをうまく活用して解決していけるのではないかと考えております。

○委員 歯科の方は、薬はほとんど少ないですが、鎮痛剤と抗生物質を出すことがあります。ただ患者さんにはお薬手帳、それを見せてもらって、薬が出ていないかを確認します。結構、膝や腰が痛かったりで、重なることがあるので、それは同じ薬ですからという説明をします。ですから、お薬手帳を各科に持っていくっていうのは、自己防衛としてはとても有効かなと考えます。

○委員 お二人の説明でおわかりだと思いますが、薬局の立場から言わせてもらいますと、ポリファーマシーの件はもうだいぶ前から問題になっていまして、それに対する研修会を医療機関や薬剤師会もやっているのですが。なかなか急には進んでいかない問題だということは皆さんご存じだと思います。今あるお薬手帳を一つにまとめられて、どこの医療機関でも全部わかるようになる。また進展の仕方が違うと思うんですが、現状ではまだお薬手帳に頼ることも結構ありますし、患者さんがいらっしゃったときに、どんなお薬を飲んでいるのっていうお話を聞くことによって、情報を得ることがあります。内科の先生にいらっしゃるときは、お薬手帳をお持ちになる方が多いのですが、歯科の処方箋の時にはほとんどの方がお薬手帳は持ってきません。お薬は出ないと思っていたということなんですね。だから、その人の情報を掴むことができないというのが現状です。実際に内科、外科、泌尿器科等、そういうところで、もらった薬で重なるということは結構あるんです。その時はドクターにご連絡をして、判断を仰ぐというのが現状です。

○委員 ありがとうございます。大変に参考になりました。

○会長 多くの方に回答していただいて、関係機関がいかに多いかがわかりました。ありがとうございます。では、副会長お願いいたします。

○副会長 2点ございます。

先ほど最初の調査の説明の中で、若者や女性についてのところで、あまり良くなかったっていうお話があって、基本目標の2の2のところにも、休養とところの健康づくりを支援しますというふうになっておりますけども、一方で自殺者の方も、一旦、最近下がっていたん

ですけど、またコロナでちょっと上がり傾向にあつて、特に若い女性が、というところもあり、もともと男性はどちらかというと自殺率が高いのは中年以降だと思ふのですが。そういういろんなハイリスクというか、対象年齢の方がいらっしゃるんで、そのあたりのアプローチをもうちょっときめ細かに考えていただくのがいいのかと。その方法はともかく、計画にもう少し具体的に盛り込んでいただければいいのかなと感じました。

もう1点は、今回の健康日本21の第3次の中で、誰1人取り残さない健康づくりということで、これは健康施策とも関連すると思ふんですけど、No one will be left behindはSDGsの大きなテーマの一つですし、ソーシャルインクルージョンという言葉も最近では社会的包摂という言葉が最初に使つていて、こういういろんな事業で、そういう対象があつてキャッチできる人はいいのですが、そうじゃない方、障害があつたりとか、あるいは外国籍の方であつたりとか、様々な事情、経済的な事情を抱えているとか、そういう方たちも新宿区として、網羅していくというところも、国の流れも連動して進めていただければ。

○会長 ありがとうございます。健康政策課長、お願いいたします。

○健康政策課長 ご質問ありがとうございます。

まず自殺につきましてはご指摘の通り、令和元年までは新宿区も自殺する方がどんどん減つておりましたが、コロナと同様に令和2年、3年、4年は増加傾向になっているというのはご指摘の通りでございます。女性や若い方が多いということで、様々な新たな試みも今年から始めるのですが、そのうちの一つだけご紹介申し上げますと、その若者と女性の自殺がどうやったら減少できるのかというような部会を新たに作つて、ここで検討して参りたいというふうに考えております。

それから、SDGsも含めた様々な方、どんな方にでも手を差し伸べていくという、そういう考え方、まさにSDGsの考え方だろうと思ふます。

こちらの具体的な計画の中で、どういう書きぶりにしていくのか、国の書きぶり、或いは、周辺自治体の書きぶりなどを参考に、場合によっては先生方にもご助言いただきながら、いいものができればと考えております。

○会長 ありがとうございます。ほかにご意見等ありますでしょうか。

○委員 デジタル技術の活用、対象の考え方、まだこれからだと思ふのですが、具体的にどういう事を考えているのか教えていただけますでしょうか。

○健康政策課長 ご質問でおっしゃっていただいた通り、どのように変えていこうかというのはまさにこれからの検討ということになるんですけど、例えば、コロナ禍において、やは

り何より重要だったのは、各医療機関や保健所の連携とか、非常に大事なテーマでした。ところが、コロナで会うこともできないという中で、リモートを活用して、実はもう本当に手前みそになりますけれども、今日はたまたまいないんですけど、白井参事あたりを中心に、かなりその辺は医療機関の皆さんと連携を図って、様々な対応ができたのかなというふうに思っています。こういったことを、医療機関のみならず、区民の皆さんとも、せっかくこういうツールが開発できましたので、どんなことをやれば喜んでいただけるのかを考えているところでございます。

○委員 ありがとうございます。

○会長 ほかにご意見等ありますでしょうか。

○委員 新宿区としまして、区民に向けて、健康づくり特別月間というのは設けているのでしょうか。

○健康政策課長 健康づくり特別月間というのは、特に設定はしておりません。

○健康長寿担当副参事 健康づくり特別月間というわけではないのですが、新宿区では、毎年9月を「野菜大好き月間」と設定させていただきまして、野菜摂取の普及啓発の方をさせていただいているというようなところがございます。

例えば昨年度になりますけれども、ベジクックイベントというものを開催いたしまして、コロナ禍を踏まえまして実施したところでございますが、小学生以上の新宿区民の方を対象といたしまして、野菜に首ったけということで、毎月、広報の方にレシピを掲載させていただいておりますけれども、その中で作りやすいレシピということで、区の方でチョイスいたしまして、選んだ料理の中から何か調理していただいて、その作った写真を送っていただいて、送っていただいた方の中から抽選でクオカードが当たるといようなことを実施したという実績がございます。これからも、「野菜大好き月間」というものを続けさせていただきたいと思っております。また9月は健康増進の普及月間というようなところもございまして、そういったところを踏まえまして、新宿区民の方に、より健康になっていただけるように、区としても努めて参りたいと思っております。

○東新宿保健センター所長 健康づくりの一環として、生活習慣病予防の中の、糖尿病予防に関する啓発がありまして、東新宿保健センターでイベントを行っています。

11月が糖尿病予防デーもありますので、健康マルシェというイベント名で、ヘモグロビンa1c測定ですとか、食事や歯科に関すること、健康づくりに関することの相談コーナー等を設けて実施しているところでございます。

○委員 ありがとうございます。健康づくりで、笑いというのはストレスの解消、そして人間の身体の最大のNK細胞の活性化によって、発がんのリスクを抑える。そういう笑いの作用があるということを知っています。

一つ提案ですが、吉本興業とタイアップしてみてもどうでしょうか。高齢者は、1割ぐらいの方が鬱の病状になっているということです。高齢者対象じゃなくてもいいのですが、吉本興業とタイアップして、何かイベントを9月にされてはいかかかと。また、新宿区には末廣亭という、笑いを提供してくれる場がある。高齢者に入場料金等を割引したり、そういった新宿区としての支援をしていただければ嬉しいなと考えております。

○地域包括ケア推進課長 地域包括ケア推進課長でございます。

ただいまの吉本興業等についてですが、私ども地域包括ケア推進課の方では、地域の支え合い活動ということで、各シニア活動館や地域交流館、こういったところに地域の支え合いの団体の育成ですとか、例えば子どもに対して本の読み聞かせをすることで、子どもとの交流、そこで笑いが起こったというようなことはやっております。イベントとしては吉本興業さんとはやってはいないんですけれども、例えば、一昨年の地域支え合いのシンポジウムというのを社会福祉協議会と共同で行っておりまして、そこでは、パクンマクンというコメディアンの方に出席していただいて、お話をさせていただく中で、掛け合い漫才みたいなものを披露していただいたんですが、残念ながらコロナで、なかなか人を集めることができなくて、先ほどのICT・デジタル技術の話になってしまうんですけども、ネットを通じてのリアルタイム配信っていうような形に落ち着いてしまったようなところがあるんですが、そういった中で、芸能人の方ですとか、吉本の方ですとか、機会を見ながら、何か検討できるように考えております。

○委員 私は、作家の浅田次郎さんの言葉に感銘を受けています。「楽しければ笑い、苦しければもっと笑い、どちらでもなければ自然と笑い」という言葉が大好きです。だから、私は毎朝、起きたときに、必ず鏡の前で、ワッハッハと笑うんです。これが実は効果があるんです。心の中がすっきりする。ですから、高齢者の方々、一人暮らしの高齢者の方にも、そういうイベントをやっていただければという要望です。よろしく願いいたします。

○地域包括ケア推進課長 先ほどちょっと言い忘れましたが、私どもの中で大きなイベントで「敬老会」というのがありまして、大体総勢4,000名ぐらいの高齢者の方に来ていただいて、歌謡ショーとか、コメディアンの方を招いた笑いの場ですとか、その年に応じて何をやるかというのは変わってくるんですけども、そういった中で高齢者の方やひとり暮らし

の方ですとかにぜひ来ていただいて、笑いを体験していただくような形のものもあります。

高齢者の福祉大会というのもありまして、高齢者の方々が自分たちで歌やダンスを披露したり、笑いをメインとしたものではないのですが、実際歌われている方が少しミスをしたりなんかするとそこで笑いが起こったり、結構皆さんが和気あいあいと笑顔で交流していくということがあります。笑いそのものではなくても、例えば昨年、川中美幸さんが敬老会で歌を歌っていただいたんですが、歌のあとにトークがありまして、そこでも結構な笑いが起こっておいりましたので、そういった部分で、高齢者の方々の笑いというのはやっていけるのかなというふうに考えております。

○委員 ありがとうございます。

○委員 今、笑いという提案がありましたが、ウオーキング協会の立場からすると、私たちの会は18年になり、外へ出て歩いて元気になりましょうという呼びかけをしてきたのですが、考えてみると、健康な人向けにしかしてこなかったということを今、反省しているんですね。といいますのは、社会福祉協議会さんから、二名の視覚障害者の方が入会したいのだけどというご紹介があったのでお目にかかりました。目の見えない方が私たちと一緒にどうやって、という気持ちもあったのですが、すでに半年近くなりますけれども、問題なく我々と一緒に歩いておられます。そのお2人が一緒にウオーキング協会に入って歩くことをきっかけに、目の見えない視覚障害者からもっと歩きたいから歩く機会を作ってくれないかという要望がありまして、私たちは今反省しています。これからは視覚障害者の方々の健康について、私たちウオーキング協会も前向きに取り組んでいきたいと思っています。この新宿スポーツセンターで、ポールを持つと歩きやすくなるノルディックウォークを紹介しようということで、区のスポーツ課のご援助もあって7月から始めていきたい。そういうことで、健常者の人たちだけじゃなくて、いろんな人に歩いてもらえるということで、気配りをしていきたいなと思っております。

○会長 ご紹介ありがとうございました。

○委員 民間の企業とも何か連携ですか、そういったことをどう盛り込まれているのですかね。地域の団体との連携協働とか、NPOといったボランティア団体との協働とかはよくあると思うんですけども。

新宿区には、現在包括連携協定を締結している企業というのが何社かあるかと思うのですが、その中に大正製薬さんや幾つかそういった会社があったと記憶しているんですけども、包括連携協定っていうのは災害時に物資を融通するとかっていうことがあるのかもしれない



んけど、日頃からこういった健康づくりの活動を、そういった民間企業の力をちょっと借りたりもするのはどうかと思います。隣の中野区では麒麟の本社があるという関係から、麒麟レモンスポーツセンターって名前をつけてネーミングライツを使ったりしているし、例えば生保会社さんなんかは、健康づくりのいろんなノウハウとか持ってらっしゃって、いろんなデータもお持ちだという気がします。それで商売に繋がっちゃうと困るんですけども、何か win-win で、民間の会社との繋がりを。特に新宿区というのは企業の本社が多いという特性といますか、新宿らしさという強みもそこで生かせるのかなと思っていますので、そういったところで何か取り組みを考えているのであれば教えていただきたいと思って質問させていただきました。よろしく願いいたします。

**○健康長寿担当副参事** 先ほど委員の方からご紹介ありましたけれども、食育では、基本目標6の施策3で「地域や団体との連携・協働により、健康的な食環境づくりを推進します」と挙げさせていただいておりますが、食の方では、食を通じた健康づくりネットワークというものがございまして、区内で健康に繋がる食の活動を行っていたり、行っていきたいと思っている方に参加いただき、主にホームページ上で、こういった団体があるのかご紹介させていただいており、情報交換、協力できる・協力して欲しいというようところで、講座ですとか見学会は、うちなら受けられますよというようところを繋ぐ取り組みをしているところです。

例えばですけども、雪印メグミルクさんからご協力いただいていたたり、登録しているものには、幼稚園とかシニア活動館などがあるのですが、ただ、コロナ禍というところで、なかなか活動が難しいというような状況がございました。これからはコロナ明けというところもございまして、こういった形で連携ができるのか引き続き検討を進めて参りたいと思っております。

また民間企業との連携につきましては、健康部で連携してやっている事業が様々ございまして、例えば健康ポイント事業ということで、300ポイント貯めますと、抽選で景品が当たるというような事業がございまして、こちらにつきましては、新宿にございますテルマー湯さんで入浴券をご提供いただいていたたりとか、また今年度から新たに新宿高野さんにフルーツギフトをご提供いただき景品にさせていただきまして、皆様に歩いていただいで健康になっていただきたいというところで取り組んでいるところです。

また、しばらくコロナ禍で中止しておりましたウォーキングイベントの方も、10月ごろに再開することを予定しております、そちらのイベント実施の際には、協賛企業の方も併

せて募らせていただきまして、一緒に大会を盛り上げていければと思っているところでございます。

○会長 たくさんのご意見ありがとうございました。

## **(2) 第5期新宿区健康づくり行動計画の策定スケジュールについて**

### **(3) 第5期新宿区健康づくり行動計画の策定体制について**

○会長 次に、議事(2) 第5期新宿区健康づくり行動計画の策定スケジュールについて、及び、議事(3) 第5期新宿区健康づくり行動計画の策定体制について、続けて事務局から説明をお願いします。

○事務局 はじめに、議事(2) 次期計画の策定スケジュールについて説明いたします。

【資料2】をご覧ください。

今年度は、計画の策定年度であることから、推進協議会を5回開催し、それに合わせ、庁内推進会議と、庁内推進会議幹事会を開催いたします。

推進協議会の第2回目、7月31日を予定しておりますが、その際には令和4年度の事業実績と指標の確認、平成30年度～令和4年度までの指標の振り返り、そして計画の骨子(案)をお示しする予定です。その後、計画の素案を作成するとともにパブリック・コメントを行います。地域説明会は、10月から11月にかけて、今年度に高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画を策定する福祉部と合同で実施する予定です。

次に、議事(3)策定体制について説明いたします。【資料3】をご覧ください。

資料の一番下の枠(計画策定作業班)とその上の枠(計画策定検討部会)にありますように、今年度は、計画策定作業班及び計画策定検討部会を設置しました。

基本目標6テーマで7つの策定作業班を編成しており、係長級の班長と作業メンバーで、現状と課題、取組の方向性をまとめながら、それらを策定検討部会にあげます。策定検討部会が出された意見をまた策定作業班に戻しながら、庁内外の会議に提出し、皆様からのご意見をいただきながら、循環していくイメージで進めていきます。

計画策定作業は、健康部職員が中心となって行いますが、関係各課に置いては、必要に応じて協力を依頼してまいります。以上になります。

○会長 ただいまのご説明について、なにかご質問などはございますか。

## **4 その他**

○会長 ないようでしたら、「その他」で何か。

よろしいでしょうか。では、ないようですので、事務局の方から連絡お願いいたします。

○事務局 それでは、今後のスケジュールについてお伝えします。

次回の第2回健康づくり行動計画推進協議会は、7月31日月曜日18時からになっております。場所は本庁舎6階第3委員会室です。また、第3回目につきましては、9月5日火曜日、もしくは6日水曜日18時からを予定しておりますので、確定しましたら改めてお知らせします。第4回目以降の協議会については、調整の上改めて日程をご連絡いたします。

お忙しい中、委員の皆様全員のご都合が合う日は難しいかと思いますが、ご協力いただければ幸いです。また、今後、場合によっては、会議時間を2時間で設定させていただくことも考えられますので、どうぞよろしくをお願いいたします。

本日は貴重なご意見をいただき、ありがとうございました。

## 5 閉会

○会長 今年度は5回会合があるということで、引き続きどうぞよろしくをお願いいたします。本日はこれで終了とさせていただきます。

午後7時20分閉会