

「市民の健康づくりに係る政策提言書」回答

1 減塩について

- ① 「減塩」と健康づくりの関係について、市民が知らない状況にあります。
日本高血圧学会が毎月「減塩の日」制定しています。市としてもそれを活用し、毎月減塩をテーマとした活動を展開し、減塩食の意義を広めること。
- ② 特定健診や健康診断の受診率が低い状況にあります。
18歳以上を対象に年1回、「尿中塩分検査」「尿中ナトリウム・カリウム比検査」を無料で実施し、検査結果で特定健診等の受診につながるようにすること。
- ③ 医師会・薬剤師会・歯科医師会との連携を更に求められる状況にあります。
調剤薬局が始めた「減塩食品紹介コーナー」を参考に、中津川市も一緒になって各団体と共同で取り組み、連携意識を高めること。

【回答】

中津川市の脳血管疾患による死亡は国・県と比較しても高い状況にあり、最大危険因子である高血圧に対する生活習慣改善を図るための啓発として、これまでも医師会等と連携し各種施策に取り組んでまいりましたが、今後も提言いただいた内容を踏まえ、より分かりやすく伝わる情報発信と、特定健診等の受診率向上に努めていきます。項目ごとの内容は次のとおりです。

- ① 文教民生委員会の先進都市行政視察から、他自治体の先進的な事例をご紹介いただきましたので、それらを参考に令和8年4月から毎月1回減塩相談日を設けることにいたしました。尿中ナトリウム・カリウム比検査やみそ汁塩分測定、血圧測定などのほか、個人の食習慣や健康状態に合わせた個別相談を実施します。また毎月17日の「減塩の日」についても広報紙やホームページ等でPRし、市民の減塩への意識づけを推進します。
- ② ①にも記載しましたが、令和8年度から開始する減塩相談にて、尿中ナトリウム・カリウム比検査を無料で実施します。尿中ナトリウム・カリウム比検査の結果等を活用し、特定健診等の受診を勧めてまいります。今後、尿中塩分測定につきましても実施できるよう検討していきます。
- ③ 中津川・恵那地域CKD対策会議では医師会等の関係機関が連携し、減塩対策等の取り組みを進めており、調剤薬局の「減塩食品紹介コーナー」は医師会と薬剤師会とが連携し取り組んでおり、令和8年度には中津川市内の全調剤薬局での設置を目指しています。

市としては市内スーパーと連携し、減塩食品の販売状況をまとめた減塩 MAP の作成や減塩食品 POP の掲示などの取り組みを進めており、減塩 MAP は市内医療機関や調剤薬局にも設置いただき啓発しています。今後も関係機関と情報共有し、連携しながらさまざまな減塩の取り組みを進めていきます。

2 歯周病予防について

歯科受診は、治療受診が中心となっており予防受診の意識が低い状況にあります。

- ① 成人歯科健診の節目健診を、現状の 10 年間隔から 5 年間隔にすること。
- ② 乳幼児健診の際に、母親の歯科健診も合わせて実施するなど、子育て中の市民が歯科健診を受診できる機会を増やすこと。
- ③ 5 歳児歯科健診・口ぽかん・噛み合わせ等の検査内容を広げること。
- ④ 特定健診・がん検診等の健康診断の案内に歯科健診の案内も入れ、歯科健診の意識を高めること。
- ⑤ 幼保園・こども園・小中学校での食後の歯磨きを教育委員会と連携して推奨すること。

医師会・歯科医師会・薬剤師会の連携・協力体制の強化が必要な状況にあります。

- ⑥ 成人歯科節目健診・乳幼児歯科健診の結果から、歯科受診の勧奨を行うこと。

【回答】

中津川市では「歯と口腔の健康づくり条例」を制定し、生涯を通じた歯と口腔の健康づくりのため、ライフステージに応じた歯科保健事業を展開しております。

今後も提言いただいた内容を踏まえ「予防受診」の意識が高まり歯科健診を受診する方や、歯科疾患の予防行動をとる方が増加するよう取り組みをすすめていきます。

項目ごとの内容は次のとおりです。

- ① 節目歯科健診については対象者全員に個別通知を行っており、受診率向上のため、歯科健診受診の必要性について各年代に応じた媒体を同封し啓発を行っております。国の歯科疾患実態調査では歯肉出血を有する人の割合は 20 代で 4 割を超えており、若い世代から歯科健診を定着化させていく必要があることなども考えられます。今後は国が推進している国民皆歯科健診事業の動向を注視しつつ、課題分析をすすめ、より効果的なターゲットから歯科健診事業の対象拡大を検討していきます。
- ② 乳幼児健診において保護者の歯科健診を合わせて実施することは、子育て中の母親が歯科健診を受診できる機会の確保につながります。

乳幼児健診における歯科健診は中津川歯科医師会に委託をしているため、歯科医師会の協力を得られるよう、事業実現に向け協議をすすめていきます。

- ③ 5歳児歯科健診については、保育園等において、年1回以上、園歯科医による歯科健診が実施されております。

「口ぼかん」や「噛み合わせ」が子どもの口腔の健康に及ぼす影響は大きいと考えており、市内全園に年2回訪問し実施している「はみがき教室」の機会に、保護者向け資料を配布し啓発を行っています。お口ぼかんの他、仕上げ磨きの重要性やフッ素の使用法、口腔機能のトレーニングなど口腔の健康に必要な題材を取り上げ啓発しており、今後も継続してまいります。

- ④ がん検診や特定健診の郵送物には、健診票や注意事項、検体容器など多くの資材が同封されるため、歯科健診の案内を同封した場合も紛れてしまう可能性があります。多くの市民の目にとまる広報紙やホームページ等に、糖尿病や心疾患、脳血管疾患など歯周病が全身に及ぼす影響等を掲載し、歯科健診の重要性を周知することで、歯科健診の受診意識を高めていきたいと考えます。

あわせて、がん検診等の案内文には、市のホームページへ誘導する二次元コードを掲載し、検（健）診への意識づけが高まるよう誘導してまいります。

- ⑤ 令和8年度は小学校で15校中13校実施予定、中学校では11校中9校実施予定となっています。

公立の幼稚園、保育園、こども園では、現在13園中10園が実施しており、残りの3園も令和8年度中に実施する予定です。

私立の幼稚園、保育園、こども園では、未満児園を除く8園中3園が実施しています。

今後も市からは歯みがきの重要性等の情報提供を行い、教育委員会と連携しながら、未実施の園や学校に歯磨きの推奨を行ってまいります。

- ⑥ 成人節目歯科健診は歯科医師会に加入する歯科医院に委託し実施しています。

受診後には、歯科医院にて歯周病予防に関する説明の記載された結果票を交付し説明が行われており、今後も歯科医師会と連携しながら進めてまいります。

乳幼児歯科健診で歯科受診や継続支援が必要な場合は、歯みがき教室や母子保健事業を通じてフォローを行っており、個々の状況に合わせて受診勧奨等を継続してまいります。

3 慢性腎臓病（CKD）について

特定健診や歯科健診、健康診断の受診率が低い状況にあります。

- ① 18歳以上を対象に年1回、「尿中塩分検査」「尿中ナトリウム・カリウム比検査」を無料で実施すること。
- ② 各検査結果で、特定健診・歯科健診等の受診を勧めること。

【回答】

中津川・恵那地域 CKD 対策会議では地域の新規透析導入患者数年間 30 人以下を目標に取り組みを進めています。新規透析者の原因疾患として、全国的には糖尿病性腎症の割合が高いですが、中津川市では高血圧が原因の腎硬化症からの導入割合も高い状況であり、CKD 対策としても減塩の取り組みをすすめていく必要があります。

項目ごとの内容は次のとおりです。

- ① 1-②でも回答いたしましたが、令和8年度から開始する減塩相談にて、尿中ナトリウム・カリウム比検査を無料で実施します。
また、令和7年度から市の特定健診（集団健診）、30代健診において尿中塩分測定と尿中ナトリウム・カリウム比検査を開始しました。これらの項目が特定健診で検査できることもあわせてPRしながら受診率向上を目指します。
- ② 1-②でも回答いたしましたが、尿中ナトリウム・カリウム比検査の結果等を活用し、特定健診等の受診を勧めてまいります。
また、特定健診受診者のうち、保健指導の必要のある受診者については、指導の一環として、歯科健診の受診勧奨も行っていきたいと考えます。

4 「減塩」「歯周病予防」「慢性腎臓病（CKD）」共通課題について

健康づくりについて市民への周知が不十分であり、市民の関心が低く他人事となっている状況にあります。

- ① 3つの重要事業、減塩対策・歯周病予防・慢性腎臓病予防の事業を計画的に推進するための年間計画を作成する。取り組む内容を明確にし、毎年見直して結果につなげること。（PDCA）
- ② 3つの重要事業、減塩対策・歯周病予防・慢性腎臓病予防のポスターを作成し、市の各施設に掲示する。チラシを作成し配布すること。
- ③ 健康づくりイベントの開催、六斎市等の各種イベントで展示等を行うこと。
- ④ 3つの重要事業の啓発のための「健康講座」を開催すること。
- ⑤ 市の広報、ホームページ、SNSの発信を長期にわたり掲載すること。

【回答】

これまでも市民の健康づくりを推進するため、健康課題を重点施策として取り組んでまいりましたが、今後も提言いただいた内容を踏まえ、さまざまな媒体を通して情報発信し、市民が健康についての関心を高められる取り組みを進めてまいります。

項目ごとの内容は次のとおりです。

- ① 「健康なかつがわ 21（第三次）」計画を策定し健康課題解決のため、「生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底」「ライフコースアプローチをふまえた健康づくりの推進」「健康づくりに取り組む関係部署及び関係機関との連携」を掲げ重点的に取り組んでいます。また、毎年健康づくり推進協議会を開催し、計画の進捗状況を報告しご意見をいただきながら事業の見直しを行っています。
歯周病予防・慢性腎臓病予防については、すでに計画内で進捗管理しておりますが、減塩対策については新たに指標を定め、健康なかつがわ 21 の計画とあわせて取り組んでまいります。
- ② 3 つの事業を含め、定期的に図書館の展示コーナーを利用して各種健康事業の啓発をしています。今後はライフコースアプローチの視点も含め、チラシやポスターを作成し、さらに啓発の場を拡大します。
- ③ 毎年健康フェアを行っており、展示だけでなく、血圧測定やベジチェック、血管年齢の測定など体験できるイベントを通して自身の健康に関心をもってもらえるよう働きかけ、健康課題や予防について啓発をしています。
健康フェア以外の市のイベントの際にも、展示など実施できるよう各課と連携してまいります。
- ④ これまでも「健康出前講座」として市民や市内事業所、各団体向けに開催しています。
内容としては、中津川市の健康課題である脳血管疾患や慢性腎臓病について現状を伝えるとともに、高血圧重症化予防のために普段の食生活を見直す機会となるよう啓発・健康教育を行っています。
また、歯周病予防についても、生活習慣病予防と合せて啓発・教育を行っており、今後も継続していきます。
- ⑤ 現在広報なかつがわやホームページにて、減塩レシピや健診受診の必要性、歯周病予防等を啓発しています。今後は SNS の活用も充実させ、ライフコースアプローチの視点であらゆる年代の方へ周知できるよう、内容を更新しつつ継続して掲載に取り組んでまいります。