

平成28年度第2回東成区区政会議 保健福祉部会 会議録

1 開催日時 平成28年8月31日（水） 14時から16時10分まで

2 開催場所 東成区役所 3階301会議室

3 出席者の氏名

【委員】

長田 栄一（保健福祉部会議長）、上田 利明（保健福祉部会副議長）、阿形正一、石川 洋志、大垣 孝子、五嶋 キクエ、齊藤 小栄子、塩田 保寿、高野 千壽子、西村 良之介、橋本 輝枝、降幡 一雄

【東成区役所】

森本 万喜子（東成区長）、木口 剛一（東成区副区長）、足立 幸彦（総務課長）、中須賀 孝（総合企画担当課長）、中川 正己（保健福祉課長）、西山 明子（児童・保健担当課長）、花村 朋子（保健福祉課長代理）、大野 孝文（児童・保健担当課長代理）

4 委員に意見を求めた事項

部会テーマ及び平成29年度予算・運営方針の策定に向けての意見交換

5 議事内容（発言者氏名及び個々の発言内容）

○中須賀課長 定刻になりましたので、始めさせていただきます。橋本委員につきましては、少し遅れるという連絡をいただいています。

皆様、本日はお忙しい中、東成区区政会議保健福祉部会にご出席をいただきまして、ありがとうございます。

私は、進行を務めさせていただきます、総合企画担当課長の中須賀と申します。よろしく願いいたします。

それでは、早速始めさせていただきます。着席にて進めさせていただきます。

まず、本日の開催状況でございますが、委員15名中、現在11名のご出席をいただいているため、この部会が有効に成立している旨、ご報告申し上げます。

次に、本部会の公開についてですが、区政会議に準じた形で公開となっております。後日、詳細な議事録あるいは写真等について、ホームページに公開していく予定でございます。その点、ご理解のほどをお願いいたします。

もう1点お願いでございます。携帯電話、スマートフォンにつきましては、お切りいただきますか、マナーモードにさせていただきますよう、お願いいたします。

それでは、本日の会議資料の説明をさせていただきます。ホッチキス止めをしました資料を、机上に配付させていただいております。次第と資料1、配席図、資料2が委員名簿、そして資料3ページから16ページまで参考資料を添付しております。

皆さんよろしいでしょうか。

それでは、最初に区長の森本からご挨拶をさせていただきます。

○森本区長　皆さん、こんにちは。区長の森本でございます。本日はお忙しい中、この部会にお集まりいただきまして、ありがとうございます。この部会では昨年度からテーマを決めまして、「健康寿命の延伸に向けて」ということで、ご議論をいただいています。前回も活発にいろいろご意見をいただきまして、本当にありがとうございます。

この前、終わりました議事録を見ておりましたが、やっぱりこう、はつらつと健康で活躍できるすばらしさというか、私たちが元気になっているというのは、本当にいいことやなというふうに思います。本当に大切なのはこの体やと思いますので、どうぞ気軽にご発言をいただければありがたいと思います。

予算はなかなか厳しいものが続いております、いろいろ工夫をし、皆さんに出し

ていただきましたご意見をできるだけ取り入れながら、来年度の予算におきまして、努力をしてまいりたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

○中須賀課長　それでは、長田部会議長並びに上田部会副議長に、今後の議事運営をお願ひしたいと思います。よろしくお願ひいたします。

○長田議長　長田と申します。よろしくお願ひいたします。

それでは、平成28年度の第2回目の保健福祉部会の議事に入ります。オリンピックも終わってですね、その最中はすごく寝不足になって、診療もやっていて、これちょっと医療ミス起こさないように注意しながら、できる限り見ていたんですが、それが終わってちょっと寂しいなって思っていましたら、今度はやはり、現実を突き付けられますような災害に遭われている地域があるということです。我々もこういう保健福祉部会のようにしっかりと団結して、そういうようなときに備えていきたいというふうに考えております。

それでは、本日の議題はですね、部会テーマ及び平成29年度予算・運営方針の策定に向けての意見交換を予定しています。

この部会では、昨年度から「健康寿命の延伸に向けて」をテーマに議論を行ってきました。本日は部会としての意見を取りまとめ、区長へ提案や提言を行いたいと思ひます。短い時間でできるだけ多くの委員の皆さんにご意見をお聞かせしたいと思いますので、円滑な進行にご協力のほどお願ひいたします。また、前向きなご意見をいただき、実りある有意義な部会にしていきたいと思ひますので、よろしくお願ひいたします。

それでは、お配りしております、参考資料の配付について、区役所より説明をお願ひいたします。

○中須賀課長　中須賀でございます。私のほうから、3ページをお開きいただきまして、参考資料①、これについて説明させていただきます。

これまでの部会意見の概要ですけれども、27年6月の27年度の第1回保健福祉

部会で出ました、主な意見を記載させていただいております。健康づくりには毎日の食生活が大事であるとか、長生きするための基本は食生活である、あるいは運動不足にならないようにしないといけない、といったご意見を踏まえまして、この部会では健康寿命を延ばすためにということテーマとして議論をしていく、考えていくということになった次第でございます。

4 ページに入りまして、昨年8月開催の27年度第2回の部会では、職員に關してのこと、献立表を作ることで食生活が改善するようになるのではといったご意見や、運動やスポーツの中に料理教室などを組み合わせることで、年齢に関係なくいろいろな人が集まれるのではといったご意見、あるいは一緒に食べる、共食という観点からのご提案、また、集まるというのが一つのポイントになるんじゃないかというご意見がございました。

5 ページにまいりまして、本年ですね、今年の6月に開催しました、28年度の第1回部会、前回の部会でございますが、そこでは健康につながる、あるいは健康を維持する地域の取組みというのがいろいろ紹介されております。健康講座、健康ウォークや口腔ケアと音楽を組み合わせた取組みなどの紹介がございました。また団体のリーダーを対象に、百歳体操の講習会をすればもっとみんなに進められるといったご意見など、さまざまなお意見をいただいたところです。

これまでの経過については、以上でございます。

続きまして、次のページをめくっていただきまして、ページでは6ページでございます。参考資料②、第1回の区民アンケート速報版というものです。

このアンケート、調査期間は7月の下旬、29日から8月の9日にかけてまして、住民基本台帳から無作為抽出しました区民の方1,500人を対象に、郵送により行っております。519名の方から回答を得まして、その結果を速報版という形でお示したものでございます。

いろいろな分野の質問を行いまして、この部会に関係します、在宅医療・在宅介護、

それと食育について、そういった部分を抜粋しまして、資料として添付させていただいております。ただ、これはまだ速報版でございまして、細かな部分ですね、男女の別ですとか、こういった年齢層の方がこういうお答えをされているかというような細かな分析については、これから行いますので、詳細は後日ということになっております。このそれぞれの内容につきましては、担当の課長から説明をさせていただきます。

○中川課長 保健福祉課の中川でございます。順番に説明をさせていただきます。

まず最初に、問1から4につきましては、在宅介護の関係の設問になっております。

問1でございますけれども、「あなたはふだん医療や介護の情報をどこから得ていますか」、3つ以内の複数回答という形でお聞きしております。その回答でございますけれども、「テレビ、ラジオ」が390人と一番多かったという回答がありまして、続いて「新聞や本、雑誌」が264人。さらにその次に「医療機関」が188人、「インターネット」が165人というようになっております。

次のページに行かせていただきまして、問2で「あなたは病気になった時に、受診する医療機関をどのように決めていますか」という問いでございます。これにつきましては、「普段から受診しているかかりつけ医」が60.7%で一番多いという回答状況でございます。続いて「自宅近くの医療機関」が25.0%。「決めていない」が7.5%となっております。

続きまして問3。「あなたがかかりつけ医を持っている、もしくは今度持つとしたら、何を最も重視しますか」という問いをさせていただきました。それに対する答えでございますけれども、「病気や治療について十分説明し、相談に乗ってくれる」という答えが40.1%と最も多く、次いで「自宅から近い」が31.0%。その次に、「必要に応じて適切な医療、医療機関等を紹介してくれる」が15.2%。さらに「緊急な場合は診療時間外でも対応してくれる」が6.8%という順番になっております。

続きまして、次のページに行かせていただきます。問4では「今後、皆様に在宅医療・在宅介護の考え方を広く知っていただくために、区役所としてどのような啓発が

必要だと思いませんか」という問いかけ。これも3つ以内の複数回答ができるということで、これに対する答えでございますが、「広報紙への掲載」が365人と最も多く、次いで「リーフレットやポスター等の作成」が241人、その次が「ホームページへの掲載」が196人、「講演会の開催」が144人となっております。

次に、問5から問7はですね、有償ボランティアの関係の質問をさせていただいております。問5では、「東成区では区民相互の助け合い活動として有償ボランティアの仕組みがありますがご存じですか」、という問いを作っております。これに対する答えとしては、「知っている」と、「知っているが利用はしていない」と合わせまして21.5%、「知らない」は75.2%となっております。

続きまして、問6ですが、「ちょっとした困りごとで、有償ボランティアの方が手伝ってくれるならお願いしたいですか」、という問いをさせていただきまして、それに対する答えが、お願いしたい人は、「お願いしたい」と「どちらかと言えばお願いしたい」を合わせて48.9%、お願いしたくない人は、「お願いしたくない」と「どちらかと言えばお願いしたくない」を合わせて45.5%となっております。

3つ目の問7ですけれども、「近所の方がちょっとした困りごとがあるとき、有償ボランティアとしてお手伝いしたいですか」、という問いでございますが、これに対する答えといたしましては、手伝いたい人は、「手伝いたい」と「どちらかと言えば手伝いたい」を合わせて43.6%、手伝いたくない人は、「手伝いたくない」と「どちらかと言えば手伝いたくない」を合わせて51.4%となっております。

続きまして、問8から問10までは、高齢者支援の関係の問いをお聞きしております。問8につきましては、「ひとり暮らしの高齢者が必要とする支援は何だとお考えですか」、ということで、これも3つ以内の複数回答ができる形でお聞きをしております。これに対する答えでございますけれども、「介護保険サービス」が394人で最も多かったということで、その次に、「地域での見守り、声かけ」が299人、さらにそれに次いで、「緊急通報システム」が262人、さらに続いて「地域での交流の場」

が180人となっております。

その次の問9でございますけども、「あなたのご近所では認知症の方に対する見守りが進められていますか」という問いでございますが、これに対しての答えとしては、進んでいると感じる人が8.5%、そうでない人が78.4%となっております。

その次の問10では、「認知症の方やご家族を支援する事業がありますが、ご存じですか」ということで、複数回答を可とした形にしております。これに対する答えといたしましては、「徘徊認知症高齢者位置情報探索システム」というのが最も多く78人、次いで「認知症高齢者見守りメール」が77人、その次に「認知症家族介護者交流会」が65人、さらに「認知症初期集中支援チーム」が61人というふうになっております。

次に問11からは、食育に関する質問でございます。まず問11で、朝食を毎日食べていますか、という質問をお聞きをしております。それに対する答えとしては、「毎日食べる」という方が79.4%、「ほとんど食べない」という方が6.2%となっております。

次に問12、次のページですけれども、「一人で食わず誰かと一緒に食事するのはどのくらいの頻度ですか」という質問に対する答えといたしましては、ほとんど一人で食べる人の割合は、朝食で38%、昼食で33.1%、夕食では16.9%というふうになっております。

次、問13で、「区役所が「食育」を推進するために最も必要な取組みは何だと思えますか」という質問をお聞きしております。それに対する答えとしては、「保育所（園）、幼稚園、学校などへの啓発活動」が31.4%と最も多いとなっております。次ぎまして、「広報やホームページなどによる情報の提供」が23.7%。「食育をテーマにしたイベントや講演会」などが18.7%となっております。

最後に次のページでございますが、問14で「区役所から栄養バランスに配慮した献立・料理・レシピなど調理に関する情報提供をする場合、どのような広報媒体であれば入手しやすいですか」と、いう問に関して、これも3つ以内の複数回答ができる形

でお聞きしております。これに対する答えでございますけれども、「広報紙」が最も多く351人、次いで「ホームページ」が197人、続いて「食育や健康イベント等でのチラシの配架」が190人、次いで「区役所でのチラシの配架」が167人となっております。

アンケートの統計については、以上でございます。

○西山課長　　続いて、参考資料③のほうの説明をさせていただきます。児童保健担当課長の西山です。よろしくお願いいたします。

先ほど、食育の話がありましたので、補足させていただきます。区役所としましては、特に食生活改善推進員協議会をはじめ、地域の方々、関係機関の方々と協力しながら、アンケートにもありましたように、地域・保育所・幼稚園・小学校・中学校などへの啓発活動も行っておりますし、食育をテーマにしたイベントについて言いますと、近くで開催しましたので、ご紹介させていただきますが、8月の24日に食育展を区民センターで開催をいたしまして、来場者も343名ということで、多くの方にお越しいただいております。その際には、食生活改善推進協議会をはじめ、関係団体や地域の方々、学校園の協力もいただきながら、「すこやかパートナー」ということで企業さんと、さまざまな方がご協力をいただいたところです。その際に、最後の設問にありましたけれど、レシピの提供なんかも情報提供いただいているところです。関連しましたので、ご紹介させていただきました。

続きまして、ページで言いますと14ページ、参考資料の③でご用意させていただいています。健康寿命の延伸に向けましては、食生活の改善や適度な運動が重要ということで、前回の会議では介護予防と申しますか、全国的にも取り組まれている、いきいき百歳体操ですね、ご紹介をさせていただきました。その資料を参考資料としてお付けさせていただきます。

いきいき百歳体操と言いますのは、介護予防で100歳までいきいきと健康でいられるためにという運動でございます。高齢者の健康を推進するために、例えば筋力づくりであるとか、柔軟性、あるいはバランスを高めていくための体操になっております。

す。この100歳体操については、身近な地域のところで交流をしながら、健康づくりを進めていく場作りとしても、非常に有効かと思っておりますので、こういった体操をきっかけに、さまざまな健康、あるいはさまざまなこともテーマでもいいんですけれども、身近なところで、楽しく健康づくりを進めていけるような場が築きあげられたらいいかなと思っております。

これについて、6月29日に区民センターので、健康づくり講演会をテーマとして百歳体操をさせていただきました。実際のいきいき百歳体操、時間にして約30分の体操でございますが、体操の実技もさせていただいております。

6月29日につきましては、219名の方にご参加いただきました。補足でございますが、その参加していただいた方にもアンケートをとらせていただきまして、講座の内容についても、とても役に立った、役に立ったと答えていただいた方がほとんどでございました。

今回、この資料で裏面になるんですけれども、東成区の老人福祉センターでも、いきいき百歳体操の体験講座を開催されるということで、お聞きしておりますので、参考にお付けさせていただいております。9月7日、23日を予定されていて、老人福祉センターに問い合わせしますと、参加ご希望の方がですね、定員30名のところ約70名を越す方が参加したいということで、大変ご興味をお持ちいただいているなということがわかってまいりました。

区役所としましても、地域と連携しながら、いきいき百歳体操の効果であるとかですね、そういった広報・啓発にも今後とも積極的に取り組んでいきたいと思っております。

いきいき百歳体操については、以上です。

○中川課長　　続きまして、参考資料④のほうに行かせていただきます。前回の部会でも、ご協議いただきました、おまもりネットの取組みにつきまして、簡単にご説明をさせていただきます。

資料としては、おまもりネットの周知のコピーを付けております。この取組みにつきましては、従来から東成区の各地域で始められた取組みをですね、東成区全体の取組みと位置づけをさせていただきまして、平成24年度から東成区社会福祉協議会さんとひがしなりWELL-LINEさんとの共同体で事業実施をしております。

具体的な取組みにつきましては、各地域で実施していただいているところでございますけれども、高齢者・障がい者の方を対称に、希望される方に登録をいただきまして、資料にありますように、登録いただきましたらおまもりネットの手帳とカードを、資料右下のほうに書いておりますけれども、そういうものを配付をさせていただいて、そこに緊急連絡先でありますとか、かかりつけ医などの必要な情報を記載して、手帳についてはご自宅に備えていただいて、カードについては携帯をしていただいてという形で利用いただいております。

右側のほうに書いてありますけれども、知っとこ、持っとこ、備えとこ、ということで右の横に四角が書いておりますけれども、持っとこのところに書いておりますが、ネット手帳には本人のさまざまな情報が書いており、おまもりネットカードには緊急連絡先等が書いてあるので、いざというときに本人だけでなく、来られた方の両方に役立ちますということで、こういう形でいろんな情報をそこに書いていただいておりますので、情報を関係機関と共有するのにも役立ちますし、カードについては緊急連絡先が書かれていますので、もし外出先で何かあったときにも、連絡先がすぐにわかるというメリットも、大きいのかなと思っております。

その下、備えとこということで、活用しましょうおまもりネットということで、おまもりネット事業を活用することで、周りの方に普段の暮らしぶりを伝えることができます。それによって地域福祉活動と福祉サービスをつなぎ、地域で安心して暮らし続けることができますということで、この事業の大きな目的といたしましては、この事業に登録をいただくことで、地域の高齢者の方などが孤立することがないように、地域福祉活動をサポートを含めた、地域の方との流れを作っていただくことで、地域

のセーフティネットにかかっていたかのような形で、孤立しないような形で、進んでいくような事業だと思っております。

なるべく多くの高齢者の方に登録いただけるように、区民の方への周知も計画しております。7月末現在におきましては、4,179人の方に登録をいただいているところでございます。今後も引き続き事業周知に努めていきたいと考えております。

また、このおまもりネット事業につきましては、おまもりネットを含めた地域の福祉活動の取組みということで、セーフティネット構築事業という形で事業としておりますけれども、その事業に関しましての課題としては、まず支援の対象者の把握というのが大きな課題でございますが、それ以外にも地域で福祉活動に従事していただく方の確保も大きな課題でございますので、そういうことも踏まえながら、今後引き続いて事業を進めていきたいと考えております。

説明のほうは以上でございます。

○長田議長　区役所より参考資料についての説明がありました。これらの資料も参考にしまして、部会として意見をまとめていきたいと思っております。特にこのアンケートの結果は、私自身も非常に興味深く拝見させていただきました。この資料を参考にしても、また再度発言していただいても、より深く掘り下げた意見でも構いませんが、ご意見をいただきたいと思っております。

部会テーマの中にいろいろな分野の話がありましたので、整理をする上で、一つずつ議論していただけたらと思っております。

まず初めに、食事について話し合い、その後運動予防、社会でのつながりの順に進めさせていただきます。

事前に石川委員、大垣委員、野坂委員からご意見を提出いただいております。それぞれの分野のところで詳しくお話いただきたいと思っております。本日は野坂委員がご欠席ですので、区役所から説明をお願いいたします。

では、最初に食生活の改善や食育などの食事の分野から始めたいと思っております。

まず、区役所から野坂委員の意見を紹介してください。

○中須賀課長　野坂委員につきましては、欠席でございます。欠席のご返事をいただきましたときに、ご意見を寄せていただきました。記載されておりましたのは、「食育では若年層への食育の充実ということで書かれております。将来の健康のための食の取り方など」ということで記載がありましたので、将来に向けて若い方への食育の大切さを伝えていくべき、というふうに書かれておるものと推察しております。

野坂委員の食育に対する意見は、以上でございます。

○長田議長　それでは、他の委員のご意見をいただきたいと思いますが、この点について、大垣委員からもご意見をいただいておりますが、大垣委員何かありますでしょうか。

○大垣委員　ちょっと前で、何を書いたか。読んでいただけたら。

○長田議長　私資料をいただいておりますけど、ストレスをためずに楽しい生活。不足になりがちな野菜を多く取る。体を動かし十分な睡眠が必要です。というようなご意見です。

○大垣委員　ありがとうございます。それは常に自分が生活する上において、考えていることでございますので、何が大事やって言ったら、やっぱり生活する上の大事なことだけ考えていますんで、よかったらいいなと思っているくらいで、ここまで生きてこれたんやからと思っています。

○長田議長　他には何か。石川さん。

○石川委員　僕は食事のことは書いていないですが。食べることで言うと、先ほど野坂委員の出してこられた、若い、特に子どもたちの食事の取り方がすごくいいかげんになっているような気がしています。僕も実際、自分自身の子どもがいるんですけど、その子どもたちの食事に対する意識とかもすごく弱くて、何かその食事というのが、非常に生活する上で大事だということ、子どもたちに伝える工夫がいるのかなと、親としてはいろいろ言うんですけど、なかなか親だけでは伝わらないので、

学校の中でも多分お話もしてくれてはると思うんですけど、そういう若い、子どもたちにも食事が大事だということを伝える工夫があればと思います。

○長田議長　そうですね、この若年層というか、子どもたちから始めないとこれは習慣病と言われますので、習慣づいてしまったりするとあれなんで、非常にわかっていながらもなかなか出てこなかったのが、「若年層や」というキーワードやと思うんですね。

○石川委員　たまたまうちの組織に、実習に大学生さんが来られて、お昼を食べるときに、ジュースとじゃがりこだけでお昼を済ます実習生がおられてね、福祉関係でそういうことも多分勉強しているとは思うんですけども、おられたりするんで、やっぱり大分いろいろ見ていかないといけないと思いますね。いろいろ指導したんですけど、そこは全然改善されませんでした。

○長田議長　そういう食べ物の変化というのはね、ゼリーとか。テレビの宣伝なんかでも、5分間朝食とか言うて、ゼリーをちゅっちゅっとやる。そういうようなことで噛まない食事ということが増えて、大人に成長したときに、顎関節が弱くなってくるという、そういうようなことにもつながってくると思うんですね。

あと、五嶋委員。一番ご意見あるかと思うんですが。

○五嶋委員　今おっしゃっていたようなことを、私たちが毎日皆さんに啓発してることそのものずばりなんです。

幼稚園・保育園、そして小学校、そして今、中学生の食生活っていうことで取り組んでいます。そして、今年は全国的に言われているのは、働き盛りの人っていうことで、高校生・大学生、そして働いている人への食生活っていうものが、全国のほうからの啓発の中に言われていますので、これから今、中学生までは今私たちができますけれど、東成区だけで言えば、高校がありませんよね。大学はありませんよね。そして若い働き盛り人っていうのをどうしたらいいかなということで、ちょっと私もそこから頭悩ましながらしているんですけど、やはり本当に中学校からその上の人に、も

もっともっと食育の大切さということを啓発していかなければいけないなって思っています。

これは、でも、本当に今、皆さんがおっしゃっていただいたようなことは、もう私たちがもう20年30年も前から、口が酸っぱくなるほど啓発していることばかりなのです。もっともっと行政も一緒になってやって欲しいなって思います。

○上田副議長　これね、僕、今ちょっと言おうと思ったんは、食事のことでいろんな話出ると思うんですけども、僕の切実な問題はですね、孫が好き嫌が多いことなんです。好き嫌いを具体的に治す良い方法を教えてもらいたいなと思って。嫌いなものを一切食べないということで、その嫌いなものを食べて欲しいんだけども。

極端な話、嫌いなものばかり作って食べさせ言うんですけどね。頑固に全然食べないから。僕の子どもの場合は、その手で治ったんですけどね。孫はあんまり会えないし、言えないし。

○五嶋委員　それはそのもの、何が嫌いなのかということによって、食事の作り方も変わってきますよね。ピーマンが嫌いな子、ニンジンが嫌いな子、いろいろあるけれど。

○上田副議長　まず好き嫌いなくしてもらわんことには、体できないからね。何でも食べてもらわんと。

○五嶋委員　でも今、うち保育園とか幼稚園とかそういうふうなところでは、みんな野菜菜園ってやっていますよね。プランターでとかいろいろ。そういうふうなものを収穫したりしながら、そこで自分たちが収穫したものを、お料理にして食べている。そういうふうなことをすれば、やっぱり自分たちがそれを、種をまいて、大きくなって、実ってきて、それがこれなんですよってというようなことからすると、また食べるっていうことが、今、幼稚園や保育園の先生から、食育の推進会議なんか大阪市であったりしますが、そういうふうなところでは、そういうふうなことを言われています。

○上田副議長　　ということは、もう小学生なんですけれども、幼稚園、それ以下の  
ときのやり方が悪かったのかなと思っているんですけれどもね。

○五嶋委員　　小さいときからのもありますね。

○上田副議長　　ほんで、今給食が始まっていますわな。そうすると学校の先生が給  
食の時間にですね、普通やったら全部食べ、残さんように食べようというのが普通やと  
思うんですけれども、嫌いなのは食べんでよろしいから、残してくださいと、食べら  
れる人はどんどん食べてくださいと。どっちがえらいのかなと思うんやけどね。

○五嶋委員　　昔は絶対食べって言われて、もう嫌でも食べたけれど、今は、そこら  
が私らのわからないところですね。

○石川委員　　先生にも好き嫌いがあるのと違いますか。

○上田副議長　　それは、家庭訪問や何かで先生に会えるんやったら聞きたいのやけ  
れども、住んでいる場所が違うし会えないしね。そんな答えが返ってきてたので、学  
校でも好き嫌い容認していると思ってね。無理強いしはりませんねん。

○長田議長　　今ちょっと時代が飽食になってきて、嫌いなもの食べなくても好き  
なものがすぐに得られたり、与えられたりする時代もあるかと思うんですけれどもね。  
昔僕らくらいまでかもわかりませんが、ものがやっぱりない時代ですので、そ  
れを食べなかったらということがありますよね。

好き嫌いのこと、今、ちょっと出ました。僕、耳痛い。僕も物すごく好き嫌い多く  
てね、体がね、僕未熟児出産なんです、非常に弱かったんで、何とかこいつを生か  
さなあかんということでですね、好きなものを食べるもので与えられたという。そや  
さかい、肉とサケと卵としか、僕食べなくて育ったんで、僕、今はもう野菜大好きな  
んです。だから成長したらちょっと変わっていくかもわかりませんがね。

○上田副議長　　それでも育つんかね。好きなだけ食べさせておいて。

○長田議長　　精神的な面では、嫌いなものもやっぱり清濁併せ呑むじゃないです  
けど、他の物事も、やっぱり嫌なことも受け入れて、そういう精神面では、僕大事や

と思っていますけれどね。

○上田副議長　ただ昔から、ふつうの人は標準的な人は、40代まではほっといても病気にならん。今は30代でややこしいのが出てくるのは、やっぱり食事が原因と違いかという話をよく聞くのでね、それを怖がっているだけで、僕はその40歳超えておるから、いいけれど。

○長田議長　本当に生活習慣の基盤の一つが食事ですので、やっぱり上田委員の言うようなことってというのは、直せるものはやっぱり正していったほうが、僕もいいと思いますけれどね。

他にご意見、齊藤委員、何かありますでしょうか。

○齊藤委員　私は食事は、家のことはちゃんとしています。出てそういう話をしたことないのでね。家では手抜きはしません。

ちょっとお願いしたいのは、特定健診がありますよね。そのときに、何か私たちに食生活の何かこう、また考えるけれど、展示とかお話とかそういうものをさせていただいたら、ありがたいかなというようなことも、ちょっとあんなん見たりしながら、ちょっと啓発させていただいたらって思っております。

○長田議長　塩田委員なんかどうですか。

○塩田委員　子どもの話を聞いていて感じているんですけど、最近、やっぱり家に帰ってから一人って子が結構いて、そうすると、親もすぐ食べられるスナック菓子を置いていたりとかして、それを食べてしまって、またおなかが減っていないという悪循環もあったりするのかなと思ったりして、晩ご飯も用意されていても、多分一人やとあんまりおいしくもないし、嫌いなものを残しちゃうとか、食べなあかんよと言われる人もいないとか、そういう環境とかもあるのかなと最近感じています。

やっぱり前でうるさく言われると、嫌やなと思いつつでも食べたりするんですけど、そういう機会も減ってきているのかなと思ったりしますね。

○長田議長　高野委員、何かありますか。

○高野委員　　食事、私も手は抜いていないんですけどね。今のスーパー何か行きましたらね、冷凍食品がすごく安いんです。でき上がったものが。私らそういうのが全然使えない。でも、それについては栄養はあるっていうのじゃないし、そういうものに何が入っているかとか、ふつうで考えたらコロッケが10円とか20円でできるわけではないんですよ。でも、スーパーで冷凍食品って10円くらいの単価になるんですね。計算したらね。だからそういう食品が出回ってお弁当とか、子どもがそのお弁当だけ食べている食事の中にそういうが入っているというのがね、すごく今問題になるのと違うかなと思います。

○長田議長　　ありがとうございます。西村委員ご意見。

○西村委員　　食事のことは男やからようわからんとこなんですけれどね。この間小学校の教育の懇談会みたいなのをやっていて、保護者懇談会しようと思ってね、父兄は授業を見ている間は来るんですよ。それ終わってから保護者懇談会やったら、親が皆帰ってしまうんですよ。残らないんですね。何でそんなことになっているのって聞いたら、4割くらいは、母子家庭とか父子家庭とか片親で仕事で忙しいと。そういう状況なんだと聞いたんですけど、結局そういう家庭は、さっきの朝食など余裕がなくって作らない、夕食なくして、おやつみたいなものを食べている家庭が多いみたいですよ。全部そういうふうにつながっていくわけですよ。学校から帰ってきても、食事がもう遅い時間までないとかっていう子も、そういう状況だということで、それに対するやっぱり対策っていうのは、考えていかないとあかんのだろうと思うんですけどね。だからそういう、子どもを集めての食事会みたいなのをやっている地域もあるみたいですけど。

この間、「さとにきたらええやん」とかいう映画がありまして、あれ見てきたんですけど、西成の、子どもの里っていう形でやっているところなんですけど、そういうふうな施設は、東成はどうもないみたいなんですけれど、そういうものも必要なのかなという気はしています。

○石川委員　その辺のことでね。どこの地域とは言わないですけど、子どもたちのモーニングをやりたい。学校の宣伝に、状況こんなんで、募集とか協力とかしてもらえますかって言って、小学校に話しに行った地域があるんですけど、学校からの回答は、そういう支えではなくって、家で食べるのが大事なのでみたいな報告になってしまって、そうじゃなくて実際食べてない子がいるから、地域のほうでそれやろうと思っているって説明はしたんですけど、学校はそれは親のほうでみたいな話ですね。結局、全然話に乗って来てくれなかったっていうようなこともあったんですけど、でも、僕は実際のところで、親に期待して、親にその部分をと学校は言われるんですけど、できていない現状があるので、地域の人がそういうことをやりたいと言ってくれているので、うまいこと一緒に、やれたらいいのになって思ったりしたんですけど。

○西村委員　地域としての食事サービスとかね、その老人に対する対応っていうのはいろいろやっているんですけど、喫茶コーナーを作ったりね。ただ、子どもに対する対応というのは、すごく遅れているなって思うんですね。そういうところもちゃんと考えていかなあかんのかなという。

○石川委員　やっぱり僕も朝子どもたちが通学路を通って行くところを見ていると、いつも遅れて行くチームが、ほぼほぼ顔ぶれが一緒なんですよね。地域の方とお話していると、あそこは母子家庭とか父子家庭とかじゃなくて、当然ご両親おられるところの子もいて、子どもが学校行く前に両方とも出てしまいはるから、子どもその後出てくるので、早よ行きやとか言う人もおらへんねんみたいな話もあったね。母子家庭、父子家庭とか、ご両親おるとかそんな関係なくね、やっぱりそういう難しいところがあるんだろうな。

暮らしぶりが変わっているのですね。昔と違って、お母さんがおるっていうことはないの、それに合わせていくような対応がいるのかなという気はしますね。

○長田議長　それを受けて、阿形委員、何か。

○阿形委員　食べるっていうのは、朝トマトがいいんですって、絶対に。1番に。こんなあほなこと何で言うかという、3日前にテレビでそれを言っていたんですよ。何か食生活の番組でね。それで、お父さんトマト朝食べるとええねんでって言って、ここ3日間か4日間ずっと朝トマト。まあこんな単純なことで、テレビが1回言うたことでね、一時あったじゃないですか、昼の食事にね、こんなんがええとか言ったら、八百屋行ったらみんな売り切れてしまっていないとかいうことが。やっぱりそういうちょっとしたことで、皆さんすごく動くと思うんですよ。

今日か昨日ぐらいの和民ですか、1週間のパンフレット入っていましたけどね、きれいな写真でね、見ただけで、これ食べたいな、うまそうやなという気持ちが、物すごくわくんですよ。やっぱり食べてもらおうと思ったら、子どももそうですけれど、いかにおいしく食べられるような料理を研究してもらったらいいのかなと思ったりするんですけどね。

もう一つ、僕は2年前に、前にも言いましたけれど、口腔がんになりまして、ものを食べられないんですよ。そうすると、どうしてもやわらかいものとか、よく自分ではかんでいるつもりなんですけど、便の色が違うんです。これは今まで僕らは小学校行っていたときは、そういえばどんな色の便が出たとか、話し合うたなって思うんですけど、今みんな水洗になっているから、自分の便の色がわからないんですよ。僕はその恥ずかしながら、夫婦で朝の便の報告をし合っているんです。前の晩に食べたものによって、随分変わるんです。昨日おれの変なあれが、今日朝出たんやけれど、それも浮くんや言うて、今度家内が入るでしょう。私も一緒やったというときがあるんですよ。そうかと思ったら違うときもあるんですよ。食べたものによって、便の色が変わるっていうのは、今の子はいくらも知らないと思うんですよ。わかってないんですよ。僕らのときはね、否応でも見とったからね。学校でも言われるというのがあったから。やっぱり、ただ単に便じゃなくて、ばかにしたらあかんかと最近思うんですけどね。

そういうのも、広報か何かで、自分の色見ていますかじゃないけど、出してもらってもいいんじゃないですか。こんなんは健康体、これは何か足りないからこうなるとかね。確かに調子がいいときは、きれいな茶色の便が出ます。調子が悪いときは本当に何この色というような、また変な話で申し訳ないですけど、1回明日の朝ぐらい見てください。

○長田議長 便の問題は非常に大事なことなんですね。ありがとうございます。

今、最近のトイレというのは、あれは本当によくないと思うんですけども、立ったら勝手に流れてしまいますんですね。見ようと思っても見られないという、便利過ぎてちょっと悪い点かなと、僕もそれを感じております。

最後にですね、降幡委員から何か。

○降幡委員 私らがちょうど子どものとき言うたら、食糧難でしたのでね、戦争中で整理券をもらって、大人に混じっておじや食べるのに行列に入って、そのときの強烈なおいを今でも覚えているんですけど、学校から帰って、なんばこですね、メリケン粉あんまりないんで、なんばこをパン屋さんに午前中持って行って、3時ごろに焼けたやつを食べたりとか、何でも好き嫌いないんですけど、それでもいざキャンプなんかに行くと、僕らと同年代の人で、私家でやったらこのお膳をひっくり返していますわというような人とかね、うどんにネギがちょっと入っていたら、徹底的に出さないと食べない人とかね。いっぱいいろんな人がいますけれど、今の上田さんもおっしゃっていましたが、子ども、あれは食がようけあるから、好きなものぽんぽんやり過ぎるといふか、ひもじい思いをさせたら食べると思うんです。

うちも孫が来るけれども、暇あったらお菓子をあげたりして、親がみたら怒るでと言いながらですけどね。やっぱり食料が豊富やとね。孫に甘いものやろうか言うたら、甘いもの要らんとって意外と食べませんね。

野菜でも果物でも甘いものができ過ぎていますね。キウイも出たころは酸っぱいのあったけど、今甘いの出ているし、トマトでも昔みたいな、においのするトマトまず

ないですもんね。野菜でも果物でも甘くせなあかんのかなと思うくらい、甘いのがばかりですけどね。

食べる量も、このごろの若い子は少ないですね。息子でも少ないな言うたら、お父さんがおかしいと言われてしまって。僕は40年間、体重71～2キロで変わらないのですわ。それでもお医者さんからみたら、身長から言うと5キロ痩せなさいって言ってね。それで野菜から食べたら3キロほど痩せていますけれど、5キロは痩せようとは思っていません。絶対そんなに痩せたらおかしくなります。お客さんでいっぱいそんな人がいます。朝昼晩でご飯3杯ずつ多過ぎるってやめたら、痩せてしまって、糖尿がひどくなって、自分のペースでないとあかんと思います。

○長田議長　そろそろ、この食育に関しては、ご意見が出たかと思います。このアンケートの調査でいきますと、問の11から14ぐらいまでが、食育に関係していることなのですけど、私はこの問12、非常に興味持って見ておりました。毎日誰かと一緒に食べるかどうかという、これ非常に大事な問題でして、現代社会に非常に反映している内容かと思いました。やはり子どもに関しても、食べているときに異常を発見したり、学校での出来事をニュースとして取り入れたりできるいい機会ですので、何とか戻したいと思うのですけれども、これは非常に社会情勢が影響するので、すぐに解決できない策かもわかりませんが、これが大事だということは、啓蒙していいんじゃないかなと、印象を持ちました。

いろいろご意見出ましたけれども、大きくまとめると、食育というのは健康の維持増進には非常に大事で、ひいては生活習慣の予防になっていくだろうというふうな意見だと思います。健康な心身の維持増進に必要とされるのは、やっぱり栄養バランス、偏らないということであると思うんです。区民に対してどのように普及していったらいいかというのは、このアンケートにもありましたけれども、広報紙を利用すると、非常に普及率が高くなっているように思いました。

大体、今のような意見で区役所のほうに提案したいと思いますが、付け足しとか、

これは入れておきたいとかいうのは、何かあるでしょうか。その中で多く出たのが、若年層からの教育というのが、非常に欠かせないだろう。いわゆる生活習慣病にかかる前から、そういうように予防していくことが大事だろうという意見も、委員から出たかと思います。

次に、運動の分野に移りたいと思います。こちらも事前に、大垣委員と野坂委員からご意見をいただいておりますが、大垣委員からこの点についても、2題連続ですけども、何かありますか。

○大垣委員 百歳体操のことですか。

○長田議長 それを踏まえて、何でもいいです。百歳体操でもいいし、何か運動の啓発ということでもいいです。

○大垣委員 これ、ちゃんと書いていただいておりますけれど、申し込んでまで行く人は多分少ないと思うので、各地域の憩の家とか、何かイベントがあるときに、誰かが主になって教えられる人がいれば、保健センターの保健師さんと呼ばなくても、できるようになると思うんです。手を動かすだけでも、足を動かすだけでもいいと思うので、そういうふうなことで運動ができたらなと思う気持ちがあって、言っています。

○長田議長 自然にそういうイベントがあれば、そこでそういうのをやっているという、指導者の育成というか、そういう指導ができてやってくれる人を増やす。

○大垣委員 だから、最初に言ったように、団体の長とか、副の方にちょっと覚えてもらって、会合の後、3分、5分でいいと思うんですが、そのときにちょっと手足動かしましょうかという程度でも、私はいいと思うんです。おばあちゃんたち、動いてない、動かしていないのでね。だからそんなんでもいいと思うので。

私も、老人給食お手伝いしていますけれど、食べた後は大変なので、待っていているときに、先にやろうかな、そんな時間もないしなとか、いろいろ考えてはおりますけれど。

○長田議長 誰か、ご意見ございますか。

○中須賀課長　野坂委員から伺っています、今回老年層、高齢者層のことだと思えますけど、手軽にできる運動の機会の提供をということです。ご提案は、座ったままでもできる筋トレであるとか、室内でも取り組めるグラウンドゴルフ等々ということで、例示を2つ入れておられました。

以上でございます。

○長田議長　ありがとうございます。大垣委員と同じようなところもありましたね。手軽にできるとか。その手軽さというのは、非常に大事かもしれませんね。

他には、今度逆に降幡委員から、ちょっと意見をもらいましょうか。

○降幡委員　特に、もう。

○長田議長　ないですか。西村委員、何か。

○西村委員　そうですね、個人的には運動をやらないとあかんと思ってね、大阪城に歩きに行ったりしているんですけども、2か月程歩いたら、足が痛くなってね、歩けんようになって、半年ほど休んで、また2か月やったら足が痛くなって、そんな繰り返しで、どうしようかなって考えているんですが。他人事やないんですけれど。

今おっしゃったね、イベントで運動するとかいうのは、非常にいいと思うんですよね。何か例えば町会で会議やるときにね、皆集まったときに、その前に運動しましょうかみたいなのは、それは非常にいい意見やと思うんです。うちの連合でもそういうご婦人が集まって運動をやってはるんですけれど、身につかないんですよ、見ていてね、毎日それをするっていうのはなかなか身につかないですね。何かこう、もうちょっと身につくような簡単な運動っていうんですかね、習慣づくような運動っていうのを教えていただきたいなと思います。

○長田議長　今のところは、簡単にできるという、手軽にと、それから継続できるというその点ですね。

高野委員、何かありますか。

○高野委員　私のところの地域でね、高齢者の方が公園に集まって毎朝、ラジオ体

操をされているんですよ。それはすごくいいことだなと思って。私ちょっと時間的に参加できないのでね、1日少しだけでもラジオ体操でも10分間やることによって、やっぱり体力、私らぐらいの年になったら衰えるほうが早いんですよ。維持することも難しくなるので、しなかったらね。だから自分では心がけて、運動するようにしてますけれど。皆さんと一緒に集まってとかいうときに、結構難しいのでね。手軽に何かのときっていうのは、すごくいいことやと思います。

○長田議長　ありがとうございます。塩田委員何かありますか。

○塩田委員　このいきいき百歳体操、最近私も会館で地域のサポーターをしているんですけども、ぜひ取り入れたいなと、ずっとこれ聞いてから思っていたんですけども、これは週2回できて、継続的にできるっていう点でやっていきたいなと思いつつ、今も不定期で体操教室とかやっているんですけども、それがやっぱり簡単なヨガとか、簡単に椅子に座ってする運動とかになるんですが、すごい個人差があって、えっ、あれでっていうぐらい、翌日起きられへんかったわ、しんどくてね、そういう話を聞くと、本当に個人差、その簡単な運動っていう言葉が、すごい個人差がある。そのときの体調にもよると思うんですけども、そういうことを聞くと、またちょっとやっぱり運動って簡単にするのは怖いなって。もちろんプロの人に入ってもらうんですけども、それでも何か、膝が余計痛なった気がするわ、といった感じのこと言われたりすると、本当にちょっと、地域の会館で手軽にするっていうのも、専門にしている人じゃないので、ちゃんと考えていかないとあかんと思う。このいきいき百歳体操いいなと、頭の片隅にあるんですけども、そんな感じでいろいろ考えています。

○長田議長　運動の面では、今おっしゃった個人差があって、そこから危険性もあると、それは実際ついてくる問題かと思えますけれどね。

そしたら阿形委員、何か。

○阿形委員　5日の日ですかね、災害訓練、東成区一斉にやりますよね。そのときに、運動もされてない、動かせないってなってきたらね、僕いつも思うんですけど

も、まずどこどこの家を訪問じゃないけど、見てあげないといかんという気はするんですよ。その中で、毎朝うちの前を歩いてね、買い物に行かれるお年寄りがいてはるんですけども、これも一つの運動かって。気をつけて行っといでやって僕は言うんですけど、やっぱり聞いたら、ずっと寝ていたら動かれんようになるんちゃうかなって気になるって。せめてこれは歩かなあかんと思って、何もなければ、歩きに行くねんと言われるおとしより多いんですよ。

だから、今いう、災害訓練ですか、あんなところで皆さん、やっぱりおとしより多いですけども、来られたら、さっき言われたように、何か一つ手足動かす運動とか、そんなん取り入れるとか。ちょっとだけ真ん中で休憩しましょうとかいうような感じで、体操を取り入れてもいいと思ったりもしますね。

○長田議長　　ありがとうございます。石川委員どうぞ。

○石川委員　　単純に、このいきいき百歳体操はこのネーミングやないとだめなのでしょうか。何かちょっと引っ掛かってしまうんですけど、別の名前でもいいのかなと思ったりします。

うちに来ている、介護予防で通っていた方とお話していると、あのネーミングが嫌やって人が結構おられたので、区で募集されるとか、知恵を絞ってみるのもいいのかなと。

○木口副区長　　違う名前でも問題はないと思うのですが、市全体として一応この名前になっておりますので。

○石川委員　　この名前になってしまっているとわかっていて言っているのですけれど。引っ掛かる方がおられるのであれば、変えてみてもいいんじゃないかなって。広がっている区がありますでしょ。例えばお隣の京都府とかもどこの地域でもされていて、主体的に取り組まれているという状況も聞いているのですけれども。そういう形で広げて行って、城東区の場合そこの代表の方がすごく元気な方で、がっつりそこで進めていきはって、主体的な住民の取組みにしていると思う。そんな状況もあるので、

どうやって広げていきはるのか、役所が進める、保健師が進めてしまうと受け身になってしまう。提供されるものっていう。

先ほどの塩田委員からの話もあったんですけど、提供されるものって理解をすると、ちょっとしんどなったら、相手の責任にしてしまうというところがあるんですけども、僕、意見でも書いていたんですけど、運動も介護要望も、自らするものなので、誰かからサービスとか支援を受けてするものではないと思うので、だからこの百歳体操も多分保健師さんは、自主的な取組みにしたいと常々言っておられるんですけど、それをどのタイミングでそれに変えていきはるんやろうなっていうのが僕にはあんまり見えなくて、情報提供をしていきはって、このスタイルで老人福祉センターでやったりしても、どこかで自治体的なところへ変わっていくのかな。そういうときに、先ほどたまたま城東の話を出して、平野の話も五嶋委員が言ってくれはったんですけど、誰か核になるようなリーダーの人がおりはったら、住民のほうがりはるかもしれないですけど、保健師を引っ張ったら、多分、役所が引っ張っていくだろうなというふうに思ってしまうので、もし、引っ張るのやったら確実に引っ張りはったらいと思うし、中途半端なところで手を離されたら、多分何も残らないだろうなと思う。

○五嶋委員 健康づくりがしているってことは、保健師さんが引っ張っているねん。

○石川委員 当然そうなんですよ。

○五嶋委員 どこか核になるところがなかったら、広がっていかないのじゃないですか。

○石川委員 当然そうやと思うんですけども、現場と城東の話も現場の話も聞いたんですけども、保健師さんはそこには入っておられない。

○五嶋委員 もうあそこは前からしているから、もうみんなのできるようになっていくからね。今ここは始まったところで、どうしていいかが皆わかっていないのと違うかな、まだ。

○石川委員　　どこに落とし込んでいきはるのかが、ちょっと見えないんですね。だから、例えば前回の意見の中で母子会さんもやり、食生活改善推進員協議会さんもやり、例えば女性会もやりってなったときに、結局リーダー不在っていう話になって。

○五嶋委員　　うちは入らない。うちの体操が、大阪ふれあい体操というのがあるから、それを毎回やっていくし、大阪市もそれを今年は研修会で、指導をもう一回再指導して、地域に見学するような、うちもその運動はやっているの。

○石川委員　　食生活改善推進員協議会は、食生活改善推進員協議会のやつをやらなあかんのですか。

○五嶋委員　　うちはもうやるっていうんじゃなくて、その都度にやっていく。

○石川委員　　例えば地域のサポーターさんの中で、ここ使って、ここ使えへんみたいな話でもめたりしないのですか。

○塩田委員　　若返り体操しなあかんとか、どうなんでしょうね。皆さんそういう意識でやってはらへんのですよ。今までの方は、多分。いきいき百歳体操に勝ち負けをやっているような感じはないと思うので、そこは大丈夫です。

○石川委員　　一番言いたかったのは、ネーミングはこれですかということ。

○長田議長　　あと齊藤委員、何かありますか。

○齊藤委員　　私は個人でプール行っています。ずっと毎日ね。脳梗塞で倒れはった人も来てね、半身不随の人がちゃんと歩けるようになってね。

○長田議長　　運動の重要性というのは、やっぱあるということやね。

○齊藤委員　　皆さんと会話もできて楽しいです。

○五嶋委員　　でも、これもどこか核になるところを作ったら、広まっていくと思う。そうでなかったら、点でばらばらしていたんでは何もできない。

この体操も1から10まで全部やらなくても、足をこう動かすだけでもいいやろうし、さっきおっしゃったように、その人の体力によって、もう明日動けんようになったわ、とかいうようなことのないように、そういうことを考えながら本当に、この前あそこ

でしたように全部でなくて、手だけとか足だけとか、足から初めて、本当に少し少しから積み上げていくような指導っていうのかな、それをしてもらえるのなら、今一番いいのかな。

だけどやっぱりやる場所といたら、憩の家とかそういうふうなところへ寄って集まる時が一番ベターかなって思いますけれど。

○石川委員 地域によっては、そのときでも当然のように利用料取られるんですかね。そこは、取らない。やっぱり、取るところと取らないところとかありますよね。その辺も、広げるときに助けていただけるといいなあと思ったりします。

○五嶋委員 憩の家の利用料はいる。

○石川委員 それがね、取るところと取らないところと、例えば食事サービスやるところでも取るような地域があったりするのです。

○上田副議長 大成地域やったらね、喫茶があるんですよね。どこでもありますがけれど、今まで日曜日にやっていたんですけれど、このごろ平日に変えたんですよ。高齢者の方、多いんですよ、来られるのがね。今言われているように、利用料の件もあるけれども、その時に併用するわけ。2つの行事を一緒にやってしまうと、あわよくば無料で使えるからね。

○五嶋委員 人も来るし、楽しくできるん違うかな。

○石川委員 そればかりやるよりはね。そのほうがいいかもしれないですね。

○上田副議長 石川委員が、百歳体操ネームのこと言っているけれども、今、話出たように若返り体操というのもありそうやし、ネーム取りかえたらいいやん。長生き体操でもいいやん。

○塩田委員 広がっている地域も、こうやって長い名前じゃないですか。いきいき百歳体操しましょうと言ってはるんですかね。何か縮めたりして言ったりしないんですか。

○石川委員 愛称は聞かなかったので。百歳体操と言っていた。

○五嶋委員　　だから、そんなときにちょっとずつちょっとずつこうしていったら、広まって、足を動かしましょう、体動かしましょうでいけるのと違うかな。

○石川委員　　健康づくりと介護予防につながるので、広がってくれたらいいんですけどね。

○長田議長　　副議長何か、今ので。

○上田副議長　　僕は血圧が悪いからということで医者にかかっていますけれども、医者から幾つまで生きていますかという質問があったんです。僕は、欲は言いませんと、男の平均寿命でよろしいですと。今の男の平均寿命は80ですと。私の言うこと聞いてくれたら80まで補償しますと、言ってくれる。一つ悪いところがあれば、それしか悪いところないんですけれど、こんなお医者さんの前で言うたらいかんですけれど、次々といろいろ検査してくれはりますでしょ。健康診断と一緒にやと思って、検査していますけれど、幸いなことに他に悪いことがない。検査は心臓の検査とか、いろいろ血液検査とかははりますけれども、自分にとっては痛いも何もないときに、事前に体を診てもらうことやから、これを徹底すれば、病気になる前に、ちょっと初期段階で救ってもらえるのかなって思って、これが先生の手かなと思っておるんですけれど。次々と検査が入っております。

○長田議長　　僕、知らないのですが、質問なのですが、このラジオ体操というのによく参加しているという方が多いのですが、このラジオ体操というのは、区からやっているんですか。

○木口副区長　　いえ、区役所のほうではラジオ体操の取組みはやらせていただけないと思います。先ほどもお話がありましたように、区の中で自主的にクラブみたいな形で実施されているところがありまして、区によったらかなり大々的に、多くの方でやられているというところもございます。

○長田議長　　結構公園でされていますもんね。この東成区って結構公園多いですもんね。これロングセラーですからね、ラジオ体操第一って。結構このラジオ体操も

いいかなと、僕感じているんですが、今のテーマでありました運動についてご意見いただいたところですけど、まとめますと、運動というのももちろん大事なことであるということですね。寝たきりを予防し、健康でいきいきとした生活が送れるように、筋肉を鍛えながらいくと。その今回の取組みとしては、百歳体操というネーミングはとりあえず、百歳体操を中心に区役所としては進めていこうということですね。それに当たっては、やっぱりもう少し核になるというか、インストラクターと言いますか、そういう指導者を増やして行って、その区役所の取組みから外れたときにでも継続できるような体制を整えて行って欲しいということですね。それを実施する場所というのも、またちょっといい案が出れば、区役所のほうからも検討していただきたいというふうなことです、それでいいでしょうか。

それを運動の面の意見として、区役所に提案させていただきます。

次に、健診やかかりつけ医の予防の分野についてのご意見をお願いいたします。今度は予防についてですが、この点、私も関わっている内容だと思っておりますが、何かご意見ないでしょうか。

また、阿形さんからいきましょうか。

○阿形委員 僕自身ね、かかりつけの医者ってないんです。全然持っていないんです。というのは、今、歯科医のほうへ口腔がんで行きましたら、やっぱり行く度に血を採られるんですけど、歯医者先生やから、体の中のことわからないんですよ。この間も内視鏡とってきてくれと言われて、どこかかかりつけの医者があるかというから、ないと言ったら、大手前病院紹介してもらって行って来たんですけど、やっぱりこうして聞かれたときに、かかりつけの医者って持っていないとあかんのかなって。でも、実際に悪くないのにね、どこの医者に行ってもいいかわからんしね。

よく区のほうから出てきます医者の一覧表かな。この中で自分の家から一番近いところを選んで行くのがいいのかなと思ったりしているんですけど、どういうきっかけでかかりつけの医者を持てばいいのかというのを、僕自身がまだわかっていない。

というのは、そんなずうっと行かんとあかんような病気にもなったこともないし、今回が初めてだったので。これ困ったなど。何かあったら、すぐ近くの医者に行くのも、決めておかないといけないと思ってね。

○長田議長　これは、ずっとじゃなくても、何かあったら、風邪引いたら、おなか痛、何でも、下痢をしたとかそういうようなときでも、大体決まっているかということでもいいと思うんですよね。

今、口腔外科のほうで行っておられるので、それもかかりつけ医としてもいいと思いますけれどね。

○阿形委員　内科のところで結果をもらってね、見せにいったらそこの先生がね、こうなっているのかと写真見て言われるから、何や、心細くなってきて。

○長田議長　石川委員、何か。

○石川委員　予防といたら僕も仕事柄どうしても認知症予防であったり、介護予防であったり考えてしまうんですけれど、先ほど健康づくりのときもお話したんですけれど、やっぱり自分ですることなんですよね。自分で運動したりとか、勉強することもそうですし、出かけていくこともそうですけれど、そういう自らやることですよっていう、伝えていくようなものをサポートしてもらえたらありがたいと思っております。またそういうものに取り組んでいきたいと思いますということも、伝えていかないとだめなんだろうなと思います。

ある地域で、認知症予防の教室をやっている地域があるんですけれど、なかなか参加者が集まらなくてですね、せっかくやっても参加者がなかなか集まらないというのがありますので、そういうことは大事なんですよってということと、何かそういうものに参加していく流れも作っていったらいいのになと思っています。そこは何かネーミングも認知症予防教室じゃなくて、オレンジ大学か何かいう名前に変えられて、少しひねってはみはったんですけど、やっぱりなかなか参加する方が少ないというのがあるので、それでもとっても大事な取り組みだと思っていますし、地域自らが動いてはるすご

いことだと思うので、何か応援をしてもらえたらなと思います。

介護予防とか認知症予防もそうですけれど、介護とかって名前になると、何かお世話をされるような気になってしまったりするんですけど、介護予防も、僕、お話をするとき、誰のためにするものなのか、例えば今だったら介護保険法が変わって、介護予防のサービスがなくなって、そういうマイナスのほうから説明すると、サービスが受けられなくなるみたいな話になってしまうんです。本来、介護予防って誰のためにするんですかっていうお話のところに戻していく作業が、これからいるんだろうなと思います。介護予防って別にサービスとして受けるものではなくて、自らするものだと思うので、そこへもう一回、戻していくような作業があるなと思っているので、そこもうまい方法とか提案とか周知とかは、やっぱり役所の持っている大きな力だと思います。

○長田議長　結構、認知症とついでに講演っていうのはね、集まりが悪いという、何回もあっちこっちでやっているからかなと思うんですけど、10日ほど前に、僕、認知症に関する会のオープニングの発言をさせてもらったんですけどね、極めて少なかったですね。認知症は大きな問題であるのにも関わらず、会議を開いたら結構集まりが悪いような印象を持っています。大分やりましたけれどね、医師会も大分やりましたが、そういう点があるのかなと思います。

大垣委員、何かこの点ありますか。

○大垣委員　別段これっていうのはないんですが、やっぱりいろんなことでそういう病気が出てくることによって、自分も大事ですけど、かかりつけ医が何年も前から言われていて、私も必要ないかなっていう時期が大分あったんです。だけど、自分が、かかりつけ医というのを見つけて、そこからちゃんと紹介してもらって、大きな病院にいけるということになったら、安心もありますね。自分自身の。だから良かったなって思っています。皆さんかかりつけ医を、先生方がかかりつけ医って持っていますかって、よう聞いてはりますでしょ。元気な人は、持っていない方がいては

ますけれど、そういうふうな方にも、やっぱりこの先生やったらと思う人を見つけておくほうがいいなと思っています。

やっぱり近い先生ですね。

○長田議長　かかりつけ医のアンケートを、これここにありますが、問2ですかね、2、3、4の3問ぐらいはまともに医療に関わった質問ですが、問3ですね、実は私ちょっと質問にびっくりしたんですけど、選ぶ理由ということなんですが、近いってというのはどういうあれか、ひょっとして十分説明してくれるとか、評判を聞いてとか、何かそういうようなことが1位になるかなと思ったんですけど、結構近いということがね、非常に大事なことですよ。近いというのは大事なことですけれど、いろいろ取り組んでやっていて、遠いから選ばれへんのかなとちょっと残念やなど、これは僕の私的な意見です。遠くても、ええ先生やったら行ってください。でも、基本近いほうがいいですね。電車乗って行くようなところはよくないです。それは意味がないです。

○大垣委員　私、10年ほど電車に乗って行ってたんです。でも、もうやっぱりあかん、この年になったら、それで東成区でしたんですけどもね。近くにもお医者さんいっぱいあるので、やっぱり自転車で行けるところで行っていますけれど、今度歩いて行くようになったら大変やなど、いろいろ考えますね。

○長田議長　五嶋委員、何かありますか。

○五嶋委員　かかりつけ医と予防って、この予防については、私たちが食生活について生活習慣病を予防、小さいころでの生活習慣病、糖尿っていうことが出ていますのでね、そういうふうな予防から高齢者にとっては低栄養のことで、ずっと食育を通じての予防っていうことをやっています。

かかりつけ医ってというのは、私も本当に今度がかかりつけ医ってありがたかったなって思っているんです。何かしんどいなって思って、2日くらい前からしんどいなって思って、そしてその日もどうしても来てお話を聞いて、お願いせないかんことがあ

って、役所へ来て西山課長さんをお願いをして、そこからかかりつけ医に行ったんですよ。すぐに、五嶋さんこれあかんで、もうすぐにここから救急車で行ってって言われて、そしてすぐにそこから行かせてもらったようなことが、本当にこの2月にあったんです。だから、本当にこのかかりつけ医って大事やなってというのは、私は身を持って知ったっていうのが、よかったなって思う一人なんです。

ようここまで来たなって言われた。そして、ここにペースメーカー入れたんですけれど。だから本当にこれは大事なことっていうことは、皆さんに本当に言えるっていうこと、誰にでも啓発していけることやなと思っています。

○長田議長 齊藤委員、何か健診についてご意見ないですか。

○齊藤委員 私もかかりつけはありますよ。

この間物すごく手が痒くてね、どこの病院行っていいかわからないのね。5日間ほど、物すごく手の平が痒くて、何で痒いのかわからんのやけれど、もう寝られんほど痒いんですよ。何か考えを変えたら治ったみたいで。自分ではストレスかなと思ったんですが。それではまだ病院行けないしね。

○長田議長 それでもかかりつけ医、何科に関係なく先生に相談しに行ったらいいと思います。

降幡委員、何かありますか。

○降幡委員 僕も一応かかりつけ医は行っていますけれども、血圧が高いと言われたのでね。大体キャンプに行くとき、20歳くらいでも健康診断出すでしょう、そのころから若年性高血圧になっていて、本人は何ともないんですけど、ある年になったときに、ぎっくり腰で行きました。そしたらぎっくり腰になったときですか、上が二百何ぼで、下が百何ぼ、それから薬を飲みなさいと言われて飲んでいますが、別に今も低いですから、何ともないんですけど、そこへ、ずっと行っています。

○長田議長 そういうことですね。何か健診について何かご意見。

○降幡委員 健診はできるだけ1年に1回はするようにしていますけれど、ここ2

年ほど忙しくてしてないです。

○長田議長　この特定健診とか後期高齢者とかそういうような。

○降幡委員　大阪市からいただいているので2回ほどしましたけれど、もう向こうの先生にやってもらっている。

○長田議長　他に、西村委員は。

○西村委員　僕も毎年国民健康保険特定健診というのをやっているんですけど、いわゆるかかりつけ医でやってもらっています。かかりつけ医いわく、これでひっかかったらもう末期でっせ。それやったら意味ないやん。ただ毎年ね、同じお医者さんにかかって診ていただくことは、意味のあることかなと思って続けているんです。今度は、来月行きます。そういうことでやっていただけるということは、非常にありがたいなと思っています。

今ちょっと気になっているのは、ちょっと話が変わるかもしれませんが、今うちのおばあちゃんがデイサービス行って、介護ヘルパーさんにお世話になっているんですけどね、これ団塊の世代がほんまにその年代になったとき、これ続けられるんですかね。こういうサービスっていうのは、ちょっと、パンクするのと違うかと思うんですけどね。

○長田議長　パンクしますよ。必ずすると思います。

○西村委員　必ずしますよね。

○長田議長　難しいと思いますわ。そやらか、あと10年もう切りましたね。だから、形は変えてくると思うし、もちろん審査も厳しくなってくると思いますしね。それが今、大問題になっているわけで。

4番目の社会とのつながりというところでも、多少関係するとは思いますがけれども、効率よくできないかというような、ネットワーク作りというのも今進んでいるのも事実なんですよね。

○西村委員　やっぱり僕らでも、さっきのそういうボランティアのね、そういうも

のはやっぱり、力を発揮していかないといかんという気はするんです。地域で守りあいをする、そういうシステム作りはやっぱりずっとしてもらわないと困ることかなという気はするんですけど、ここで考えることか、市で考えることかは知りませんが。

○長田議長　ありがとうございます。高野委員は何かありますか。

○高野委員　私らも、10年くらい大阪市の特健診、保健センターでやってもらっているんです。五十代ぐらいまでは、ちょっと医療関係に仕事に行っていましたね、それからずっと病気になるのがないんですよ。だから先生をどの先生、かかりつけ医を選ぶっていうのは、私にとって物すごく難しいんですよ。いまだに持っていないんですよ。

特健診で、毎年データをもらって今のところ何にもありませんって、どこへも相談にも行けないしね。でも、年齢はある程度いっていますので。だから、かかりつけ医っていう選択というのはすごく難しいな。

特健診と一緒にいる方で、お話している人でも、やっぱりかかりつけ医をどうして選ぶかっていう指針がね、やっぱりわからないっていう人もかなりいるんですよ。だからどの先生がいいとか、人によって個人差はあると思うんですけどね。今、病院で何科で受診できますっていうのはあるけれど、個人的にこの先生だめとかいうね、その線引きができないでしょう。何かその選べるね、指針というのがあればいいと思います。

○長田議長　僕はどうやって選んだらいいかっていうのはあれですけど、やっぱり大事なものは、評判と距離じゃないでしょうかね。これやっぱり人対人なんですね。相性というのもやっぱりあるかと思いますが、医者は患者さんを選べないんですね、患者さんは医者を選べますのでね、いけすかんというように思ったら、変えたらいいんで。

○高野委員　しょっちゅう変えてもいいもんですか。

○長田議長　それはね、あんまりやらんほうがいいと思います。しょっちゅう変え

ると、結局かかりつけ医じゃなくなってしまうからね。ご自分の健康の資料が集まりませんのでね。だから、かかりつけ医を持ったら、やっぱり病気というのは一つだけじゃないでしょう。そのかかりつけ医は全部できるわけじゃない、スーパーマンじゃないので、必ずどこか持っていると思います。その返事が必ず返ってきますので、昔は返ってこなかったけれど、今は必ず返ってきますので、全部体の専門的な知識なりデータが入ってきますからね、そういうのをまとめてもらえるのでいいと思います。

だから、初めどうしたらいいのか、評判と距離からまず入って、内科的なのに、眼科の診療所行ってもそれはだめですけどね。内科や外科やあげているところは問題ないと思いますけどね。

塩田委員、どうぞ。

○塩田委員　特定健診はまだ私も行ったことがないので、逆にどうやったら私世代の人が行かないかと思うようになるのかって、自分にも問いかけるんですけれども。

話がちょっと戻るんですが、さっきの予防の話ですけども、介護予防とか認知症予防とかやらなあかんとか、勉強しに行くようなそういうものではなくて、ちょっとした閉じこもり予防の感覚で、いろんな催しとか取組みをしているんですけども、そういうのって、町会とかに入っていないとあかんのやろうっていうのをよく聞かれます。私が答えられるのは、聞かれた一人ひとりに対して、いえいえ来てくださって1対1で言えるだけなんですけど、そこをもっと皆さんが地域の住民が集える場所ですよっていうことを、広報っていうたらおかしいですね、そういうお知らせっていうか、大きくしてもらえたらうれしいかなと思います。

逆に昔の方のほうがそういうふうに思いはるというか、引っ越してきたばかりやからあかんのとか、老人会に入らなあかんのとか、そういうのを、もうちょっと皆が使える地域資源なんですよって、気軽に行ってコミュニティを作るとするか、楽しく集える場所ですよっていう感じのことを、どうやって皆さんに大きく言っていただけるのか。何せ私らも1対1でしか言えないので、そこを大きく言っていただけたらう

れしいかなと思います。

○長田議長　それは町会に所属してなくても、それはいいわけなんですか。

○塩田委員　いいんです。本当参加費100円とか50円払っていただくと、楽しいこととかいろんなことが、日々の小さい積み重ねをしてもらいたいなっていう気持ちでやっているんですけど、いや、私あかんと思っててんって、マンションやから町会費払ってないしとかっていうふうに、来たいのに来れないと思ってはったっていう人が多いいですね。それ言われるとすごく残念で。

○大垣委員　うちの地域では情報紙に、ちょっと広告入れたりして、広告として入れたりしてはる。ふれあい喫茶、食事サービスとかね。そうしたらね、やっぱり二、三人は来られましたね。新しい方が。でもそのあとはどうなるかちょっとわかりませんけれどね。一度出して、またしばらくおいて出そうかなという話やったんだけど。

○長田議長　上田副議長、何かございますか。

○上田副議長　僕も今も話していましたが、病院にはかかっているんですけど、それはうちの町会に病院がありますから、近いからいうことでね、行っているだけなんですけれど、診てもらう先生は、同じ先生に診てもらっていますけれども、そのお医者さんは勤務医なんですよ。そこに住んでいるわけではないから、いざ僕が何かあったときでもその先生はいないわけです。晩に何かあったときとかね。それが一番不安でね。その先生は開業していないので、かかりつけ医であって、もう一つそういうときには、どういうふうに動いてくれるのかなというのが一番不安で。ただそのお医者さんとは、ウマが合うからかかっているんでね。人の評判は関係なしでね。人生かけとるから。命かけとるからね、先生頼むでって言っているんです。わかったって言ってくれたからね。

○長田議長　その馬の合うというのは大事ですね。

○上田副議長　それは一番やと思いますよ。そのかわり、お医者さんとやいやい、やりあいして話して、そして血圧を測るわけですよ。これはちょっと興奮し過ぎてい

るからちょっと休むわということで。血圧だけで行っているんやからね。1日6錠飲まされているんですよ。血圧だけの薬をね。6錠飲んで、150の60、それでも薬変えないね。僕、最初に行ったときは、220の120やったんですわ。

○長田議長 倒れなかったんですか。

○上田副議長 それが、一番怖いんですよ。

○長田議長 危ないですよ。緊急入院ですわ。

○上田副議長 破れる寸前やということでね。それもずっと献血行ってて、そのときに高いないうことで、それからの始まりですのでね。

もうそのかかりつけ医が勤務医だということだけが、ちょっと辛いんや。

○五嶋委員 このごろはお医者さんいないもんね、皆住んでいるところ別やもんね。

○長田議長 ちょっと夜間の不安とか、今後また機会があったら僕お話できるかと思えますけれども、これに対する取組みというのも各診療所でやってはると思えます。私のところであれば、電話は通じるようにしていたりとか、それぞれやってはりますので、またお話する機会あるかと思えます。

とりあえず、この予防の項目について意見も出たかと思えますので、ちょっとまとめさせていただきますと、健診の大切さというのは、皆さん同じ意見かと思えますので、東成は残念ながら健診率がすごく低いんですよ。大阪府でも低いので、ぜひこれを啓蒙して、受けていってもらいたいと思えますし、これは区役所のほうからもやっていたいていますし、かかりつけ医も多くのかかりつけ医がこの辺の検診をできるかと思えますので、利用してですね、検診を受けて、大事なのは、健診の結果を踏まえて次進んでもらわないといけないんですね。受けるだけじゃなくて、例えば大腸がんで陽性に出たときには、そこで終わらずに次に進んでもらわないと、最終的に診断はできない。それを受けるだけじゃなくて、そこまで啓蒙した活動をしていけたらと思えます。

かかりつけ医を持つということは、非常に必要なことだろうというご意見が、僕勝手にいいように捕らえましたけど、一応妥当だというふうに感じておりますので、そういうようなことをですね、我々の医師会とも協力して区のほうよろしく願いいたします。

それでは最後のところですが、社会でのつながり作りの分野についてのご意見をお願いいたします。この件に関しましては、石川委員からご意見を提出していただいておりますので、石川委員から何かお願いできますでしょうか。

○石川委員　先ほど、ちょっとだけありましたけど、西村委員から、この仕組みは維持できんのかという。

昨日、医療介護の連携の担当者会議がたまたまあって、そのときの資料が手元にあったんで、気になるところが二つ三つあって、当然おとしよりが増えていく流れ、どれくらい増えているのかっていうところで言うと、昭和40年のときはね、20歳から64歳の方が65歳以上の人を9.1人で一人支えてはったんですね。今問題になっている2025年にはどうなるかという、1.8人で一人という、平成の中だけ見ても、平成の2年とか、平成の始まりごろって5.1人で一人やったんですね。だから平成に入ってから最初のころはまだそうでもなかったんですけど、1.8人で一人支えなあかんのやったらすごい状況になってきてて、おとしよりが増えているのと同時に、じゃあ介護給付がどれだけ増えているのかというデータがあって、2000年は2,911円。全国平均で2,911円やったんですけど、2015年の全国平均は5,514円です。ちなみに大阪市ですけど、大阪市は6,758円ということで、全国平均よりも1,244円高い状況になっています。この後2025年にはどれぐらいになるかっていう金額は、8,165円全国平均になって、さらにどんどん上がって行って。先ほどの大阪市は多分これよりも高くなるので、2025年にはこのまま使い続けると、保険料は1万円を超えるという。同じ率で計算すると1万2円でした。

えらいお金もかかって、高齢者が多くてたくさんサービスを使うからお金も必要で、

地域でお話しているときに、奥さんがいなくなったりとか、ご主人がいなくなった後、どこで暮らしたいですかというご質問をさせていただくと、施設で暮らしたいのか、子どものところで暮らしたいのか、今住んでいるところでサービスを使いながら暮らしたいのかという質問をさせていただくと、9割5分ぐらいは、今のところでサービスを使いながら暮らしたいと。子どものところに行くのは嫌やと言われるのでね、そりゃどんどんサービス使うことになりますから、使えば使うほど介護保険料は上がりますので、厳しい。おとしよりが増えてサービスをたくさん使って、こっちはお金ようけいって。

もう一つ実は気になることがあって、もう一つはね、介護の従事者が全然足りなくなってきました。2025年には大阪府下で言うと、3万人以上足りないということで、大阪市内だけでみると、大阪市の人口から考えるとその大体3分の1ぐらいで、1万人介護の従事者が足りないということになります。多いだけじゃなくて、担い手ももういない時代が来てしまって、ある区内の社会福祉法人はベトナムとかフィリピンからの、一旦フィリピンで受けて職員採用しておられたんですけど、ちょっと文化が違うということで、合わなかった。次はベトナムは文化が似ているのと違うかっていって、文化が似ているという想定で、ベトナムまで見学に行かれているような施設もやっぱりあるのでね、相当深刻な状況だと思います。お金も厳しい、おとしよりも増えてっていう、担い手も足りないということであれば、おのずと地域に期待されるところが大きくなるんですけど、地域もなかなか、皆さん今労働人口も足りないので、65歳超えても仕事やれる人はやってくれみたいな話になっていって、地域の担い手のほうもね、すごく少ない状況になっているので。一体どこで手を打つんだろうかっていうのが、地域でも頑張ってもらわないといかんけれど、仕事もしてもらわないといかんって話になってくると、昔みたいに、お仕事を府内でお商売されていたりする方が多かったらいいんですけど、外へ出てお仕事をされている人がたくさんおられる中で、地域のことと両方なんてできないので、どこでどう手を打ちはるのかなと

思いました。

たまたま、どれぐらいのお金がね、介護保険と医療の関係の、国保の関係で大阪市内で使われているか、たまたまここにあるので言いますけれど、介護保険の給付費、使われている給付額ですけど、約2,138億ですよ、介護保険の給付ですね。国保のほうは2,608億。両方合わせると大き過ぎて5千億近い。大阪市でね。東成区だけでどれくらいかなって、その率的に見ると、給付費が出ていないんですって、区役所に聞いたら、出ていないんですけど、単純に推測をすると146億ぐらい、両方合わせたら、推測ですよ。あくまでも定かではない数字ですけど、それぐらいたくさんのお金がかかっているの、それは西村委員が大丈夫なんかいなって言われるのは当然のことなんで、そんな状況でもあるんですけども、先ほどの予防的な取組みとかね、健康づくりも含めて、地域の役員さんとか地域組織に頼るだけではなくって、自分たちがやれることは、自分たちでやってもらわなあかんのだろうなと思います。

介護保険の改正の中で、生活支援コーディネーターというポストがあるんですけど、そこの研修で厚労省の研修を受けさせてもらったときに、出ていた国のそれを作られた人が説明したのは、自分のことは自分でやれるようにという話で、一番びっくりしたのは、年とってきたら奥のほうの洗濯物が取りにくいときは、火ばさみで取りなさいみたいな話になってね、国の研修で厚労省の人がそんな説明をするだと思ってね。そこまで切実なのかっていうふうに思いました。だからそれぐらい、自分のことは自分でやれるように、努力して欲しいと国側は思っているんだなあって。国の研修で、厚労省が言うとは思っていませんでした。ちょっとびっくりしました。健康づくりのほうも含めて、自らやれるところはやっていただかないとだめなんかなと、百歳体操の話に戻ってしまいますけれど、例えば元気アップトレーニング教室みたいなのをやって、まずベーシックコースがあって、マスターコースがあって、エキスパートコースがあって、エキスパートコース済んだら、広げる役ができますよみたいな、自らが自らの同じ立場で広げられるような、ステップアップしていくようなスタイルが

あったりとか。今、有償のボランティアの取組みをしているんですけど、今で160人ぐらい。両方合わせると登録があるんですけど、活動のみの登録の人だと20人ぐらいしかおられなくて、そこの活動をやってもいいよっていう人を増やしていく必要もあると思うので、例えばこのトレーニング教室のエキスパートコースを終了した人は、その有償のこともやりましょうみたいなルール化をすとかね。何か工夫をして担い手作りをしないと、伸びないんだろうと思います。それくらい活用していかないといけない状況が、今、西村委員が言われていたような状況も含めてあると思います。

結構いろんなご相談をいただいています。長屋と長屋の間にちょっとすき間があるんですけど、そこに草がいっぱい生えるんです。長屋はみんなおとしよりばかりになって、その間に入っていくと、草刈られへんねんっていうようなものとか、家にツタがはってしまって、そのツタが取られへんねんとかね。あと今多いのが家具の移動とか、そういうものが入ってきたりするんですけど、そんなもやっぱり、近所が一緒に年とってしまったから頼む人がおらんようになってしまって、近所に若い人がいたら、その兄ちゃんに頼んだらいいんですけど、皆一緒に年とってしまったら、わしも無理やわしも無理や、私も無理やねんになってしまっているような状況も実際にはあるようです。

ちょっと長かったですけれど、そんな感じで思っているの、やれることは皆でやって、そのベースになる地域が強かったらいいんですけど、地域だけではなくて、自ら取り組むことも大事かな。

役所にもそういう頑張っている人たちを評価するような、仕組みも合わせてお願いできたらなあ。

○長田議長 阿形委員は何か。今の感じで。

○阿形委員 やっぱり、こうして皆さんの意見を聞いてね、どうしたらいいんかっていう、一生懸命おっしゃっていただいているんですけど、現実には自分がね、そのと

きになったら、何がして欲しいんかってことを考えないとね。人様のことばかり一生懸命言っているけれど、自分がそうなったときに、どうして欲しいんかっていうのを言え言われたって、僕自身もはっきりわかっていないです。そういうような自分のことも踏まえて、こうして欲しいなって思ったら、人に尽くしたらいいし、人のことを考えて、やってあげたらいいのと違うかなと思いますね。

○長田議長 齊藤委員、何かありますか。特にないですか。

降幡委員何か。西村委員は。

○西村委員 社会とのつながりのことですか。

○長田議長 今、やっているのはおまもりネットとか、ご利用しようということに進んでいますけれども。

○西村委員 連合でもおまもりネットとかいうのも、頭打ちでしてね、なかなか伸びないんですね、ある程度いくとね。結局我々の手の届く範囲というのは、ある程度限界があるんですね。それをどう広めていくか、手の届かないところが一番危ないんですよ。その人に対してどうしていくのかというのを今いろいろ考えていて、ひがしなりだよりを地域で配布してね、その中に、そのいろんなチラシを入れて配付することによって、そういうね、町会に入っていない人とか、そういうところにも連絡がいくようになるよということでやっているんです。成果としては上がっていないんですけど、そういう目の届かないところ、そういう方が発信していただくようなチャンネルを、何とか作っていただきたいなとは思っていますね。

さっきの話で、思うんですけど、ラジオ体操みたいなものを室内でできないかなっていう話をしています、何かそういうね、ビデオみたいな、花村さん何か自分で体操やってさ、そういうのを各連合に配って、会合の前に体操してとかね、だからラジオ体操なんて室内でせんとあかんのですよね。室内で何か簡単に体操できるような。

○長田議長 当然百歳体操はDVDがあるんですね。

○西山課長 ありますが、ちょっと。

○長田議長 全体に配るほどはないわけですか。

○西山課長 そうですね。ただ、大阪市から貸し出しはしてもらえます。

○長田議長 DVDね、安いから。ダビングをやっていいかということを知ってきいたらね。それならいいですよ。

○西山課長 この資料で、もともと紙ベースでの体操をやっているところが、内容が入っていたんですけど、紙ではなかなかわかりませんか。

○長田議長 ありがとうございます。高野委員。

○高野委員 自分の身は自分で守ります。

○長田議長 塩田委員ありますか。

○塩田委員 おまもりネットの話なんですけれど、先月から、区役所1階のふれ愛パンジーをお借りして啓発させていただいて、ちょっとずつですけども、手応えとかもあるんですが、ひがしなりだよりも、次はいつですっていうのをいつから載せていただくんですかって聞いたら、11月号からしかちょっと、やっぱりいろんな日程で無理やって言われて、9月もするのに10月もするのに、何かせっかくやってるのにもっと皆さんに知ってもらいたいなっていう気持ちもあるんですけども、できましたら、前に今日こんなやってますみたいな、会議とか書かれているのを予告みたいな、例えば二、三日前からでも、9月何日にふれ愛パンジーにて作成会行いますとか、ちょっと予告も何日か前にどこか邪魔にならなくて、目立つところにやっていただけたら、もっと皆さん来ていただけるんじゃないかなと思うんです。そこをちょっとお願いします。

○木口副区長 掲示のほうは可能やと思うんですけどね。

○塩田委員 当日ではやっぱりちょっとなかなか時間がないとかもったいないので、せっかくなので。お願いします。

○石川委員 あまりつながりのない人が、申し込みに来られます。

○塩田委員 そうなんです。ちょっと話長くなるから、後でまた言いますわ。ほん

とそうなんです。

○森本区長　飛び込みのことですか。

○塩田委員　そうなんです。回覧、町会に入っていないくて、すごい情報に飢えている方と言いますか、ひがしなりだよりが命やねんっていう方とかが、こんなんやりたかったけどわからへんし、いつもやっぱり不安で、ちょっと高齢化して行って、自分も不安で、つながりを持ちたいけれど、つながってくださいってお願いできないし、みたいな方が来られていて、時間に余裕もあって、うろっとしてはった人が、入ってくれはったっていう感じ。

何か本当に、1日出てもそういう方だけでも3名ぐらいおられた。後は普通につながりとかもあったんですけど。多分何の用事がなくても、区役所にちょっと来られる方ってこうしていらっしゃるねんなどとか、人と話したりするために来られる人が多分おられるので、お願いします。

○長田議長　最後に上田副議長、何かありますか。

○上田副議長　ちょっと話がずれるかわかりませんが、このおまもりネットのカード、今も持っていますねん。運転免許を返上しましたので、それを返上したというカードも二つあるんですけど、この間郵便局行ったんですね。そのときに身元証明するものがあるとなっていて、おもしろ半分で見せたんですよ。最終手段はあるのやけれども、そうしたら向こう一瞬考えましてね、これ何やということで、住所も名前書いてあるやん、顔写真もあるということで。セーフになったんです。向こうも初めてやったと見えてね、一瞬すぐ答えは出なかったですがね。こちらは時間があつたらね。もめたら最終手段見せたらいんやけど。通りましたからね。さっき石川委員が言っておられたような数字聞いて、暗たんたる思いやね。今、心暗いんです。

○長田議長　いろいろご意見ありがとうございます。

区役所のほうに提案させていただく意見としては、できるだけ住みなれた地域で、暮らしていけるようにということを目的として、おまもりネットですね。区では今も

おっしゃっていたように、おまもりネットを中心にもう少し充実化できないかと、それに当たっては、来る人とか、目にする人なんかは大体決まっています、そうじゃない人に啓蒙するように、ちょっと頭打ちになっているということを西村委員から伺って、そういうようなところへは、踏み込めるような策を考えつつですね、その一つとして、塩田委員がおっしゃっていたような、東成区を頼ってきたような人に、広報的なものをしっかりさせると。その一つ、ひがしなりだよりというのが、非常に有意義な感じを受けているというご意見でしたので、こういうような面から、充実評価していただきたいなと思います。

その後、私のあれですけれども、これから地域包括ケアシステムとか、療養システムとかいうのを構築させていこうと、国の政策としてやっていこうとしていますので、そういうことにも円滑にいくように、連携するように、医師会とも連携を取って、この行政、区役所と連携を取って進んでいきたいと思っています。

以上、区役所に提案とする事項とさせていただきたいと思っています。

それでは、本日は協議事項全部終わりましたので、後は区役所のほうに進行をお返ししたいと思います。よろしくお願いいたします。

○中須賀課長　本日はさまざまな観点から議論いただきまして、ありがとうございました。予定していた時間、かなり過ぎてしまったんですけど、中身が濃かったかなと思っております。本日皆様方からいただきましたご意見につきましては、今後、来年度予算、区政の運営方針等に生かせるものは生かさせていただきたいと思っております。

以上をもちまして、本日の議事全て終わりましたので、第2回保健福祉部会のほう終了させていただきたいと思っています。

どうもありがとうございました。