

令和7年度 長野市健康増進・食育推進審議会  
会議録

- 開催日時 令和8年2月20日(金) 午後2時30分から午後4時まで
- 開催場所 長野市保健所 会議室A B
- 出席委員 高山会長、有金委員、板倉委員、江村委員、小口委員、風間委員、柄澤委員、北澤委員、草間委員、堀内委員、小林委員、中村委員、関口委員、野池委員、小澤委員、古越委員
- 欠席委員 釜田委員、諏訪委員、轟委員
- 事務局出席者 宮島保健所長、佐藤健康課長 ほか
- 傍聴者 なし
- 報道機関 なし

発言者	内容
事務局	1 開会
会長 所長	2 挨拶
事務局	3 新委員の紹介
事務局	4 議事 (1) ながの健やかプラン21(第二次)の目標値について(協議) 資料に基づき説明  《質疑応答》
事務局	長野市の目標値について、昭和60年モデル人口から平成27年モデル人口に変えたいと提案した。国の方も既に変更しており、国と県、市と比較する際にも同じ物差しで測った方が良いと思われることからの提案である。
会長	同じ数値を比較するのに、尺度が違っていると比較する意味がなくなるので、それはすごく妥当なことだと思う。 新しいモデル人口に変更すると、目標値の数字が大きくなり、悪くなったと解釈してしまうような場合があると思われる。既に発行している計画冊子の表の数字を貼り変えて対応すると提案があったが、前の数字が見える形となり、変更部分だけでなく、前からの部分も含めて補足などをする予定はあるか。 今、説明されたような内容を付ければ、皆さんにきちんとご理解いただけると思われる。単に人口の構成が変わったからこうなりますという、悪くなったと思う方もいると思うがどうか。
事務局	すぐこの場でこのようにしたいとは申し上げられないが、中で検討して、お示しできるようにしたい。
会長	私は言う側としては簡単に言うが、やる側も非常に大変なことだと思う。ただ何か補足があったら、納得してもらえと思う。

発言者	内容
委員	国や長野県の動向とそろえた形で、今回修正されてよかったのではないかと思う。例えば、プラン21の冊子、29ページや30ページは、いずれかの時点で差し替えるようなイメージでよいか。
事務局	はい。何か少し工夫したいと思う。 ホームページにも掲載しているので、そのようなところで何か工夫できたらと考えている。
委員	数値がかなり大きく異なってくるので、そのような点についても説明も含めて周知いただけるといいと思う。
事務局	貴重なご意見ありがとうございます。
会長	私も同じような考えであり、なかなか冊子媒体あるいは紙媒体での周知は難しいところがあると思う。一方で、ホームページ等々であれば比較的、容易というか、可能な気もするので、主にそちらで検討されるのが良いと思う。
事務局	今後、この目標値については、平成27年度のモデルを使用していくことで、了承いただいたということで、よいか。
一同	(異議なし)
事務局	今回、事務局の方では、40ページ、62ページのこの数値目標のところを、この資料1-2にあるシールを貼って対応してほしいというお願いをした。ただ、今の委員のご意見の中では、その前のページのグラフのところも変わってくるので、グラフとこの数値が変わった理由が、後で見てもわかるようなコメントをつけて、差し替えてほしいとの話があった。これらのご意見から、委員の方には、後日、該当部分について差し替え分をお送りし、このページに差し込むか貼るかということをお願いしたい。
事務局	(2) ながの健やかプラン21 (第二次) の進捗状況について 資料に基づき説明  《質疑応答》
会長	最後の社会環境整備の推進の部分から。微増や微減みたいなものがあるというように気もするが、バツ印が多くついているのが、どうしてか。 推進している政策が悪いということでもなく、私も含め、市民の方々の意識がどんどん低下してきているのかと思う。表現しづらいが、そんなことを感じた。多忙であるなどにより、社会的な意識がどんどん落ちてきている。それらのことを反映、象徴しているのかと思った。

発言者	内容
事務局	人間関係の希薄化などが関係してきていると思うが、他に考えられることがあるか。
委員	<p>地区の行事などが、今、全部廃止になってしまい、ご近所の方と顔を合わせる機会がすごく減った。コロナ禍のときには、できない状況下にあった。地区の宴会は来年度からすべて廃止になった。</p> <p>面倒くさい、やったら大変ということから、そのまま廃止になるなど、色々なものがなくなってきた中で、このようにバツ印が付く結果になったのだと思う。コロナの影響も大きかったのではないかと思う。</p>
会長	このような状況のため、情報が入ってこないなどがある。だから、市の現状や、市の政策ではなく、そういった社会的な背景というのが大分影響していると、改めて感じた。
委員	<p>進捗状況についてだが、非常に細かく、目標を達成するしないにかかわらず、今後の取り組みについてどうすべきか、とても参考になる資料だと思う。ただ、0.1パーセント下がったからと一喜一憂するものでもないと思う。全体を通して見ると、会長が言った通り、確かに最後にバツが多く、どの方も気かけられるのかなと私も思う。</p> <p>これは今後、指標も含めて、改めて考えるきっかけになると思う。今まで通りにやればよいということではないということが、逆にここからわかったことなのではないかと思う。</p> <p>コロナ禍を経て、同じことをやればよいわけではないということ。表にしていることは、市として大事だと思っているところだと思うので、この価値観が変わってはないところに、具体的な施策とかなどを考え直すきっかけかと。前向きにとらえる方法と思った。</p>
会長	私もその通りだと思う。逆に言うと、それぐらいの変動だということになる。この社会環境整備の推進の部分でもし丸になったら、他はみんな向上してくるのではないかと思う。意識が大分変われば、病は気からという部分もあるのではないかと思う。難しいところだが、ここの数字にあらわれないところも何かあると思うし、この数字だけで判断する必要はないと思う。
事務局	今後、社会環境整備の推進の部分については、また1つ1つ現状分析をしながら、状況をしっかり把握し、足りないところは何か行政としてできることがあるかということを考えていきたい。
委員	<p>フレイルのところで、後期高齢者検診受診率があがったというのは、すごいことだと個人的に思う。</p> <p>私の仕事の関係上、健康診断を受けないという方が多いと感じており、9パーセントの増加は、すごいと思う。具体的に増えた背景があれば伺いたい。</p>

発言者	内容
事務局	受診率の向上に関しては、国保・高齢者医療課において、個別に受診通知を出していることや訪問によって未受診者の受診勧奨をしていること等があるかと思う。
委員	<p>フレイルの関連項目12項目のうち4項目以上該当者の割合が減ったという、冊子の71ページのところ。</p> <p>仕事の関係から、女性の方の受診率の高さは理解できる。</p> <p>結果的に、12項目のところは、活動的な女性の受診率が増えた分、4項目以上の回答の該当者は、結果減ったのかと個人的には感じた。その辺の数字の内訳わかる範囲で教えてほしい。</p>
事務局	<p>この結果は、地域包括ケア推進課からいただいたデータである。</p> <p>確認してお示しさせていただく。</p>
会長	COPDの値について、男性と女性で差が生じるのはなぜか。
事務局	なぜ男性が減って、女性が増えたのかというところは、分析ができておらず、わからない。
会長	例えば、COPDの場合、男性が高くて、女性が低いという元の数値に対し、男性は微減、女性は微増した。そういう意味では、差が埋まってきているという現状が見えてきたということなのか。
事務局	<p>今年新しい目標に対して、6年度として初めて数値が出てきた。</p> <p>これでまた、2年後、3年後といくと、動き、傾向がより濃く見えてくるかと考える。</p> <p>いろいろ、上がったたり下がったりがあるが、来年の数値が入ってくると、若干見え方も変わってくるかと思う。</p>
会長	<p>大幅に改善したものは、そのような傾向にあるだろうが、0.1ポイントなどというのは、もしかすると誤差範囲という可能性もあり、こういうものが2年、3年と積み重なってくると、判断もしやすくなると思う。</p> <p>また継続的に情報提供いただき、議論する場が設けられれば良いかと思う。</p>
事務局	<p>(3) 減塩環境整備の取組について 資料に基づき説明</p> <p>《質疑応答》</p>
会長	やはり地域の繋がりというのはすごく大切だと思う。減塩の政策を広めるというのはやはり地域の繋がりがないと、なかなかうまくいかないのかと思う。逆

発言者	内容
	<p>に、こういうものを通じて地域の繋がりを強くできないのかという考え方もある。何かうまくつなげていく政策を考える事はできないか。例えば今回の取組は、減塩の輪みたいなものができ、地域の繋がりも強くなり、みんなで減塩できたらいいなということを目指そうとしているのか。</p>
事務局	<p>これは松代の例ですが、拠点がありこういう風に広がっていくといいなと考えるけれども、なかなかその現実には難しい。何かいいアイデアがあれば、逆に、皆様に教えてもらいたい。</p>
委員	<p>産婦人科の栄養指導のときに、ご家庭の味がお子様の味になっていく、という塩分指導もしている。子どもの頃から家庭の味を少し薄味に変えていくと、大人になったときに、外食がしょっぱく感じるようになってくる。子どものときからの積み重ねで、長野市全体の塩分摂取量が下がっていくのではと思う。</p>
事務局	<p>長野市では、今年度から、3歳児健診の中で、尿中食塩濃度の測定を取り組み始めている。尿の中の塩分を見えるようにして、目安ではあるが、口からどのぐらい食塩を取っているのかがわかる。その結果で、栄養相談に繋がり、充実してきていると思う。</p>
事務局	<p>子どものころからの薄味になれるということについてですが、乳幼児健診、離乳食講習会でも、家庭の味を薄く、子どもだけでなく家族全体でできるということをお伝えしています。味覚形成の大事な時期なので、塩味はこれくらいというのを経験していただく等、この事業が始まったことでより塩に注視して栄養相談等をしている。</p> <p>今日皆さんの方にお配りしてあるこのJSHについては、味覚がもう完全に確立している、濃い味が好きな皆さんの減塩の一助となる、商品ということで配布した。</p> <p>味覚は10歳ごろに完成というふうに言われている。3歳のときになぜ、その塩の調査を入れたかは、その時に覚えた味が皆さんご自身の脳に記憶されている、基本的な味の好み。そこで覚えてしまった味が、さらに美味しく感じるためにより濃いものといったような形で、これまでの生活経験の中で覚えていくのが塩味だと言われているので、小さい頃から薄味に慣れていくことで、口から入る塩の量を減らせる。</p> <p>今回この松代地区をポイントにおいて、小売店とも共同しながら、減塩食品も使っていただいた。それを使うことが悪いことではない、血圧をコントロールするために、自分の生活の中で、うまくいかない場合に、こういった食品を使うのも1つの手だということも伝えながら保健指導を進めている。</p> <p>子どもの頃からの味覚形成の部分を大事にしながら、味覚が決まってしまった大人に対しては、まずどんな味つけで食べるのか、野菜を増やすにはどうしたらよいか。長野市民は、野菜を結構とっているが、野菜をどう食べるかが課題。生野菜サラダでもドレッシングをたっぷりかける人もいるかと思う。お刺身食べる時醤油はどれくらいつけるか。それもそれぞれの習慣だと思う。そうい</p>

発言者	内容
委員	<p>ったところも、一緒に考えながらこの減塩に繋がっていくような、生活ができるように市としても支援していけるといいかと思う。</p> <p>長野市食生活改善推進協議会では、減塩活動を長年、各地区で行っている。この減塩に関しては、食改さん（食生活改善推進協議会）のレシピは本当に薄味で、物足りないという、イメージがずっとあった。薄味をずっと追い求めて活動している。各地区では、一人暮らしの老人の方のお弁当なども、ボランティアで作るなど、草の根的に減塩を広める活動しており、このスマートミール認証弁当も、もっとPRして広めていかなければいけないと再認識したところ。今後も、若い方をどんどん、PRして入会していただけないかなというところで、もう少し頑張らなければいけないと、改めて思った。</p> <p>皆さんにも、食改さん（食生活改善推進協議会）の、存在、活動を知っていただき、今地域の関わりがなくなってきていることを危惧されているが、そういった活動を細々と続けている存在も、これで共有して周知していただければありがたいと思う。</p>
会長	<p>家の味が薄味だという話だったが、一方で外食というのはどうしても味つけを自分で調整することは難しいと思う。</p> <p>先ほどスーパーの弁当というような話があったが、例えば大学だと大学の生協で昼ご飯食べている学生が大多数だ。そういったところにも働きかけていただけると、学生も若いうちから、そういった傾向に、いいのではないのか、人が育つのではないかと思う。ぜひ減塩の取り組みを、いろんなところで展開していただければ。</p> <p>健康というとなかなか難しいと思うかもしれないが、減塩というところかなり身近な、比較的取り組みやすいところなのかなと思う。</p> <p>常にそういう意識を持っているのと、いないのとでは全く違うと思う。</p>
事務局	<p>今日はいろいろな質問や意見、提案などありがとうございます。</p> <p>進捗状況のところでは質問に十分な、回答ができず、申し訳なかった。</p> <p>これから中間評価や、最終評価のところでは分析していく。ただ、毎年毎年の上がった、下がった、誤差かもしれない、一喜一憂もしちゃいけないと言っても、それがなぜなのか考えていくことが、今後の評価の方に繋がってくる。そのために毎年こういった審議会をしていくので、しっかりとその辺の分析などもしていかなければいけないと、今日皆さんからの質問など聞きながら感じた。今後も質問や提案、意見をもらい、身を引き締め、健康増進都市を目指して、さらなる活動を続けていきたい。</p> <p>また見てもらった中で、これはどうなのかというところがあれば、事務局の方に、電話なりメールなりで、質問いただければと思う。</p>
事務局	5 その他
事務局	6 閉会