令和８年度　第１回奥州市健康づくり推進協議会

日　時：令和８年７月29日（水）
午後１時30分～２時40分
会　場：奥州市役所　７階議会委員会室

次　　第

≪委嘱状交付≫

≪市民憲章唱和≫

１　開　会
２　挨　拶
３　委員紹介
４　会長及び副会長選出
５　情報共有
　① 第４次健康おうしゅう２１プランについて（ダイジェスト版）
　② 市全体健康増進課事業の紹介・・・資料１
６　協　議
　令和８年度保健事業について
　① 分野別・・・資料２
　② 地域別・・・資料３
７　情報交換
　・情報提供　岩手県栄養士会より
　・情報交換
　　テーマ「職場や個人の健康づくりの取組みについて」
８　その他
９　閉　会

わたしたちは、歴史・伝統・自然に恵まれたこのまちの市民であることを誇りとし、さらに良いまちをめざして市民憲章を定めます。
一　ふるさとを愛し いきいきと働くことができるまちをつくります
一　すすんで学び　文化のかおり高いまちをつくります
一　みんなが手をつなぎ　健康で明るいまちをつくります

《平成 19 年 2 月 20 日制定》

奥州市健康づくり推進協議会委員

任期:令和8年4月1日～令和10年3月31日

	氏　　名	所属	選 出 区 分	備考
1	糠　森　里　美	奥州保健所	関係行政機関の職員	菊地智江（代理）
2	小　塩　弘　樹	奥州医師会	保健医療関係団体の代表者	欠席
3	上　田　雅　道	奥州医師会		欠席
4	髙　橋　　元	奥州歯科医師会		
5	菊　池　光　弘	奥州薬剤師会		
6	千　葉　愛　子	奥州市国民健康保険運営協議会		
7	高　橋　京　子	岩手県栄養士会県央地区会		
8	千　葉　道　江	岩手県歯科衛生士会奥州支部		
9	及　川　延　江	奥州市食生活改善推進員協議会	地区保健衛生組織等の代表者	
10	原　田　福　一	前沢地区連合振興会		
11	渡　辺　美喜子	奥州市地域婦人団体協議会		
12	石　川　　清	奥州市老人クラブ連合会		
13	髙　橋　登代子	民生児童委員協議会		
14	橋　場　和　江	奥州市校長会	学校、事業所等の代表者	
15	戸　田　淳　也	奥州商工会議所		
16	中　嶋　　健	奥州市社会福祉協議会		
17	熊　谷　孝　博	もみじこども園	有識者	
18	及　川　哲　伸	地域活動支援センター友とぴあ		
19	千　田　有　美	教育委員会事務局学校教育課	市職員	
20	菊　地　徳　行	生涯学習スポーツ課		

事務局職員

氏　　名	所 属 ・ 職 名	
千　葉　達　也	健康こども部長	
折　笠　　正	健康増進課長	
髙　橋　真美子	健康増進課保健師長	
渡　辺　賢　治	健康増進課　課長補佐	
坂　下　花　奈	健康増進課　課長補佐兼健康づくり係長	
及　川　　香	健康増進課　課長補佐兼地域医療係長	
林　　大　輔	健康増進課　課長補佐兼予防接種係長	
千　葉　慶　子	健康増進課　課長補佐兼母子保健係長	
伊　藤　　睦	健康増進課　親子みらい係長	
菊　地　香奈子	健康増進課　主任管理栄養士	欠席
中　村　雅　江	江刺総合支所　健康福祉グループ　主査兼上席主任管理栄養士	欠席
千　葉　正　枝	前沢総合支所　市民福祉グループ　主査	
清　水　修　子	胆沢総合支所　健康福祉グループ　副主幹	欠席
佐々木　洋　美	衣川総合支所　市民福祉グループ　主査兼上席主任管理栄養士	欠席

1　開会	
2　挨拶 新田副市長	郷右近市長が公務のため現在上京中でございまして、代わってご挨拶をさせていただきます。 まずもって、委員の皆様におかれましては、お忙しい中、ご出席を賜りまして、誠にありがとうございます。 また、平素から当市の保健行政にご理解ご協力を賜っておりますこと、深く感謝を申し上げたいと存じます。 ただいま皆様に委嘱状を交付させていただきました。本年度から向こう 2 年間、市民の健康増進のため、皆様の持っていらっしゃる専門的な見地から、様々ご助言を賜りますように、よろしくお願いを申し上げたいと思います。 奥州市では市民の皆さんの、健康で安心して暮らせるまちづくりを目指しまして、先ほど司会からも若干紹介がありました、健康おうしゅう 21 プランというアクションプランを策定しております。 令和 6 年からスタートしておりまして、現在の計画第 4 次に当たります。11 年度までの 6 年間の計画となっております。 特に当市においては、健康課題となっております、生活習慣病、そしてがんの罹患予防を目的とした、様々な取り組みを行っているところでございます。 例えば、生活習慣病の予防を目的に実施しております特定保健指導。これにおいては、Ｗｅｂによる 24 時間の受け付けを可能にしたり、或いはオンラインで保健指導を受けることができるとか、こういった工夫を施しているところでございますし、また各種がん検診においても、受け付け時間の予約制を導入したり、或いは、レディース検診やメンズ検診といった、男女別の検診体制なども構築しながら、市民の皆様がお気軽に、この検診を受けやすい環境を整えているところではございますけれども、なかなかそれが成果に結びつかず、苦戦しているというふうな状況でございます。 なお一層の工夫が必要だと考えているところであり、皆様の知見をぜひお借りしたいと考えているところでございます。 さて本日は、今年度の第 1 回目の会議でありますし、また新たに委員になられた方もおりますので、本日の次第の通り進めさせていただきますけれども、前段では先に紹介いたしました健康奥州 21 プラン、そして担当の窓口であります健康増進課の事業の説明とさせていただき、後半では令和 8 年度の保健事業についてご協議を申し上げたいと存じます。 何卒、委員の皆様の忌憚のないご意見、ご助言を賜りますようお願いを申し上げまして、冒頭の私から挨拶とさせていただきます。 どうぞよろしくお願いいたします。
3　委員紹介	名簿順に紹介
4　会長及び副会長の	会長：橋場和江委員

選出	副会長：千葉愛子委員
5　情報共有 会長	このたび健康づくり推進協議会の会長を仰せつかりました、奥州市田原小学校校長の橋場と申します。どうぞよろしくお願いいたします。 それでは、５の情報共有に入ります。①第４次健康おうしゅう 21 プランについて、②市全体健康増進課事業の紹介を事務局より説明願います。
事務局	①第４次健康おうしゅう２１プランについて（ダイジェスト版） 私から①について説明いたしますので、ダイジェスト版の資料をご覧ください。健康おうしゅう 21 プランは、国の国民健康づくり運動である健康日本 21 や、県の健康岩手 21 プランの地方計画に位置付けられます。先ほどのご挨拶にもありました、奥州、奥州市総合計画の、部門別計画として、健康で安心して暮らせるまちづくりの施策展開をするもので、令和 6 年度から令和 11 年度の 6 年間の計画となっております。 基本理念を「みんなで取り組む健康づくり」とし、全ての市民が健やかで心豊かに生活できる、持続可能な社会の実現を目指すものです。具体的には、ライフステージと重要分野の体系図を見ていただきますと、縦に重点分野として、食べる、動く、こころ、守る、があり横はライフステージに分かれてございます。それぞれ目標を示して、健康増進課では、これらの目標達成に向けた事業を展開しております。 健康おうしゅう 21 プランの詳細につきましては、市のホームページで公開しておりますので、お時間がある時に見ていただければと思います。 当市では、肥満や高血圧、高脂血症の割合が高く、生活習慣病が元になる心疾患や脳血管疾患の死亡率が、国や県と比較しても高い状況であることが課題となっております。
事務局	②市全体健康増進課事業の紹介（資料１） 健康づくり係 ・市民の方が受診しやすい検診の体制づくりとして、令和７年度から乳がん検診、子宮がん検診の受付時間を予約できる日程を設定し、今年度から胃がん検診におきましても同様の取組みを実施しております。 ・特定健診後の結果によって、特定保健指導が必要な方につきましては、夕方以降に保健指導が受けられる体制や 40 代～50 代向けのオンラインによる保健指導にも取組むこととしています。 ・高齢者のフレイル予防としまして、噛むこと食べることに注目した低栄養予防の視点を取り入れ、食生活改善推進員の養成を行い、普及啓発に取組む予定でございます。 予防接種係

	・ＲＳウイルスの予防接種を今年の 4 月から、妊娠 28 週から 36 週までの妊婦を対象に、定期の予防接種として実施しております。 ・任意の帯状疱疹の予防接種につきましては、7 月 1 日以降からの接種分となりますが、がん治療などで帯状疱疹にかかる危険性が高い 18 歳以上の市民に対しまして、接種費用の一部助成を開始したところでございます。 地域医療係 ・妊娠を考えるようになる世代に向けたプレコンセプションケア事業を実施しています。具体ｔ期には市の助産師や市内産婦人科医師による講話、基礎体温を自動計測するデバイスを活用しながら、女性やそのパートナーが正しい知識を学び、自分たちの健康に向き合うという取組みを実施しております。 ・産後ケア事業につきましては、温泉を活用した日帰りケアを実施しているところでございます。 ・モバイルクリニック（遠隔診療サービス）につきましては、衣川診療所で継続運行しておりますが、運行地域の拡大や健診事業への活用を検討しています。 親子みらい係 ・産後ケア事業につきましては、対象を生後 5 か月までとしていたものを今年度から、訪問ケアにつきましては 1 歳まで拡大しました。また、新たに保育施設での産後ケアとして、生後 5 か月から 1 歳までを対象に日帰りケアの提供をしています。 ・妊産婦や乳幼児の保護者の不安解消や正しい情報を利便性よく取得できるよう、産婦人科・小児科オンライン相談事業を今年の 7 月から開始しております。 母子保健係 ・出産後の子育ての悩みや負担を軽減できるよう、各種相談や各種教室を実施しています。 ・教室の申込みについては電話予約だけでなくＷｅｂ予約を可能とし、参加しやすい体制を取っております。 ・５か月の赤ちゃん教室は、問診票を事前に回答可能なデジタル問診票とすることで、発育や子育ての悩みの事前把握が可能となり、スムーズな相談対応に繋がっております。 ・のびのび個別相談では、多くの保護者の方が働いており、対面での相談が難しいことから、希望する方につきましては、Logo フォームでの相談を実施しております。 以上、健康増進課の各係の取り組みについて紹介いたしました。
会長	それでは、ただいま、事務局から説明がありましたが、質問などございませんでしょうか。 （なし）
6　協議	それでは、６の協議に入ります。令和８年度保健事業について、①

	分野別、②地域別、について一括で事務局より説明願います。
事務局	それでは①については、資料２をご覧ください。 今年度、健康おうしゅう 21 プランの分野別取り組みの内容となっております。新規や拡充した事業をかいつまんでお話させていただきます。 まず、「食べる」の分野では、今年度、（3）栄養バランスのとれた食生活の推進を重点に取り組む予定としており、低栄養予防の普及に「噛む」要素を加えたフレイル予防活動を食生活改善推進員の協力をいただきながら、普及していく予定です。 「こころ」につきましては、（2）の学童期・思春期のメンタルヘルスケアとして、これまで中学生を対象としていたところを拡大しまして、小学生も対象に含め、命の大切さを考える講演会を、今年度、小学校１校、中学校２校で開催予定です。 「守る」ですが、教室や各種検診では、スマートフォンの操作に慣れている世代につきましては、Ｗｅｂでの申し込みも取り入れながら実施しております。 続きまして、②につきましては、資料３をご覧ください。 地域別の取り組み内容となっております。 水沢ですが、特定健診において、脂質の値が基準値以上となっている割合が高くなっております。出前健康講座に出向いた際に、健診結果の現状や、運動、食事の必要性について情報提供していくことで、自分ごととしてとらえていただき、メタボリックシンドロームの増加を抑制していきたいと考えております。 江刺地域では、昨年度、愛宕地区で健康まつりを開催いたしましたが、本年度は、米里地区での祭と共催で、住民への普及啓発を予定しております。 前沢では、子供の虫歯有病率が高く、就学前はもちろんですが、小学校にも協力をいただきながら事業を進めて参りました。その結果、有病率は下がってきたものの、市内ではまだ高い状況が続いておりますので、引き続き働きかけていくこととしております。 胆沢ですが、悠悠館に運動施設を持っておりますので、運動習慣の定着に向けた普及啓発に取り組むこと、さらに、心の健康づくり事業として、胆沢地域独自に、妊産婦、働き盛り世代、高齢者をターゲットに、メンタルヘルス対策の普及啓発に取り組んで参ります。 衣川では、フレイル予防の取り組みとして、昨年実施した教室のフォローアップ教室を開催することで、参加者が主体的に行動し、さらには、地域でフレイル予防の大切さを広める役割を担えるよう働きかけていくこと、また衣川 4 地区センター会場で行っていますフレイル予防事業を今年度運動と食をテーマに 2 回コースで実施し、予防対策の強化を図る予定としております。 以上となります。

会長	ありがとうございました。 それでは、ただいまの説明に対しまして、初めに、ご質問を頂戴したいと思います。何かございませんでしょうか。 （なし） 無ければ、ご意見を頂戴したいと思いますが、いかがでしょうか。
奥州市地域婦人団体協議会渡辺委員	資料の２の「食べる」の最後の５番の郷土食・行事食の継承ですか。そこのところに情報提供になると思うんですが、胆江地方食の匠研究会っていうのがございまして、金ケ崎、奥州市内で、食の匠に県の認定をいただいた会員が 20 数名おります。５、６年前からＤＶＤにその記録を残して、やはり皆さんにつなげていきたいという思いで作っております。 今年、去年も１人認定になりましたので、その方は今年の予算の中で、ＤＶＤ化しようというところなんですが、水沢の図書館と江刺の図書館、それから岩手県立図書館（アイーナ）にあります。そちらにそれぞれ寄贈しておりますし、あとは江刺にあります農業普及所ですか、そちらの方にも全部揃えてありますので、実際に料理実習っていうんですか、それで普及するのももちろんですけれども、そういう媒体を利用して、個人的にどなたでも借りることができる体制になっておりますので、ぜひ利用していただいて、昔、こうやっておばあちゃんたちがおやつとか食べ物を作ってくれたんだよっていうのがお子さんたちにも、若いお母さんたちにも、そういうものに触れる機会を得られればいいなあ、という思いがありますので、どうぞその辺のＰＲっていうか、市の方からも発信していただければいいなと思いますので、あくまで要望です。よろしくお願いいたします。
会長	学校の方へも周知して参りたいと思います。ありがとうございました。 それでは後ほど皆様からお話を頂戴したいと思いますので、関連してございましたら、またお願いいたします。
７　情報交換 会長	では情報交換に移ります。まず初めに岩手県栄養士会高橋委員から、「メタボ予防からフレイル予防～健康寿命は毎日の食事から～　出前講座の開催」について、情報提供をお願いします。
岩手県栄養士会県央地区会高橋委員	貴重なお時間をいただきまして、岩手県栄養士会から情報提供させていただきます。奥州市さんではもうすでにフレイル予防っていうのは取り組んでいらっしゃるみたいですが、また県栄養士会といたしましても、今年度、出前講座を、県内５ヶ所実施する予定になっております。奥州市さんでの実施はないんですが、今日お配りいたしました、北上会場での出前講座、８月 25 日火曜日、１時から、駅前の生涯学習センターで開催する予定になっております。講演と演習、それから筋力測定っていうインボディという機械を使いまして、体組成を測定する機械でございますが、筋肉量とか、体脂肪、水分量、もうすでに測っておられる方もいらっしゃると思いますが、ぜひこの機会

	に、自分の体がどうなっているかっていうところをご確認いただく機会にしていただきたいなというふうに思っております。 60 歳以上の方が対象となっております。 　あとはですね、一関市の方でも予定がございまして、それは９月25 日金曜日、同じ時間の開催なっております。こちらの方には、申込用紙がございますので、参加できる方にはぜひご参加いただきたいと思っております。昨年度は運動の出前講座を実施いたしまして、食改の皆さんにも参加いただきましたけれども、その際にやはり運動していても、低栄養の方も結構いらしたということで、今年は食事ということで開催いたしますので、可能な方は、ぜひご参加をいただきたいと思います。 　以上でございます。ありがとうございました。
会長	ありがとうございました。ぜひ、参加していただければありがたいなと思います。よろしくお願いいたします。 　続いて各委員の皆様から、テーマに沿ったご意見を頂戴したいと思います。それでは、今回初めて委員になられた方もいらっしゃいますので、職場や個人の健康づくりの取り組みについて、情報共有させていただきたいと思います。それぞれの職場ですとか、また個人で取り組んでおられること、補足になる方は、あと他でも構いませんので、お互いに参考になる部分もあるかと思いますので、ぜひよろしくお願いいたします。
奥州保健所 菊地主査管理栄養士	私の方からはですね、保健所業務の中にもあります健康づくりの部分から、「いわて健康経営認定事業所」の認定制度についてご紹介をします。岩手県内の事業所さんの方で現在 731 事業所ございます。お近くのところですと、奥州商工会議所さんの方もですね、登録いただいておりまして、一緒に活動していただいているところです。これについては、登録のメリットもありますし、事業所さんの取り組み状況も増してきているなと思っているところです。ぜひこういったところにも興味をもってもらえるように考えているところです。 　また保健所としましては、事業所さんの方の健康づくりのお手伝いということで、リーフレット等いろいろ配布させていただいたりですとか、社員さんの方がですね、簡単に健康づくりに取り組めるよう、いろいろご紹介したりっていうこともやっておりますので、何かご興味のある方はぜひ、ご相談していただければと思います。
奥州歯科医師会 髙橋委員	日頃から検診やフレイル予防に対しての取組を実施しているところです。
奥州薬剤師会 菊池委員	薬剤師会としては、目の前の患者さんに日々、対応しているところが主ですので、こちらに載っていますようにゲートキーパーの研修や禁煙の支援にあたっているところですけれども、禁煙支援に対しては協力頂く薬局に手上げして頂いてやらせていただいておりますが、なかなか禁煙希望者がいらっしゃらないというのが実情です。禁煙に限

	らずここに載っているすばらしい取組がありますが、その周知についてどのような形で市民の皆様にお伝えするかっていうのが次のステップといいますか、重要なことではないかなと思います。
奥州市国民健康保険運営協議会千葉委員	私個人の健康づくりっていうところで、93歳になる親戚がいるんですけど、今でも自分の歯でしっかり食べられているんですね。若いときからしっかり歯科検診、毎月のように、歯医者さんで検診を受けて予防していたんです。今もしっかり全部自分の歯と言われて、自分の方が情けなくなってしまったんですけども。力を入れてくださっている予防ですので、生涯を元気にというところが身に染みて、身内でありながらも関心させられ、今より若いときはないので、予防に努めていこうと改めて感じたところでした。
奥州歯科医師会 髙橋委員	若いときはなかなか口の中まで意識が向かない。そのあたりの情報発信もしていきたい。
岩手県栄養士会 県央地区会高橋委員	すいません私ちょっとよくわかってないんですけど、奥州市さんの住民健診では、塩分測定っていうのはやっているんですか。
髙橋保健師長	今、奥州市ではそういった取り組みはしておりません。一時期、そういうことをやったときはありましたけれども、今はやっておりません。
岩手県栄養士会 県央地区会高橋委員	他の自治体でやっているところがあって、岩手県の塩分量ってなかなか下がらない現状なんですね。高血圧のリスクの１つが心筋梗塞ですけど、やっぱり心臓にも影響があるっていうことで、可能でしたら何か１つ取り組みをお願いできたら、目に見えて、住民に訴えられる、自分が本当にどのぐらい摂取しているかっていうのがわかれば、もっと減塩に繋がるんじゃないかなっていうふうに思っております。 栄養士会といたしましては、誰もが自然に減塩できるということでスーパーさんと連携してお弁当とか総菜のですね、減塩を進めているところでございます。お弁当の減塩とかですね、今年度は新たに別なスーパーさんでの取り組みを行っていただく予定でございます。家庭で頑張っても、外食をすると増えてしまうとか、やっぱり全体で考えていかなければいけないなというふうに思っておりますので、ぜひよろしくお願いしたいと思います。
岩手県歯科衛生士会 奥州支部千葉委員	会は歯の健康週間で歯科医師会の先生のお手伝いをしたり、あとは「いい歯の日」にフレイル予防など、だんだん高齢者に対するフレイル予防をしていこうと取組を行っています。 なかなかフレイル予防も、人数が衛生士会８人しかいないので、大きいところでやるのはちょっと限られてしまいますので、小さいところで、サロンとか、そういうところでフレイル予防のお話をしています。 私もちょっと塩分量は普段どれぐらい取っているのか、家族が皆、高血圧の薬を飲んでいる状態なので、１日１回の味噌汁でいいよって

	いう感じで言われていますが、それも１回にすればそれでいいのかな、っていうところもあります。
奥州市食生活改善推進員協議会及川委員	尿中の塩分測定はずいぶん前にやりました。尿中の塩分測定というのが、私たちが使った機械は測定までがすごい大変だったんですね。1週間位、尿を寝る前から朝まで溜めてそれを測定するんですけども、２、３年やって結構大変だなということがありました。それで塩分というよりも野菜をたくさん食べていただいて、食べた塩分も出しますっていう感じで、減塩ということで、野菜摂取量を測るような機械を県内で３年やりました。その機械は人差し指を入れるとすぐにわかるんですね。野菜をこれくらい食べていますよ、とお知らせするもので、摂取量を数値化し、表を見せることで、自分はこれしか食べていないんだというのが一目でわかるものです。 これからなんですが、岩手医科大学と松本歯科大学の先生の協力でフレイル予防としてカムカム、よく噛みましょうという取組を行います。健康においては歯が丈夫でないと、噛めないと美味しいものも食べられない。４０代、５０代から歯を大切にして、よく噛めることが大事。実際に自分が噛める状態で大きく切って、固く茹でて食べてみると、本当に普段噛んでいないんだなと実感できます。 また、先ほど渡辺委員の方から郷土食についてお話がありましたが、食改の中に「私たちの健康は私たちの手で」というスローガンのもとにあともう一つ、「郷土食の普及」というのがあるんですね。郷土食やその作り方を岩手県全土に広げよう、というビデオにしたのはとてもいいので、調理実習の中に取り入れていただくとか、小さいうちから減塩をお家でも取り組んでいただくといいですし、さらに噛むことが大事だよという普及も続ければいいのかなと思います。
前沢地区連合振興会原田委員	私たちのところは大したことやってないんですけども、岩手県事務局、センター長と相談し、持参した文書を読みます。 いわて健康経営宣言書 わが社は、従業員が元気に働ける会社を目指して、健康経営に取り組むことを宣言します。 前沢地区連合振興会　宣言者　原田福一、 1つ、健康診断の受診率85%以上を目指します。 2つ、健康サポートの実施率30%以上を目指します。 3つ、検査治療の推奨 4つ、スモールチェンジ活動の推奨、これは事業所が休憩時間にストレッチを実施する。 上記の事業所がいわて健康経営宣言したことを証明します。 令和8年6月23日。 全国健康保険協会岩手支部　支部長　野村　俊之 以上です。

奥州市地域婦人団体協議会渡辺委員	地域婦人団体協議会というものは合併前の５市町村のそれぞれの昔で言えば婦人会という組織でございます。全体での活動は年１回、あとはそれぞれの地区で、私は胆沢ですのでちょっとお話させていただきます。農家の方が多いので冬場の農作業が無いときに体が鈍ってしまうので、運動しましょうということで講師を招いてヨガの先生とか３B 体操の先生とかそういう方をお呼びして簡単な運動を続けてやっております。 宣伝になりますが、皆さんご存じだと思いますが、６月１日に奥州湖交流館の方に立派なジムができました。胆沢のずっと奥ですのでなかなかアクセスが大変だという方もいらっしゃるかと思うんですが、悠悠館という施設には昔から色んな器械があるんですが、奥州湖交流館の方もそれに増して色んな最新の器械が入っているということで我々が団体で見学に行って参りました。その後にあとは時間の都合がいいときに行って軽い運動をしようねってそういう機会を設けようねっていうお話をしています。立派な市の施設ですのでカヌーの選手さんたちがターゲットなのかもしれませんけど、我々が活用しないと駄目なんじゃないのということで地元の人たちも頑張っていこうねと声かけていますので、ぜひ江刺の方は遠いかもしれませんけど、山を見ながら奥州湖交流館のジムにぜひおいでいただければなあと思います。水曜日が定休日なのでそれを外していただけば、平日は本当にあんまり、お客さんいないみたいで、私が行ったときはほとんどいませんでしたので、ゆっくりのんびりと、自然を見ながら過ごせるところかなと思っていますので、どうぞ皆さん、おいでください。
奥州市老人クラブ連合会石川委員	全部の老連ではないのですが、水沢老連では毎年健康講座を行っています。
民生児童委員協議会髙橋委員	今回初めてこういう会に参加させて頂いたのですが、３年間民生委員をやっていまして衣川地域内の自分の担当地区を回っているんですが、衣川では８０代９０代の方々が野菜づくりをしながら、皆さんで食べたり、楽しんで会話したりされているようです。私も２０年前にこちらに引っ越してきまして野菜づくりを自分でやるようになって、自分の手で作ったものを自分の手でとって加工してという、こういうことが健康づくりに役立つのではないかなと私的には思っています。
奥州商工会議所戸田委員	冒頭話がありました健康経営の認定事業所の話ですけども、これ県、国等いろいろ制度があるわけですけども、民間保険会社からのメリットも多くありますので、そこら辺も紹介しながら、事業者様には普及拡大をしてもらっているところです。 あともう１件ですけども、商工会議所として企業側が健康診断を受ける場所の提供をしております。その際には従業員さんの大半が受けられるんですけども、肌感覚の話になって申し訳ないんですが、個人事業主さんの場合だと、従業員さんは受けさせるんですが、事業主さ

	んそのものが受けないケースが多々見られるなとちょっと感じております。課題と申しますか、現状私がちょっと最近感じている点です。
奥州市社会福祉協議会中嶋委員	私ども社会福祉協議会におきましても職員の健康保持増進といいますか、これはサービスを提供する基盤となると認識しております。定期健診の全員受診の徹底はもちろんですし、やはり私どもの職場においても、いわゆる心の不調といいますか、そういったものを抱えている職員がおりますので、ストレスチェックを行ったり、また介護現場も持っておりますので、そこで働く職員の腰痛予防だとか、そういったものを通して職員が安心して長く働き続けられるような職場づくりに努めていきたいというふうに思っております。
もみじこども園熊谷委員	今回のテーマである健康づくりっていうことに当てはまらないかもしれないですけども、子どもたちはやっぱり好き嫌いっていうのは多いです。ただ与えられた食事、或いは、食べ物を食べることに対して、やはりいろんな面で興味を持ってもらわないと、やっぱり食べない。うちの園の取り組みとして、食育の一環として、農園で野菜を育てられるところがございまして、子どもたちと一緒に作って、それを収穫して食べることで、少しでも加工する前の野菜についてどうやって生っているのかな、っていうところからこども達に知ってもらい、育てる大変さを知り、実際に収穫して食べるということをやっております。これによって少しでも食べる意欲につながっていけばなと思っております。
地域活動支援センター友とぴあ及川委員	私どもは障害をお持ちの方のサポートですとか、事業をしているんですけれども、普段だと精神障害の皆さんと毎日お会いしています。なので今日はどちらかというとメンタル的なお話ができればいいかなと思って参りまして、ちょっと毛色が違うかもしれないんですけど、どっちかっていうと企業風土とかですね、組織風土みたいな話になっちゃうかもしれないんですけど、我々の事務所でも大事にしてるのは、これは私自身の意識という部分もあるんですけど、心理的安全性という言葉で、やはり心理的安全性っていうのは、自分はちゃんとこの場で物を言えば、人と異なる意見を言っても大丈夫だという安心感ですとか、こういうことを大事にしないと。福祉は非常に人手不足ですので、今いる人たちをすごく大事にしないといけないなって思っています。今日のテーマでは「こころ」の部分だと事業主側の心構え的なところになってしまうかもしれないですけど、方針でそういうのがあると、こういうところをやっぱり気をつけなきゃいけないなと考えられるのではないかと思います。
教育委員会事務局学校教育課千田委員	小中学校を担当している課になっています。 保健事業の中身にしても、小中学校にほぼ関係のあるところだと思います。例えば「食べる」につきましても栄養教諭による食育指導も行っておりますし、運動も様々な場面で取り組んでおります。生活習慣についてもそれぞれの学校で工夫しながら、家庭生活を含めて取り

	組みを行っています。人が生きていくために基礎となるものを学ぶ場所であると思うんですけれども、この取り組みの中にはないですが、これすべてに関係あるのが、メディアのコントロールが必要だなあというように私もお話を伺いながら感じました。 　よく噛んで食べるっていうときも、手元にスマホを持って食べている方もいるんじゃないかと考えると、誰か人と一緒にそういうものから離れて、食べているものに対しての感情や感覚を味わうこと、集中して何かをすることを楽しむ、そういう時間を大事にするためにもメディアを減らして、自分の中でコントロールしていくということが小中学生にも必要だなと感じたところです。
生涯学習スポーツ課 菊地委員	今日のテーマでちょっといえることをすればですね、最近スポーツというところで、昔はやっぱりその競技スポーツとかっていうところが大きかったと思うんですけれども意外と最近市内にも、ジムとか増えてきました。Ｚアリーナというところがあるんですけどもそこで健康スポーツ講座というかですね、ヨガとかピラティスとかですね、利用がすごく伸びているんですね。そういうようなスポーツって意外と健康という視点がすごく大きいんだろうなというようなことがこれからの時代には、まさに言えるのかなとちょっと思っております。 　またスポーツ推進基本計画というものが策定になっております。
会長	情報交換はここまでとしたいと思います。
８　その他	それでは、８その他に入らせていただきます。 　事務局から今後のスケジュールについてご説明申し上げます。
事務局	次回、第２回についてのお知らせとなります。 ２月後半に開催し、事業報告をさせていただきたいと思っております。年明けにはご案内を送る予定ですので、よろしくお願いいたします。以上でございます。
９　閉会	それでは、閉会の方に入らせていただきたいと思います。 　これをもちまして、令和８年度第１回奥州市健康づくり推進協議会を閉会といたします。本日は大変ありがとうございました。