



令和6年度第1回 柏市保健衛生審議会健康増進部会 「事前意見まとめ」

令和6年7月4日
柏市健康医療部 健康増進課

〈協議事項①〉 課題に関する意見



1. 成年・壮年世代の女性の自殺率が高い。若年層の自殺が増えている

- 「体も心も一緒に健康に向かう」取組
- 自殺に至る背景や特性の確認とそれに応じた支援の充実
- 子どもが小さいうちから地域との関わりを増やしたい

2. 子育てをしている女性への支援

- 子どもが小さいうちは子ども中心の生活で、自分のことは後回しになりやすい
- 小中学生の保護者は精神的にも金銭的にも余裕がないケースもある。未就学児を育てている女性以上に自身の健康が後回しになっているのではないか
- 「健康」に関心がないわけではない
- 自分の時間を確保しづらい

〈協議事項②〉 成壮年期の特徴



- 健康の重要性は理解しているが、行動に移せない。個人差が大きい
- 生活スタイルを変えることは難しいと思いついでいるのではないか
- 健康で長く働けることは重要である
- 職場で過ごしている時間が長い。一方で、事業者は職場で健康づくりに取り組む意識がまだ低い
- 市外勤務者は、地域で健康につながる機会が乏しい
- 価値観やライフスタイルが多様化している
- 歯・口腔の満足度が著しく低い
- 子育て中の女性は、子どものことが最優先になる（自身の健康は後回し、自分時間の確保困難）
- 子育て負担の軽減が必要

〈協議事項②〉 今後の方向性／視点



長い時間を過ごす「職場」での健康づくり

- 職場を巻き込んだ取組が必要
- 会社にアプローチして、働く人に落とし込む
- 経営者が健康管理の視点を持つことが必要

地域特性を踏まえた健康づくり

- 生活習慣の地域格差，地域・環境への取組が不可欠
- 地域特性を活用した健康づくり対策が必要
- 地域人材の発掘とその手法の研究

「楽しい」を優先した健康づくり

- 身近な場所で健康を前面に出さないイベントとの連携
- 「こどものため×ママため」になるイベント・事業
- 街づくり・環境づくり＝街のブランド・イメージの醸成
- ゲーム感覚・成果の共有にICT技術を活用
- 仲間と一緒になくとも，一人でも楽しめる工夫
- インセンティブの活用

小さな取組から始める健康づくり

- できそうな小さなこと，続けられそうなことから
- 実感しやすいことから（腰や関節の痛みの予防・改善から）
- 地域単位の取組を広げていく