

第 1 回

新宿区健康づくり行動計画 推進協議会

令和8年7月29日（水）

新宿区健康部健康政策課

午後 6時00分開会

○会長 では、定刻少し前ですがけれども、全員揃いましたので開始したいと思います。

改めまして、皆さん、こんばんは。

何か熊本のほうでまた大変な地震が起きて、友達も熊本にいて心配しているところですがけれども、本当に災害がいろいろなところで発生していて、気をつけなければと思います。

では、ただいまから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、お暑い中お集まりいただきましてどうもありがとうございます。今年度も同じメンバーということで、引き続きどうぞよろしくお願いいたします。

曽根副会長におかれましては、北海道は涼しいですか。

○副会長 そんなに寒くないですがけれども、今日は暑いです。

○会長 では、曽根副会長は前回に続きオンラインでのご出席となります。

事務局の職員の方々がご異動があったということで、ご紹介をお願いいたします。

○健康部長 皆様、こんばんは。健康部長の石原でございます。

本日は、お暑い中お集まりいただきましてありがとうございます。

委員の皆様にはお変わりがないということなんですけれども、健康部管理職で5名の異動がありましたので、それぞれご紹介いたします。

なお、健康長寿担当副参事の國井につきましては、本日所用により欠席をしておりますので、私のほうから名前だけ紹介をさせていただきます。では、副部長より順にご挨拶させていただきます。

○健康部副部長 皆さん、こんばんは。前任の菅野の後任となります健康部副部長の岩田と申します。前職が地域コミュニティ課の課長をしております、4月からこちらの副部長ということで仰せついております。どうぞよろしくお願いいたします。

○健康づくり課長 健康づくり課長の高橋でございます。昨年度まで健康長寿担当をしておりました。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

○高齢者医療担当課長 高齢者医療担当課長の小林と申します。昨年度までは広聴担当をしておりました。よろしくお願いいたします。

○保健予防課長 保健予防課長の高橋と申します。私は職種が医師で、前任は世田谷保健所のほうにいらしまして、4月から新宿区に異動してまいりました。今日はどうぞよろしくお願いいたします。

○健康部長 以上でございます。

○会長 ありがとうございます。

それでは、次第に沿って進行させていただきますが、議事に先立ちまして、委員の出欠状況と本日の配付資料について、事務局からご説明をお願いいたします。

○事務局 事務局の佐藤と申します。よろしくお願いいたします。

まず、委員の皆様の出席状況をご報告させていただきます。

本日は、10名様ご出席いただいております。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条に基づいて、委員の半数以上の定足数は満たしておりますので、会議は成立しております。

続きまして、本日の配付資料を確認させていただきます。

資料は、次第のほか、資料1「健康づくり行動計画推進協議会の委員名簿」、資料2「健康づくり行動計画の指標の達成度」、資料3「令和7年度事業の実施状況」、資料4「健康ポイント事業について」、資料5「障害者の歯科口腔保健支援事業について」を配付しております。

そのほか、閲覧用の資料といたしまして、机の上に健康づくり行動計画の冊子と、新宿健康づくりガイドを置かせていただいております。

資料についての説明は以上になります。お手元の資料に不足等ありましたら、事務局までお知らせください。よろしいでしょうか。

では、その他、伝達事項が2点ございます。1点目になりますが、ご発言の際は、座ったままのご発言をお願いいたします。また、机の上にマイクを設置させていただいておりますが、ご発言の際はマイクをご使用ください。発言の際にはボタンを押していただくと、マイクの縁の部分が赤くなりますので、赤くなりましたらご発言をお願いいたします。発言が終わりましたら、必ずもう一度ボタンを押して消していただきますようお願いいたします。

2点目になりますが、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おります。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。

○会長 ありがとうございます。

では、早速議事に移らせていただきます。

1番として、令和7年度新宿区健康づくり行動計画の進捗状況について、事務局よりご説

明をお願いいたします。

○事務局 では、引き続き、佐藤からご説明をさせていただきます。

令和7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、資料については資料2と資料3を使用させていただきます。

まず、資料2についてです。こちらの資料は、令和6年度から令和11年度を計画期間とする健康づくり行動計画の基本目標の1から6に設定している41の指標について、令和6年度、令和7年度の実績を記載しているものとなっております。

また、資料3については、各基本目標における主な取組の実施状況をまとめているものとなっております。

本日の説明は、資料2の指標のところから幾つかピックアップをしながらご説明をさせていただきます。資料2と資料3、交互にはなりますが、ご覧いただきながらご説明させていただければと思います。

それでは、まず資料2をご覧ください。

1ページにあります基本目標1「健康を支える社会環境を整備します」では、一番上の「健康ポイント事業への参加者数」という指標があります。こちらについては、昨年度から延べ参加者数が4,000人以上増えており、新規参加者数についても増加している状況となっております。また、健康ポイント事業については、本日の報告のほうでも後ほどご説明させていただきますので、詳細はその際にご確認いただければと思います。

同じページの2つ下にある指標「『しんじゅく100トレ』に取り組む住民主体の団体数」についても、グループ数を着実に増やしている状況となっております。

ここで資料3の3ページをご覧ください。上段になりますが、こちらにしんじゅく100トレの実施状況を記載してございます。区では、グループの立ち上げ支援ですとか活動の継続支援などを実施しており、今後もグループ数の増加に向けて取り組んでまいります。

続きまして、基本目標2「生活習慣を改善し、心身の機能を維持・向上させる取組を推進します」の指標についてです。

資料2にお戻りいただきまして、2ページ目をご覧ください。

上から2つ目になりますが「推奨される身体活動をしている者の割合」は、昨年度から大きく変化はございませんが「運動習慣のある者の割合」は、昨年度より少し減少している状況となっております。区といたしましては、誰でも気軽に運動に取り組んでいただけるよう、身近な運動であるウォーキングを引き続き推進し、令和11年度の目標達成に向けて

取り組んでまいります。

1枚おめくりいただきまして、3ページです。

施策4「歯と口の健康づくりを支援します」の指標についてです。「小学1年生の虫歯のない子どもの割合」や「かかりつけ歯科医を持つ者の割合」は、年度によって少し増減が生じている状況となっております。

資料3の8ページをご覧ください。施策4「歯と口の健康づくりを支援します」の事業といたしまして、区として歯と口の健康チェックとフッ化物塗布事業、保育園等や学齢期への歯科保健活動等により、乳幼児からの歯と口の健康づくりに取り組んでいるところです。引き続き歯と口の健康づくりを推進し、目標達成に向けて努めてまいります。

続きまして、基本目標3「生活習慣病対策を推進します」の指標についてです。

資料2の4ページをご覧ください。

一番下の「糖尿病講演会、糖尿病予防継発イベントの参加者数」は、昨年度より増加している状況となっております。こちらについては、イベントの内容を工夫するなど、より多くの区民の方に参加いただけるよう、引き続き取り組んでまいりたいと考えております。

2ページおめくりいただきまして、6ページをご覧ください。

基本目標4「総合的にがん対策を推進します」における指標である「がん一次検診受診率」については、国の目標に比べて実績が低い状況が続いている形となっております。こちらについては、がん検診の受診につながるよう普及啓発を行うとともに、個別通知による受診勧奨を引き続き行い、受診率の向上に努めてまいります。

7ページをご覧ください。

基本目標5「女性の健康づくりを支援します」の指標です。一番下「女性の健康講座の参加者数」については、既に目標を大幅に達成している状況となっており、毎年度多くの方にご参加をいただいております。

そのほか、女性の健康づくりについては、資料3の18ページ、19ページをご覧ください。すると、本基本目標における取組を記載しています。女性の健康づくりに関する取組としては、各種セミナーや講座等による普及啓発のほか、女性の健康専門相談、女性の健康づくりサポーターの養成などの取組を行っています。今後もこれらの取組を推進するとともに、女性の健康づくりに関する普及啓発を引き続き行ってまいります。

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」の指標についてです。

資料2の8ページをご覧ください。

「1日に必要な野菜の摂取量の認知度」については、令和6年度に比べて5ポイント以上改善しているところですが、令和5年度より少し下がっている状況となっています。野菜の摂取量につきましては、様々な手法により野菜摂取等の周知等を行っているところですが、引き続き手法を検討しながら広く普及啓発をしていきたいと考えております。

以上、基本目標1から6の指標について、簡単ではございますが、ご説明をさせていただきました。

最後になりますが、現在の健康づくり行動計画は令和6年度に開始した計画ですので、各指標の実績については全体的にばらつきがあり、進捗という点ではまだ見えていないようなところもある状況となっております。資料3に各種取組状況をまとめさせていただいておりますが、今後も区として幅広い取組を行いながら、令和11年度の目標達成に向けて取り組んでまいりたいと考えております。

説明は以上です。

○会長 ありがとうございます。膨大な資料をコンパクトにご説明、ありがとうございます。

それでは、健康づくり行動計画の進捗状況についてご報告が終わりましたが、委員の皆様からご意見やご質問ございますでしょうか。

○委員 資料2の2ページに「運動習慣のある者の割合」という項目があると思うんですが、たまたま偶然なんですけれども、皆さんもご覧になったかどうか分かりませんが、6月23日の夕方5時20分頃に、TBSの「Nスタ」で、私が聞き間違いでなければ、新宿区民の歩く歩数の数、これが日本で上位にランクされている。本当にウォーキング協会をやっている者としては嬉しかったです。私はその場でメモをしたのですけれども、東大の鎌田教授さんのデータと言ってまして、本当に健康部のいろいろなお力添えもいただいて「Nスタ」でそれが流れるというのは、関心のある者にとっては、やったーと嬉しくなりました。

10月18日に区の行事でふれあいフェスタというものがあります。

皆さんご存じかどうか分かりませんが、飯田橋に東京新宿メディカルセンターという病院があるのですが、その病院のロビーと眼科と整形外科の待合室に、私ども新宿ウォーキング協会のスタッフが新しくエキセントリック体操というのをやっています。その体操は小滝橋のNPO協働推進センターでもやっているんですが、それをその病院で見させていただいて、これは面白いと。エキセントリック体操は一種の筋トレなんですけれども、筋トレというと力をいっぱい入れてやるという運動というイメージがありますが、今、私

どもが工学院大学の保健体育科の先生にご指導いただいてやっている体操は、本当に簡単な体操なんですね。実はそれもNHKの「ためしてガッテン」という番組が昔あったんですが、その最後のところにこの番組が流れていて、たまたま小滝橋にあるNPO協働推進センターの山下所長も見えていて、これ面白いよねと。面白いというのは、階段を上るよりも下りてきても、いわゆる筋肉に対する負荷は変わらないという、これに引かれたんですよ。

それで、NHKの「ためしてガッテン」に出演されていた桂先生という工学院大学の先生のところにお邪魔して、打合せをして、今やらせていただいています。新宿区健康部にも100トレという新宿独自の筋トレがあり、私たちは、それがあことはもちろん承知しているんですが、また違う面から見て、病院の整形外科の先生もそれを認めていただいて、先ほど申し上げた10月18日の区の行事のふれあいフェスタには病院の先生もおいでいただける。それで、相談に乗っていただいたり、血压だとか骨密度の測定だとか、そんなこともやっていただく。ということで、皆さんにこのウォーキングがいろんな人から注目されているということを長々としゃべってしまいました。

○会長 ありがとうございます。いろんなところで取り上げられて、裾野が広がって、これから本当に楽しみです。ありがとうございます。

ほかの方でご意見はありますか。

○委員 野菜摂取のことなんですけれども、1日350グラムを認知しているという人があまり多くない、一応増えてはいるんですけれどもね。でも、実際問題、どのぐらい食べているかどうかというチェックがなかなかされていないんだと思います。今ベジチェックというのをカゴメが出していて、それをいろんな企業とか集まりがあるときに生命保険会社か何かを提供して、私、2回ほど測ったことがあるんですけれども、1日350グラム摂取すると、ポイントが6から8ぐらいに匹敵すると。そのベジチェックで。それをチェックできるように設置していただければ、認知度がより深まるんじゃないかと思うのですが、いかがでしょうか。

1日350グラムということについては、たしかけんこうマルシェで野菜を皿に乗せるというものがありますよね。ぴったり100グラム乗せると何か商品がもらえますよとあるんですが、結局それもどのぐらいの量か分からないんですよ。特に新宿区は世帯数の70%くらいが独り暮らしというふうに伺っていますし、忙しい中で野菜350グラム、少しでも多く取ることが、腸内細菌の問題とか健康を維持する問題においてもかなりメリットは高いと思

います。だから、できればベジチェックみたいなものを、イベントをやるときとか保健センターなどに設置していただければ、自分たちでチェックすることができるんじゃないかと思っているのですが、いかがでしょうか。

○会長 ありがとうございます。

では、健康づくり課長、お願いいたします。

○健康づくり課長 健康づくり課長でございます。

ベジチェックについてお尋ねでございます。確かに今委員ご指摘のとおり、なかなか350グラムというものの認知度というのが横ばいで、上がっていかないというところはございます。実際に今委員からもご案内あったとおり、若い世代がなかなか野菜を取るというのが難しいということがあり、我々新宿区としましては、いつもの料理にちょい足して、野菜を少しでも食べてくださいという普及啓発には取り組んでいるところでございます。

ベジチェックなんですけれども、現在、イベントでは複数回導入をしまして、昨年度のしんじゅくシティウォークでは、明治安田生命さんのご協力でベジチェックをやっております。また、東新宿保健センターが実施しますけんこうマルシェでもこのベジチェックをさせていただいて、皆さん自分の特に野菜の摂取量がどのくらいかというものの目安として、こういったものも使っております。

ご指摘のとおり、こういったものを使うことによって、自分が野菜が足りているのか足りていないのかということ認識する一つのきっかけになってはくと思いますので、こういったイベント等の機会を通して、ベジチェック等も活用しつつ、大体小皿で5皿ぐらい食べてくださいというようなご案内の仕方もしておりますので、様々な方法を取ってこの野菜の摂取量の啓発はしていきたいと考えております。

○委員 ありがとうございます。

○委員 薬剤師会の土方でございます。

今晚もふれあいフェスタについての会合を委員がやっております。その中に出てくるのが、薬剤師会の相談会の中に、今年はそのベジチェックの測定をやりたいという企画を入れております。借りてきて量って、ポイントで下はゼロから上は14ぐらいで表記してそれぞれ貼っていくのですが、平均が7ぐらいということで、合格を表のところ分かるようにして、あなたこの辺、この辺といって、他者との比較が見られるような形の企画を考えております。そういったことを今企画中でございますので、一応ご報告だけさせていただきます。

○会長 ありがとうございます。

○委員 パットの上に手のひらを置きまして30秒ぐらいで測定できますんで、毎年健康相談に100名ぐらいいらっしゃるんですけれども、ワンコーナー用意できればそれぐらいさばけるんじゃないかと思っています。

○会長 そうなんですね。ありがとうございます。

では、そのほかには。

○委員 先ほど、新宿区ではすごく歩く方が増えてきたとか、運動する習慣が増えたという話があり、ちょっとデータでは減っているみたいだったのですけれども、でもすごく運動をされているというのはすばらしいなと思います。新宿のオリジナルの3つの体操というのがあって、新宿いきいき体操と、あとごっくん体操という嚥下の体操と、あと筋トレの100トレというのがあります。私はいきいき体操は研修を受けて教えることができる資格を取ったのですが、100トレというのがあるのは知っていたんですけれども、動画が新宿区にありますので、登録しているのを見てみたんですけれども、ちょっと教えていただければと思います。パートAとBとあって、その中で重量挙げというので、おもりを足とか手とかにつけてやるのですが、その重量挙げのおもりというのは頂けるんですか。自分で買うんですか。

○委員 あれレンタルでしょう。

○委員 レンタルですか。

○委員 置いてある。

○委員 置いてあるんですか。

○会長 よろしいですか。健康づくり課長、お願いします。

○健康づくり課長 健康づくり課長です。ありがとうございます。関心を持っていただいて大変嬉しく思います。

100トレなんですけれども、こちらは地域の団体の方を主体としてグループをつくってもらって、それでやっていただくようにしております。ですので、グループをつくっていただければ、そちらのほうにおもりを持って行って、体操の指導もしますし、筋トレの指導もしますし、おもりのほうも貸出しするというふうな流れでやっておりますので、ぜひグループでお声かけいただければ、伺いたいと思います。

ただ、今なかなかやれる場所というのが区内でなくて、ご自宅とかでやっている小さなグループとかもあるんですけれども、公共施設、区の施設なんかも結構飽和状態になっておりまして、なかなか新たなグループが立ち上がらないというところもあります。ですので、

ぜひご近所の方でやりたいという方がいらっしゃいましたら、健康づくり課のほうにご相談いただければと思います。

○委員 分かりました。ありがとうございます。

○委員 先ほどちょっと話が抜けたんですけれども、独り暮らしの人がかなり多いから、野菜のメニューなんかもいろいろ出していただいているんですけれども、できれば、どういうふうにすれば簡単にできるか、カット野菜とか冷凍ブロッコリーとかそういうものを使ったようなレシピをつくっていただいて、簡単に1人の人でも野菜を取れるような、そういうメニューを考えて出していただければ、より摂取しやすいんじゃないかというふうに考えたんですけれども、よろしくお願いします。

○健康づくり課長 ありがとうございます。健康づくり課長です。

野菜のレシピにつきましては、レシピ集というのを作っておりまして、区内の薬剤師会の薬局さんなんかでも配ったりさせていただいております。また、秋には中学生に野菜とか様々な栄養、その年によってテーマは違うんですけれども、オリジナルのレシピを考えていただくメニューコンクールとか、それから、小学生以上ということで、お子様と家族で簡単にできるようなメニューを作っていただいて写真を撮って応募していただくようなベジックイベント、そういったものをやりながら、簡単にできる料理の普及には努めているところでございます。

また、野菜の料理教室ということで動画の配信で教室をやっております。こちらについては今年度からちょっと趣を変えまして、これまではやはり品数もしっかりつくってというイメージで動画をつくっていたんですけれども、今年度からは比較的メニューは絞るんですけれども、残った野菜の使い方であるとか、野菜の目利きとかですね、そういったところも交えながらの動画配信をしておりますので、ぜひそういったところも申し込んで見ていただければと思います。

引き続きそういった野菜のレシピについても、皆様のお手元に届くように周知をしていきたいと思います。

○会長 ありがとうございます。

そのほか何かご質問、ご意見ございますでしょうか。

○委員 市川です。

感想なんですけれども、今回この資料を事前に配布していただいて、女性の健康づくりのところで、先ほど説明もございましたけれども、女性の健康講座の参加者数が非常に多く

なっておられて、すばらしいなと思いました。そして、取組のほうも見ると、本当に様々な普及啓発でしたりとか相談事業、それからサポーターの養成などもされていて、複合的に本当にいろんなことに取り組まれた成果がこうやって出ているなということに関心をいたしました。一方で、残念なのはがん検診の受診率、これはなかなか一足飛びには上がらないんだと思うんですけども、次にそこにつながっていくといいなと思いました。

感想です。以上です。

○四谷保健センター所長 四谷保健センター所長です。女性の健康支援を担当しております。

がん検診ということでございますけれども、こちらにつきましては、がんの啓発、がん予防とかに関する啓発についてですけれども、女性のための健康セミナー、こちらが年間、年度内で8回実施しております、そのあたり、例えば更年期の方に対しての講座の中で触れさせていただいたりですとか、あるいは女性の健康週間、3月1日から8日までの期間において厚生労働省が実施をしているものでございますが、その中のイベントで、四谷保健センターの女性の健康支援センターでがんに関する講座を開催をしているところでございます。今後とも、幅広い方が科学的な根拠に基づくがん検診ですとかがんに関する知識を知っていただけるように努めてまいります。

○会長 ありがとうございます。

○委員 医師会のほうから、三枝でございます。

今、がん検診のお話が出て、この数字を見て、国の目標は60%というところですが、大分また低いような状況が続いて、新宿区の方々も非常に努力していただいて、特定健診も含めていろいろ受診率を上げようというふうに努力はしていただいているのですが、なかなか、新宿区特有の問題もあるのかもしれませんが、引き続き受診率が上がるように頑張っていきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。頑張ってください。

○会長 ほかには何かございますでしょうか。

○副会長 曾根です。聞こえますでしょうか。

○会長 はい。

○副会長 取組をきちんとされていて、大変すばらしいと思いました。大体届くべき人には届いているのかなと思って、あとは届かない人にいかに届くかというのが大切かなと思いました。その点で、資料3の13ページ、生活習慣病治療中断者への受診勧奨、これは大変手間のかかることをやっていただいています。通知と、それから電話指導をして、行動変容をレセプトデータで確認されて、45%の人が治療を再開したと。大変すばらしいことで、

そういう治療を中断するような方にきちっと届いているなというふうに思いました。こういうある意味ではハイリスクアプローチも組み合わせてやっていただければと思いました。

○会長 ありがとうございます。

これに関して、医療保険年金課長、どうでしょうか。

○医療保険年金課長 医療保険年金課長でございます。

今ご指摘いただきました中断者への受診勧奨なんですけれども、制度開始当初のときは、なかなかレセプトからのデータ抽出で対象者を絞るのが非常に難しいというところで、今これは委託事業でやっている中で、業者さんのノウハウを生かしながら、保健師さんなり看護師さんなりというふうな専門知識を持っている方に寄り添った形で指導をしていただく中で、何とか半分ぐらいの方に受診を再開していただいているというところになります。なかなかそれは我々の目標値を定めているところからまだまだ達していない部分があるんですけれども、やはり今現在、社会保障費の増大というところで、医療費の適正化というところが大きな国のテーマにもなっていますというところがございますので、区としてもそういった医療費適正化と、それから保険料負担の軽減というところが一体となっている部分がございますので、この事業に関しましては引き続き推進をしながら、拡充をしながら、こういった医療費の適正化に努めてまいりたいと考えてございます。

○会長 ありがとうございます。

ほかに何かございますでしょうか。

○健康づくり課長 先ほどのがん検診の受診率のところ、大体2割ぐらいというところで低いというのは認識しているところでございます。やはり健診受診率というのはなかなか簡単には上がるものではないと思います。引き続き受診勧奨を徹底していきたいと思っております。また、昨年度からは、かかりつけ医の先生のほうから受診を勧奨していただくようにチラシを作りまして、医療機関のほうに配布させていただいております。様々な方面から受診勧奨の取組を進めてまいりたいと思います。

○会長 ありがとうございます。

○委員 稲山です。栄養の専門という立場から少しコメントをさせていただきます。

目標値に対して実績の数字が大分ギャップがある項目があると思うんですが、それはやっぱりある程度限界があるのかなと。それこそ曾根先生がおっしゃっておられるような、セーフティーネットではないけれども、環境整備の観点から推進していくことにしかならないんだろうというふうに思っています。

資料2の8ページにありますように、健康的で豊かな食生活を実践できる食育を推進しますということで、個人を対象にしたデータもありますけれども、9ページになって、食環境づくりを推進しますという項目があります。ここが確実に上がっているといったことは高く評価できると思いますし、例えば資料だと、資料2の4ページにある「糖尿病講演会、糖尿病予防啓発イベントの参加者数」と捉えれば個人の行動ですけれども、これだけのイベントを開催しているという環境整備という意味で言えば、事業としての評価にもなるんだろうなと思います。引き続き環境整備についても力を入れていただけると、非常によいなと思っています。健康日本21の国の施策でも環境整備にすごく力を入れていますので、よろしくお願ひしたいと思いました。

以上でございます。

○会長 ありがとうございます。

今のご意見に関して何かございますか。よろしいですか。

今、コンビニでもかなり、すぐ食べられるレトルトであるとか、かなり健康志向のものを置かれているような、環境整備という面で進んでいるのかなというふうに思っております。

では、こちらの議題に関してはよろしいでしょうか。

それでは、報告のほうに移らせていただきたいと思います。

報告は2つございまして、まずは1番目が健康ポイント事業について、事務局からご説明をお願いいたします。

○健康づくり課長 健康づくり課長でございます。

健康ポイント事業について説明させていただきます。

資料4をご覧ください。

健康ポイント事業ですけれども、こちらは平成30年から進めている事業になります。事業の目的としましては、健康づくりへの意識を高めるということで、ポイントというインセンティブを付与しながら、区民の皆様の健康づくりに参加するきっかけづくりというところを目指しているものでございます。

2本の柱がございまして、1つ目が、(2)の①にありますしんじゅく健康ポイントというものでございます。こちらは活動量計という歩数計のようなものと、あとスマートフォンのアプリを使いまして、実際に歩いた歩数に対してポイントをためるとインセンティブが当たるというようなものになっております。

ポイントの獲得基準です。表にございますけれども、大体75歳以上の方には100ポイント

を最初から付与するようにしておりまして、75歳以上の方の5,000歩は、あまり頑張り過ぎずに5,000歩というふうに申し上げておりますので、そのくらいで大体毎日歩いていただくと300ポイントたまるかなというようなポイント数にしております。それより若い方につきましては8,000歩を目指していただきたいというような形で進めているところでございます。

このポイント事業なんですけれども、令和7年度の第3期から、とうきょう健康応援事業、東京健康UP1usという事業と連携いたしまして、東京都の東京ポイントを上乗せで付与するような形の活用をしております。実際には、この目標値を大幅に超えて、延べ人数で申しますと、7年度末で2万1,726名の方にご参加いただいているという状況でございます。

2つ目がしんじゅく健康スタンプラリー（健康アクションポイント）というものでございます。こちらはどちらかといいますと、歩くというよりも様々なところでの健康行動に対してスタンプを付与しまして、抽せんで景品が当たるという事業になってございます。

こちらは、対象施設を利用する場合について、1回につき1ポイント、それからイベントとか講演会、こちらについてはそのイベントの内容ですとか講演会の内容によってスタンプ数は異なるんですけれども、これをためていただく。また、健診につきましては、健康診断、いわゆる成人健康診査、特定健康診査については10個スタンプを付与しております。また、がん検診、歯科健康診査については5個のスタンプを押しているというものでございます。

こちらにつきましては、現在、毎年大体1,500から、令和7年度については1,935名の方、これは延べ数になりますので、1人で何枚も応募されている方もおりますけれども、2,000近くの応募があったという状況でございます。

大変雑駁ではございますが、健康ポイント事業についてのご説明は以上でございます。

○会長 ありがとうございます。

○委員 健康ポイントについてですけれども、私も歩く歩数はずっと最初からさせていただいているわけなんです、抽せんで当たると区長のほうから賞状とかいろいろなもの、歩数から全部頂いて、クオカードも頂いているんですけれども、当たらないと全然反応が何もないんですね。だから、私は思うんですけれども、自分はどのぐらいの位置づけになるかというのを、最近保健センターにやりにいっても機械の反応がちょっとよくないんで、できれば終わった後、自分がどれぐらいの位置づけでどうなっているんだろうというのを、オンラインでも結構ですから、分かるようにしていただければ、やっぱりちょっと励みに

なるというような感じがするんですけれども、いかがでしょうか。

○健康づくり課長 ありがとうございます。

歩数計のほうですね、活動量計を使っている方は、各区の施設にあります通信端末のところで、画面にありますところを見ていただきますと、ランキングみたいなものが出るようになっておりますので、そちらを見ていただければ、大体自分がどのくらいの位置にいるのかなというのは分かるかなと思います。

○委員 それで、チェックするんですけれども、結局少人数しか出なくて、それがランクというのがまだ集計できていないような感じで、そういう機器が幾つかあって、じゃ自分がどのくらいにいるのかというのがさっぱり分からないようなことが起きています。だから、できれば終わった後でもいいですから、自分がどのくらいの位置づけでどうなんだろうというのはやっぱり知りたいと思いますね。だから、それを聞いたところ、健康づくり課に行けば、それを打ち出してもらえるとというものがあるとのことですので、それをオンラインで見られるような形にはできないものなんではないでしょうか。

○健康づくり課長 健康づくり課長です。

すみません、もしかしたら端末の不具合かもしれないので、そこは確認していききたいと思います。

スマートフォンのアプリですと、ご自身でランキングとかもアプリの中で見られるようになっておりますし、もし紙で欲しいということであれば、健康づくり課のほうに来ていただければ、ご自身の部分ですね、そちらを打ち出してお渡しすることはできるかなと思いますので、健康づくり課のほうにいらしていただければと思います。

○委員 分かりますけれども、なかなか行けないんですけどもね。健診のポイントも、家内は時間があって、行って10個もらってきたよとか言うんですけれども、なかなか行く時間が、ちょっとあちこちのボランティアやなんかをやっているとなかなか時間が取れないので、健診を受けたときに何かそれが分かるようなものがあれば一番いいんじゃないかと、健診に対するポイントなんかについては思うんですけれども。

○健康づくり課長 ご意見ありがとうございます。健診を受けているところが各医療機関で皆さん別々でありますので、医療機関のほうで何かというのはなかなか難しいのかなと思います。ですので、どうしても区の施設のほうに足を運んでいただいて、スタンプを押していただくような形になるかと思います。申し訳ありません。

○委員 分かりました。

○会長 ほかに健康ポイント事業に関して何かございますでしょうか。

お願いします。

○委員 私もアプリでやってはいるんですけども、私はスマホのアプリのやり方、すごくいいなと思っていて、本当に目標達成をすると、ケンゾウ君がおめでとうみたいな感じで言ってくれるので、あれを見たら何かすごく幸せな気持ちになって、すごくいいなと思っています。私、マンションに住んでいるんですけども、ちょっとエクササイズみたいなのをマンションでやっているものですから、みんなに勧めて皆さんやっているんですが、同じくらいの60代とか50代、若い人、若いというか若くはないけれども、そのくらいの人というのは大体スマホアプリで、すごく私の言っている気持ちが分かってくれて、ケンゾウ君かわいいとかと言って、何か欲しいとか言っている人もいるぐらいなんで、何かキャラクター出してもいいかななんてね、余計なことですけども、思ったりするんですが、お年寄りというか、失礼ですけども、やっぱり70、80、90代といっているんですけども、その人たちはアプリ、スマホも分からないし、スマホ自体を持って歩くのが重たくていつも家へ置いておくとかと言うんですね。

それで、活動量計はすごくいいと思うんですけども、これは何か先着700名というふうなことが書いてあったんですが、これはちょっと今このデータを見ても、スマホアプリが高齢の方、70、80代はパーセンテージが低いんですが、60、70代の活動量計になるとぐんと上がっているじゃないですか。そういうのを鑑みて、60代、高齢者という枠組みになったら、来た人には差し上げるとかというのは駄目なのかななんて、予算的にどうなのかなとか思ったりしたんですけども、いかがでございましょうか。

○会長 お願いします。

○健康づくり課長 健康づくり課長です。

ありがとうございます。活動量計、700名というふうに申し上げてはおりますが、一応予算がございますので、700台としているんですけども、最近活動量計で参加される方というのは実は人数が減ってしまして、お渡しすることができないというようなことはありません。ですので、ぜひ各保健センターか健康づくり課のほうへ来ていただいて、活動量計をもらっていただきたいなと思っております。ぜひ参加していただきたいというふうにお伝えいただければと思います。

○委員 ほっとしました、安心しました。ありがとうございます。

○会長 じゃ、マンションの方にぜひ。

○委員 ぜひ伝えます。

○会長 ほかにいかがでしょうか。よろしいですかね。ありがとうございました。

では、健康ポイント事業については以上でございまして、2番目の障害者の歯科口腔保健支援事業についてのご説明をお願いいたします。

○事務局 健康づくり課、歯科衛生士の関谷と申します。

障害者の歯科口腔保健支援事業についてご報告いたします。

本事業につきましては、令和6年度の健康づくり行動計画推進協議会において、事業開始の1年目のご報告をしたところですが、今年で3年目に入り、現在の取組状況をご報告させていただきます。

改めまして、本事業の目的と取組の方向性についてご説明いたします。

本事業は、障害者施設における歯科保健の取組を推進し、利用者本人や保護者の行動変容を促すとともに、地域全体で障害者の歯科保健を支援する環境整備を進めることを目的とし、障害者の歯科疾患の予防だけではなく、口腔機能の維持、獲得、向上を図り、生涯にわたる歯と口の健康づくりを支えることを目指しています。

取組の方向性としては、区、障害者施設、歯科医師会、歯科診療所などが連携しながら、地域で障害者の歯と口の健康づくりを推進することとしています。

それでは、資料の項番1をご覧ください。

新宿区では、知的・身体の障害のある方の歯科治療については、東京都の心身障害者口腔保健センターや障害者福祉課が委託しているけやき歯科診療所といった障害者の専門医療機関で治療を受けられる体制ができている一方で、患者の声相談窓口や保健センターに寄せられる相談から、特に精神障害のある方が歯科受診が困難な状況にあることが分かっています。そのため、本事業の取っかかりを精神の施設からとしました。

(1) 施設利用者への健康教育は、昨年度までに、重複はございますが、8か所の精神障害者の通所施設で実施しました。実施方法として、各歯科医師会から推薦された歯科医師が当該施設の担当者となり、施設に連絡を取りながら日程決めや利用者の状況把握などを行った上で、実際に健康教育を実施していただきました。初年度は、障害者の方の治療の経験のある先生が担当していただきましたが、今年度は治療や対応になじみのない先生も担当して下さり、関わってくださる先生が、少しずつではありますが広がっている状況です。

次に、(2) 歯科医師向けの研修会についてです。歯科医師の先生で、学齢期の子供たち

への健康教育の経験がある方は多くいらっしゃいますが、障害者を対象とした健康教育を経験している先生は少なく、特に精神障害者に対するなじみがないことが分かりました。こうしたことを踏まえ、障害者歯科の専門医を講師として研修会を行いました。

続いて、（３）施設職員向け研修会です。こちらは、施設職員を対象に、歯科保健に関する知識の普及と口腔ケア技術の向上を目的とした研修会を実施しています。毎日の支援に携わる施設の方々の歯科保健に関する意識やスキルの向上が、利用者の口腔健康の維持につながると考えています。本年度までの過去２年間は、精神障害者施設の職員を対象に行いましたが、参加者の顔ぶれも決まってきてしまっているため、本年度は障害種別を変えて実施する予定です。

続いて、（４）障害者歯科保健連絡会、こちらは歯科医師会、学識経験者、施設関係者及び区で構成する連絡会を開催し、障害者の歯科口腔保健の推進に向けた課題や方向性について協議しています。

続いて、資料の項番２をご覧ください。

一昨年度、昨年度と実施してみて、施設利用者が気にしていることや困り事が分かってきました。現場では、記載のとおり一般的な質問が出た一方で、歯磨き剤の成分に関することや電動歯ブラシのブラシの形状についてなど、非常に難しい質問をされる方もいて、保健行動と知識が大きくかけ離れているようなケースも目立ちました。専門の先生からのアドバイスとして、精神障害のある方の特性であるということも分かりました。

続いて、項番３、健康教育担当医の感想についてです。

担当した歯科医師からは、地域の障害者の活動の場を知ることができた、障害者の生活習慣を知ることができた、理解が深まった、口腔内の状況を知ることができた、健診や治療をより受け入れやすくなったといった意見が寄せられています。また、言葉は知っているつもりになっていたが、実際に障害の程度に幅があることなど、今まで想像することさえなかったという感想もあり、現場で直接関わることで理解促進につながっていることが分かりました。さらに、今後も訪問施設を増やし、より多くの歯科医師が関わるべきだと思ふという意見もありました。実際に施設を担当した先生だけではなく、事業に関わっている歯科医師会の役員の先生方にも関心を持っていただけるようになり、担当した先生の治療や知見を歯科医師会として蓄積していく必要についても意見がありました。一步一步ではありますが、確実に障害者理解が進んでいることを実感しています。

続いて、項番４です。

今後のスケジュールと目標についてです。次年度からは、知的、身体と障害種別を広げていくことを考えています。また、新宿区では、16歳以上の方は全ての年齢で1年に1回、区の歯科健診を受けられる仕組みになっています。施設での歯科健診も含め、障害のある方が確実に歯科健診を受診できる体制を目指します。

最後に、具体的な目標を記載しています。区内には約80の成人を対象とした施設があります。歯科健康教育が行われたり歯科健診が行われたり、何らかの歯科の取組がされている障害者の施設を令和11年度までに30施設以上にしたいと考えています。また、障害者の歯科保健や歯科治療を支える歯科医師を区内で30人以上にすることを目指します。これらの目標を歯科医師会の先生方にも理解していただけるようになってきており、障害者が定期的な歯科健診や必要に応じた歯科治療を受けられる体制づくりが少しずつ進んできております。

長くなりましたが、説明は以上です。

○会長 ご説明ありがとうございました。

ただいまのご報告につきまして何かご質問、ご意見などございますでしょうか。

歯のことですので、長谷川委員、いかがでしょうか。

○委員 僕は行っている側で、行政さんのほうとタイアップしてやっていますので。

○会長 やっていらしてのご感想とか、歯科医師会としての行動変容とか、何かございますか。

○委員 今まで興味のなかった先生が興味を持っていただいたというのは一つの大きな成果だと思います。あと、施設の職員の方々もだんだん興味を示してきて、我々と行政さんとの会議だとかそういうところに参加していただけるようになったのも一つの成果だと思います。

○会長 まだまだ参加される歯科医師は増えそうですね。

○委員 歯科医師は毎年3名ずつ増やす予定で、各歯科医師会、計15名掛ける2の30名になるように目標としています。また、施設としては、今まで精神が主だったんですけども、知的、身体などどんどん枠を広げていきたいと思っています。

○会長 障害が違うと、大分対応も変わってくると思うんですけども。

○委員 障害特性によって全然違ってくると思います。

○会長 そちら辺、何か勉強会とかはされていらっしゃるんですか、歯科医師会として。

○委員 担当医は年に2回です。

○地域医療・歯科保健担当副参事 地域医療・歯科保健担当副参事でございます。

長谷川先生、お世話になっております。歯科医師会の先生方を対象に、特に今協力委員となっていない先生方も広げてまず研修会を受けていただくのを年に1回開催しております。また、担当になられた先生については、専門医の先生ともう少し膝をつき合わせた形で、健康教育の手法について、つい先日研修をしていただいたところでございます。ありがとうございます。

○会長 ありがとうございます。

ほかの方はいかがでしょうか。

ありがとうございました。

では、以上で報告のほうは終了いたします。

次に、その他ということで何かございますでしょうか。

よろしければ、事務局のほうから事務連絡をお願いいたします。

○事務局 それでは、事務局から事務連絡をさせていただきたいと思います。

今後のスケジュールについてお伝えいたします。

本日、令和8年度の第1回の協議会を行わせていただきましたが、次回、第2回につきましては、年明けの開催を予定してございます。年内にはまた日程調整させていただきたいと思っておりますけれども、日程が決まりましたら改めてお知らせをさせていただきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

○会長 ありがとうございました。

それでは、全ての議事が終わりましたので、本日はこれにて閉会とさせていただきますが、よろしいでしょうか。

では、お暑い中、まだまだ暑い日が続きそうですので、皆様お体に気をつけて過ごして、自分も過ごしていきたいと思います。

では、どうもありがとうございます。お疲れさまでした。

午後7時15分閉会