

資料編

Ⅰ 青梅市健康づくり推進会議

(Ⅰ) 設置要綱

令和6年2月1日実施

1 設置

青梅市健康づくり推進計画および青梅市いのち支える自殺対策計画（以下これらを「計画」という。）の策定、改定および推進に関する意見交換等を行うため、青梅市健康づくり推進会議（以下「推進会議」という。）を設置する。

2 所掌事項

推進会議は、次に掲げる事項について必要な意見交換等を行う。

- (1) 計画の策定および改定に関すること。
- (2) 計画の推進における施策の点検その他の進行管理に関すること。

3 組織

推進会議は、次に掲げる者につき、青梅市長（以下「市長」という。）が委嘱する委員14人以内をもって組織する。

- (1) 学識経験者 1人
- (2) 医療保健関係者 4人
- (3) 農業関係者 1人
- (4) 企業関係者 2人
- (5) 教育関係者 2人
- (6) 市民団体の代表 2人
- (7) 公募の市民 2人以内

4 委員の任期

委員の任期は2年とし、補欠委員の任期は前任者の残任期間とする。ただし、再任は妨げない。

5 会長および副会長

- (1) 推進会議に会長および副会長を置く。
- (2) 会長および副会長は、委員が互選する。

(3) 会長は、推進会議を代表し、会務を総理する。

(4) 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。

6 会議

推進会議は、必要に応じて市長または会長が招集し、会長が議長となる。

7 意見の聴取等

推進会議は、必要があると認めるときは、委員以外の者の出席等を求めて意見を聴き、または資料の提出を求めることができる。

8 報告

会長は、必要に応じて推進会議の経過および意見等を市長に報告する。

9 秘密の保持

委員は、職務上知り得た秘密を漏らしてはならない。その職を退いた後も、また同様とする。

10 庶務

推進会議の庶務は、健康課において処理する。

11 その他

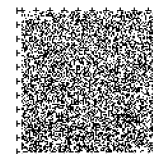
この要綱に定めるもののほか、推進会議の運営に関し必要な事項は、推進会議が定める。

12 実施期日等

- (1) この要綱は、令和6年2月1日から実施する。
- (2) 第4項の規定にかかわらず、令和5年度に委嘱された委員の任期は令和7年3月31日までとする。
- (3) 青梅市健康増進計画推進会議設置要綱（平成23年4月1日実施）および青梅市食育推進会議設置要綱（平成23年4月1日実施）は、廃止する。

13 経過措置

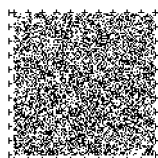
この要綱の一部改正は、令和7年2月26日から実施する。



(2) 委員名簿

※ ◎：会長、○：副会長

氏 名	選出区分	現 職
大 木 幸 子	◎学識経験者	杏林大学保健学部看護学科 地域看護学研究室 教授
神 應 知 道	○医療保健関係者	一般社団法人青梅市医師会 副会長
高 野 真	○医療保健関係者	青梅市歯科医師会 副会長
鈴 木 真 吾	医療保健関係者	一般社団法人青梅市薬剤師会 理事
清 水 省 吾	医療保健関係者	東京都西多摩保健所 生活安全課長
森 田 泰 夫	農業関係者	青梅市農業委員会 経営部会長
下 野 一 郎	企業関係者	株式会社梅文社 代表取締役
福 島 美 樹	企業関係者	コープみらい 東京8ブロック委員
梅 田 尚 之	教育関係者	青梅市立西中学校 校長
鈴 木 慶 子	教育関係者	三田保育園 園長
小 花 紀 彦	市民団体の代表	青梅市自治会連合会 副会長
野 村 欣 史	市民団体の代表	青梅市スポーツ推進委員協議会 副会長
高 橋 悦 子	公募の市民	
原 崎 彩 香	公募の市民	



2 青梅市健康づくり推進庁内連絡会議

(1) 設置要綱

令和6年2月1日実施

1 設置

青梅市健康づくり推進計画および青梅市のち支える自殺対策計画（以下これを「計画」という。）を円滑に推進するため、青梅市健康づくり推進庁内連絡会議（以下「連絡会議」という。）を設置する。

2 所掌事項

連絡会議は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 計画の推進に関すること。
- (2) 計画の進行管理に関すること。
- (3) その他計画にもとづく施策に関し、必要と認められる事項に関すること。

3 組織

連絡会議は、委員11人をもって組織し、次の職にある者をこれに充てる。

- (1) 委員長 健康課長
- (2) 副委員長 こども家庭センター所長
- (3) 委員 企画政策課長、保険年金課長、高齢者支援課長、障がい者福祉課長、こども育成課長、農林水産課長、指導室長、学校給食センター所長およびスポーツ推進課長

4 委員長の職務および代理

- (1) 委員長は、連絡会議を代表し、会務を総理する。
- (2) 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるときは、その職務を代理する。

5 会議

- (1) 連絡会議は、必要に応じて委員長が招集し、委員長が議長となる。
- (2) 委員長は、必要があると認めるときは、委員以外の者を会議に出席させ、意見の聴取または資料の提出を求めることができる。

6 報告

委員長は、必要に応じて連絡会議の検討経過および最終検討結果を青梅市長に報告する。

7 庶務

連絡会議の庶務は、健康課において処理する。

8 その他

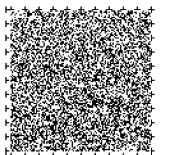
この要綱に定めるもののほか、連絡会議の運営に関し必要な事項は、連絡会議が定める。

9 実施期日等

- (1) この要綱は、令和6年2月1日から実施する。
- (2) 青梅市健康増進計画庁内連絡会議設置要綱（平成22年10月12日実施）および青梅市食育推進計画庁内連絡会議設置要綱（平成22年10月12日実施）は、廃止する。

10 経過措置

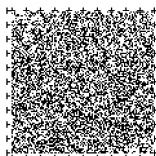
この要綱の一部改正は、令和7年2月26日から実施する。



(2) 委員名簿

※ ◎：委員長、○：副委員長

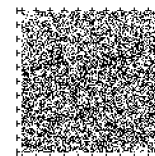
氏 名	所属
小 林 靖 幸	◎健康福祉部健康課長
中 村 恵 美	○こども家庭部こども家庭センター所長
野 村 正 明	企画部企画政策課長
山 口 剛	市民部保険年金課長
大 越 理 良	健康福祉部高齢者支援課長
斎 藤 剛	健康福祉部障がい者福祉課長
加 藤 博 之	こども家庭部こども育成課長
並 木 徹 二	地域経済部農林水産課長
拝 原 茂 行	学校教育部指導室長
榎 戸 智	学校教育部学校給食センター所長
中 村 栄 之	生涯学習部スポーツ推進課長

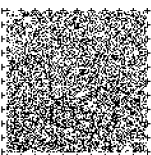


3 計画策定経過

開催日時		実施内容
令和6 (2024) 年	3月28日～ 4月16日	青梅市 健康と食育の市民意識調査の実施
	7月8日	令和6年度第1回青梅市健康づくり推進会議 ○ 委員の委嘱 ○ 会議趣旨の説明 ○ 自己紹介 ○ 会長および副会長の互選 ○ 計画策定について ・ 策定スケジュール ・ 市民意識調査結果 ・ 方針、施策体系等
	8月13日	令和6年度第2回青梅市健康づくり推進会議 ○ 意見交換事項 ・ 市の実績評価調査について ・ 新計画の施策体系等について ・ 自殺対策計画素案について
	10月29日	令和6年度第3回青梅市健康づくり推進会議 ○ 意見交換事項 ・ 青梅市健康づくり推進計画（素案）について ・ 青梅市いのちを支える自殺対策計画（素案）について

開催日時		実施内容
令和7 (2025) 年	1月14日	令和6年度第4回青梅市健康づくり推進会議 ○ 意見交換事項 ・ 青梅市健康づくり推進計画（素案）について ・ 青梅市いのちを支える自殺対策計画（素案）について
	1月28日～ 2月10日	パブリック・コメント実施
	2月27日	令和6年度第5回青梅市健康づくり推進会議 ○ 意見交換事項 ・ 青梅市健康づくり推進計画（素案）について ・ 青梅市いのちを支える自殺対策計画（素案）について





4 パブリック・コメント実施結果

(1) 実施期間

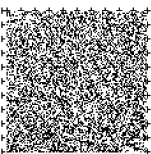
令和 7 (2025) 年 1 月 28 日 (火) ~ 2 月 10 日 (月) 14 日間

(2) 意見募集結果

1 名 4 件

(3) 意見内容およびそれに対する市の考え方

No.	御意見	市の考え方
1	昨今の健康に悪影響のある案件についての記載が見られないが、異常気象（熱中症等）、感染症（コロナ、新型インフル等）、社会生活（いじめ、差別、セクハラ、パワハラ、メンタル等）、社会問題（花粉症、PFOS 等）、SNS（誹謗中傷、フェイク等）、経済問題（物価高によるエンゲル係数の上昇増加）、市民活動（子供食堂や民生委員の活動）など諸々の健康に関係する課題などがあるが、これらの問題点に対しては計画の中では取り組まないのか。個々の取扱い記載が必要ではないのか？	御指摘の課題のうち「社会生活」の一部の内容は、本計画で「休養・こころの健康」の項目の中で取り組みます。 その他の健康課題については、本計画の中では項目立てしてはおりませんが、市の他の計画とも必要な連携をとりつつ対応してまいります。



No.	御意見	市の考え方
2	21 ページからアンケートの有効回答率 26%は低すぎるのではないかと。2,000 通にたいして 3/4 は返ってこない状況。世代別にみても 60 代以上の回答数は高いが、50 代以下（特に 10 代の男性）の数の数値を鵜呑みにするのは非常に問題がある。テレビすら見ない世代に対して郵送というアナログ的アンケートだけでなく、ネット、SNS（ラインや X など）などのデジタル要素を取り入れるのも時代ではないのか。偏りがなく平等に示顕する必要がある。	今回のアンケート調査では、お住まいの地域や年齢、性別などに偏りが出ないように配慮し、人口比率に合わせて無作為抽出を行いました。このことから、アンケート調査への回答依頼は、御住所への郵送のみにより行っております。また、回答に当たっては、調査票への記入だけではなく、ウェブ方式による回答方法も併用したところであります。
3	40 ページからの目標達成評価だが、特に 43 ページからの食育に関する評価はほとんど D、C の評価結果。目標の設定そのものに問題があったのではないかと。又、途中数年間の検証のタイミングもあったはず、経過後未達では。83 ページからの令和 6 年～令和 10 年の各部署の評価目標数値が毎年同数で検証もせず同じ数字を入れる事を繰り返すのでは、一定水準以上の伸びなどないはず。結果未達でしたとなる。目標に対しての増減の見直しを毎年していないのか。	43 ページからの食育に関する評価は、5 年前に策定した食育推進計画の中で適正と考え設定した目標に対して、5 年後の効果測定を行ったものです。 83 ページからの目標数値は、市の各部署が設定し毎年進捗状況を管理していくものであります。 今回の計画から、食育以外の取組も含めて数値目標を立てて、客観的な評価ができるようにしております。
4	そもそもこの計画案を見る限り、前次計画の文面に少し手を加えた程度に見える。目標数値にしても人的に作り、考えるのみでなく、AI での作成や検証が必要ではないだろうか。	この計画は、国の健康日本 21（第三次）の内容を踏まえつつ、健康増進計画と食育推進計画を一体化し、骨格を新たに作り直しております。個別の取組についても、数値目標を立てることなどにより、実効性を高められるように工夫をしております。 AI の活用については、今後の課題として研究してまいります。

5 用語解説

【あ行】

◆うつ病

うつ病は気分障害とも呼ばれ、気分の落ち込みと意欲の低下がみられる。また、物事のすべてを悲観的、否定的に考えてしまう認知のゆがみが生じる。

◆運動習慣者

1回30分以上の軽く汗をかく運動を週に2日以上1年以上実施している人。

◆オーラルフレイル

加齢とともに口のまわりの筋肉が衰えたり、唾液の量が減少したりすることで、滑舌の低下、わずかなむせ、食べこぼし、口の乾燥が起きる等、歯や口の機能が低下することをいう。

【か行】

◆介護予防

要介護状態の発生をできる限り防ぐ（遅らせる）こと、そして要介護状態にあってもその悪化をできる限り防ぐこと、更には軽減を目指すこと。

◆健康寿命

平均寿命から寝たきりや認知症等、介護や病気療養が必要な期間を除いた、日常生活が制限されることなく過ごせる期間のこと。単に平均寿命を延ばすだけでなく、自立して生活できる期間を延ばすことが、生活の質（QOL：Quality of Life）の向上に重要である。

◆健康増進法

国民の健康づくり・疾病予防を更に積極的に推進するために、医療制度改革の一環としてつくられた法律（平成15（2003）年5月1日施行）。

「基盤整備」「情報提供の推進」「生涯を通じた保健事業の一体的推進」を柱としている。

◆健康日本21

健康増進法に基づき策定された「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」のこと。

◆健康無関心層

一般に、健康診断や保健指導、その他の保健活動への参加あるいは行動変容を起こしにくい人たちのこと。ただし、その定義や属性については十分検討されていない。

◆健診

健康診断あるいは健康診査の略語で、全身の健康状態を確認する目的で行われるもの。

◆検診

特定の病気があるかどうか調べるもの。

◆ゲートキーパー

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応をとること（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）ができる人を指す。

◆^く口腔機能

嚙む（咀嚼）、飲み込む（嚥下）、話す（発声）、唾液の分泌、味覚等のお口の機能をいう。

◆^く口腔ケア

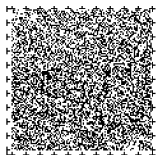
歯磨き等で口の中をきれいに保つだけでなく、健康保持や口腔機能向上のためのお口の体操や嚥下のトレーニング等を含んだ幅広い内容のこと。

◆合計特殊出生率

5～49歳までの女子の年齢別出生率を合計したもので、1人の女子が仮にその年次の年齢別出生率で一生涯に生むとしたときのこどもの数に相当する。少子化傾向の分析に用いる。

◆高齢期

65歳以上の市民。



【さ行】

◆主食、主菜、副菜

「主食」は、ごはん・パン・麺類等エネルギー源となる食品。

「主菜」は、魚・肉等のたんぱく質が豊富な食品。「副菜」は、野菜等のビタミンが豊富な食品。誰でもわかりやすい栄養バランスのとり方として、食事に主食、主菜、副菜をそろえるという目標を設定するもの。

◆受動喫煙

自分以外の人が吸っているたばこ（加熱式たばこを含む）の煙を吸いこむことを指す。

◆食育

食育基本法（平成17（2005）年法律第63号）において、生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎と位置づけ、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実現することができる人間を育てることとされている。

◆食品ロス（フードロス）

まだ食べられるのに廃棄される食品のこと。食品ロスの削減を総合的に推進することを目的として、「食品ロスの削減の推進に関する法律」が令和元（2019）年10月1日に施行された。事業活動を伴って発生する食品ロスを「事業系食品ロス」、各家庭から発生する食品ロスを「家庭系食品ロス」という。

◆心疾患

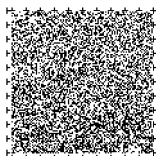
心臓病。心臓の疾患の総称。

◆身体活動

仕事、家事、子育て、スポーツ、身体を動かす遊び、余暇活動、移動等の生活活動のすべてを指す。

◆生活習慣病

食生活・運動習慣・休養・喫煙・飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に関与する疾患の総称のこと。



◆青年期・壮年期

高校卒業に相当する19歳から64歳までの市民。

◆ソーシャル・キャピタル

地域に根ざした信頼や社会規範、ネットワークといった社会関係資本等のこと。

【た行】

◆地産地消

国内の地域で生産された農林水産物を、その生産された地域内において消費し、消費者と生産者が互いの距離を縮めようとする取組のこと。

◆適正体重

身長（m）×身長（m）×22で算出することができる。

◆特定保健指導

健診結果にもとづく階層化により「動機づけ支援」「積極的支援」に該当した人に対して実施する保健指導。特定保健指導の目的は、対象者が自分の健康状態を自覚し、生活習慣の改善のための自主的な取組を継続的に行うことができるようにすること。

【な行】

◆認知症

脳の病気や障がい等、様々な原因によって認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出てくる状態のこと。認知症にはいくつかの種類がある。

◆脳血管疾患

脳血管疾患には、脳卒中以外にも高血圧性脳症・脳血管性認知症等を含む脳の血管のトラブル全般が含まれている。高齢になればなるほど発症率が高く、死につながる事が多くなっている。

【は行】

◆パブリック・コメント

公的機関が規則等を定める際に、広く市民意見を募集し、その結果を反映させることによって、よりよい行政を目指す手続き。

◆標準化死亡比

年齢構成の違いの影響を除いて死亡率を全国と比較したものであり、おもに小地域の比較に用いる。標準化死亡比が基準値（100）より大きいということは、その地域の死亡状況が全国より悪いことを意味し、反対に基準値より小さいということは、全国より良いということを意味する。

◆フレイル

加齢に伴い心身の機能が低下した「虚弱」を意味する言葉。身体的要因（筋力の低下、口腔機能の衰え、低栄養等）、精神・心理的要因、社会的要因等が重なって生じ、筋肉量や心身の活力の低下は高齢期に達する前から注意が必要。

◆平均寿命

性別・年齢別の死亡率を割り出して、0歳児が何歳まで生きるかを予想した平均余命をいう。平均余命とは、ある年齢に達した人々がその後何年生きられるかを示した数値。

【ま行】

◆メタボリックシンドローム

内臓脂肪の蓄積により、動脈硬化、さらには心筋梗塞や脳血管疾患になりやすくなる状態。「肥満症」「糖尿病」「高血圧症」「脂質異常症（高脂血症）」といったリスクが重なって生じる。「内臓脂肪型肥満」に「高血糖」「高血圧」「脂質異常」のうち2つ以上を合併した状態をいう。

◆メンタルヘルス

精神面における健康のこと。また、こころの健康の回復・増進を図ること。

【や行】

◆要介護状態

入浴・排泄・食事等の日常生活における基本的な動作について、常時介護が必要と見込まれる状態のこと。

【ら行】

◆ライフコース

人の一生の成長・成熟の度合いに応じた移り変わりのことで、「妊娠・出産期」「乳幼児」「児童・思春期」「青壮年期」「高齢期」等に分けたそれぞれの段階をいう。

◆ライフコースアプローチ

病気やリスクの予防を、次世代期から青壮年期、高齢期までつなげて考えるアプローチのこと。

◆ロコモティブシンドローム

運動器の障がいのために、移動機能の低下をきたした状態のこと。

【英数単語】

◆BMI

ボディマス指数（Body Mass Index）。体重と身長の関係から算出した、肥満度を表す指数。

体重（kg）÷〔身長（m）×身長（m）〕で表される。

日本肥満学会では、BMIが22の場合が標準体重であるとしており、BMIが25以上の場合を「肥満」、BMIが18.5未満である場合を「やせ」としている。

◆COPD

慢性閉そく性肺疾患（Chronic Obstructive Pulmonary Disease）のこと。

たばこの煙などの有害物質が原因で肺が炎症を起こし、呼吸がしにくくなる病気。咳やたん、息切れなどの症状がでる。また、肺がんになる可能性が高くなる。COPDの進行を防ぐためには禁煙や早期発見・治療が必要。

◆HbA1c

赤血球の中にある酸素を運ぶヘモグロビンに血液中のブドウ糖が結合したものの。過去1～2か月間の平均血糖値を表す。

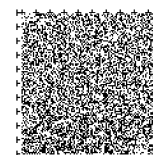
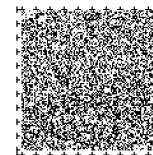
◆QOL（生活の質）

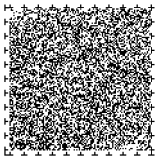
クオリティ・オブ・ライフ（Quality of Life）の略。肉体的にも精神的にも、さまざまな観点から一人ひとりが自分らしく幸福で充足していると感じられるかを重視するという概念。

◆SDGs

Sustainable Developmental Goals（持続可能な開発目標）の略で、2015年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」にて記載された2016年から2030年までの国際目標のこと。

「誰一人取り残さない」持続可能で多様性と包摂性のある世界を実現するための17のゴール・169のターゲットから構成されている。





—健康増進計画と食育推進計画の統合による—
青梅市健康づくり推進計画

発 行：令和7（2025）年3月

編 集：青梅市 健康福祉部 健康課

〒198-0042 東京都青梅市東青梅1-174-1

電 話：0428-23-2191

F A X：0428-23-2195

