令和７年度　第１回　逗子市健康増進・食育推進計画懇話会　概要

日　時：令和７年５月 29 日（火）午後２時 00 分～午後３時 30 分
場　所：逗子市役所５階会議室
出席者（敬称略）：
【市民メンバー】 池田　カツエ、村松　雅、渡邊　喬
【関 係 団 体】 中川　晴美（公益財団法人逗子市スポーツ協会）、
森谷　紀子（逗子市商工会）、
田中　紀子（逗子市小学校長会）
川畑　明日香（鎌倉保健福祉事務所）
【アドバイザー】 駿藤　晶子（神奈川県立保健福祉大学　保健福祉部栄養学科　准教授）
【事　務　局】 小上馬（課長）、青山（副主幹）、角田、岡田、武藤、伊藤

議事概要：
１　開　会
＜事務局より＞
・本計画は、令和５年３月にこれまでの「健康増進計画」と「食育推進計画」を統合して策定した。「医療・保健・福祉が連携した安心・長寿のまち」を基本理念に、市民が主体の健康づくり活動や地域で進める健康づくりを推進している。
・本会は、健康や食育に関する市の取り組みを紹介し、その取り組みが効果的に市民の健康増進や食育推進につながっているか、また、より効果的な取り組みにするためにはどうしたら良いか、ということについて、市民目線やご所属の団体の目線から、広くご意見をいただくことを目的にしている。
・また、令和５年度よりこの計画を全庁的に取り組むことを目的として、健康や食育に関わる庁内担当課を集めた担当者会議を設置し、各課の取り組みを互いに共有し、連携を深めている。
・本日は令和６年度の取り組みについて、３つのテーマごとの総合評価を発表する。昨年度の評価や課題を含め、今年度も引き続き、医療・保健・福祉および、各分野の関係機関、団体の皆様との連携を強化し、地域全体の健康状態を向上することを目指すため、ぜひ忌憚のないご意見をお願いしたい。
２　議　題
（１） 昨年度の取り組みについて
＜事務局より＞
・「ずし健康食育プラン」では、「逗子市の健康に関する状況」「健康・食育状況（についての市民）アンケート」結果などから、計画冊子の 75～77 ページにある３つの「今後取り組むテーマ」を設定。本会では、その３つのテーマを推進し、進行管理していくことで、市民の健康増進・食育推進を図ることとしている。
・「ずし健康食育プラン」では、①運動習慣の促進を目的とした「もっと身近に運動を」。　②健康管理の意識付けを目的とした「自分の体を知ろう」。　③食習慣の改善を目的にした「望ましい食生活を実践しよう」。の３つのテーマを８年の計画の中で取り組むとした。また、健康を増進させることや食育を

推進させることは、国保健康課だけの取り組みではなく、市民や地域の組織・団体、そして庁内でも健康や食育に関わる課が一体となって進めていくことが重要とのアドバイザーからの助言をいただき、市民、地域の組織・団体、庁内関係課ごとの視点や目標を新たに設定した。（資料１参照）

・計画冊子で書かれた「今後取り組むテーマ」を推進するための「手段」を「大目標」と捉え直し、その目標を達成するために、市民、地域組織・団体、庁内各課の３視点毎に小目標を設定。①「もっと身近に運動を」では、健康的な運動や体操に関する情報を積極的に取り入れ、地域・職域で周知を図ること、住民が広く参加できるような健康づくりのための運動や体操を行う場を作ること。②「自分の体を知ろう」では、健康維持・増進のための体重管理や受診に関する情報を積極的に取り入れ、地域・職域等で周知を図る。健康に関する相談者を適切な相談先や機関につなげること、③「望ましい食生活を実践しよう」では、健康的な職に関する情報を積極的に取り入れ、周知を図ること、生活習慣やフレイル予防のための食に関する講座等への積極的な参加を呼びかけること、食に関する知識や技術を広めることを目標としている。

・（資料１）の３つの評価視点に沿って評価を行った令和６年度の取り組みについて、庁内関係課９課の自己評価について、最終集計を含めた総合評価について発表する。（資料２①～③参照）
なお、総合評価の「評価」は、評価指標 1～4 を設定し、各課の内容を総合的に勘案した点数。各所管の評価としてバラつきはあるが、全体としてできているという評価については「４」、課題があるという評価については「３」としている。「得点」は各課の点数の平均値で記載。

・資料２の①、テーマ①「もっと身近に運動を」について、総合評価 96.88 点。プロセスおよびアウトプットの指標で「３」の評価あり。課題としては、データに基づく現状分析の不足、対象ごとの情報発信の工夫に展開の余地があるとの意見があった。

・資料２の②、テーマ②「自分の体を知ろう」について、総合評価 97.7 点。アウトプットの指標について、国や県からの情報発信を行っているが、情報を得にくい対象者へ届けることが課題との意見があった。

・資料２の③、テーマ③「望ましい食生活を実践しよう」について、総合評価 96.9 点。アウトプットとアウトカムの指標について、高齢者向けの配食サービスへの課題や波及効果に対する評価の難しさがあるとの意見があった。

＜メンバーより＞

・資料２の①「もっと身近に運動を」社会福祉課のアウトカム「市民の反応・理解度」自己評価について、“事業参加者からは「取り組みが充実していて良い」と評価されるが、どの取り組みもリピーターが多い。”と記載がある。これは、連続講座に毎回来てくれる人が多いという意味か。限られた人の参加が多いという意味か。

＜事務局より＞

・ヒアリング時の内容としては、関心がない人、情報が届かない層へどのように教室の情報を届けるかという課題を感じていた。違う教室を開いても顔ぶれが決まっているという話であった。

＜アドバイザーより＞

・全体的に評価が３以上で、２の評価が無く、よかったと思う。

・テーマ②「自分の体を知ろう」国保健康課アウトカム（市民の実践可能性・波及効果）について、「（今後やっていけそう）そう思う・まあそう思う」の回答状況が、100％に近い結果であった。「やっていけ

そう」と感じられる教室を展開しているかどうかを重要視しているため、良い結果だと思う。
＜事務局より＞
・評価いただけてありがたい。教室に限らず、受講者がその後も継続できるやり方を検討していきたい。

（２） 今年度の取り組みについて
・（資料 3①・②）資料は、国保健康課における健康増進・食育推進に係る取り組みについてまとめたもの。健康全般の事業、栄養・食育の事業、タバコ、がん、口腔、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施、自殺対策、地域医療、その他という事業ごとにまとめている。
・令和６年度、令和７年度の事業で大きな変更はなし。令和６年の反省・課題を踏まえて、各事業継続や新たな取組みを行っていく予定。
・例えば、連番２「特定保健指導」では、運動に対するインセンティブが課題だったが、逗子スポーツ協会の協力を得て、保健指導時のプラン作成者に対して、アリーナの利用チケットやシセイカルテの利用券を活用することで、運動の機会に繋げられるように工夫をした。継続して実施していく予定。
・連番 16「男性の料理教室」では、教室卒業後の自主活動につながる方が少ないため、自主活動の設定曜日を市の事業と同じ曜日に設定したところ、新たな自主グループが立ち上がる結果が得られた。
・連番 12「アプリで健康ポイント　ゲットキャンペーン」では、経済観光課と連携し、市内の特産品などを賞品に設定することで、地元の食材の紹介ができた。また、賞品を設定することで、普段健康に無関心な層に対しても健康への意識向けとなっている。
・（資料 4）資料は、令和 7 年 4 月 21 日に本会議に先駆けて開催した担当者会議にて、関係する 9 課の事業を 3 つのテーマごとにまとめ、他課と連携できそうなことを共有したもの。
・①「もっと身近に運動を」については、文化スポーツ課が行う、スポーツ関連のイベントや子育て支援課での遊びのひろば、走り方教室などの開催など、市民の方が楽しんで参加できるイベント事業等について、各課情報を提供しながら、参加者を募る工夫をしようとの意見があった。
・②「自分の体を知ろう」では、大人や子どもの健診事業担当課を中心に健診受診率の向上や、相談事業を継続して行っていく予定。
・③「望ましい食生活を実践しよう」では、経済観光課や学校での、地産地消の取り組みや地元産の食材について知る取り組みを共有し、子育て世帯から食への関心を持っていただくために、イベントの啓発を各課で協力して行っていくという意見あり。本日は、近日中に開催予定・計画中のイベントのチラシをいくつか参考に配付させていただいた。
＜メンバーより＞
・資料③-2　特定保健指導実施回数令和６年度　29 回→令和７年度　18 回に減っているのはなぜか。
＜事務局より＞
・29 回は葉山町会場と逗子市会場の合計回数。令和７年度の 18 回は逗子市会場のみの回数であるが、回数は増減していない。令和６年度・７年度ともに、逗子市会場 18 回　市町合計 29 回である。
＜メンバーより＞
・特定保健指導のインセンティブとして、シセイカルテの体験ができるのは良い取り組みである。予約制なのか。6 月 1 日のスポーツの祭典では体験できるか。

＜事務局より＞
・通常 500 円/回のものを、特定保健指導のインセンティブ用として、無料提供いただいている。特定保健指導対象者は、運動や生活習慣に関心を持っていただきたい層であり、きっかけになればよい。
・スポーツの祭典では県が「未病見える化測定」のブース、市は健康・栄養相談ブースを担当する。
≪逗子市スポーツ協会より≫
・シセイカルテについて、平日は午前中、休日は終日対応可能。予約不要である。
・6 月 1 日のスポーツの祭典ではシセイカルテ体験は実施しない。トレーニング室は無料開放する。
・「運動習慣のない方にどのようにアリーナに来てもらうか」という点を意識している。シセイカルテがきっかけになったら良い。他には、一見運動と関係のない、料理教室からつながったケースもある。料理教室参加者がグループで入会し、現在まで継続してトレーニングに週 2 回来ている。
＜事務局より＞
・男性の料理教室の場合、調理前に 30 分間、講義の時間がある。普段は事業担当者が講義しているが、逗子アリーナの方が直接お話してくださると、イメージつきやすいのではないか。
≪逗子市スポーツ協会より≫
・スタッフ数人で伺うことができると良いかもしれない。
＜メンバーより＞
・料理教室に参加したことで料理を覚えたことはもちろん良かったことだが、知らない人と調理をすることでお互いに協力する、ともに食卓を一緒にすることで輪が広がる。たくさんの友達ができる大きなチャンス。料理を習う以上につながりができやすい場所というメリットがある。
＜事務局より＞
・周知に関しては、広報誌やチラシだけでなく、口コミや他課からの紹介など、横のつながりを重要視している。今後、民生委員の方向けに事業の説明を行う予定。教室が、外出のきっかけにもなるため、地域をよく知る民生委員さんから紹介していただくことで参加のハードルを下げたい。
＜メンバーより＞
・逗子市でこんなにいろいろな取り組みをしていることを初めて知った。現在住民ではないが、住みたくなる。
＜メンバーより＞
・久木コミュニティセンターで月 1 回「みんなのカフェ」を開催している。本日も開催し、50 食の食事を用意した。自己負担 500 円でバランスの良い、季節の食材を使った食事を提供。毎回あっという間に完売する。「友達ができて、おいしい食事が摂れてうれしい」と喜ばれる声が励みになっている。色々なところから参加者・支援者が来ている。ほかの地域でも広がればよい。赤ちゃんから高齢者までの参加があり、世代間交流にもなっている。
＜メンバーより＞
・自分たちの世代（定年前後～75 歳前後）を“ジュニアシニア”と呼んでいる。市内にはこの世代が多い。逗子は高齢者向けの事業が多いが、この世代は、運動や健康の大切さはわかっているが、時間がない、きっかけがないという声が多い。
・アクセスなどの問題で参加が難しい人たち向けに、文化プラザの芝生で「ミニスポーツの祭典」など、企画をしてほしい。平日日中は参加が難しいことが多く、運動の必要性を感じてもなかなか実行できな

い。一昔前までは定年していた世代も、今は働き続けている。この年齢で健康に関心を持つことは、その後の年齢で健康に生活することができることにつながる。姿勢や歩き方など、関心のあるところから取り組みを始めると良いと思う。

＜事務局より＞

・国保健康課としても幅広い年代への健康増進事業を狙って企画していきたい。ゲットキャンペーンもその狙いで開始し、今年５年目となる。

３　その他

＜事務局より＞

３つのテーマに沿って、各メンバーが取り組む予定のものについて、発表をお願いしたい。

①「もっと身近に運動を」

≪逗子市スポーツ協会より≫

・シセイカルテは先ほど紹介したとおり。健康運動指導士の研修に参加していても、「普段運動していない人をどう誘うか」が、全国的に課題に挙がる。違う角度（先ほどのような料理教室から運動へ）からのアプローチを考えていく必要がある。運動したいけれどどうすればよいか分からない人をどう繋げられるかも課題。うみかぜクラブにも、「筆習い」（健康筆習い）のメニューがある。

≪逗子市立小学校長会より≫

・体育の授業、地域スポーツクラブ、学童、ふれスク等で子どもたちは体を動かしているが、昔のような多様な動きは見なくなったと感じる（斜面を走ったり、木に登ったり…）。ボール遊びは上手だが、マット運動は苦手など。バランスが課題と感じている。

＜メンバーより＞

・逗子市スポーツ協会のメンバーとして活動している。先日、日帰りハイキングに最高齢 94 歳の方が参加した。ほかにも、うみかぜクラブの卓球には、リハビリ目的の参加者がいる。普段は４点杖を使用した歩行だが、どのようにすればその方も参加できるか、ルールの変更を参加者皆で考える。工夫・協力して卓球を楽しむことができている。他の参加者が、「体を動かす」という共通の目的で実施している。普通のルールだと難しい場合でも、うみかぜクラブではできることがある。

②「自分の体を知ろう」

≪逗子市商工会より≫

・このテーマは個人的に 1 番の課題。食生活は前回懇話会で食事管理アプリを知り、活用しているが、血液データの改善が見られなかった。同年代は同じような壁にぶつかる。病院や整骨院などに頼りがちになるが、自分自身で工夫できることは継続したい。

・商工会女性部 94 名所属は、県下１位。この懇話会の情報を持ち帰って、共有・発信していきたい。

・自分の健康に課題を感じたり、関心を持ったりした時に、どれくらい情報をキャッチできるかが重要。

＜メンバーより＞

・昔から運動習慣があったわけではなく、仕事をやめてから運動を始めたが、健康を維持できている。意識しているのは“自分の健康は自分で守る”ということ。働いている間は、逗子は「寝る場所」であり、「市民」という認識があまりなかったが、健康管理するようになり、初めて「市民」と実感した。。

③「望ましい食生活を実践しよう」

≪逗子市食生活改善推進団体　若宮会より≫

・令和７年度は、料理教室卒業後の自主グループが、教室と同じ曜日になった。子育て支援課の離乳食教室では、感染症流行時から中止になっていた試食が再開された。野菜スープの鍋の蓋をとった時の「わあ、いいにおい」を伝えられるのがうれしい。

・課題として、30-40 代の働く世代向けの教室展開が難しいと感じている。高齢者、子供、親子向け教室は定期的にできているが、働く世代は平日日中の参加が難しく、土日は使用できる施設に限りがある。

≪鎌倉保健福祉事務所より≫

・３市町管轄。昨年度計画改定し、食生活・適正体重維持がテーマ。食品の栄養成分表示を事業者や住民向けに講座を実施。昨年から「共食」推進を検討している。本日の話を聞いて、「共食」の良さを再認識した。久木のみんなのカフェはだれでも参加可能なのか。

＜メンバーより＞

・久木のみんなのカフェは、最初子ども食堂だった。もともと横のつながりがある地域だったため、「誰でも参加できるカフェにしたらどうか」と方向転換した。カフェの中にお花屋さんが来たり、マッサージ体験コーナーがあったり、自由に交流できる。

≪鎌倉保健福祉事務所より≫

・いい事例提供に感謝。

・運動習慣のない方に、他のきっかけから繋げる事例を聞き、「他課（他機関）とのつながり」を実践していて良いと感じた。

＜事務局より＞

・（資料４）庁内の担当者会議で、対象者・規模などを共有して、連携できそうなことを模索している。広報・周知を多課で協力している。具体的な検討を継続している。

≪逗子市スポーツ協会より≫

・小学生・中学生の共用利用について、昨年度　利用率 150%。放課後、21 時まで利用可能（保護者付き添い、送迎あればOK)。１区分 50 人まで可としていたが、「人数制限してほしい」の声に応えて、１区画 30 人で制限しているが、かなり活気がある。市外からの参加者もあり。地域のスポーツジムで子供の利用がここまで多い施設はなかなかないと感じている。

＜アドバイザーより＞

・逗子市の各課の連携体制が素晴らしい。Ｒ７年度も引き続き継続してほしい。シセイカルテや各種イベント参加してみたいと感じた。

４　閉会

＜事務局より＞

・本日はお忙しいなかお集まりいただき、また、たくさんのご意見をいただき感謝。全市・全庁的に健康増進・食育推進を進めていくにあたり、関係団体の皆様に取り組みの協力をお願いさせていただくこともあるかと思う。引き続きよろしくお願いしたい。

・次回の懇話会は、令和７年 10 月３日（金）午後２時開始予定。

以上