

これからの健康・医療・福祉対策特別委員会記録

1 会議の日時	平成29年 7月 5日 開 会 午前 10 時 00 分 閉 会 午前 11 時 45 分	
2 会議の場所	企画経済委員会室	
3 出席者	委 員	委員長 駒 田 誠 副委員長 野 島 征 夫 委員 松 村 多美夫 伊 藤 秀 光 脇 坂 洋 二 太 田 維 久 野 村 美 穂 酒 向 薫 山 田 実 三 澄 川 寿 之
	執 行 部	別紙配席図のとおり
4 事務局職員	主査 岩田 昌也 課長補佐 此島 祐司	

5 会議に付した案件

件名	審査の結果
<p>1 健康を支える生活習慣づくりについて</p> <p>○参考人 桜美林大学老年学総合研究所 所長 鈴木 隆雄 氏</p> <p>2 その他</p>	

6 議事録(要点筆記)

○駒田 誠委員長

ただいまから、これからの健康・医療・福祉対策特別委員会を開会する。

まずもって、前回の委員会において、正副委員長に一任いただいた委員会の進め方であるが、副委員長と協議の結果、前回の委員の皆様の議論や昨年3月の議会活性化改革検討委員会の答申も踏まえ、参考人招致や先進地視察などを積極的に取り入れてまいりたい。

また、本年度は、主に「健康を支える生活習慣づくり」を調査テーマにして審議を深めてまいりたい。

さて、本日の委員会は、重点調査項目に基づき、「健康を支える生活習慣づくり」という議題について、協議いただくため、開催したものである。

本日は、老年学の第一人者であり、国立長寿医療研究センター所長も歴任された、桜美林大学老年学総合研究所所長の鈴木隆雄教授を参考人としてお招きしている。

この後、「生活習慣改善による高齢期に向けた健康づくり～食と運動の重要性～」と題して、貴重なお話をしていただく。

本日は、どうぞよろしく願います。

なお、執行部職員の出席については、重点調査項目を担当する部局を中心に、出席していただいているのであらかじめ了承願う。

それでは、鈴木先生、説明をお願いします。質疑は、説明終了後をお願いします。

(参考人 鈴木隆雄所長 説明)

○駒田 誠委員長

ただいまの説明に対し、質疑はあるか。

○野村美穂委員

ビタミンDの不足は、乳がんや骨粗しょう症等の発生リスクを高めるとのことだが、日常生活の中で、どうすればビタミンDを効果的に摂取できるか。

○鈴木参考人

一番効果的なのは、5分でも10分でもいいから太陽の光に当たること。これだけで十分。食べ物は、ごく普通のもの食べている限り、ビタミンD不足はあり得ない。問題は、極端なUVカットにより太陽の光を全く浴びなくなること。

○野村美穂委員

太陽の光に当たり過ぎることの弊害は。

○鈴木参考人

皮膚1平方センチメートルに太陽の光を1時間当てるだけで、必要とされているビタミンDが生合成できるため、浴びる光はほんのわずかな量でいい。顔に光を浴びるのが嫌であれば、手などでも構わない。夏場であれば、手のひら全体で5分くらい浴びれば十分。

○酒向 薫委員

サプリなど健康食品に関する、実績に基づかない情報がインターネット等で氾濫しているが、こうした情報を規制するなどの対策はとられないのか。

○鈴木参考人

科学的な実証が行われているか不明である商品でも、規制を遵守している場合が多い。例えば、科学的データがないときには、「ただし、あくまでもこれは個人の感想であり、効果・効能を示しているものではありません」などと広告や商品に小さく書かれており、守るべきところは守っている。「これを飲むとこれが治る」とは一切言っていないわけで、こうした広告にだまされないためには、私たちがヘルスリテラシーを上げていくしかない。

○太田維久委員

ビタミンD不足がさまざまな弊害をもたらすことに関心を持った。ビタミンD生合成に欠かせない太陽の光（日射量）の少ない北欧諸国における介護予防などの施策で、日本にも参考になるようなものがあるか。

○鈴木参考人

北欧における福祉施策、健康づくり施策で、先進的に取り組んでいる良い事例は見受けられるが、施策の対象となる人口が日本のほうが桁違いに大きく、情報伝達の程度一つとってもかなり違う。参考にはなるが、あちらの施策をそのまま日本で実施しても、必ずしもうまくいくとは限らないと思う。また、北欧3国のフィンランド、ノルウェー、スウェーデンと、デンマークとオランダとではかなり仕組みも違う。最近、厚生労働省ではオランダの事例を大事にしているように思える。オランダでは、コミュニティの中でできるだけ高齢者のさまざまな問題を地域の人たちのパワーで担っていこう、公的なお金の投資をできるだけ控えようという強い意思とそれを進める施策が特に多い。日本とは、文化や気候、風土に基づく高齢者に対する対策も違っているため、北欧の施策がそのまま日本で根付くかどうかは不明。

ビタミンDの話でいえば、北欧における日射量は、十分なビタミンDの生合成に必要な量の半分と言われているため、欧米や北欧の方は非常に太陽を浴びたがる。ビタミンDの生合成、日光浴に熱心。

○松村多美夫委員

高齢者への施策については、「前期高齢者、後期高齢者、男性、女性」の組み合わせから成る4つのカテゴリーごとに特徴を踏まえ、ターゲットごとの施策が必要だという話だったが、具体的な例を教えてください。

○鈴木参考人

例えば、「後期高齢者の女性」というのは、確実に足腰の筋力が弱くなり、軽度の要支援、要介護1レベルのサービスが非常に多くなる。各地で転倒予防のための運動教室などを市町村が実施されているが、差別があってはいけないということで、対象を限定せず募集している場合がある。転倒予防をやるのであれば、75歳以上の足腰の筋力が衰えた女性に限定してやるほうが、はるかにコストパフォーマンスがいいし、効果もある。元気な前期高齢者には、社会のリソースとしての能力が高いため、こうした方には転倒予防の運動教室に参加してもらうより、むしろ教室の運営側にまわってもらうのも一つ。その人が持っている高い能力、弱まっている能力、どこが衰えているのかなどを勘案しながら、ターゲ

ットを絞っていく必要がある。

○駒田 誠委員長

ほかに意見はないか。

<発言する者なし>

○駒田 誠委員長

意見もないので、一点事務連絡させていただく。

当委員会の視察については、平成29年8月28日(月)から29日(火)にかけて、県外視察を予定している。視察先は現在調整中である。

これをもって、本日の委員会を閉会する。

これからの健康・医療・福祉対策特別委員会 配席図

平成29年7月5日(水) 10時～
議会東棟 3階 企画経済委員会室

--	--	--	--	--	--	--	--	--

		伊藤 医療福祉連携推進課 管理調整監兼医療人 材対策監・在宅医療 福祉推進監	野池 生活衛生課 食品安全推進室長	箆橋 高齢福祉課長	浅井 障害福祉課長	山田 保健医療課 保健企画監	野田 体育健康課長	鹿嶋 地域スポーツ課 レクリエーション・健 康づくり推進監
--	--	--	-------------------------	--------------	--------------	----------------------	--------------	--

安田 地域福祉課長	松原 医療福祉連携推進 課長	長沼 健康福祉政策課長	兼山 健康福祉部次長 (福祉担当)	森岡 健康福祉部長	西垣 健康福祉部次長	稲葉 健康福祉部次長 兼保健医療課長	間宮 医療整備課長	市原 薬務水道課長
--------------	----------------------	----------------	-------------------------	--------------	---------------	--------------------------	--------------	--------------

澄川委員	○
酒向委員	○
太田委員	○
伊藤(秀)委員	○
野島副委員長	○

○	山田(実)委員
○	野村委員
○	脇坂委員
○	松村委員
○	駒田委員長

鈴木教授
(参考人)

↑入口↓

↑入口↓