

**【資料3】**

令和5年8月29日

杉並区健康づくり推進協議会

**「杉並区健康医療計画（案）」に対する区民等の意見概要と区の考え方について****（令和5年3月実施「区民等の意見提出手続」より抜粋）**

※網掛けの部分は、協議会委員からの意見

No	意見概要	区の考え方
1	<p>介護予防活動の支援について、現在、公園から歩く会やわが町一番体操を行う NPO を支援しながら施策を現在すでに展開している。しかしながら、公園から歩く会の参加者の一部には、2km も歩けない方や少ししか歩けない方もおられ、その受け皿としての対策が杉並区の行政にも必要になってきている。</p> <p>高齢者のフレイルを予防ないし防止していくには、公園から歩く会やわが町一番体操のほかに、ポールウォーキングと言って両手にポールをもって歩く手法がある。これは、フレイルの予防にもなる。ポールウォーキングで姿勢を正して歩行することで脊柱管狭窄症の症状が改善した方もおられる。杉並区の行政としてポールウォーキングをもっと支援していく必要を感じている。</p> <p>人生 100 年時代を見据えて、高齢化のスピードも速まっていく中で、杉並区民の健康寿命を伸ばしていくためには、歩けなくなりつつある状態になるまでに、ポールウォーキングを継続的に行う仕組みを杉並区の行政として積極的に仕組みを作り、区民の参加しやすい運営方法でしっかり区民に浸透させていくことが重要と考える。</p> <p>区民に情報を提供し、指導者を育成し、ポールの道具をどうするか等課題も多く、行政が積極的に関与しなければ実現は困難と思われる。</p> <p>そこで、本計画にポールウォーキングの施策や仕組みを具体的に作り施策に盛り込みポールウォーキングを積極的に展開することで杉並区民のフレイルを予防し、区民の健康寿命を延ばすべきと考える。</p> <p>P37 の介護予防では、高齢者のフレイル防止のため、ポールウォーキングを区内各地で行うよう行政として仕組みを作り区民がポールウォーキングを実施することで、区民の健康寿命をさらに延ばしていきたいと明記していただきたい。</p>	<p>介護予防につきましては、介護予防教室をはじめ、様々な方法で周知を図ってきました。</p> <p>また、介護予防活動の支援につきましても、公園から歩く会やわが町一番体操などの活動を支援してきました。</p> <p>ご意見いただいたポールウォーキングにつきましては、体形にあったポールの準備等ご指摘にもあり課題も多数あります。</p> <p>今後の介護予防活動につきましては、その有用性等を考慮しつつ様々な方策を検討したうえで進めていくものと考えています。</p>

No	意見概要	区の考え方
2	<p>認知症の発症を防いだり遅らせたりすることができれば、自身の健康寿命が伸びるだけでなく、介護家族の負担減、医療費の公費負担減にもつながる。</p> <p>また、第3章の「施策1 いきいきと住み続けることができる健康づくり」には、食育活動の推進、生活習慣病予防対策の推進、健康づくりを支援する環境の整備などがあり、いずれも認知症予防と関連が深く、特に糖尿病との関連では、血糖値を抑えることが認知症の予防にもつながるので、認知症検査で予防の必要性を自分ごととして認識できるようになれば、糖尿病予防の実効性を上げることもつながると思われる。</p> <p>もし認知症予防（診断助成を含む）が今回の「杉並区健康医療計画」に盛り込まれないこととなっても、神戸市の65歳以上を対象に無料で認知症診断を受けられる制度等を研究、検討していただき、近い将来認知症予防に本格的に取り組んでいただきたい。</p>	<p>区では、認知症を予防するため、年2回の認知症予防講演会を開催するとともに、脳を鍛える活動とウォーキングを組み合わせた、認知症予防教室を行っています。</p> <p>また、令和3年度より、70歳になる区民を対象に無料で「もの忘れ予防検診（認知症予防検診）」を実施しています。検診では医療機関で認知機能の検査を行い、認知機能障害の疑いありとなった方は専門医療機関への受診勧奨やケア24が訪問しフォローを行っています。</p> <p>もの忘れ予防検診の実施につきましては、現在「杉並区高齢者保健福祉計画・第8期介護保険事業計画」に明記しております。今後、改定する（仮称）「杉並区高齢者施策推進計画」でも計画化する予定です。</p>
3	<p><b>【6】 障害者の（2）移行期医療</b></p> <p>知的障害者が特別支援高等部卒業以後、それまでの小児科医院と切れてしまい困っている家族がいる。その後の20歳の年金支給申請や、その後の更新のための意見書を書くことができる身近なかかりつけ医を区の窓口で紹介して欲しい。</p>	<p>障害がある方が身近な地域でかかりつけ医に相談できるよう、医療機関の情報を集約する取組や相談窓口の体制整備に取り組んでいきます。</p>
4	<p>近年、知的障害者の保健所や通所先での定期健診が減る方向にあり、定期健診を受けていない障害者がいる。障害があっても受け入れていただける慣れた医療機関の場の提供や情報を区として発信し、定期健診を受けられるようにして欲しい。</p>	<p>障害がある方が身近な地域でかかりつけ医で区民健診が受けられるよう、医療機関の情報を集約する取組等の体制整備に取り組んでいきます。</p>
5	<p>新型コロナウイルス感染症が2類から5類に変わるが、感染者数は減少しても感染は続いている。</p> <p>そこで、62～63頁の（1）～（4）の取組以外にも、今後の流行期の対策だけではなく、日頃から区民が新型コロナウイルス感染症についての相談窓口の設置または現在窓口がある場合は継続を希望する。</p> <p>現在もコロナの後遺症が発症し周りに相談できなかったり、医療機関を受診しようにも病院がわからないなど困っている方がいると思う。</p> <p>新型コロナウイルス感染症の全てがわかり、治療薬が充足するまで、区民が安心して生活できるような取組をお願いします。</p>	<p>令和5年5月8日以降は、東京都において引き続き新型コロナウイルス感染症に係る相談及び健康観察を行う「（仮称）東京都新型コロナウイルス感染症相談センター」を開設しています。</p> <p>なお、新型コロナウイルス感染症についての一般的な相談につきましては、これまで同様に杉並保健所保健予防課及び各保健センターで行っていきます。</p>

No	意見概要	区の考え方
6	<p>喫煙は「病気の原因の中で予防できる最大かつ単一の原因」(WHO)である。自治体にたばこ税を上げる権限を、関連諸法規を改正し、賦与するよう都や国へ働きかけることを提案する。直ちに実現しなくとも、このことがメディアで取り上げられることがたばこへの関心と、たばこ対策・健康づくり施策の重点が自己責任だけではなくたばこ購買環境の整備、つまり公的責任によるたばこを買いにくい環境を整備する重要性への関心を高めることになる。</p>	<p>喫煙は、がんや肺疾患などの原因となることから、区では、がん検診の案内や広報すぎなみ、区役所ロビー展示を通して、たばこの健康への影響について啓発を行っています。</p> <p>また、喫煙されている方への啓発として、区内喫煙所に禁煙外来マップを掲示し、区民健診受診者には、たばこをやめたい方へ同マップを送付しています。</p> <p>いただいたご意見は参考にさせていただき、今後も、区民が健康的な生活を送るための環境整備として、たばこ対策への様々な取組を行っていきます。</p>
7	<p>杉並区の6か所の区民事務所ごとに広範な観点からの健康指標を10万人程度の行政区単位で算出しホームページ上に情報提供する。区民が身近な地域(コミュニティ)の健康指標を知ることにより、得られた情報に基づく健康行動をとる力(ヘルスリテラシー)を向上させることができると考えられる。</p>	<p>区では、区民の健康寿命の延伸に向けて、健康づくり推進条例の規定に基づく目標及び指標を定めています。身体・心の健康、社会環境等の4分野において、様々な取組を実施するとともに、各指標につきましては、区の調査結果や事業実績を基に、健康づくり推進協議会において、評価、検討しています。</p> <p>また、この目標・指標・評価については区ホームページに掲載しています。人口10万人程度の行政区単位の数値化や経済的な背景についての把握は難しいと考えますが、いただいたご意見を参考に、区民の健康行動の向上に向けて取り組んでいきます。</p>
8	<p>杉並区でもヘルシーメニュー店の減塩店を増やし、スーパーマーケット等に減塩食品を買いやすいよう減塩コーナーを設けるよう働きかけて良いのではないかと。現在は減塩商品をスーパーマーケット等で探しづらい現状がある。</p>	<p>厚生労働省でも、栄養・食生活面では減塩を最優先すべき課題としています。</p> <p>杉並区の減塩対策として、ヘルシーメニュー店の登録勸奨時に減塩の重要性について説明を行ったり、既存の登録店に掲示していただく健康情報ポスターにおいて、減塩の普及啓発を行っています。また、食育推進ボランティア、JA女性部と協働で作成し、区内青果店、農家直販店、スーパーマーケットに配布している「野菜のレシピ集」については、定期的に減塩特集を作成するなど、いただいたご意見を参考に事業者への周知にも工夫してまいります。</p> <p>このほか、一般区民向けに「すぎなみ健康チャンネル」(YouTube 動画サイト)で、減塩料理や減塩のポイントなどの普及啓発を行ってまいります。</p>
9	<p>障がい者の地域医療体制について、「障害者」という言葉ではなく、「障がい者」という言葉、またはもっとふさわしい言葉にしてほしい。また、「双方に向けた講演会等」とあるが、「障がい者の当事者研究経験のある、医療従事者、コーディネーターやカウンセラー」のような専門家によると明言していただいた方</p>	<p>害という表記がふさわしくないのご意見は理解できますが、一方で区は公文書等の表記の基本的な考え方を、漢字で表記できるもので著しく支障がない場合は漢字を使うこととしています。今後も国の動きを注視してまいります。</p> <p>講演会を開催する際には、参加者に具体的なイメージが伝わるよう周知内容を工夫してまいります。</p>

No	意見概要	区の考え方
	が良い。講演会がけん引するものが、あまりにもイメージしづらい。	
10	<p>快適な住まいづくりの支援について、住まい周辺の道や公園の落ち葉、花粉、ごみなどの清掃を区主体で回数を増やしていただきたい。健康医療計画で清掃については全く言及されていないが、道や公園から入る埃や花粉そして乾いた鳥の糞により健康被害が引き起こされる可能性がある。</p> <p>また、公園内雑草内に生息するマダニにより健康被害も想定されるので、草刈りもあわせて回数を増やしていただきたい。</p>	<p>道の清掃につきましては、清掃車による清掃や人力による落ち葉清掃を定期的に行うとともに、区民からの要望に応じて行っているところです。</p> <p>今後も快適な住まいづくりの一助となるよう、道や公園を管理していきます。</p>
11	<p>「日常における歩数を増やすこと」について、すべての道で自転車が歩行者を優先にしない実態が見受けられる。そのような状況では、歩行を慎みたくなることも考えられる。自転車よりも歩行者優先であるとの標示をすべての道にかかげていただきたい。</p>	<p>区では、自転車走行ルール順守やマナー向上のため、自転車安全利用講習会や商店街等で呼びかけを行っています。また、自転車左側走行を促す路面標示の設置を進めています。</p> <p>なお、令和5年4月1日より、自転車利用者にヘルメット着用が努力義務化されました。区では、これを契機とし、歩行者や自転車利用者の安全を図るため、啓発活動を充実していきます。</p>
12	<p>自殺防止について、一日でも早く、区内の各駅にホームドアを設置していただけるように、区から鉄道会社にはたらきかけていただきたい。</p>	<p>令和5年3月に策定した「杉並区地域公共交通計画」に基づき、誰もが安全に安心して鉄道駅を利用することができるよう、鉄道事業者によるホームドア設置の財政的な支援を行っていきます。</p>
13	<p>健康医療計画(案)の中でも触れられている杉並区で実施されている健康づくりに関する取組(区が行っているもの、区民ボランティアが行っているものなど)は、数がとても多く、活動内容(体操・ウォーキング・食育・交流 など)は充実しているものの、区民に分かり易く、かつアクセスしやすいものになっているかという情報が多すぎて、複雑なものになっており、かえって分かり難くなっている。</p> <p>ぜひ、項目別・目的別・地域別・年代別・開催日時と方法など、項目別に分類し、どのような取り組みが行われていて、アクセス方法はどうなっているかの情報データの蓄積と整理をし、検索からアクセスまで、利用しやすい形で区民に提供していただきたい。</p>	<p>区ホームページからアクセスできる「地域の集いの場情報検索システム」では、体操やウォーキングなど健康づくりに関する取組を含め、交流の場としてのサロン、手芸や音楽など、気軽に参加できる地域の活動(地域の集いの場)をご紹介します。このシステムは、活動内容や活動場所・地域から検索することができますので、ご活用いただければ幸いです。</p> <p>また、イベント等の情報につきましては、区ホームページや広報紙等を活用してご案内いたします。</p>

No	意見概要	区の考え方
14	<p>健康医療計画（案）、将来の社会を支えていく若年層（子ども達：未就学児童・小学生・中学生・高校生）への健康づくりの対策は、高齢者と同じ様に、「栄養（毎日の食事のバランス、欠食の改善など）」・「運動（体力の維持・向上、部活など）」・「休養（睡眠、スクリーンタイムの管理・削減など）」＋「社会活動（友人・家族とのコミュニケーション、いじめ対策など）」が、今まで以上に、必要、かつ重要になってきている。ついては、「杉並区健康づくり推進条例」の規定に基づく「達成すべき目標及び指標」の中（分野1-2、分野2）にある「健康的な習慣の獲得・食事・体重・運動・睡眠など」における指標を、若年層対象に、きめ細かく設定した方が良い。</p>	<p>「健康づくり推進条例」の規定に基づく目標及び指標につきましては、各分野の目標達成に向け、杉並区健康づくり推進協議会で検討しています。指標によっては、年齢層ごとに設定しているものもありますが、ライフステージ毎に健康づくりの取組を進めていくことは大切であることから、いただいたご意見は参考にさせていただきます。</p>
15	<p>「健康づくり」の各施策を進める上でICT等を活用しての普及・啓発活動が挙げられているが、その一環の活動として「杉並区ホームページ」で「健康づくり情報」が何点も動画配信されているサイト「杉並健康チャンネル」についての区民への周知徹底具体策はどのように検討されているか。</p>	<p>「すぎなみ健康チャンネル」につきましては、区広報や区公式Twitter、健康に関するイベントなどで周知を図っており、現在はその効果を見ながら有効な周知方法について検討しているところです。引き続き効果的な周知ができるよう努めていきます。</p>
16	<p>健康医療計画（案）の進み具合が確認できる「健康づくりを推進するための『達成すべき目標及び指標』」を設定する基となる「杉並区健康づくり推進条例」についての「広報用チラシ」を増刷し、区民にその趣旨を周知していただきたい。</p>	<p>「杉並区健康づくり推進条例」は、すべての区民が生涯にわたって健やかでいきいきと暮らせる健康長寿の地域社会の実現に寄与することを目的としています。その実現のためには、健康を意識した生活習慣の確立、区民と関係団体、区などが協働して健康づくりに努める必要があることから、チラシを含め、区民の皆様や関係団体へ効果的な周知ができるように努めていきます。</p>