

令和7年度 第2回清瀬市健康増進計画・食育推進計画評価策定委員会

■開催報告■

日時：令和8年3月25日（水）午後2時00分～午後3時30分

場所：清瀬市しあわせ未来センター ボールルーム

次第

1. 開会
2. 報告
 - (1) 市民アンケート調査 実施報告
3. 議事
 - (1) 市民アンケート調査 報告書（案）
 - (2) 市民アンケート調査 第2次計画成果指標の達成状況について
4. その他
5. 閉会

出席委員：下表のとおり ※五十音順、敬称略

| 出欠 | 氏名 | 所属団体等 |
|----|---------|-----------------------------|
| 出席 | 阿久津たか子 | 清瀬市薬剤師会 |
| 出席 | 草深 明子 | 東京都多摩小平保健所 地域保健推進担当 担当課長 |
| 出席 | ○古明地 夕佳 | 十文字学園女子大学 人間生活学部 食物栄養学科 准教授 |
| 出席 | 富田 ひろ子 | 清瀬市健康づくり推進員連絡協議会 副会長 |
| 出席 | 豊田 忠永 | 公募委員 |
| 出席 | 西田 由美子 | 公募委員 |
| 出席 | ◎藤井 仁 | 目白大学 看護学科 教授 |
| 出席 | 松木 光洋 | 東京都清瀬市歯科医師会 副会長 旭ヶ丘歯科医院 院長 |
| 出席 | 矢澤 洋子 | 清瀬地域活動栄養士会 会長 |

◎委員長 ○副委員長

■議事要旨■

1. 開会

配布資料の確認。委員紹介。初めて参加する委員の挨拶。委員長の挨拶。

2. 報告

(1) 市民アンケート調査 実施報告

16歳以上の市民2,000名を対象に、令和5年12月8日から令和6年1月13日までの37日間で実施。調査票は郵送で配布し、回答は郵送またはオンライン（32.3%）で無記名にて行われた。有効対象者1,997件に対し985票を回収し、回収率は49.3%で、当初目標の40～50%を達成した。回答勧奨のはがきの発送後に回答数が増加し、一定の効果があった。年齢別回収率について、10代と50歳以上で回収率が高く、特に70～74歳は71.4%と高かった。一方、20～49歳の回答率は30%台と低迷し、特に30～39歳は34.6%と最も低かった。委員から対象者の比率は人口の分布と合っているかと質問があり、事務局は、各年齢層に同じ件数を配布するのではなく、年齢構成比に応じた件数を世代ごとに抽出し発送していると説明。市民からの反応として、問い合わせは10件と非常に少なく、設問内容の分かりにくさや不適切な表現はなかったと思われるが、回答中の自由意見として、「高齢者には負担」、「回答にインセンティブが必要」といった声があった。

3. 議事

(1) 市民アンケート調査 報告書（案）

アンケート結果の報告書（案）について事務局から説明。

・かかりつけ医等を持つ人の割合について、「かかりつけ医師」65.3%、「かかりつけ歯科医師」69.7%、「かかりつけ薬剤師」47.5%であった。

・健康状態について、BMI標準は62.2%（10～20代女性と60代以上女性に低体重、50代男性に肥満の傾向）。健康診断の受診者は79.1%で、保険者別では、共済組合が最多。未受診理由では「定期的に通院・治療している」が最多。がん検診は55.2%が1つ以上受診。未受診理由の40.9%が「特に理由なし」で、次いで「健康に自信があるから」だった。骨量測定の受診経験者は23.7%だった。

・食育・栄養について、食育認知度は16～17歳を除く全年齢層で50%以上。野菜摂取目標量について、「よく知っている」との回答は、22.1%、食塩摂取目標量について、「よく知っている」との回答は、29.0%、いずれも70歳代の認知度が高かった。朝食を週5日以上食べる人は78.7%。家族との食事も週5日以上が59.7%。「楽しく食事をしている」人は90.2%。栄養成分表示の確認は女性の方が多く、地場産野菜の週1日以上利用率は64.8%だった。主食・主菜・副菜を「ほぼ毎日」揃えて食べる人は43.8%だった。

・身体活動・運動について、定期的な運動実施者は43.7%（70歳以上では50%超）。運動に必要なことは「運動できる場所」との回答が最多。1日8,000歩以上の目標の認知度は35.6%であるのに対し、実際に8,000歩以上歩いている人は27.9%。意識的に体を動かすことを心掛けている人は73.5%。

・こころの健康について、「問題なし」は61.1%。若年層で精神的な不調の割合が高い傾向が見られた。悩みストレスの相談先がある人は77.3%で、「AI」「ChatGPT」を相談先と回答した人が9名いた。専門の相談先の認知度は56.3%だった。

・飲酒・喫煙について、生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている割合は12.5%。受動喫煙の機会があった人は49.1%で、最も多かった場所は路上。喫煙率は11.8%。

・歯・口腔について、歯みがきの頻度は1日2回が最多だが、1日1回もみがかない若い世代も一部存在した。過去1年間の歯科健診受診率は67.1%。

・社会とのつながりについて、「あいさつをする人がいる」が38.6%。就労・就学を除く社会活動への参加は、趣味・スポーツ関連がそれぞれ約2割だった。

・子どもの健康について、朝食「週5日以上」は91.5%（小学校4～6年生では80.0%）。野菜を週5日以上食べるのは52.8%。

・健康情報入手について、60歳未満はインターネット、60歳以上はテレビ・ラジオからの情報入手が多い。「市の健康づくり関連事業への参加」による情報入手は4.2%。

・自由意見の中には、「生活習慣病講座の拡充」、「若者・中年層向けプログラム」、「地域センターでの開催」、「外部活動への動機づけ」などが要望された。

委員からは、清瀬市が「病院のまち」として知られているにもかかわらず、市民、特に新規転入者への医療マップなど情報周知が不足している可能性が指摘された。

（2）市民アンケート調査 第2次計画成果指標の達成状況について

事務局より、第2次計画における各成果指標の達成状況と考察が共有された。前回との比較のため、64歳以下で集計し、65歳以上は参考値とした。

【糖尿病・メタボリックシンドローム】

・「かかりつけ医を持つ割合」は目標に届かず、特に20～30代の若年層で低い。

・「HbA1cの認知度」も目標50%に対し30.3%に留まり、若年層での意識向上が課題。

【循環器疾患】

・食塩摂取目標量の認知度は目標を達成した。

【食育・栄養・食生活】

・「家族と食事をする子どもの割合」が97.2%から91.1%に低下し目標未達成。「朝食欠食者の割合」が増加（特に20～30代で顕著）。地場産野菜利用率も減少傾向にあった。高齢者の「一緒に食事をする人がいない割合」も目標未達成。

【身体活動・運動】

・「運動習慣者の割合」38.2%（目標50%）、「ロコモティブシンドロームの認知度」19.1%（目標60%）が低迷。「意識的に体を動かすことを心がけている人」は目標達成したが、30代で目標未達であり、働く世代への定着が課題。

【休養・こころの健康】

・「睡眠時間に満足と感じている人の割合」が未達成（特に正社員・正職員で低い）。

【飲酒】

・「適正な飲酒量の認知度」が策定時より10ポイント低下した。

【喫煙】

・喫煙について、全体喫煙率は減少したが、30代においては増加傾向が見られた。「COPDの認知度」も目標未達。

【歯・口腔の健康】

・「8020運動の認知度」37.7%（目標80%）と未達成。「定期的な歯科健診受診割合」は向上したが目標には達しておらず、食後の歯磨き実施率が低下した。

【健康を支え守るための社会環境整備】

・「健康に対して満足している人の割合」は高かったが、若い世代では健康づくりへの関心が低い。「地域活動に参加している人」は39.2%（目標50%）と目標未達成で、現役世代へのアプローチが重要とされた。

委員より、目標値の根拠について質問があり、委員長より、前回の計画策定時に国の計画が定性的な目標が多かった中、数値目標設定を主張し、野心的な数値を設定した経緯が説明された。また、目標達成の統計的検証（検定）の必要性が提言された。

委員より、HbA1cの認知度が30.3%と低いため、啓蒙活動の強化が必要との意見が出され、市報を活用した情報提供も提案された。事務局は、無料の30代検診で血糖値なども測定しており、検診や教室参加者には普及啓発しているが、一般市民への周知が課題と認識した。

委員より胃がん検診の検診方法について質問があり、事務局は、令和7年7月から胃

がん検診の内視鏡検査を市内の3病院で実施していると説明した（約300人枠）。

- ・情報入手について「市の健康づくり関連事業への情報入手」が4.2%と低いことに対し、統計的信頼性の確認を求める意見が出た。

- ・口腔嚥下機能について、高齢者の口腔嚥下機能低下について、啓蒙の必要性が議論された。事務局は、成人歯科健診やオーラルフレイル講習会を通じて啓発・データ収集を進めていると説明し、高齢者福祉計画の調査データとの連携にも言及した。

- ・地場産野菜利用について、地場産野菜の利用率が低いことに対し、直売所の認知度向上、観光協会との連携、他自治体の成功事例（農家による「トラクター朝市」、スーパーでのPOP活用「さあ、にぎやかにいただく」）を参考に、市民への周知徹底と消費拡大に取り組むべきとの議論が交わされた。事務局は市外へのアピールだけでなく、市民への周知徹底も重要であるとの認識を示した。

4. その他

事務局より、本日の議論を踏まえて、アンケート報告書を整理・製本する旨と、令和8年度（計画策定の年）のスケジュールについて説明。

5. 閉会

委員長より、閉会の言葉があり、終了。