

委員意見まとめ

No.	意見要旨
1	歯科も重要な要素であるが、行動計画には歯科のことがまったく入っていない。
2	健康寿命の延伸には、食事と運動が重要である。禁煙、減塩、人の縁のほかに、運動についても検討してほしい。
3	心の健康と体の健康を、世代別にわかりやすく進めてほしい。
4	つながりについては、地縁・血縁・職縁などさまざまな縁がある。退職などライフスタイルに合わせた縁の作り方を考えることが必要である。
5	人生100年という、成人期、青年期に集中したイメージがあるので、こども・妊産婦といった項目も検討してほしい。
6	物理的な問題ばかりだが、ストレスなどこころの問題も健康寿命に影響が大きいのではないかと。心に関するものが全然入っていないが、よいのか。
7	推計は千葉市民のデータを使っているのか。使っていないのであれば、市民のデータを使って、千葉市民の健康寿命延伸効果を見るべきである。
8	千葉市の男性・女性において、どのようなつながりが長生きに影響するかということが分かると、具体的な施策につながるのではないかと。
9	<ul style="list-style-type: none"> ・人のつながりで健康寿命が0.19年延びると言うが、具体的にどうしてこういう数字が出てくるのか、よくわからない。 ・減塩の効果というのは塩分を多く取っている人が減塩すると、これだけ効果があるということなのか。 ・何に対して計算をして算出しているのかがよくわからない。
10	3つの柱が健康に寄与するのはわかるが、健康寿命の延伸年数は計算式が難しく、わかりにくい。数字で出さない方がよいのではないかと。
11	たばこについては疫学的には明らかで、肺がん・食道がん・咽頭がん・がんにならなくてもCOPDになるなどのリスクがあり、行動計画には入れておいた方がよい。
12	喫煙については、受動喫煙防止対策等国の動きと合わせて取り組んでいくことが重要である。
13	塩分は高血圧と明確な関係があるので、減塩は絶対条件である。
14	食生活改善推進員の活動としては、減塩レシピの啓発を行っている。
15	だしをしっかりとることで減塩になる。また、乳製品も味がまろやかになり塩分を抑えられる。こういったことを市民に対してアピールすることで、減塩につながると考える。
16	人の縁は高齢の男性こそ影響があるというのは、そのとおりだと思う。何かしらの活動している人ほど認知症になりにくいというデータもある。
17	特に会社で生活していた男性の人の縁を作るような取組みが有効である。
18	男性に地域活動に参加してもらう際には役割を与えるような取組みが有効である。