

総務企画部 総務課長

山住 哲司 様

城川支所

生活福祉課長 河野 栄二

会 議 要 録

名 称	平成 31 年度 第 2 回 城川地区保健推進員会	
事 務 局	城川支所 生活福祉課 健康推進係	
	電 話 0894-82-1115	
	F A X 0894-82-0118	
開 催 日 時 及び場所	令和 2 年 1 月 24 日 (金) 13 : 30 ~ 15 : 30 総合センターしろかわ 2 階大会議室	
出席者	委 員	矢野 瞳氏他保健推進員 60 人中 40 人出席 (出席率 66.7%)
	その他	愛媛県ネットワーク協会メンタルトレーナー：幸田裕司先生
	事務局	城川支所生活福祉課 課長：河野、 保健師：赤松 健康づくり推進課 補佐：井上保健師長、山本留美保健師
議事内容(要旨)	<p>研修内容</p> <p>1. 開会</p> <p>2. あいさつ (河野課長)</p> <p>3. 研修内容</p> <p>I こころの健康研修会 (民生児童委員との合同研修会)</p> <p>① 西予市自殺対策計画概要版の説明 (赤松)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全国の自殺者は減少しており、西予市の自殺者も年によって波はあるが減少の傾向である。 ・西予市は、合併後より、こころの健康アンケート、こころの健康研修会、ゲートキーパー研修会、高齢者 (要支援者) のこころの健康アンケート実施などを実施してきた。 ・自殺対策は、地域ぐるみでいろいろな協議会・ワーキング委員会などにより実施されている。 <p>② 「こころの健康とストレスマネジメント ～ライフステージごとの注意点～」</p> <p style="text-align: right;">講師：愛媛県ネットワーク協会 幸田裕司先生</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ストレスが起こす疾患には、心身症や自律神経失調症、適応障害な 	

どもあるがうつ病もある。

- ・精神科医師がうつ病と診断できた人は少なく、受診した人の割合は1/4程度

- ・ストレスとうまく付き合うには、ためずに発散（相談）し、考え方の癖を見直すことが大切。

- ・少し楽になる方法へ、少しづつ考えを見直していくとよい。例えば、「まあいいか」100%でなくてもよい。

- ・～なんて、どうせ・・・の考え方はあまりよくない。

- ・規則正しい生活が大事。（休養・睡眠・バランスの良い食事・早寝早起きの習慣）

- ・うつ病は、早期発見・早期治療・再発防止が原則

- ・話をよく聴き、専門家への相談を勧め（繋ぎ）、見守ることが大事。

- ・年を重ねるにつれて、身体の健康に気を付けると同様に心の健康にも十分気を付けること。

II 平成 31 日年度第 2 回保健推進員会

① 受動喫煙について説明（健康づくり推進課：山本留美保健師）

- ・学校や医療機関、行政機関などは 2019 年 7/1 より敷地内禁煙になっている。

- ・第二種施設である旅客運送鉄道や船舶、すべての施設飲食店は今年 4/1 より原則屋内禁煙になる。

- ・義務違反時は、指導、勧告、命令等の他、罰則の対象になる。

- ・それぞれの表示版の説明。

② 保健推進員制度について（健康づくり推進課：井上理恵補佐）

- ・課長より今までの経過説明の後、昨年 4 月に実施したアンケート結果を報告する。

- ・前回のアンケートでは継続が必要かどうか十分な検討・解決ができなかったため、廃止となった場合の行政が対応できる代替案も一緒に示したアンケートを依頼する。

- ・保健推進員全員対象にしたいので、本日欠席者にもアンケートは郵送にて実施する。

Q:いつ頃には決定するか？

A: 3 月ころまでには決定したいと思っている。

Q:4 月から新しい役員になるので、役員改選に間に合うようにしてほしい。

A: 城川支所区長会が 2/20 にあり、市内の保健推進員会が 2 月上旬ですべて終了するので、全数集計考察後 2 月中旬までには決定したい。

③ 特定健診結果について…1 月末までの暫定結果

- ・城川地区の特定健診受診者（40～74 歳までの国保加入者）は、受診率は西予市内では、毎年一番高く、厚生連での 1 日人間ドック受診者も今年度は 51 人あり市内で一番多かった。

	<ul style="list-style-type: none"> ・血圧有所見者や糖尿病予備軍・疑いありの方は、例年同様市内では高い方である。 ④ 平成 30 年度各種健診及び申込方法について <ul style="list-style-type: none"> ・なるべく早い時期に、各世帯へ配布及び受診勧奨及びできる限りの回収の協力依頼。注意点の説明をする。 ・今年度より、電話予約やネット、スマホでの Web 予約も可能になっている。 ⑤その他 意見交換 <ul style="list-style-type: none"> Q：2 年前参加した男性料理教室がとてもよかったので、また企画を希望する。 A：今年度は遊子川公民館で実施した。本庁栄養士に伝えておく。
備 考	