# 令和８年度　健康うらやす２１推進検討委員会

**１　開催日時**　　令和８年 10 月６日(火)　午後１時 30 分～午後２時 45 分

**２　開催場所**　　浦安市文化会館

**３　出 席 者**

（委　員）

櫻井委員長、佐藤副委員長、深川委員、畑中委員、蛯名委員、岩井委員、新城委員、出野委員、森下委員、阿部委員、星野委員、大内田委員、斎藤委員、和田委員、黒濱委員、竹内委員

（事務局）健康増進課　　梅澤課長、阿部係長、並木、鈴木（比)、安里、吉田

母子保健課　　手島課長、武田課長補佐、島崎係長、鈴木（敏)、前野

（傍聴者）０名

**４　議　　題**

健康うらやす 21（第３次）について

**５　議事の概要**

１．開会

２．委員長挨拶

３．議事

（１）健康うらやす 21（第３次）について

（２）健康うらやす 21（第３次）の進捗

（３）意見交換

テーマ「これからの市民の健康づくりを進めていくために必要なこと」

４．連絡事項

５．閉会

**６　会議経過**

事務局から令和７年度から開始した「健康うらやす 21（第３次)」の計画について、趣旨、計画の位置づけ、進捗を説明しました。その後、「これからの市民の健康づくりを進めていくために必要なこと」というテーマで意見交換を行いました。各委員からの意見は次のとおりです。

（委員長）　意見交換に移らせていただきます。「市民が健康づくりに取り組むために」というテーマで、ご意見のある方は挙手をお願いします。

（委　員）　資料の９ページ運動習慣の推進について、浦安市では運動を推進しているということですが、フィットネスクラブや公園で運動している方もいますが、やっていない人の方が圧倒的に多いと思います。市が支援できることとしては、武道館などが閉まる時間が早いので、重点施策の間は開館時間を延ばして帰りが夜遅い人でも利用できるようにするのがよいと思います。また、市民が運動をしようと思う意識が大切なので、啓発活動が引き続き大事だと思います。

（委員長）　開館時間を伸ばすには、人がいるし、いろいろとあると思いますが、そういうのがあったらいいなというご意見ですね。健康ポイント事業の浦安市民の登録数は約 1,000 人となっており、浦安市の人口 17 万人のうちと考えると、そうか、という感じがしました。やる人とやらない人の差が大きいというのは、先ほどのお話でもありました。皆がやるのは難しいかもしれませんが、啓発活動としては、いつもの生活にちょいプラ運動ということですが、いつ頃始まるのでしょうか？

（事務局）　令和８年度中に予定していると聞いています。市川保健所のホームページまたは市川浦安地域・職域連携推進協議会の委員を通して周知していく予定です。

（委員長）　ありがとうございます。それでは他、いかがでしょう。

（委　員）　健康ポイントについて、目標があると市民も非常に頑張れる、還元されればやる気になれると思います。浦安市は、内容は千葉県に合わせているとの回答でした。浦安市オリジナルの項目を増やすのはどうでしょうか。項目がもっとやろうと思えない内容だと思います。浦安市のオリジナリティを増やせば、もっと登録者が増えるのではと思っているので、よろしくお願いします。

（委　員）　健康ポイントについて存じ上げていませんでした。広報うらやすに定期的に掲載すれば、周知できると思います。私の住む地域の人でやっている人は誰もいないと思います。もったいないので、やっていきましょう。

（事務局）　貴重なご意見ありがとうございます。実施については、前向きに検討したいと思います。どのような周知活動が効果的なのか、千葉県の状況も見ながら進めていたいと思います。

（委　員）　健康ポイントについて、浦安スポーツフェアで専用ブースを出したことがないと思います。浦安市の独自のポイント事業をやれば、もっとＰＲしていけるのではないでしょうか。

（委　員）　ブースを出すのは大変だろうから、チラシだけでもよいと思います。

（事務局）　貴重なご意見ありがとうございます。おそらく周知がうまくいかなかったと思いますが、浦安スポーツフェアに健康ポイントのブースを出していたこともありますし、今年度も健康増進課ではブースは出す予定で、毎回健康ポイントのチラシを参加賞の中に入れております。

（委員長）　ターゲットとうまくつながっていないのかもしれませんね。工夫する余地はあるというお話だったと思います。やっていることは大事ですので、効果的にやっていただければと思います。その他いかがでしょう。

（委　員）　評価基準で令和７年度に下回っていることについて、前回より改善はされているのでしょうか。下回った理由として、検診の受診率低下は検診費用の有料化が原因なのか、未来のパパママ体験は父親の育児参加を推進する目的でしたが、どのような状況でしょうか。

（事務局）　がん検診の受診率低下についてはコロナや有料化も原因と考えられますが、全国的に低下している傾向にあります。教室については、忙しい方や平日参加が難しい方も多いので教室という形にプラスして違う形も検討していきます。

（委　員）　今年度は上半期終わったところで感触はいかがでしょうか。

（事務局）　がん検診については、有料化をしたのが令和 6 年度からで前年度比減っていますが、浦安市だけでなく全国的に減っているので有料化だけが原因ではないとも考えられます。社会保険加入の方はそちらで受けているので受診率を正確に出せないのが全国的な現状です。今年度の受診率については、ここ２，３年同様なのでは思います。また、高齢化が進行するにあたり対象者が増えているため、受診者数が増えても受診率は上がらないという現象が起きています。

（委員長）　日本で一番の死因はがんです。女性は直腸がんが多いのは明らかで、検便でわかりますが検診に行っていない人が多いと思います。確かに高齢になればがん罹患率は上がりますが、啓発し続けていくことは大切だと思います。早く見つかるほど助かる確率が高いですし、女性も男性も 2 人に 1 人はなるものなので、普及啓発はしていく必要があると思います。子宮頸がんのワクチンについても女性だけでなく、男性もあり得るということを学校保健と共にやっていく必要があると思います。

　私からも一つ質問で、自殺対策のゲートキーパー養成講座ほっこりさんについて、平成 23 年から長い間やっていますが、講座を受けた後は「ほっこりさん」を名乗っているのか、効果や事例があったら教えていただけますか。

（事務局）　養成講座を受けた方からは、あの時声かけてもらったのが私のゲートキーパーだったという気づきがあったという声が聞かれています。受けた後の活動としては、つなぐつながる会が活動の共有の場となっており、今回コロナ禍ぶりに会を再開する予定となっています。さらに活動を広げたり、振り返る機会、教室の効果を聞くことができる場となっていると思います。

（委　員）　13 ページの朝食を抜く子が多いという話について、私にも小学生と中学生の子どもがいますが、中学生の子が朝食を抜くことがあり、理由としては遅く寝て遅く起きるため、食べる時間がなく登校しています。朝食の大切さを理解しても時間がなくて出て行ってしまうことがあるので、早く寝ることや食の大切さだけでなく、健康的な生活習慣の声掛けも大切だと思いました。

（委　員）　学校で子どもに教育するときは、「早寝早起き朝ごはん朝うんち」というキャッチフレーズで行っています。

（委員長）　なかなか難しいのでしょうか。テレビを見ているのか、スマホをみているのかわからないですが。

（委　員）　登校時間に遅れてくる子が増えているように感じます。
（委員長）　授業中に寝てはいないのでしょうか。朝ごはんを抜いてくると、給食は余ることなく無くなるのでしょうか。
（委　員）　授業中に寝ている子は、昔より減っているように感じます。給食は余ります。
（委員長）　作りすぎているということはないですよね。
（委　員）　必要量を計算して、栄養教諭が作っているので適正量です。昔と大きく違うのは、完食を強制していないことです。
（委員長）　女の子のやせが問題になっていますが、無理やり食べさせるのは問題ですよね。昔より給食は美味しくなっていると私は信じているのですがいかがでしょう。余るのはもったいないと思うのですが。
（委　員）　浦安市の給食は美味しいです。食育の教育について、一年生の教室では給食センターの道具を見せて、こんなものを使って作っているんだよ、給食を美味しく食べようかというお話をしたり、魚は残ることが多いので、高学年で青魚の栄養について栄養教諭が指導しています。そうすると１か月くらいは給食の残量が少なくなります。
（委員長）　正しい知識を伝えていくことは大事ですよね。資料を見て、こういうことをやっていると思ったことが、農林漁業体験ですが、ここにいる人たちは受けていないですよね。浦安は漁師町で豊かな漁業環境があった街ですし、保育園で行われている活動がその後も続いたらいいと思います。また、食事をひとりで食べている人が増えているのは仕方ないのではないでしょうか。高齢者のひとり暮らしの人が増えているからではないでしょうか。浦安市では独身の一人暮らしが増えているのでしょうか。悪いことのように書くのはどうかと思います。国の目標がそうなのですかね。
　給食は、おかわりは絶対というのは懐かしい時代だったのですね。ただ、女の子のやせはとても気になっています。
（委　員）　25 ページの切れ目のない支援についてについて、私の子どもが中学校の支援級に通っており、1 歳のころから恩恵を受けています。ただ、スタッフ不足で対応に時間がかかることもあり、先生たちはよくやってくださっていますが人手不足で対応しきれないこともあるので、働く方の賃金を上げるなど対策してほしいと思います。市長さんに言えばよいのか、ぜひよろしくお願いします。
（委員長）　ありがとうございます。ぜひとも届けていただきたいと思います。全てにお金がかかりますが。
（委　員）　発達がグレーの子を見てくれる方もそうですが、お医者さんの数も少ないようで、専門に見てくれる病院が浦安市に少ないようです。どこへ行っても混んでいたり予約が取れなかったりするので、浦安市にも専門医を呼んでいただけたらなと思います。

（委　員）　限られた分野のことだと思います。ただ、内科・小児科だけでなく眼科・耳鼻科でも対応できるようにする必要があると思います。医師会の中でも詳細な情報を確認し、ご紹介できる病院があるかもしれないですし、必要があれば大学病院との連携で話を進めていければと思います。

（委員長）　浦安市全体を包含している施策なので、子どもから大人まで関係していくもので、ライフステージ全般に関するものです。高齢者になって社会活動をしようとするには、運動はよいキーワードになります。運動することで食も進むので、私たちが生きていく上では食と運動は両輪だと思います。子どもも一緒で、早寝早起き規則正しい生活が長生きの秘訣であることは間違いありません。健康ポイントに関しても、高齢者の男性はこういうものが好きな方が多いですよね。ぜひともそういったことを積極的に進めていただければなと思います。何かご意見がまたありましたら、事務局にお伝えいただければと思います。

問い合わせ先　健康こども部 健康増進課 成人保健係　電話 047-381-9059