

第 1 回

新宿区健康づくり行動計画 推進協議会

令和6年7月24日（水）

新宿区健康部健康政策課

午後 6時00分開会

○副会長 それでは、始めたいと思います。

皆さん、暑中見舞い申し上げます。2日に1回くらいスクールが来て、暑い亜熱帯気候に突入かみたいな感じですがけれども、皆さんお元気でしょうか。

本日は、お忙しい中、お集まりいただきまして本当にありがとうございます。

本日は、会長がご欠席のため、会長に代わり副会長の私が進行を務めさせていただきます。ご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

それでは、ただいまから令和6年度第1回新宿区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引き続きよろしくお願いいたします。

事務局のメンバーには、昨年度から変更があったようですので、ご紹介をお願いいたします。

○健康部長 皆様、こんばんは。

4月に新宿区に異動してまいりまして、健康部長に着任いたしました。なかなか新宿区のことをまだ十分に分かっていない状況でございますけれども、委員の皆様におかれましては、第5期計画の策定に当たり大変なご尽力をいただきましたことに心から感謝を申し上げます。私のほうが新人という状況でございますけれども、本日はどうぞよろしくお願いいたします。

○健康部副部長 健康部副部長でございます。

前任の健康政策課長が選挙管理委員会へ異動いたしまして、新しい課長は誰が来るのかなと思っていましたところ、私が兼務ということでやらせていただくことになりましたので、引き続きどうぞよろしくお願いいたします。

○健康づくり課長 皆様、こんばんは。

昨年度まで東新宿保健センターの所長をしておりまして、今年度から健康づくり課長に着任いたしました。どうぞよろしくお願いいたします。

○健康長寿担当副参事 健康長寿担当副参事に着任いたしました。皆様、どうぞよろしくお願いいたします。

○保健予防課長 皆さん、こんにちは。

4月に着任いたしました。よろしくお願いいたします。

○衛生課長 この4月に衛生課長に着任いたしました。どうぞよろしくお願いいたします。

○高齢者医療担当課長 この4月に高齢者医療担当課長に着任いたしました。よろしくお願いいたします。

○東新宿保健センター所長 4月に衛生課長から東新宿保健センター所長に着任いたしました。よろしくお願いいたします。

○副会長 ありがとうございます。委員はそのままということなので、自己紹介は省略いたしまして、よろしくお願いいたします。

それでは、次第に沿って進行させていただきます。

議事に先立ちまして、委員の出席状況と本日の配布資料について、事務局から説明をお願いいたします。

○事務局 本日の委員の出席は、8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設置要綱第6条に基づきまして、委員数の半数以上の出席がありますので会議は成立しております。

続きまして、本日の配布資料を確認させていただきます。

配布資料は、資料1、指標の達成度、資料2、令和5年度実施状況、資料3、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業、資料4、がん患者のウィッグ購入費等助成のご案内、資料5、令和6年度しんじゅく健康づくりガイド（活用実績）になります。

委員の皆様にはあらかじめ資料をお送りしておりますが、もし本日お持ちでない方がいらっしゃいましたら、準備がありますので手を挙げてくださればと思いますが、大丈夫でしょうか。

また、閲覧用の資料としまして、机上に4点ご用意しております。第4期の健康づくり行動計画の冊子、第5期健康づくり行動計画の冊子と新宿区健康づくりガイド、そして、令和5年3月版の新宿区健康づくりに関する調査報告書になります。

資料についての説明は以上になります。もし不足のある方は、事務局までお知らせください。

なお、この協議会は原則公開となっております、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。

事務局からは以上になります。

○副会長 ありがとうございます。

うちは、今年のバージョンですね。

○事務局 はい、うちわは今年のバージョンということで、健康づくり課のほうから配布させていただきます。ご活用ください。

○副会長 ありがとうございます。

それでは、早速議事のほうに移っていきたいと思います。

議事の1番、令和5年度新宿区健康づくり行動計画の進捗状況についてということで、資料1、2でございます。

事務局より説明をお願いいたします。

○事務局 それでは、令和5年度の新宿区健康づくり行動計画の進捗状況についてということで、お配りした資料1、指標の達成度をご覧ください。

第4期の指標につきましては、既に前年度に評価しておりまして、皆様にお配りしております計画の冊子の18ページに基本目標ごとに質的な達成状況を挙げております。

本日は、令和5年度の実績も含めて幾つかご紹介します。

まず、基本目標1、健康を支える社会環境を整備しますの施策1の健康ポイント事業への参加者数ですが、令和5年度におきましても目標達成のA評価、新規参加者が3,849人、延べ1万3,513人の参加者となっています。令和11年度の目標値は、平成30年度からの累計で延べ3万1,000人を設定しておりまして、インセンティブの強化などを通じ、引き続き幅広い世代へ働きかけていきます。

施策2にありますしんじゅく100トレのグループ数ですが、年々着実にグループ数を増やしているところです。令和11年度には135のグループ数を目指しています。

基本目標1では、健康に関心が薄い層や、知識や関心はあっても経済的理由などにより実行に移せない区民の方もいらっしゃいますので、自然に体を動かす機会が増えるようなまちづくりを進めるとともに、地域のつながりが豊かになる取組を引き続き推進していきたいと思います。

今年度からの新たな指標として、地域におけるボランティア活動や趣味へのグループへ参加していない人の割合を減らすことを挙げています。

続きまして、指標の達成度の2ページから4ページまでの説明になります。

基本目標2は、一番評価指標の多いところになっております。第4期の評価では、ある一定程度の改善は見られますが、特に推奨される身体活動、運動習慣、喫煙、飲酒につきましては、世代別、性別ごとのアプローチが必要になっています。

3ページの施策2の休養とこころの健康づくりを支援しますのところですが、ここの睡眠

のところですが、今年度、第5期の計画からは、指標を睡眠で十分な休養が取れていない人の割合を減らすから、第5期では睡眠で休養が取れている人の割合を増やすに変更しています。令和11年度には、取れている人の割合80%を目指します。令和5年度実績のところにも書いてあるのですけれども、令和4年度と令和5年度の区政モニターのアンケートの結果を比較しますと、男女ともに10代から20代の睡眠が取れていないと回答した人の割合が増えており、十分な睡眠の確保と休養感を高めるための取組が一層必要となっています。

それでは、続きまして、4ページをご覧ください。

4ページの施策4の歯と口の健康づくりのところですが、歯間清掃用具を週1日以上使用している者の割合についてのところは、目標達成ということで、普及啓発は続けますが第5期の指標からは削除しています。歯科保健に取り組む障害者施設数が、新たな指標となっています。

続きまして、5ページをご覧ください。

基本目標3の生活習慣病対策を推進しますところの特定保健指導の修了者の割合、特定健康診査の受診率については、令和5年度は変わらないのC評価となっていますが、目標値は国に合わせて60%ということで令和11年度は設定しておりまして、まだまだ開きがありますので、引き続き取組を推進していきたいと思っています。

続きまして、6ページになります。

基本目標4の総合的にがん対策を推進しますになりますが、こちらは喫煙、飲酒、運動習慣については指標の改善は見られていますが、基本目標2と同様に世代別、性別ごとのアプローチが必要と考えています。

7ページの施策3ですが、がん患者の生活の質の向上を目指しますところですが、こちらは緩和ケア・医療について知っている人の割合は、おおむね目標を達成することができたということで今年度の指標からは削除しております。新しくがん療養相談窓口を知っている人の割合を増やすことを新規の指標としています。

8ページの基本目標5のところになります。

女性の健康づくりを支援しますでは、令和5年度についてはコロナの影響もなくなり評価が可能となっています。健康日本21第三次では、現在の自分自身の健康状態は、これまでの生活習慣や社会環境等の影響を受けている可能性があり、将来や次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があることから、人間の一生を丸ごと捉えていくライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの概念を示しておりまして、その中で女性の健康を目出ししている

ことも踏まえ、区でも幅広い世代に対して知識の普及や健康づくりに関するサポーターの養成と活動の支援を推進していきます。

最後に、9ページになります。

基本目標6、健康的で豊かな食生活を実践できる食育を推進しますが、1日に必要な野菜の摂取量の認知度は改善傾向にあります。こちらの指標は、新しい第5期の計画では生活習慣病対策のほうの指標としています。

施策3の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では、コロナの影響がなくなってきたため、地域や団体との連携・協働により、食を通じたネットワークづくりの充実を図っていくことが大切と考えています。

なお、基本目標6の指標ですが、朝食を欠食する子供の割合を減らす、家族と食事をする頻度を増やす、食品ロスの削減など新たな指標も加わっており、食に関する環境づくりにも引き続き取り組んでいきます。

資料1の説明に続きまして、資料2になります。

資料2は、第4期の計画の区の主な取組に記載している事業の令和5年度の実施状況が示されています。

1点修正がありまして、4ページの施策3にありますCOPD予防講演会、括弧新規というふうに記載しているのですが、COPD予防講演会の新規というところは削除をお願いいたします。

新しい計画の冊子になりますが、こちらの145ページ以降に載っている星印のより具体的な内容が、お配りした資料の中身にもなっております。なかなか今までこころの健康づくりの活動や生活習慣病予防、健康的な食生活のサポートといった細かい普及啓発の内容までご紹介できる時間がありませんでした。1年間の活動状況を知る上で参考になると思いますので、ご覧になっていただけたらと思います。

資料1、資料2の説明は以上になります。

○副会長 説明ありがとうございました。

令和5年度新宿区健康づくり行動計画進捗状況について、資料1、資料2に基づいてご説明いただきました。

委員の先生方からご質問やご意見があれば、お願いしたいと思います。

○委員 最初は専門的な歯科の分野からで恐縮ですが、資料1の4ページの上から2番目、12番目で、これは大分達成したということで、それに代わって障害者歯科の健診事業になる

ということだととてもいいことだと思うんですが、今までやっている障害者施設とやっていない障害者施設のとても差がありまして、その辺に対してこれから今年度の目標は具体的にどういうふうにするのか、具体的なところが分かりましたらお教えいただきたいのですが。

○地域医療・歯科保健担当副参事 ご質問ありがとうございます。地域医療・歯科保健担当でございます。

こちらの新宿区健康づくり行動計画の新しい冊子のほうをご覧くださいますと、こちらの59ページに新たな目標というか指標を記載してございます。

この中にありますのが、歯科保健に取り組む障害者施設数ということで、現状が委員もおっしゃってくださったように差もあることは承知していて、それから、取組ができていないところもあると聞いておりますが、確実な数字が把握できていない中でのスタートになっていきます。

ただ、数年前にとった調査によりますと、区の施設については割と取組がされておりますけれども、民間の施設においてはなかなか取組ができていないという現状が分かってきておりますので、まず、区立の施設以上ということで、令和11年度については30施設を目指し、本年度につきましては、歯科医師会様のご協力をいただきながら、まず4施設をモデル的に実施をしていって、そこからどんどんと拡大をしていこうというふうに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。

○副会長 委員、お願いします。

○委員 この目標、令和4年度の目標というふうに立てていまして、それで、そのぐらいの実績、評価がA、B、C、D、Eということで設定されているのですが、例えば、3ページの施策2の7と8につきましては令和4年度の目標23.3%、それから、8番のこのころの問題についての目標設定が60%、それで、これ評価としてはCというふうになっているのですが。まず、この目標設定の数値の根拠となるものが分かれば教えていただけないかなと思っていますのですが。それで、これは両方ともCになっていますが、まず7番の23.3%、それで、この令和4年度が25.8%、それで評価がCと、それで実績、令和5年度が27.2%ということになっているのです。この23.3%という目標の根拠となるものが、この数値はどのようにして出しているのか、教えていただければと思います。

○事務局 例えばこのころの問題、睡眠のほうですか、委員がおっしゃったのは、睡眠について

の7、8で、区政モニターアンケートというもので数値を追っていきまして、毎年1回とっていて、それで数値を検討しているので、ベースラインとなっている値が、最初の休養が取れていない人の割合が24.8%だったと、そのベースラインからどのくらい数値が増えた、取れていない人の割合が減っていったかとかを確認していますので。

○健康部副部長 目標を厳格に、こういう基準でというのは全てがつつりあるわけではないのですが、当時の現状がありまして、このぐらい伸ばしていこうよというので目標設定しているところなのです。

C判定等は、ちょっと表紙をご覧くださいければと思うんですが、こちらは機械的に判別しておりまして、Aというのが目標値に達した場合で、Bというのは現時点では目標値に達していないのですが改善傾向にあるということで、具体的に言うと右側にございますベースライン、もともとの現状値から直近値までの増減率が5%を超えた場合はBとさせていただいて、そこがプラスマイナス5%以内がCで、マイナス5%超というのが悪化ということでD、評価が難しい、困難というのがEという形、こちらは機械的にやっておる結果でCからC、CからCとなつてございます。目標値につきましては、その目標ごとに現状から令和4年度にこのぐらい上げていこうというようなところで当時設定したと思われませんが、厳格に全て何%以上、とんとんということを機械的にはやっていないので、その意味でいいますとエビデンスは弱いと、言われてしまうと弱いのかなといったところでございます。

○委員 本当におこがましい質問で申し訳ございません。新宿区健康づくり、本当に一生懸命されているということはよく分かっているのです。分かっているのですけれども、あえてこういうようなDとかEとか、そういう評価というのが現実問題出ていまして、それで、この目標設定を掲げまして、その令和4年度のこの何%ですか、例えば、7番で目標設定が23.3%で、この令和4年度では25.8と出ていまして、これは目標よりかはだいぶよくなっているんですね。

○副会長 休養が取れていない人の割合ですので、指標の方向が減らすとなっているので、数字が下がらなければいけない。

○委員 では、そうしますと、この減らす増やすというのは、要するに、この目標設定、4年度のこの数値が出る間、この中間で、何か中間目標地点というか、その中でそういった設定は設けられているのですか。DとかEとか、そういったような。

○健康部副部長 すみません、ちょっと質問が分からないのですけれども。間をもっと細かく

という意味ですか。

○委員 要するに目標の数値を、私が言いたいのは、その中間、目標を定めているその中間で何%だよと、そういうようなことをデータとして出しているのかどうか。

○健康部副部長 データは毎年、例えば7番でいいますと、区政モニターアンケートの同じ質問を30、元年、2年、3年、4年と行っていますので経年評価はできているという。

○副会長 年に1回調査をしているので、調査の間ではちょっと数値は追えないということで。

○委員 モニターとか、そういうのでなくても、がんの検診なんかにしましても、要するに、広島でちょっと伺った話なのですけれども、マイルストーンというこういう設定の仕方がされているのです、健康づくりに対しての目標設定を定めた、その目標設定の中間目標地点というものを定めて取り組んでいるということで、ちょっと聞いたものですから、新宿区の場合は、おこがましい質問なのですけれども、そういったような設定でやっていらっしゃるのかどうかお伺いしたかったのですが。

○健康部副部長 区政モニターアンケートを使っているところは議論の余地があるかとは思いますが、使わせていただいて、必ず回答がとれるので、ですから、健診のときのデータを取るとかというお話、議論をしたのですけれども、なかなか健診時に医療機関様にアンケートまでお願いするのは難しいとかいろいろありまして、現在は区政モニターアンケートでやっている認識でございます。

ただ、区政モニターアンケートというのは、言葉は難しいですが、いろんな意識の高い方が、自ら手を挙げてやっていらっしゃる方ですから、例えば9番の喫煙者の割合を区政モニターアンケートでとったら、それは低いんじゃないのみたいなお話もございますのは確かで、対象者については貴重なご意見としまして今後も検討していきたいと思います。ありがとうございます。

○委員 そのことによって、設定することによってモチベーションが高まっていくようなことを聞いているのですよ。その取組に対して、最終的な目標に対しての。

○健康部副部長 例えば、健康ポイントをもらえるですとか。

○委員 そのようなことを広島のほうで、ちょっと息子が向こうへ行っていますので、それで。

○健康部副部長 もしよろしければ、何か資料的なものを頂戴できたら。

○副会長 例えば、相談件数みたいなものは、中間点で、行政がやるいろんなことの相談件数みたいな中間点のデータが手に入りやすいかなと思いますので、そういうのを1つの中間指標としてというふうなご意見でございました。

○委員 ありがとうございます。

○副会長 ほかはございますでしょうか。

では、私からちょっと、今の3ページの7番のところで、年代別のいろんな分析をされてアプローチをしないといけない、特に睡眠時間については10代、20代があまりよくないというところ、どうやってアプローチをするのですかという、特に若い人のものを、すべからず喫煙もそうですし、飲酒もそうですけれども、年代別の分析が当然必要だし、やっておられると思うんですけれども、ではその数値がほかの年代に比べてかなり悪いグループのときに、そういう人たちにどうやってアプローチしていくのか、行動計画に入るところだと思うんですけれども。例えば、区内に住んでいる20代というと、大学生とか学校に行っていたりする方、プラス働いている方、ひょっとしたら親元から通う、独り暮らしするにはちょっとあれが高いかもしれないので、親元から通っている方、そういう人たちにどうやってアプローチするかというところも考えていく必要があるのかなと思ったのですけれども、そのあたりは。

○保健予防課保健相談係長 やはり委員がおっしゃるように、若い世代へのアプローチというのは非常に課題だと思っておりまして、働く世代向けのアプローチというのは内部でも検討しました。そして、今年度考えておりますのは、地域のお祭り、保健センターが地域センターのお祭りでブースを持っていたりしますので、そこで啓発を新たにさせていただこうと思っています。それから、今年度に入ってからにはコンビニにリーフレットを配布させていただいていて、そこに配架していただくようなこともさせていただきました。それから、ホームページ等も改定いたしましたし、SNSを使った形での発信もしていけたらいいなと思っているところです。

○副会長 ありがとうございます。

そのほかございますか。

○委員 今、睡眠のこともありましたけれども、やっぱり10代へのアプローチというのが課題だということで、今、センター祭りという話がありましたけれども、ほとんどセンター祭りとかは10代の方とか20代の方はお見えになっていないというのが、私のセンターの委員をやっている印象なんですけれども、それはおいておいて、今回の計画の中でも一丁目一番地に健康ポイント事業が出ています。1ページの1番です。ここではまさに10代から90代までと書いてありますけれども、10代の方の参加も増えてきて、今回のような健康ポイントでも新宿区民の30人に1人が参加している、スタートから見てもかなり急ピッチで増

えているし、計画では令和11年度に3万1,000人、新宿区民の10人に1人というふうに目標を立てていて、多分これ達成しちゃうんじゃないかな、すぐにでもという感じがしています。

これは、先ほどはインセンティブというお話もございましたけれども、実際このポイント自体のインセンティブというのもあると思うんですけれども、今、この健康ポイント事業の中でアプリで見ていると、例えば、バーチャルウォーキングというのがたしか今年から始まったのですか、4コースぐらいあって、これはちょうどいい具合に多分1年ぐらいかけて、このコースを達成していくようなゲームになっているようなのですけれども、私も一番長い距離を歩くコースに登録しているのですけれども、多分300万歩ぐらい歩かなければ達成できないというようなやつなのですけれども、こういうのも結構インセンティブとか励みになってくるので、ポイントで例えばクオカードがもらえとかという金銭的なインセンティブではなくて、もっとやっている達成感とか、それから、途中でもここまで来たよとかというのが振り返れるとか、新しい目標、先ほどマイルストーンとおっしゃいましたけれども、まさにマイルストーンで何か所かの目標をクリアしていくという、こういう仕組みができて、これに結構10代の人なんかも参加していくと、離脱もせず続いていくのかなという気もしています。

こういったインセンティブというのは、ほかのいろんな事業にももっと反映させられないかなと、これは特にアプリなんかを使っているんで、高齢者の方々にはなかなか受入れが難しいかもしれませんが、むしろ今、話が出てきた10代とか20代、それからあと、もう少し上でも現役世代でなかなか運動習慣が今、64歳以下の人たちがまだ3割ぐらいしかないというようなデータが出ていますので、こういった20代から、さらに30代、40代、50代まで、このアプリなんかを使って、これはちょっと難しいかもしれませんが、例えば地域のボランティア活動とか、趣味のサークルに参加するということのインセンティブで何かそういうのが使えないとか、アプリか何かで目標がクリアできるとかという、そういったものも応用していけば、こういった健康ポイントに近いような達成度というのでも生まれてくる可能性があるんじゃないかなというふうに感じています。

あと、睡眠の質については、やっぱりストレスが増えているとかというのもあるのでしょうか、運動習慣でそれを解消する機会も減っているんじゃないかなという印象もあって、例えば、今はどんどん電動キックボードとか、モーター付きの自転車とかがどんどん普及してしまって、みんな歩かなくなっているとか、あるいは自転車を自分でこがなく

でも進んじゃうとかというので、運動しないから結構夜になってもあまり眠くならないとか、うちの子供なんかもそうなのですけども、二十なのですが、やっぱり駄目なんですね、運動しないものだから。そういったことがどんどん増えてくると、この数字はどんどん悪化する可能性があるので、もっと歩きましょうというのを、この健康ポイントなんかをうまく使って10代、20代を巻き込んでいく、そのためのこのインセンティブの仕組みとかというのをもう少しうまくアピールできたらいいんじゃないかなというふうに思っている次第です。

以上でございます。

○副会長 ありがとうございます。

区のほうから何かございますか。

○健康部副部長 貴重なご意見ありがとうございます。全般がなかったですね、全体的に若者もそうですけども、そういったインセンティブでもっともっといろんな取り込みができないかというのを、全体的に研究をしていきたいと思います。貴重なご意見ありがとうございます。

○保健予防課長 貴重なご意見ありがとうございます。

先ほど話題に上がりました睡眠や心の問題についての、10代の方へのアプローチについての補足を少しさせていただければと思います。

中学1年生に対して、心のSOSに気づこうという案内のパンフレット、小冊子のようなものを学校を通じて配布しておりまして、そういった学校現場との連携を含めて今後も推進してまいりたいと思っております。

○委員 ありがとうございます。

○副会長 資料1、資料2についてご意見があれば。

委員、お願いします。

○委員 私は、女性の健康支援のところで少し質問ではないのですが、拝見していて意見といたしますか、1つ申し上げたいなと思います。

7ページのがん検診のところで、やはり女性特有という子宮頸がんとか乳がんというところの検診が、少しずつ上がってはきているのですが、検診の実施の数値がまだまだ頑張らなければというところだと思います。また、次のページの8ページを見ますと、女性特有のがん対策ということで、セミナーなんかの参加者も非常に増えてきているというところで、こういったセミナーを実施しながら啓発して検診も増えていくといいなと思

うんですけれども、1つ、今年度、子宮頸がんのほうで言えば、HPVワクチンのキャッチアップの接種が今年度いっぱいということでいろいろ広報されているところで、そういうところとも連動させながら増えていくといいなと思います。

私は、職場が看護、看護学部の教員をしております、母性看護というのを担当しているのですが、その中でちょうどそのキャッチアップ世代なんですよ、大学生の学生たちが、ただ伝えてもなかなかそこに気づきは生まれないのですけれども、自分たちで自分事としてそういったことを考えさせて、看護ではない学生にそういったことを普及啓発したり、伝えるにはどうしたらいいかみたいなことを考えさせると、子宮頸がんということそのものも考えるようになりますし、ワクチンを打つ打たないということも自分自身としてどうするかということを考え、打たないのだったら検診をしっかりするみたいなところまで考えが至るように実際になったりしているのですけれども、そういうように若い世代も考える機会をあげると、自分たちで考えながら自分たち同士で、ピアサポーターではないのですけれども、伝えていこうというような積極的な動きも生まれているので、ぜひ巻き込んでいただくと自分のこととして考えられるようになるのかなと思います。今後、それを実際にすぐやるというのはなかなか難しいのですけれども、普及啓発のセミナーを含めて検診率の実施というところも上がっていくといいなと思いました。意見です。

○副会長 ありがとうございます。事務局から。

○健康づくり課長 ご意見ありがとうございます。私のほうからは、子宮頸がんの検診について少し述べさせていただきたいと思います。

毎年、国のほうからは無料クーポンの制度をしております、今年度に関しても、20歳になった方に関しては個別に無料クーポンを配布している状況でございます。昨年度は、まだコロナの影響がありまして受けられていない方もいらっしゃいますので、令和5年度の対象者に関しても今年度は受けられるように整備しているところでございます。

がん検診については以上です。

○四谷保健センター所長 女性の健康支援センターを所管していますので申し上げますと、例年、女性の健康セミナーにおいて子宮頸がん、あるいは乳がんに関するメニューを設けております。また、3月の女性の健康週間イベントにおきましても、乳がんについて講演を実施をしているというところでございます。いずれにいたしましても、様々な情報を皆様にご提供させていただきながら、また、自分事ということで考えていただけるような工夫を今後とも続けていきたいというふうに考えております。

○保健予防課長 HPV、子宮頸がんにつきましては、検診の重要性ももちろんなのですが、併せて予防のための子宮頸がんのワクチンも国が定期接種にしております、接種勧奨も一旦は積極的勧奨の差し控えをしたのですけれども、令和4年の4月1日からキャッチアップ接種をしております、その差し控え期間に接種できなかった人にも接種の機会が。

○健康部長 そこは、委員がもう既にご発言されて、今年度が最後ですからというお話なので。

○保健予防課長 失礼いたしました。最終年度に当たりますので、その対象の方につきましては全員に予診票を送付しております。

○健康部副部長 それで、接種の完了までに約半年間かかるということなので、その時期を見て、そろそろ。

○保健予防課長 5月下旬頃。

○健康部長 そこで委員からも、ただ勧奨するだけではという言葉があつて、きっと保健予防課では工夫を凝らした勧奨を今考えていることと思いますので、よろしくお願いします。

○健康部副部長 先生方に学校でぜひ周知をお手伝いいただければ、ありがたく存じます。

○副会長 ありがとうございます。

それでは、時間もありますので、最初の議題はこちらで終わらせていただきまして、続きまして、報告の1番、高齢期の健康づくりについてということで、事務局から説明をお願いいたします。

○健康長寿担当副参事 私のほうからは、高齢期の健康づくりといたしまして、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業についてご報告をさせていただきたいと思っております。

資料3をご覧ください。こちらはスライド2枚を1ページに印刷しておりますので、スライドの下のところにある番号、こちらを見ながら見ていただきますと幸いです。よろしくお願いいたします。

本事業は、健康づくり行動計画の中にも高齢期の健康づくりとして位置づけられているものでございます。昨年度より区内全域でスタートしたフレイル予防の事業で、後期高齢者の保健事業として広域連合から委託を受けて実施しているものでございます。

スライドの1番です、下の段になります。初めに、事業概要をご説明させていただきます。

この事業は、フレイルを予防するため、医療専門職チームを設置し、ハイリスク者への個別フォローと区民への普及啓発の2本の柱で構成されております。医療専門職チームのメンバーは、保健師、看護師、栄養士、歯科衛生士、作業療法士で構成されております。

ハイリスクアプローチでは、まず、要介護に移行しやすいハイリスク者を把握するところからスタートいたします。KDBシステムという健診結果、レセプト情報、介護の認定状況などのデータベースから状況を把握するほか、高齢者総合相談センターなどの関係機関からの紹介、また、地域の通いの場などで実施するチェックリストからも把握しております。そして、ハイリスク者に対して訪問指導など個別支援を行っております。

めくっていただきまして、スライドの2をご覧ください。

まず、ハイリスクアプローチから具体的に説明させていただきます。区の対象者の抽出基準は、BMIが20以下で、かつ健診データ上、前年度より体重が2キロ以上減っているか、質問表で体重減少があったと回答した方としております。その際に体重の減少理由が明らかな疾患がある方、90歳以上の方、要介護1から5の方は除いております。

流れといたしましては、まず、KDBシステムを活用し、健診結果からこの基準に該当する方を選定いたします。そして、事業の案内通知を発送いたしまして、約3か月間のプログラムを実施しております。

下のスライドの3をご覧ください。令和5年4月から6年2月発送分までのものとなりますが、健診受診者6,466名のうち3.8%、247名がプログラムの対象者となりました。お一人お一人の健康課題をレセプトや健診結果から確認いたしまして、課題に応じた職種が訪問できるように調整をしております。例えば、食べにくいやむせるなどの口腔に問題がある場合には歯科衛生士が訪問を行い、口腔機能の確認や改善に向けたアドバイスをしているところでございます。

スライドの4をご覧ください。対象となった方には、こちらの案内通知を送ります。「元氣アップ訪問相談事業のご案内」とタイトルをつけまして訪問日や今後の流れについてご案内をしております。低栄養の方は本人に自覚がなく、相談事業を断られてしまうということが多いため、希望される方にはご連絡くださいというような手挙げ方式ではなく、訪問日を事前に指定した形、直接訪問する形としております。

次のスライドの5をご覧ください。事前に日時指定をして訪問いたしましても、実際にお会いできるのかどうかというところはスタートの時点では不安だったのですが、実際には想定以上の受入れがございました。案内通知を発送しました方のうち、6割近くの方にプログラムを実施することができました。このように区民の皆さんが受け入れて、区のアプローチに応じてくださっており、事業の手応えを感じているところでございます。

スライドの6をご覧ください。プログラムの実施方法についてでございます。初回訪問は、

二、三職種でチームを組んで、おおむね1時間から2時間程度、アセスメントのための聞き取りや測定、また、改善に向けた助言や目標、計画の設定などをしております。アセスメント項目には、体力測定や口腔機能のチェックなども含め、幅広い項目を入れております。目標設定の際には、モチベーションアップにつながるようなゴール設定や具体的な計画を立てていきます。

次に、7番のスライドをご覧ください。中間訪問は、1か月後と2か月後の2回行います。ご自宅で状況を見ながら具体的なアドバイスを行っております。必要に応じて、スライドの右下、小さくて見づらいかと思うんですけども、こちらに口腔体操、運動カレンダーというのがございまして、こちらは自分で記録をつけていただくものとなっております。これを訪問時に確認しまして、実施状況を確認しているところでございます。また、時には自宅での相談だけでなく、いつも利用しているスーパーなどに同行しまして、食品の選び方などをお伝えするようなこともしております。

次に、8番のスライドになります。最終訪問では、目標達成状況を確認するほか、必要に応じて通いの場へつなぐことや関係機関との連絡調整などを行ってまいります。また、支援できる期間が3か月と短いため、その後も引き続きフレイル予防を続けてもらえるよう、お一人お一人に応援メッセージを作成して、お渡ししております。

9番をご覧ください。ここからは、プログラムが終了した52名の方の状況を分析したものになります。まず、属性ですが、修了者の約8割が女性で、独り暮らしの方は4割、その他については記載のとおりでございます。

10番のスライドをお願いします。目標の達成状況なのですが、これはほとんどの方が行動目標を実施して、行動が変化しているという結果でございます。下の行動変化の例を見ていただきますと、たんぱく質を意識して食品を選択するようになった、かむことを意識するようになったなど、低栄養改善に向けた生活習慣が定着していることが分かります。

次に、11番のスライドをご覧ください。3か月間の介入による変化を見ていきますと、体重が維持・改善した人の割合は9割以上でございました。自覚的な変化の例では、食が楽になったなどの声も聞かれました。運動機能は、握力などの体力測定で確認し、多くの改善が見られました。特に椅子の立ち上がりでは、改善した方が7割を超えております。やはり単に体重を増やすということだけではなく、筋肉を増やすことを意識して取り組んでくださったことが、この結果に結びついたものと考えます。

また、自覚的変化といたしましても、早く歩けるようになったなど、うれしい成果が出ております。口腔機能では、お口が潤い、むせが少なくなった方やかむ力がアップした方もいらっしゃいました。健康状態、心の健康状態を見ても、改善された方が多く、生活が前向きになったなど、体力の改善により心も元気になるという効果が見られました。

12番のスライドをご覧ください。修了者に行いましたアンケート結果でございます。98%の方が参加してよかったと答えております。もう年だからと諦めの境地から前向きになりましたといった感想もいただいております。

13番のスライドをご覧ください。次に、ポピュレーションアプローチについてご報告をいたします。区内には住民主体の活動の場としまして、運動や手芸、カラオケ、サロンなどの様々な場がございます。この活動の中にフレイル予防の取組をちょい足ししてもらえよう、医療専門職が出向いて出前講座を実施しております。

14番をご覧ください。「出張！フレイル予防元気アップ講座」という講座名で、グループの希望や特徴に合わせて、15分から90分程度で実施しております。新しく作成した書き込み式のテキストを使用し、フレイル予防のコツを伝授しております。その際にフレイルチェックも実施し、結果に応じて電話で状況等を確認いたします。必要な場合には、先ほどご説明したハイリスクアプローチと同様の支援を実施しております。

本日、この書き込み式のテキストをお手元に配布しております。この黄色い表紙のものでございますけれども、こちらをご覧くださいいただければと思います。フレイル予防の3本の柱、運動、栄養、社会参加を中心に、予防のポイントについて解説しているほか、この15の質問表をフレイルチェックという形で掲載しております。

15番のスライドをお願いします。次に、ポピュレーションアプローチの実施状況ですけれども、47か所、約1,500名の方に実施いたしました。17か所でチェックリストを実施し、電話でのフォローは26名の方に行いました。そのうちハイリスクアプローチを実施したのは6名でございました。

16番のスライドをご覧ください。チェックリストが実施できた374名の方の状況でございます。年齢は80歳代前半の方が中心です。チェックリストの結果、この中にハイリスクの方が一定数いらっしゃいました。これまでも通いの場に出向くと、フレイルがちょっと気になるような方がいらっしゃいましたが、このチェックリストを行うことで効果的かつ積極的な介入ができるものと考えております。

17番のスライドをご覧ください。アンケート結果からも、満足度、理解度ともに高く、学

んだことを生かして実践しようと思った方が94%でした。講座がフレイル予防のきっかけになったものと考えます。講座は、グループの特徴や人数に応じて、時間や内容を相談の上、柔軟に組み立てることができます。受けてみたいというグループがございましたら、お気軽にご紹介いただけますと幸いです。

最後になります。18番のスライドになりますが、関連事業をご紹介します。

新宿区では、足腰を鍛える筋トレとして、「しんじゅく100トレ」という筋力トレーニングを平成30年に開発しました。週に1回、住民グループで集まって活動できるように専門職が支援しています。まずは100トレをやってみたいと思ってもらえるように、気軽に体験できる出前講座を実施しています。また、グループの立ち上げ支援として初期4回ほどのトレーニング指導と重りバンドの貸与やDVDの配布を行うほか、グループ活動が継続できるよう定期的な見守り支援を行っております。専用の重りを使って、DVDを見ながら誰でも簡単に取り組むことができるトレーニングです。体が軽くなった、歩く速度が倍になったなど、うれしい声も聞かれているところでございます。

次に、19番のスライドをご覧ください。100トレのグループ活動の状況でございます。グループの仲間は、高齢者クラブやご近所のお友達、サークルの仲間など様々でございます。活動場所は地域交流館、マンションの集会室、メンバーの自宅など、こちらも様々な場所で活動が広がっております。

最後のスライド、20番になります。コロナ禍を経たこの5年間で、区内に令和6年3月末現在で78グループが誕生し、週1回の活動を続けております。6月末現在では、さらに増えて82グループとなっております。

以上、健康づくり課で実施している高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施についてご報告をさせていただきました。フレイル予防の推進に向け、引き続き取り組んでまいります。

○副会長 ありがとうございます。

それでは、ご質問やご意見がありましたらよろしくお願いいたします。

先日の広報にも記事がございましたし、最初に言ったフレイル予防が出ておりましたので、ちゃんと見ております。

○健康長寿担当副参事 ありがとうございます。

○副会長 委員、お願いします。

○委員 今、資料3の報告を聞かせていただきまして、新宿の高齢者の皆さんは幸せだな、区

がこれだけ前向きに取り組んでいるというのはすばらしい、私は日頃ウォーキングのほうで区のお手伝いをしているのですが、今、報告を聞かせていただいて、こうやって区の人たちが外へ引っ張り出してくれて、12番にもう年だからと諦めの境地から前向きになれました、この2行を読んで、前向きになった人たちが私たちが毎月やっているウォーキングの会に来られるのだなと、区はすばらしいなというふうに改めてお礼といたしますか、申し上げたいと思います。

17番に、アンケートの結果で、毎日のウォーキングを実践することを決めましたとか、100トレをやってみたいと思いました、このご報告で、区がすばらしく、健康づくり課がすばらしい運動をされている。私たちはずっと長い間おつき合いですので、健康部さんのこういう活動はよく存じ上げているのですが、この報告を受けて、かなり細かくフォローされているのだなということにお礼を申し上げたいと思います。

ちょっと脱線をするようで大変恐縮なのですが、これを拝見していて、これは全部健常者、健常者というのは我々のような健常者、今、ウォーキング協会に視覚障害者の方がお二人、それから、福祉部の薬王寺ふれあい館のウォークでは目の見えない方がお一人、参加して歩いていらっしゃいます。

最近、視覚障害者の方と歩いている中で、いろんなお話を伺って、元気な視覚障害者の方が来ていらっしゃるのですが、時々お休みになるのです。次の機会にどうしてこの前お休みになったのかと言ったら、介護の方が、その事業所に介護を頼むと、あの人から頼まれると10キロ歩かされちゃう、5キロ歩かされちゃう、とてもじゃないけれども、と介護の人から言われてしまう。確かに見ていると、白杖で歩いている方の後ろを歩いて、どっちが先なのだろうと思うことがあります。

実は先日、小滝橋にあります区の施設、NPO協働推進センターという新宿区が区内のNPO団体の行動をサポートしている施設があるのですが、そこで、私たちも歩きたいという名前でシンポジウムをやりました。皆さんもご案内だと思いますが、ブラインドサッカーというサッカー、目の見えない方のサッカー、これはもともと小滝橋の今のNPO協働推進センター、前の中学校の跡地から始まって今日まで大きくなったのです。ブラインドサッカーの方たちともお話しして、付き添いの方、サポーターの方の話をしたら、ブラインドサッカーでもそういう研修をやっているよというようなことなのですが。要は、私たちも気になって、目の見えない方たちがどうやってウォーキングの毎月の行事を知るのだろうか、いろいろ気になって今調べているところですけれども。

区民の中にはそういう視覚障害者、聴覚障害者、それから、未来創造財団、レガスさんがやっている青年教室の、いわゆる知的障害者の人たち、知的障害者の人たちも歩くと本当に喜ぶのですよ。私たちがサポートして笹塚のボーリング場にボーリングに連れていくのですけれども、西新宿小学校から約5キロぐらい歩くのですけれども、本当に喜んで歩いてくれて、実際はボーリングをやっているだけでも大変なこともあるのですけれども。

今、何を申し上げたいかというと、今この報告を聞いていて、区民の中にはそういう障害者の人たちもいるので、そういう障害者の人たちにもやっぱり健康になる、毎日を楽しく過ごすためにはどうするかということも、もちろんやっていращやるのでしょうかけれども、これから我々はサポーターをどうしたらサポートできるかということを考えていきたいと思います。

ちょっと長くなって申し訳ありませんでした。

○副会長 ありがとうございます。

そのほか、高齢者の健康づくりについて何かご意見はございますでしょうか。

○健康長寿担当副参事 丁寧な対応をしているということ、お褒めのお言葉をいただきましてありがとうございます。

障害者の方なのですけれども、実際にこの健康づくりの事業の中で、例えば100トレですとグループの中に視覚障害の方とか、障害のある方が参加しているというようなグループもございます。こういう方については、やはり他のグループメンバーが、例えば要介護のような方でも参加していたりするので、周りのメンバーの方が非常にフォローしてくださっているというような状況もございます。

また、この一体的実施事業につきましても、障害者を対象としていないということではなく、実際にハイリスクアプローチをしている皆様の中には様々な障害をお持ちの方もいらっしゃるというところでございます。引き続き、障害のあるなしに関わらず、健康に過ごせるような対応をしていきたいというふうに考えております。ありがとうございます。

○副会長 ありがとうございます。

1点だけ私から、この最初のプログラムの修了者は8割が女性ということなのですけれども、男性は、もともと声をかけた数が少ないのか、それとも当てはまる方が少なかったのか、それとも断られる数のほうが多かったのか、そのあたり、なかなかこういうのは女性のほうがやっぱり社会的にアクティブで、男性のほうがそうではないという傾向は一般的には見られるので、そのあたりはどうでしょうか。

○健康長寿担当副参事 実際に結果として女性が多かったということですが、当てはまる数がもともと少なかった、対象となる数が少なかったということでございます。

○副会長 それは太っている方があまり多くなかった。

○委員 BMI が20で切っているから、痩せの方ですね。

○副会長 ほかによろしいでしょうか。

時間もありますので、次の議題のほうにいつていただきたいと思います。大変すばらしい活動を継続していただけたと思います。

次は、報告の2番、がん患者及びその家族等の療養支援についてということで、事務局から説明をお願いいたします。

○地域医療・歯科保健担当副参事 それでは、がん患者及びその家族等の療養支援について、ご報告をさせていただきます。

昨年度のこの会議で委員の皆様からご意見をいただきまして、新たな計画にはがん患者とその家族等への相談窓口の周知や、がん治療に伴う外見の変化に対する悩みなどへの支援を盛り込むことができました。

令和6年度から支援の1つとして、がん患者のウィッグ購入費等助成事業を開始いたしました。お手元にこちらの資料、チラシになりますけれども、ご用意いただければと思います。本日は、資料はこのチラシのみになりますので、私の報告につきましてはチラシを眺めながらお聞きいただければと思います。

このチラシは、保健センター、庁内関係部署、特別出張所、区内の病院、暮らしの保健室など、様々なところに総数約1,000部を配架したところでございます。そのほか、広報新宿、ホームページ、SNSでもご案内をしております。

こちらにございますように、4月22日から受付を開始いたしまして、7月15日の時点でございますけれども90件の申請を受け付けております。申請者の年代、性別は50代、60代が多く、女性のほうが圧倒的に多く申請をしていただいているというような状況になっております。

窓口にお越しいただくよりも、多少、少しなのですが、郵送で申請書を送ってこられる方が多くなってございますけれども、資料の不足等があることが多いので、お電話等で担当者をご本人様がお話しのできるような機会もあるような状況でございます。

担当職員は、まず相談者に対しまして、今、お具合はいかがですかというふうに声をかけをしているというふうに聞いてきました。私が何か困っていることはありますかと聞いてい

るのですかと言ったら、そんなことを聞いても困っていることはないですと言われてしまいますと、今、具合はいかがですかというふうに聞いているというようなことを確認してきたところです。また、そういった声かけをいたしますと、少しずつご相談者様というか、申請して下さった方が現在の状況をお話しくださる方が多いようです。

相談につながりましたケースの中から、幾つかご紹介をさせていただきたいと思います。

1 例目は、振り込み日の問合せで電話をかけてこられた方のケースになります。ご相談者様は病状がよくないということを病院で宣告されて、ウィッグの補助金で家族旅行に行きたいというふうに思っていたそうです。それで、振り込まれる日が何日になりますかということ電話で問合せをされてきたということなのですけれども、振り込まれる日を確認することができまして、入院中は旅行の計画を立てながら何とか抗がん剤の治療を乗り切ることができました。また、幸いにこの抗がん剤の治療結果がよくて、もともと手術ができなかったということだったのだけれども、手術が可能になったということで、後日わざわざこちらのほうにご連絡をくださいました。

また、2 例目は、70代のお独り暮らしの方で、入院治療前に余命宣告をされ、今後の治療や療養場所、治療後の生活について強く不安を持っておられました。そこで、申請前から申請のことについてご相談があったそうなのですけれども、こちらのほうではがん相談窓口であったり、高齢者総合相談センターをご紹介いたしました。しかし、その後も私ども地域医療系のほうに、その方はご相談、何度か連絡が入ってくるようになりました。ただ、そう遠くないうちに介護保険の利用が必要になるだろうということを考えまして、職員が高齢者総合相談センターに同行して行ったことで、つながることができたというケースがございました。

そのほか、AYA世代でお仕事をされている患者様のご家族が申請に来られたケースでは、患者様のご不安から、そのご家族の方に日々強く当たられていたという状況があったそうです。それで、その親御さんなののですけれども、親御さんとAYA世代の方ですね、患者さんと夜間の相談も受けられる相談窓口として、江東区にマギーズ東京というところがあるので、そちらのほうをご案内させていただいて、これはモデルケースということで、マギーズ東京の様子を知りたいからということで職員がついて行って、こちらでも相談のほうにつながったというケースがございました。

このように、ご相談を受けていく中で、がん患者の様々な悩みや不安が把握できるようになってきました。また、本治療が、がん患者やその家族の方のあしたにつながる事業にな

っているということも実感しております。

今後、さらに必要な方々に、この事業のご案内が届くよう努めてまいりたいというふうに考えております。委員の皆様も、ぜひ周りの方への周知をご協力いただければと思います。

私からは以上になります。ありがとうございました。

○副会長 ありがとうございました。

委員の方々、ご意見等はございますでしょうか。

本当に大切なところだと思います。今はウィッグとかということなのですが、あとは購入料と補正下着ということで女性中心というところですけども、また、いろいろなアピランスについてはいろいろ課題も言われているところなので、ぜひ積極的に進めていただければと思います。ありがとうございます。

それでは、続きまして、報告の3番目です。しんじゅく健康づくりガイドの活用についてということで、これも事務局から説明をお願いいたします。

○事務局 それでは、しんじゅく健康づくりガイドの活用についてご報告させていただきます。

お配りした資料5としんじゅく健康づくりガイドのほうをご覧ください。

令和5年度の推進協議会で委員の皆様方から、健康づくりガイドの活用を考えて、区民の皆さんに知ってもらう工夫をしてくださいというご意見をいただいております。

主に区民のリーダー的な方たちの集まりにおいて、また、地域の要となって広めていってくださいそうな関係機関や団体との集まりにおいて、健康づくりガイドを使いながら、区の計画に触れつつ健康づくりに関心を持ってもらえたらと考えておりました。

資料5は、今年度7月上旬までの活用実績になります。講話の参加者は、計画自体を知らない方も多いため、計画を立てるに当たっての区民の健康状態の実態や計画の全体像、体系などの説明を聞いて、うなずかれる方が結構いましたというふうな反応も聞いております。

また、ガイドにあります4ページから5ページのライフステージに応じて、健康づくりの実践ポイントが載っている、取組例が載っているページがありますが、こちらの説明についても、運動や食事以外の健康づくりの実践ポイントもあるということが伝わったというような感想も聞かれています。

このガイドを使って、区が大切にしている健康づくりの全体像をお伝えしながら、様々なライフステージに働きかけたいと考えております。先ほどから何度も委員の皆様方からご意見をいただいておりますが、また、資料5の実績のところでも、高齢者の方へのアプロ

一チは割と多くできているかなと思っていますが、特に若い世代へメッセージを届けるための機会の確保や工夫が課題だと感じています。

報告は以上になります。

○副会長 ありがとうございます。

皆様からご意見はございますでしょうか。

○委員 最後の報告にちょっと関連してなのですが、先ほど子供というか、若者の睡眠が十分でないという、その啓発事業でコンビニにチラシを置くとか、SNSで発信するというのがありました。もし具体的にどのぐらいのチラシでとか、そういうのが分かりましたらお教え願えません。

○事務局 資料を持ってきますので、少々お待ちください。

○委員 コンビニというのは、明かりを強くして照度を高くして、そうすると、虫も寄りますが、人間も無意識のうちに寄るそうです。顧みると、昔SNSがなかった時代、僕は深夜番組とか深夜ラジオというのを聞いたりしてまして、同じように悪いことをしていたと、それをやっぱり若者たちが見ている媒体で知らせるというのはとても効果的かなと思います。

○委員 今の若者は動画とかをよく見ているので、こういうアプローチもあるのかなとは思いますが、動画もあふれ過ぎちゃっていて、なかなかそこにたどり着けないとかのものもあるかなと。

○健康部副部長 区のSNS、ツイッターとフェイスブックがあるのですがけれども、まあまあ少ないです。フォロワー数はとても言える感じではないです。

○副会長 区に住んでいる有名人の方とか、インフルエンサーとかいるとは思いますが、安くはできない。

○委員 芸能花伝舎があって、あそこで皆さん練習していたりとか、いろいろ催し物をしていたりするので、そういう人たちで有志の方とか。吉本もあります。なんか活用できると若者に認知できそうな気がしますけれども。

○健康部副部長 吉本の芸人さんにはいろんなところで来ていただいているのですけれども。

○事務局 すみません、そうしましたら、コンビニにお渡しするのはこちらの冊子とこちらを置いています。ちょっと今、部数が見つけられずに、それで回して見ていただいて。

○委員 何部ぐらい置いてあるのですか。

○事務局 300部、知っておきたい心の病気が300とチラシが500、300店舗ですか、500部、300

部ということで、コンビニ、ファミリーマートさんなのですが、置かせていただくということで。

○委員 ファミリーマートだけ、逆に言うと。

○事務局 今のところ、今回はファミリーマートさんです。会社のほうと店舗のほうにお配りする形をとらせていただいております、お店の状況もありますので、貼っていただいたり、配架していただいたりというところはお任せになるのですが、そういった形でお願いします。

○委員 ほかのメジャーなコンビニさんにもアプローチしてください。

○事務局 今後はまた次のコンビニと思っていますので。

○委員 ローソンとか、セブンとか。

○事務局 あと、すみません、申し忘れましたが、薬剤師会の先生のほうにも薬局さんで置いていただけるということで、先日理事会でお願いをさせていただいたところです。よろしく願いいたします。

○副会長 ありがとうございます。とてもいい取組だと思います。

あとはあれですね、今、ヘルスではないいろんな会合とかにも、ばつと行って宣伝する、ちょっとしたいろんな業界団体のいろんな会合とかもたくさんあるでしょうから、そういうところで広報するというのも1ついいかもしれないです。

ありがとうございます。様々な取組をされているということがよく分かりました。先生方からは、何か、よろしいですか。

○委員 高齢者のことでちょっと感じたことを一言だけ。

まず、アンケートなのですが、普通のアンケートというのは大体65歳まで幾つか分類してあるのですが、65歳以上はもう十把一からげという感じで、65歳以上は100歳でも全部1つなんです。ところが、先ほどの高齢者のは5歳ごとに切ってあって、非常に細かくしてあってというのが非常にいいなと思いました。というのは当然のことながら、年を重ねてみなければ分かりませんが、60と65では違うと経験者のほとんどの方が言います。70を迎えた途端に足がどうなったとか、75になったらあれとは違うよとか、そういうのをこれは実際に経験してみないと分からないと思いますので、そういうわけで、そういうふうに細かく刻んであるというのはすごくいいなと思いました。

それから、この冊子のフレイル予防のお話、非常に中身がよくできていると思うんですが、特に一番最後のページ、持病の管理も大切ですよというところ、これは最後まで読んでいた

だくといいと思うんですけれども、これはとても大事だと思うんです。健診を受けましようとか、もう70歳でも80歳でもぴんぴんの人はいますし、65歳でもうちちょっとどこかの施設に入らなくてはいけないという方もいらっしゃいますので、その人その人によってフレイル予防のアプローチというのは違うと思うんです。

ですから、そういうようなことも考えながら、このあたり薬局などのサポートというのは、私たちはよく出会うことがあるのは、その高齢者の方のおうちの方がとにかく歩かせなくては駄目だよというようなことをおっしゃる方が結構いらっしゃいまして、無理に歩かせるといような、それはもうその人がどんな病気にかかっているかということでもってやり方は違うと思うんです。だから、ここに出ている体操みたいなものをどんな方でも全部やっていいというわけではないと思うんです。ですから、そのためにもどういう病気の人にはドクターと相談したりして、こういう体操がいいんだよとか、そういうようなことをやるのが大事だなというふうに思いました。

私自身が、もうそういう年齢に達してきましたので、去年よりもちっと足がむくむようになったとか、そんなことを感じるようになりましたので、ぜひそろそろ体操しなくてはいけないなという感じでいますので、これをおうちへ帰ってからじっくり読ませていただきます。

○副会長 ありがとうございます。

そのほか、しんじゅく健康づくりガイドの活用について何か。

○委員 発言の機会がなかったので、簡単にですが2つ。先ほどのフレイル予防で元気アップの資料を拝見しながら、随分何年も前からパタカラ体操だったり、100トレだったり、DVDを見せていただいたりというのを思い出して、こういった形がまとまってきたんだなというのを感じしました。ありがとうございます。私のラボにもちゃんとまだDVDが残っていますので、引っ張り出して見てみたいと思いました。

あと、もう1点です。全体の感想なんですけれども、ここの指標の調査、区民アンケートは令和5年度まででしたが、令和6年度になってかなり人の参加の様子が変わってきているというのを学術の場でも実感しております。例えば、学会などにおいても、コロナ前に比べてさらに参加者が増えて、より顔を合わせて、共に見つめ合う、語り合う、笑顔になるといった会を望んでおられる方がどの世代でも増えているんじゃないかなというふうに思います。それを考えると、来年度の報告が楽しみだなと思いました。

以上です。

○副会長 ありがとうございます。

では、時間も超過しておりますので、2のその他ですけれども、何かありますか。

○事務局 すみません、ばたばたと、先ほどのコンビニエンスストアなのですが、約100店舗に配置させていただいております。

○副会長 全体を通じて、何か追加のご意見があればお願いいたします。

委員もおっしゃったように、人が集まりたくなるあれになって、ちょっと暑さもあれですけれども、これで秋になってくればそういう傾向はますます強まるだろうなど、感染者がそれほど蔓延しないという条件つきではありますけれども、そういう人が集まることをうまく利用して、いろんな広報だったり、あるいは活動だったりということで広めていくというのは1つの方向性としてある、コロナ後の方向性としてあるのかなというふうに感じております。

よろしいですか。ありがとうございます。

それでは、以上なのですけれども、今後のスケジュールについて事務局から説明をお願いします。

○事務局 第2回の健康づくり行動計画推進協議会は、年明けの開催を予定しております。また日程が決まりましたら改めてお知らせいたしますので、どうぞお越しいただければと思います。

本当に今日は暑い中、出かけてくださり、お時間をつくってくださり、ありがとうございます。また今後ともよろしくお願いいたします。

事務局からは以上です。

○副会長 それでは、以上で本日の会議は閉会とさせていただきます。

皆様、暑い日が続きますけれども、何とか乗り切って、また年明けにお目にかかれればと思います。それまで、新宿区の方には一生懸命活動していただければと思います。

それでは、どうもありがとうございました。

午後 7時34分閉会