

令和8年度 第1回健康おかざき21計画推進協議会 会議録

日時：令和8年7月10日（金） 午後1時30分から3時00分まで

場所：岡崎げんき館 1階 多目的室

出席委員：内田委員（議長） 浅田委員 市川委員 神谷委員 櫻井委員 重田委員
杉原委員 東原委員 中根委員 森田委員 守谷委員

欠席委員：小出委員 長谷川委員 矢野委員

傍聴者：なし

事務局：保健部長 青木 保健所長 片岡
保健部次長兼保健政策課長 岡本 健康増進課長 青山
保健政策課保健政策係長 中田 他保健政策課職員3名

内容：開会

部長挨拶

議題

- 1 健康おかざき21計画（第3次）指標の推移
- 2 令和8年度健康おかざき21計画（第3次）推進事業
- 3 作業部会の開催について
- 4 その他

保健所長挨拶

閉会

議題1 健康おかざき21計画（第3次）指標の推移

事務局	議題1「健康おかざき21計画（第3次）指標の推移」について説明。 ・健康寿命と平均寿命の年次推移 ・糖尿病有病者・LDL コレステロール高値者・歯周病有病者等の割合の推移
議長	事務局の説明について、御意見、御質問があればお願いしたい。

議題2 令和8年度健康おかざき21計画（第3次）推進事業

事務局	議題2 「令和8年度健康おかざき21計画（第3次）推進事業」について説明。 ・分野ごとの目指す姿と令和8年度の主な取組
委員	分野4休養・こころの健康について。目指す姿に、「質・量ともに十分な睡眠の確保」とあるが、近年スマートフォンの使用により睡眠への影響が懸念されており、スマートフォン使用に関して、特に若い世代・子どもたちに向けての啓発を検討した方が良いのではと感じている。市としてどう考えているか。
事務局	それぞれの年代に必要な睡眠時間と併せて、質の良い眠りにするための工夫などは情報提供しており、その中で、スマートフォンをはじめとする電子機器の使用についても伝えている。今後も引き続き検討をしていきたい。
委員	分野8歩く環境づくりのウォーキングコースについて。委員からコースの提案をしてほしいとのことだったが、提案してほしいルートのイメージはあるか。
事務局	市民に日常生活で少しでも歩いてほしい。普段の生活の中で、少し散歩してみようと思

	ったときに歩けるコースというイメージで、歩きやすいコースをご提案いただけるとありがたい。
委員	分野 9 地域コミュニティへの参加でごまんぞく体操の報告があったが、もう少し運動強度の高い健康ダンスを岡崎でも広めていきたい。
委員	分野 10 働き世代の健康づくりについて。血管年齢測定器・握力計などの貸出を開始したということで、非常に良いと思ったが、事業所が取り組む時に、高額でなかなか自社では購入しにくい、体組成計や骨密度測定器等も貸出してもらえるとよいと思うので検討していただけるとよい。 分野 11 食の環境づくりのコンビニエンスストアでの取組について。野菜を手取るような意識づけは良いと思うが、手に取った野菜が何 g なのか、それが 1 日の野菜摂取量のどれくらいを占めているのかが分からない。この商品は野菜が何 g 入っているかを表示できるといいなと考えているが、いかがか。
事務局	店舗によっては、「1 日に必要な野菜量の 1/3 がとれる」などの表記をしているところも増えてきている。こうした店舗からの啓発と併せて、市民の皆さんに目を向けていただけるような啓発を検討していきたい。また、野菜 120 g の量をイメージできるような取組をイベントの中で仕掛けていきたいと考えている。
委員	分野 7 歯と口の健康について。園児向けの口腔機能の出前講座を実施しているとのことだったが、講座の中でどのような話をしているのか。
事務局	園児向けに分かりやすい内容ということで、紙芝居などを用いてよくかむ事や間食、歯のお手入れなどについて伝えている。
議長	分野 1 生活習慣病の発症予防と重症化予防について、「まめ吉一家の食と健康だより」の報告が事務局からあったが、大学生のような若い世代が、SNS を通じて食や健康づくりに関する内容を受け取ってほしいという思いで配信内容を検討している。若い世代として、どのような工夫をすると若い世代に情報が届けられるか。
委員	現状、まめ吉のInstagramは投稿がメインになっており、ストーリーやハイライトの活用があまりできていないと感じている。動画でのリール作成により、短時間で内容が把握できるようにしたり、ストーリーに乗せたものをハイライトにして、いつでも見返せるようにするとよい。また、ハッシュタグをどんどん活用することでフォロワー以外にも届きやすくなる。
委員	分野 11 食の環境づくりについて。市から飲食店に対し、野菜たっぷりメニューを作るよう依頼をされて、市内の飲食店で協力してくれるところは、野菜量 120 g を目指した食事を提供しているが、これらの取組に継続性がない。今年もやってほしい等もう少し提案してもらえると、協力してくれる店舗はあると思う。 また、食品衛生協会として、手洗いの啓発として希望があった園で手洗い教室を実施している。健康づくりという観点で本会議でも紹介させていただく。
議長	分野 7 の歯と口の健康のところで、歯周病を有する人の割合の報告があり、議題 2 では働き世代を対象とした歯科保健事業についての報告があった。歯周病を減らすための取組として、周知すべき内容や効果的な周知方法等あれば御助言いただきたい。
委員	初めに、この歯周病を有する人の割合のデータソースはなにか。
事務局	岡崎市歯周疾患健診を受診した 40 歳のうち、歯周ポケットが 4 mm 以上の人としている。
委員	岡崎市歯周疾患健診自体が節目年齢のみにはがきを送り、それ以外の希望者は、健診を受けたいとまずアプローチしていただく必要があり、40 歳代の方はなかなか歯科健診には行かない現状がある。働き世代に向けた出前講座について、どのくらい受講してい

	るのか。
事務局	これまで広く周知を行っていたが、あまり反応がなかったため、今年度、事業所向けにメール配信にて周知を行った。少しずつ申込事業所が増えてきている状況。手が上がった事業所には出前講座時に、市の歯周疾患健診についての御案内を行い、当日申込受付ができるようにしている。
委員	事業所によっては就業時間内でも通院できるような環境を作っているところもあるようだが、これはなかなか難しいところもあると思う。歯科医師会でも検討したいと思う。
議長	分野 7 歯と口の健康について、もう 1 点御意見を伺いたい。指標のオーラルフレイルの認知度について、考え方として出てきたのが最近であることもあり、第 3 次計画策定時の時点では認知度の調査ができず、歯科現場でも現状は全く浸透していないということだったが、策定から 3 年たち、日々患者と接する中で、オーラルフレイルの概念について、どのくらい届いているのか。
委員	オーラルフレイルはカタカナなこともあり、特に高齢者への浸透はゆっくりだと考えている。国で口腔機能に関することが少しずつ点数化されてきており、歯科医師自身も勉強しながら進めていっている状況ではある。指標は 20 歳以上のオーラルフレイルの認知度であるため、オーラルフレイルに対して意識が低い若い世代にも知ってもらう必要があると考えている。市として若い世代に向けた周知計画等があれば教えていただきたい。
事務局	現状具体的な事業計画等はないが、若い世代に向けた歯周病予防も含めた啓発を行う際に、オーラルフレイルについても念頭に置いた内容を検討していきたい。
議長	近年、歯科医院での管理栄養士の採用が増えてきていると感じている。高齢者の口腔機能の維持、幼児の口腔機能の確立に向けた食事指導などが主な業務内容のよう。一方で、オーラルフレイルの一般市民の認知度は低いのではないかと考えており、オーラルフレイルの認知度向上に向けた取組が必要ではないかと考えている。事務局でも検討していただきたい。

議題 3 作業部会の実施について

事務局	議題 3 作業部会の実施について説明 ・作業部会で取り上げる議題
委員	ターゲット層に合わせたアプローチ方法の中で、こどもから若年層の適正体重の維持となっているが、働き世代が入っていないのはなぜか。
事務局	もちろん啓発としてはこれまで通り全世代に向けて実施をしていくが、若い女性のやせが将来の妊娠や骨粗しょう症などその後の健康に大きな影響を与えることから、重点的に検討していきたいと考えている。
委員	身体活動量増加に向けた健康ダンスの推進について、事務局としての意見を聞きたい。
事務局	高齢者の方の健康づくりについては、その方の筋力や体力によっても異なってくる。それぞれに合わせた運動強度として、維持を目指すのであればごまんとく体操があるように、筋力アップを目指したいのであればダンスといった選択肢が多くあるのは良いことだと考える。
委員	ラジオ体操のように岡崎市で誰でもできるようなリズム体操みたいなものがあればよいのではないかと。
委員	70 歳代くらいの元気なお年寄りにやっていただきたいダンスである。

委員	ターゲット層に合わせたアプローチ方法の中で、こども・若い世代・働き世代へのアプローチがあがっていたが、もう少し年代が高い方へのアプローチについても検討する といいかと思う。
----	---

議題4 その他

事務局	議題4 その他について説明。 ・食育基本法の改正 ・熱中症対策
-----	---------------------------------------