

●福祉保健委員会所管

健康マネジメントについて

◆福田妙美 委員 引き続き質問させていただきます。

今回は区のほうで「データでみるせたがやの健康」というのが発表されましたので、これについての質問をさせていただきたいと思います。

科学的根拠を持って効果的な健康事業というのを推進していくために、区民の健康情報のもととなるデータがいろいろなところに分散しているのを、収集して、そして分析を進めて区内で全体的に共有をし、かつ区民の方々にも公開できるような健康白書といったものを策定するべきではないかということをおのほうから何度となく求めてまいりました。このたび「データでみるせたがやの健康」の第一号が完成いたしました。この資料は、都内においてもいち早く協会けんぽと覚書を交わした我が区が、国民健康保険に加えて協会けんぽのデータも含めた健康白書と言える資料の作成は都内初と伺いました。この資料をもとに、区民の健康に大いに役立つ健康事業の展開が期待されるところです。

では、この「データでみるせたがやの健康」の中身を見ていきたいと思います。まず、医療費のほうから見ていきますと、区民の生活習慣病の特徴というのが、疾患別年間医療費の上位は高血圧と糖尿病ということで、この二つに関しては三十代から医療費が上昇傾向にあり、三十代から四十代の医療費の上昇は、何と高血圧の場合は七・八倍、糖尿病は四・二倍ということで、四十代になりますと、これだけ発症しているということにもなります。

さらに、虚血性心疾患や脳血管疾患、腎不全も医療費が年代が上がるとともに上昇していくということで、高血圧や糖尿病との関係は何らか考えられるというふうに思われています。その中でも気になるのが、虚血性心疾患の医療費が三十代から急激に上昇していることも無視できない事実です。

次に、健診の結果から見ていきますと、まずは四十歳以上の特定健診では、血糖とLDLコレステロールが二十三区の平均より有所見率が高い特徴が出ています。また、四十歳未満の健診結果からも、三十五歳から三十九歳の男性には、動脈硬化を促進するLDLコレステロールが保健指導以上であるというデータの人が四七%と半数近い人であるということがわかりました。

平成八年に成人病から生活習慣病という名称に変わったのも、成人病と言われる類似の疾患が中高年より若い世代でも発症するようになり、個人個人の生活を見直すことで病気を発症させない予防の重要性が認識されるようになったからだと思います。

動脈硬化の進み方を汽車に例えますと、始発駅が十代前半、その後の汽車のスピードを決めるのが生活習慣です。健康診断などで脂質異常症、高脂血症ですが、これらや、また動脈硬化だというふうに診断をされても、症状がないからといって放置をしていけば、汽車は病気の発症というところまであつという間に進んでいき、早い人では四十代で発症し



ていきます。この車のスピードが遅ければ一生発症せず過ごすことができます。区民の健康を守るためには、世代ごとの対策が必要になると思います。特に病気の発症予防、また、重症化を予防することは、区民にとってはもちろん、医療費、介護費の面からも大変重要と考えます。

では、ここで伺っていきますが、「データでみるせたがやの健康」を活用し、区民の健康を守る効果的な健康事業の検討は大変重要です。今後、所管を超えて健康事業を進めていく必要があると思いますが、健康マネジメントをどのように進めていくのでしょうか、区の見解をお聞かせください。

◎高木 世田谷保健所副所長 「データでみるせたがやの健康」は、「健康せたがやプラン（第二次）」の重点施策であります生活習慣病対策を推進するために、庁内に設置しました生活習慣病対策検討会で検討を進めてまいりました。この検討会では、保健所が事務局となりまして、総合支所健康づくり課、国保・年金課、介護予防・地域支援課、学校健康推進課、世田谷保健センターなどから成る部会において、さらに協会けんぽ東京支部と協働しまして、初めて健康を切り口に、所管や関係機関を超えて、区民の健康に関するデータを取りまとめたものでございます。

今御紹介いただきましたように、生活習慣病の医療費が三十代から高くなり始めるなど、区民の健康課題が明らかになってまいりました。今後は、この見えてまいりました結果を積極的に活用しまして、庁内の生活習慣病対策検討会で区民の健康にかかわる事業をより効果的に進めるために、所管を超えた全体調整を図ってまいります。また、職域の関係機関との連携の機会を通じまして区民の健康課題を共有し、一層の連携協働による事業展開に努めてまいります。

◆福田妙美 委員 今回の御答弁にもございましたけれども、やはり関係所管との連携ということで、先ほど津上副委員長も言うておりましたが、妙高市のほうにも私も行って来ましたが、妙高市は健康というのをすごく力強く市として出しておりまして、健康を進めていくんだということで、やはり全庁的な協力が進んでいることによって、検診率の上昇などさまざま進んでいるなと思いましたので、ぜひとも世田谷区でも頑張っていたきたいというふうに思っております。

症状が出てからでは医療費がかかるというのはもちろんのことですけれども、生活習慣の改善には大変苦勞するということで、先ほどの妙高市でも減塩作戦というのをやっておりました。それもなぜかといいますと、小さいころから減塩作戦ということで、生活習慣は、実は年齢を重ねてからでは変えることが大変難しいということで、若いときからの改善ということで取り組んでいるそうです。この症状が出る前に自分の体の状態を知ること、少しでも生活習慣の改善につなげていただいて、発症を抑えることができるのではないかと考えています。



そのためには、血液検査などの健診で体内の状態を知ることが必要です。定期的に健診を受けていただくことによって、現在の生活習慣がどのように体の中に影響を与えているのかがわかれば、早期の改善へともつながるといふふうに考えています。

先ほども触れましたけれども、世田谷区の特徴としましては、三十代から生活習慣病の発症や予備軍と言われるような現状が浮き彫りになっております。この結果から考えますと、三十代の前半からは、せめて健康づくりへの啓発をもっと進めていかななくてはいけないのではないかとこのように思います。

ある自治体では、生活習慣病の予防という観点から、三十五歳の方にも健診の案内を出すなど工夫をされています。特に特定健診を受ける前の若い世代からの健康管理の第一歩として、健康診断の受診促進を含めて、また、若い人が健康づくりに自分自身がやってくんだという思いになるような働きかけが必要だと考えておりますけれども、区の見解をお願いいたします。

◎高木 世田谷保健所副所長 今回、協会けんぽ提供のデータをいただくことによりまして、三十代からの医療費の上昇ですとか若いころからの健康管理が重要ということがわかってまいりまして、そう認識をしております。

こうした観点から、特に三十代からの若い世代に向けまして、区民の健康状況や健診の大切さを紹介しながら、自分の健康に関心を持って生活習慣の改善に役立てていただくためのポイントを盛り込んだ「データでみるせたがやの健康」の概要版が必要だろうということで、十月下旬に発行を予定しております。この概要版は、健診の場ですとか壮年期の方の加入が多い協会けんぽの加入の事業所、区内中小企業の事業所などへも配付することによりまして、広く啓発を図る予定でございます。

今後は、見えてまいりました結果を活用しまして、健康課題の解決に向けて、より実効性の高い健康施策を展開してまいります。例えばホームページによる情報発信を図るですとか、健診や健康教育の場などの機会を捉えて若い世代の方が健康管理の大切さを自覚して、主体的に健康づくりが実践できるように、具体的な予防手段の普及啓発に努めてまいります。

◆福田妙美 委員 「データでみるせたがやの健康」の発行で、区民自身が健康に関心を持って主体的な行動が継続できるというのが大変重要かと思っております。自分の健康に関心のない人はいませんが、どのように健康管理をするとよい結果をもたらすのかが知りたいというふうな思いもあると思っております。あとは、わかっている、何となく大丈夫だろうとの思いで好みの生活習慣へと体は動いてしまうものであります。区民自身が自分で自分の健康を維持していく努力ができるような支援が大切です。

ここで、横浜市港南区が独自で作成しましたひまわりけんこう手帳というのがあります。実は世田谷区にも健康手帳がありますけれども、横浜市港南区では小さいものから大きい



バージョンに二十五年一月に改訂されたということです。世田谷区におきましてこの健康手帳がありますが、こちらは国の指示どおり、四十歳以上の方にお配りをしているというものだそうです。

港南区でお配りしているひまわりけんこう手帳は、全世代の方に配布をしているということです。中身も大変いろいろな所管の歯科医師さんとか栄養士さんとかさまざまな方が一緒に検討して、区民の方がどのように健康を維持できるのかという工夫をしております。これはどのような形で配布しているのですかということもお伺いいたしましたら、さまざまなイベントの場所に向かってお配りをしながら、かつどのように使っていったらいいのかということもお話をして、皆様の健康にいかに関与していかうかということを検討されてつくられたということです。

世田谷区に健康手帳があったのは、実は私は余り知りませんでして、四十歳以上の方にお配りをしているということだったんですけれども、希望者の方にお配りをしているということで、存在すら知らない希望もできなかったのも、区にはこういったいいものもあるのであれば、またこれをどのように生かしていくのが今後の課題にもなるかというふうに思います。

今回、先ほどもお話ししましたが、世田谷区は四十歳以上の方にお配りしていますけれども、若い世代からの健康管理を進めていくためにも、こういった健康手帳というものをいかに皆さんに親しみやすく、かつ使い方がわかって無駄にならないような形になっていくような健康講座のイベントとか、また、手帳の活用方法をうまく伝えていくことで、今ある資源のものもさらに生かしていけるような工夫で、区民の全世代の方の健康を守っていくことが必要ではないかなというふうに思っております。

ここで伺いますが、若い世代の方々にも健康手帳の活用なども含めて健康への取り組みを促していく必要があると思っておりますが、区の見解をお聞かせください。

◎後藤 健康推進課長 健康手帳は、今お話のありましたように、健康増進法の規定に基づき、四十歳以上の希望者の方に保健所、各総合支所健康づくり課や出張所・まちづくりセンター等の窓口で交付しております。健康診断の結果や健康保持のために必要な事項を記入することにより、健康管理に役立てていただこうと考えておりますが、周知につきましては一層の工夫が必要であると考えております。

生涯にわたり健やかで心豊かに暮らすためには、若いうちからみずからの健康に関心を持ち、望ましい生活習慣を実践することが必要であると認識しており、区といたしましては、若い世代に健康づくりの大切さを啓発するとともに、健康手帳の活用も含めまして、ライフサイクルに応じた健康管理につきましては、引き続き検討課題とさせていただきたいと思っております。

生活習慣病の予防と運動について

◆福田妙美 委員 ぜひとも御検討をよろしくお願いいたします。

区全体が健康への意識変革とつながる取り組みをぜひお願いしたいと思いますが、次に、生活習慣病の予防と運動という観点から伺います。

二〇〇〇年に厚生労働省が二十一世紀における国民健康づくり運動を発表いたしまして、生活習慣病の予防などの効果は、身体活動量の増加に従って上昇するとして、日常生活における身体活動の向上を推進してきました。一日三十分程度の歩行や日常生活での歩行レベルにおいても、生活習慣病の予防、治療に有益であるという結果が出てきています。心臓や肺の機能や血管の強化効果や悪玉のLDLコレステロールを減らし、善玉のHDLコレステロールをふやす効果もあります。そのほか、免疫力アップにもつながります。

ヒポクラテスの言葉にも、歩くことは人間にとって最良の薬とあります。便利な乗り物が多い現代だからこそ、また改めて歩くことを生活の中に入れていくことで、健康というかけがえのない宝を得るのかもしれませんが。

自動車中心の道づくりがなされてきた結果、歩くのに適していない状況になっています。また、車以外の移動手段として自転車は通勤通学にとっては大変重要です。そのためか、人口が増加している世田谷区では、主要な駅では駐輪場不足が慢性化しています。このような区内の状況も考えますと、若い世代から歩く習慣も取り入れていく工夫が必要です。現代の若い世代は生活環境が整備されているため、現在の高齢者より運動量が少ないとの報告があります。

現在、区ではウォーキングマップが作成されていますが、マップを持っていないとも、通勤通学の道のりにも健康増進の仕掛けで歩く人口増加を図り、健康増進につながればというふうに思います。この仕掛けに民間の協力も得て、区内に歩く仕掛けをしてはいかがでしょうか。特に駅の利用者が多い下北沢、三軒茶屋、二子玉川駅など駐輪場が不足している地域などで自転車から歩きへとシフトする仕掛けがあれば、駐輪場の不足への対応とともに、健康づくりに寄与するというふうに考えます。

先日、松本市に視察に行っていました。松本市が発信する健康寿命延伸都市としてのメッセージが市内に伝わり、民間事業者のほうから手が挙がり、連携企業団体四十社以上と連携をして、さまざまな健康事業が展開されています。これについては後ほど高久委員からも詳細なお話があると思いますので私からはこれぐらいにしますが、健康都市宣言を行っている我が区も、改めて区民の健康増進を推進するとの強いメッセージを出して、民間事業者などの協力を得て健康増進の事業を進めていってはどうでしょうか。

歩く道に情報の提供をするというような仕掛けなんですけれども、主な駅に向かう途中に、これぐらい歩くとこれぐらい元気になりますよとか、もしくは民間の協力も得て民間事業者の情報を得て、何か歩いたことによって得をするといったようなさまざまな仕掛けができるのではないかとこのように思います。

ここで伺いますが、若い世代からの健康づくりに駅までを自転車から歩いていくことを

推奨し、民間の力もかりて歩く効果が実感できる楽しみを工夫すべきと思いますが、区の見解をお聞かせください。

◎尾方 世田谷総合支所健康づくり課長 若い世代の生活習慣病予防については、「健康せたがやプラン（第二次）」や各総合支所で進めております地域の健康づくり行動計画においても重視しておりまして、さまざまな取り組みを行っているところでございます。また、総合支所の健康づくり課が作成しております健康マップなどの中にも、お話がありましたように、善玉コレステロールの上昇や免疫力の向上、また、筋力アップや大脳の老化防止、脂肪燃焼、ストレス解消などの面から歩くことの効果や重要性について触れております。それぞれのマップでは、地域の見どころを地図や写真などを用いて御紹介しまして、消費カロリーの計算なども掲載して、区民の皆さんに楽しみながら歩くことを通じた健康づくりをお勧めしております。

お話にありましたように、若い世代など幅広い世代の方々に通勤など日常の中で歩くことを取り入れていただく取り組みは大切なことであると考えております。生活の身近なところでの健康づくりを事業者の方々とともにさらに進めていけるよう、先行自治体での実践事例も参考に、今後の取り組みについて研究してまいりたいと考えております。

受動喫煙防止について

◆福田妙美 委員 続きまして、がん対策推進条例の策定に伴い、受動喫煙防止対策について伺っていききたいと思います。

区民の健康を守るという観点から受動喫煙防止を含めたたばこ対策を進めるべきというふうに考えております。先ほど紹介した港南区のホームページ、また、ひまわりけんこう手帳には、受動喫煙防止という面を全面的に出しまして、たばこの害や禁煙についても掲載をして、生活習慣の予防も呼びかけております。

また、世田谷区は、現在も禁煙支援や受動喫煙防止協力店の登録を進めておりますけれども、今後、この病気の予防という観点で健康づくりが重要視されることを考えますと、ますますこれらの対策の推進が求められるというふうに思います。

ここで伺ってまいりますが、さらに受動喫煙防止協力店の推進と喫煙者への受動喫煙による影響の理解促進などが必要と考えますけれども、区の見解をお聞かせください。

◎高木 世田谷保健所副所長 区では、受動喫煙防止の対策として、平成十九年度から全面禁煙または完全分煙を実施している区内の店舗に登録をしていただきます世田谷区受動喫煙防止協力店登録制度を実施しております。現在、飲食店など約三百二十店舗に登録をいただいております。店舗に対し、協力店表示ステッカーを配付し、区のホームページで紹介しております。

また、妊婦に対する受動喫煙の予防を広く啓発するために、母子健康手帳交付時に、妊



婦向け受動喫煙防止啓発用ストラップの交付を行っております。昨年度末には禁煙したい方やその身近にいる方に向けたリーフレットを作成いたしました。その中では、長期の喫煙による慢性閉塞性肺疾患（COPD）などの健康被害や受動喫煙の状況、また、禁煙治療医療機関や禁煙支援薬局、各総合支所の健康づくり課の相談窓口を紹介しております。このリーフレットは、区の施設や健康イベント等で配布し、周知を図っております。喫煙はがんや脳梗塞、心筋梗塞などの循環器系の病気、糖尿病、胃・十二指腸潰瘍などさまざまな病気の原因になると言われております。引き続き、受動喫煙防止協力店の登録の拡大や妊婦向けストラップの交付、禁煙支援のリーフレット等を活用しまして、たばこの受動喫煙防止に取り組んでまいります。

◆福田妙美 委員 先日、区民生活領域で公共施設での分煙、また、公共的な屋外での受動喫煙の防止対策について質問をさせていただきました。このことに関して環境部門と健康部門が連携をして今後灰皿の設置の基準なども含めて受動喫煙防止という配慮を促すような検討を行っていただきたいということをお伺いしましたが、今回は健康部門のほうから区民の健康を守るという観点から、今後こういった屋外での受動喫煙も含めた対策をどのように検討されていけますでしょうか、区の見解をお聞かせください。

◎高木 世田谷保健所副所長 健康増進法では、室内またはそれに準ずる環境において、他人のたばこの煙を吸わされることを受動喫煙としております。特に受動喫煙では、副流煙のほうが発がん性物質が多いことも知られております。このような点からも、たばこを吸わない方への健康への配慮として、屋外の公共的な場所における対策につきまして、世田谷保健所としましても環境部門による検討に参加しまして、連携を図ってまいりたいと考えております。

◆福田妙美 委員 以上をもちまして、私からの質問を終わります。高久委員にかわります。