

令和6年度 第1回 健康横浜21女性の健康づくり推進検討部会 議事録	
日 時	令和7年3月18日（火）19時00分～21時00分
開催場所	横浜市役所 みなと6・7会議室
出席者	健康横浜21女性の健康づくり推進検討部会委員 10人
欠席者	健康横浜21女性の健康づくり推進検討部会委員 1人
開催形態	公開（傍聴者無し）
議 題	1 開 会 2 あいさつ 3 委員自己紹介 4 部会長選任 5 議事 第3期健康横浜21における女性の健康づくり推進について （1）横浜市の女性の健康に関する現状・課題および推進について （2）女性の健康づくり推進検討部会の検討事項について 6 その他 今後のスケジュールについて
	健康横浜21推進会議運営要綱の第7条に基づき、横浜市の附属機関である健康横浜21推進会議の部会として設置する。
あいさつ	<p>年度末のお忙しい中御出席いただき感謝する。本部会は女性にフォーカスしている。ここ1年間で女性の健康に対する意識の高まりを感じている。3月8日の国際女性デーも印象的であった。第3期健康横浜21が今年度より開始している。12年計画である。計画前半の重点取組である健康アクションのaction2に女性の健康づくりを入れている。女性の健康寿命が短くなっていることもあり、本市としても女性の健康づくりに取り組む必要性を感じている。行政のみではできないこともあるため、当事者の皆様や関係機関・団体の皆様の御意見をお聞きしながら取組を検討してまいりたい。</p>
部会長選任	<p>健康横浜21推進会議運営要綱の第7条において、部会長は委員の互選により定めることとなっている。</p> <p>（長谷川委員） 横浜市立大学の後藤委員を推薦する。</p> <p>（後藤委員） 引き受ける。</p> <p>（一同） 異議なし</p> <p>（後藤委員） 光栄な機会をいただき感謝する。</p> <p>本来であれば横浜市医師会の豊福委員が適任と考えているが、欠席のため、今回は</p>

	お引き受けすることとする。
議 事	<p>【議事】第3期健康横浜21における女性の健康づくり推進について (1) 横浜市の女性の健康に関する現状・課題および推進について 資料3</p>
	<p>(後藤部会長)</p> <p>当部会は、横浜市の女性の健康について、具体的に議論する場となっている。委員には専門家である医療関係者だけでなく、多角的に議論できるよう、当事者である女性や、企業の方、医療保険者の方、また医療情報の発信の専門家など、多様なメンバーが揃っている。</p> <p>あまり硬くならず、未来志向で自由に意見を述べていただき、今後の横浜市の女性の健康施策を行政とともに一緒に作りあげていただきたいと思います。</p> <p>(後藤部会長)</p> <p>事務局からの説明にて、横浜市の女性の健康寿命が短縮傾向にあることをはじめとし、様々な課題があることが示された。</p> <p>この議題について、委員の皆様の実験を踏まえた話や感想、質問などをお願いしたい。</p> <p>まずは、本日欠席の豊福委員から事前説明後の感想をいただいているため、事務局から説明をする。</p> <p>(豊福委員の意見を事務局から報告)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・課題に挙がっている全国比の数値等については東京都などの都市部でどうなのかも把握しておくべき。 ・やせに関して、フレイルやロコモという話題にもあるように、高齢者のやせも増えている。メタボ施策の影響もあり、「太ってはいけない」と思っている女性が多いのではないかと。 ・転倒して前歯を折るのは女性の方が多いという。歯の喪失や嚥下障害にもつながる。歯科の視点も必要である。 ・女性の健康課題は、骨粗鬆症や女性ホルモンが論じられることが多いが、喫煙や飲酒の問題もあると思う。特に喫煙は一部の女性がどうしてもやめられない。女性が陥りやすい健康課題についてもっと周知すべき。 <p>(後藤部会長)</p> <p>飲酒の問題に加え、喫煙の問題や歯の問題についての指摘、また、他都市との比較の必要性についての言及もいただいた。他都市のデータなどがあれば事務局より説明をしてほしい。</p> <p>(事務局)</p> <p>飲酒とやせについて、お伝えすると、資料3のスライド21のやせの全国比だが、東</p>

京都は、113.3 であり、横浜市とほぼ一緒であった。

資料3のスライド22の毎日飲酒の全国比だが、東京都の方が121.1と高く、量が2合以上の全国比は127.9となっている。

(後藤部会長)

横浜市は都市部のため、飲酒の分析結果についてみても東京都と同じような課題があることがわかった。

(井上委員)

甲状腺疾患、鉄欠乏性貧血も大きな課題ではないか。健康日本21に沿った課題のみを捉えているのか。

(事務局)

基本的には生活習慣病予防を中心に課題を検討している。それ以外の切り口を検討することも今後の課題と考えている。

(後藤部会長)

病気になる前の予防から病気になった後まで入ると思うが、健康日本21はどちらかという予防の視点に重点をおいており、その自治体版である健康横浜21も予防の視点が大きくなっている。予防に限らずその他の視点でも議論はしてもらいたい。

(善方委員)

健康日本21(第二次)では性差に切り込めていなかったため、男性の健康寿命は延びたが女性は延びていない。その視点が必要であることが第三次には盛り込まれ、この部会も立ち上がったと考えて出席した。

東京の健康寿命は27位であった。なぜ神奈川県が45位なのか要因が不明。要因については興味がある。市が課題として挙げていることは、産婦人科医として日頃から課題として考えている。女性ヘルスケアの専門医、日本骨粗鬆症学会の評議員をしているため、女性のヘルスケアや骨粗鬆症については日々議論をしている。分娩施設の院長もしているため、産後うつなどのメンタルヘルスについても大きな課題であると考えている。産後の女性の死亡要因として、出血死が多かったが、現在は自死が多くなってきている。感染症対策の取組も重要視されているが、併せて自死の問題も対応が必要である。医療的措置のみでは対応しきれず、本人・家族・児を包括的に守ることが必要であり、他職種連携や行政を巻き込んで対応をしている。大きなテーマであるが、みんなで改善できる分野ではないかと考えている。「やせ」の問題については、教育を巻き込む必要があると考えている。学会でも話題となっている。神奈川県未病対策などのツール作成にも携わっているが、なかなか対象者に見てもらえないし、「やせ」に関する認識のずれについては、なかなか理解はしてもらえない。「やせ」の対策は難しいが、「骨粗しょう症予防」と「メンタルヘル

ス」については、実行可能な取組ができるのではないかと考えている。骨粗鬆症に関しては、骨密度検診を行政がリードしてもらいたい。骨折しにくい身体づくりは年代を問わずできること。スマートライフプロジェクトでも各年代向けに解説している。メンタルヘルスは他職種や地域、行政などの連携で対応し、骨粗鬆症検診は行政がリードして啓発を進めてほしい。神奈川県女性の健康寿命がワーストである要因が不明であるので、他の委員の意見も聞きたい。

(後藤委員)

キーワードとして「やせ」「骨粗しょう症」「メンタルヘルス」について課題があることが示されている。まず「やせ」の問題について栄養士の立場からどうか。

(長谷川委員)

国民栄養調査では20-30代では「やせ」が多い。20歳代前半ではやせ願望がありそう。20歳代後半は仕事と子育てで忙しく時間もないので、自身の食事に意識が向かないのではないかと考える。

働く女性の新型の栄養失調があるように感じる。不定愁訴や冷え、片頭痛などの原因が摂取カロリーの不足や栄養素の不足が要因であることも考えられる。

野菜の摂取率も20歳代で低くなっており、国民栄養調査からはミネラルの不足などもみられ、食事がおろそかになっているのではないかと考えられる。

(後藤委員)

やせ願望のみではなく、栄養素の摂取不足などの課題も話してもらった。大学院生や社会人の立場からどうか。

(川内委員)

仕事をしながら大学院に通っているため、食事を摂取することを促されることへの嫌悪感もあった。

(後藤委員)

若い女性の陥りやすい課題でもあると思う。

運動についても若い女性の実施などには課題があるのではないかと考えられる。

「やせ」の課題のある母親からは低出生体重児が生まれるリスクがあるということでのよいか。

(善方委員)

低体重のお母さんからは低出生体重児が生まれる可能性がある。

(高橋委員)

助産院のため、健康な妊婦の出産を支援している。

出産の経過や過去の出産で医療にかかった場合は助産院での出産はできないため、近年助産院での出産は減っている。

産後ケアもしているためメンタルヘルスの課題を抱えた方への対応もしている。

「やせ」については、こどもの世代を見ても、情報源が以前よりインターネットなどで増えており、痩せている芸能人などを見て痩せている方が良いというイメージから、痩せたいと考える若い人が多いのではないかと。

(後藤部会長)

豊福委員の意見にもあったが飲酒の課題のみではなく、喫煙に関する課題にも着目する必要があるのではないかと。

喫煙や飲酒などの課題について協会けんぽでは、健診データの分析もしていると思うが、状況はどうか。

(佐久間委員)

主に中小の事業所で、163,000事業所が加入している。従業員は約110万人おり、4割が女性である。横浜市に絞ったデータはないが、神奈川支部で把握できる女性の健診結果から、女性の喫煙についてリスクが高いという傾向がある。このリスクはすでに表面化したものであるが、リスクが現れる前には普段の生活習慣がある。そちらを重要視している。

生活習慣に関する分析結果もある。リスクとして表面化しているものについては全国平均レベルであっても、生活習慣については、男性も女性も全国と比べて悪いことがわかる。女性は「喫煙」「飲酒」「食事」が全国に比べて多い。生活習慣を早めに改善しないと、病気のリスクなどになってしまうことを周知している。

協会けんぽの強みはデータ量であるため、生活習慣の改善の必要性を企業に説明して回っている。

(後藤部会長)

健康寿命が悪くなる要因の分析はされているものもある。例えば生活保護の受給状況や、独居者などの社会的背景の結果が生活習慣に影響するというものもある。生活習慣の分析と併せて、社会的背景の分析を進めることでも女性の健康寿命に影響を与えるものを見出すことができる可能性があると考え、この部会でも議論していきたい。

子育て世代の女性の立場、PTAの立場から意見はどうか。

(倉根委員)

ひとつの問題があっても色々な観点から見ると全て繋がっている。幼少期から健康や食育や喫煙・飲酒のリスクなどの刷り込みが必要である。命を大切にすることの種まきとなると考えられる。関係課長会に教育委員会が入っているため、教育の観点からも広くアプローチができると良いと考える。横浜市の取組を保護者に

情報を流しているが、こどもが学んだことを家に持ち帰ることで保護者に伝わることも良いと思う。親からこどものみではなく、教育の現場と連携できると良い。中高生の世代が手にするのはスマホ。Instagramのみではなく色々な媒体で啓発活動が見られると良い。例えば体操がTIKTOKで配信されるなどすると良い。学校でも取り入れてもらえると良いのではないかと考える。

(後藤部会長)

幼少期からの健康に関する情報に触れるなどライフコースアプローチは重要。情報発信についても今後の課題。

(井上委員)

タッチポイントを多く作ることは重要と考える。行政では作成したツールがホームページ上の奥深くにあり、大切なコンテンツに対するタッチポイントが無い事が課題。Instagramを作成したことがよい。その他のSNSも活用して作成したコンテンツをあらゆるチャンネルで発信することが大切。無料でできるものであれば実施してみても良いかと個人的には考えている。

(伊藤委員)

SNSと若者のメンタルヘルスの関わりについて研究している。特にSNSでもX、YouTube、Instagram、LINEが若者のメンタルヘルスにどう影響しているか調べている。明確な結果は出ていないが、悪い影響もあれば良い影響もあることが分析ではわかってきている。若者は、痩せているアイドルや、推しのアイドルに似合うように痩せないといけないと考えることも多いのではないかと。SNSとの付き合い方、偏った意見も存在することなどを幼少期から教育の現場で学んでいく必要があるのではないかと。メンタルヘルスについて、大学に入り学んだが、それまでに教育を受ける機会は少なかったと感じる。身体のみではなく心の健康の大切さの教育を受けることも大切であると感じる。

(佐久間委員)

ライフステージに合わせた幼少期からの健康教育が根底にないと、40歳以上に健康を説いてもなかなか意識の変化が出づらい。

若い世代への取組も検討している。

協会けんぽ神川支部における、40歳以上の特定健診の業種別健康リスクの傾向を比べることもできた。

飲食店のリスクでは「喫煙」が多い。生活習慣についても「飲酒」「喫煙」が多い。介護職の健康リスクは全般的に悪く、生活習慣も悪い。これは勤務形態も影響している可能性がある。

美容師は食事を急いで食べる傾向もありそう、など、業態により差がある。

健康教育を受けて成長しているのでなんとなく悪い生活習慣の理解はあるものの、

業務形態などもあるため、「仕事」の影響はかなり大きいと考えている。
情報は誰に向けて発信するのも重要。雇い主側に発信することも大切。個人で改善をすることが難しい場合もあるため、個人への発信のみではなく、雇い主にも着目すると良いのでは。

(後藤部会長)

協会けんぽには、若年女性のデータもあるのか。

(佐久間委員)

若年女性については、労働安全衛生法の健診を受けた方のデータはあるが、少ない。ほぼ40歳以上の健診の結果である。がん検診についてのデータも持っている。

(宮本委員)

従業員80名程度のIT企業で中小企業だが、健康経営の取組をかなり実施している。管理職は全員メンタルヘルス教育研修を受けることを必須としている。毎月、野菜の日を作っている。その様な取組を他の企業に広げていきたい。中小企業が健康経営に取り組んだ効果を、全国に発信している。「ビビット」という女性向けのプロジェクトを始めた。ロゴも作成し、女性向けの睡眠セミナー+お茶会なども実施した。企業で働く女性は、身体的・精神的だけではなく、社会的な課題への配慮が必要。飲酒や喫煙についても、女性は、企業において、立ち位置が中途半端であると感じており、社会的な健康を見出さなければ、飲酒や喫煙をやめるのは難しいかもしれない。

女性からの発信を積極的に促している。「男性並みに働いているから役員になれる」ではなく、女性らしく働いても役員になれる企業や社会でないと考えている。

企業側への女性の健康づくりを含めた健康経営の啓蒙が必要であると考えている。

(後藤部会長)

障壁が考えられるが、どの様なモチベーションで取り組まれているのか。

(宮本委員)

健康経営を始めることについて、従業員に発信し、力を借りたいと伝えた。アンケートで参加者を募って、参加者の意見を肯定していった。

他の企業で同じようにできるとは考えていない。健康経営に手軽に取り組めるような社会になる必要がある。セミナーを実施する際には他の企業もオンデマンドで観られるなどの工夫をしている。他の会社を巻き込み、横浜健康経営認証や国の優良法人を取得できるようにしている。

(井上委員)

健康経営の投資対効果はどのくらいか。ROI（投資利益率）などはどのように考え、どのように説明しているのか。

（宮本委員）

データは公表している労働生産性という観点で過去5年の推移を公表している。中小企業は、経営上、利益率という点では、評価が難しいので、労働生産性や離職率で計ることが良いのではないか。

（井上委員）

離職率が下がれば採用コストの低減として PL（損益計算書）にも良い影響があるので、経営視点での効果としてわかりやすい。

（宮本委員）

健康経営を実施していることを公表しているので、女性も入りやすいと思う。来年度からは喫煙者を採用しないことも決定した。

（善方委員）

会社として、社員の妊娠・出産や不妊治療などについて、何らかの対応はしているか。

（宮本委員）

まだ、妊娠・出産した社員はいない。不妊治療について、ウェルネス休暇という有給休暇を設定して、男女で不妊治療にも使用できる休暇をつくった。女性が就業しながら出産できる環境を整えたい。

【議事】第3期健康横浜21における女性の健康づくり推進について
(2) 女性の健康づくり推進検討部会の検討事項について
資料4

（後藤部会長）

ロジックモデル案については、バックキャストで検討する必要がある。まずは全体像や最終インパクト、アウトカム設定への意見をもらいたい。

（佐久間委員）

「骨粗しょう症」「月経」については世に知られている。月経に関する特別休暇が多く、申請も増えていると実感している。電子の申請が多くなり、紙で直接提出しなくて良いことも起因しているか。

一方、「更年期症状」については理解が深まっていない印象がある。管理職として汲み取りたくても汲み取れないこともあるため、調査をしてパフォーマンスに影響する日数などは調査をするべきと考える。

(井上委員)

ヘルスリテラシーについて入れても良いのではないかと。情報があふれており、どのように取捨選択するかが重要である。

「甲状腺」「鉄欠乏性貧血」などの女性特有の疾患についても入れておくと網羅されていると考えられる。

(高橋委員)

女性の健康課題の中に性の健康に関するものが入っていない。望まない妊娠を避ける、妊娠したい時に妊娠できるからだづくりに関する情報発信等も入れた方が良いのではないかと。義務教育内での性の健康教育が必要。性差があることでの差別や体調不良もあるため抜けてはいけない。

(後藤部会長)

ロジックモデルについて、最終アウトカムとインパクトを一緒にしていることが多いが、今回は別にして。「いきいきと生活している」と「健康寿命」はイコールでないと思う。「いきいきと生活している」という視点であれば、もっと様々な要素が含まれると考えられる。

(川内委員)

横浜市の幸福度の指標について研究している。

子宮頸がんワクチンを受けた世代が子宮頸がん検診受診の有無について着目するのはどうか。何かを見て、受けようと思えているか、わかると良い。

婦人科がどこにあるのかが、すぐに検索できると良い。女性の先生の有無についてなどの特徴も知りたい。

妊娠できるからだか知りたい。これから産む世代として話題となることがある。

横浜市が横浜市立大学と連携して、「ハマスタディ調査」を実施しており、研究として関わっている。80%程度の回答率である。小児医療の満足度と妊産婦医療の満足度について市の地図におとしているが、小児医療の満足度は高いが、妊産婦医療の満足度は低めであることがわかった。「ハマスタディ調査」については2023年から開始して3回目である。妊産婦医療の満足度があがるかどうか、でアウトカムの評価できるのではないかと。

Instagramでの動画配信の取組について、男性医のみではなく女性医から当事者としての視点でも発信される動画になると良いと思う。

(善方委員)

男性のみではなく、女性からの発信もあると良い。ジェンダーの分配。

(川内委員)

「いきいき」という主観的健康観については、幸福度に直結している。主観的幸福度については、指標として利用できるのではないかと思う。

(善方委員)

妊産婦医療の満足度の指標をどのようにしているか。

(川内委員)

「妊産婦医療の取組を知っているか。」「妊産婦医療に満足しているか。」等について、5段階評価で選択する。

(善方委員)

敷居の高い印象のある婦人科について、内診台にのるというイメージも関連しているのではないか。専門医のリストから調べるというリテラシーを持っていればそのように調べるかもしれないが、通常はインターネット検索などで検索して出たところに行くことも多いのではないか。分娩施設は、横浜市でのホームページでまとめてあるが、婦人科はない。

(川内委員)

子宮頸がんワクチンの勧奨通知で婦人科の多さを知った。どの様な視点で選ぶと良いのかも迷うところ。

(善方委員)

更年期症状についてのセミナーを実施しても受講者はほぼ女性。企業でのセミナーでも男性の出席率は少ない。健康経営を実施している企業で男性が半分程度参加した企業があった。企業でセミナーをする際に、女性のみではなく男性も知る必要があることを啓発することも必要と考える。

男子校に月経の話をしに行ったこともある。男子生徒が真剣に聞いて質問も多かった。「月経困難症で辛い女性が職場にいたら、どう対応するか？」という課題でグループワークも実施した。男子高校生が対象だったが、とても有意義だった。男子校を含めた性教育の必要性を感じる。

(後藤委員)

がん検診の市の医療機関検索が充実した。婦人科版があると良い。

(伊藤委員)

婦人科は受診できる時間が限られており、高校生などでは学校を休んでまでいけない。時間に余裕がないと行くことができない。

月経不順については、母親に相談することが多いと考えるが、母親からの情報で受

	<p>診しない習慣となることが考えられる。親世代へのアプローチが必要。</p> <p>友人へのアンケートで、婦人科は、行ったことがないと不安。受診のハードルが高い。待ち時間が長い。事前予約制であるためハードルが高い。社会科見学などで婦人科に行ってみるとわかることがある。学校などで経験を取り入れることも必要。</p> <p>(井上委員)</p> <p>ヘルスリテラシー支援として生成AIの活用もできるかもしれない。</p> <p>また、ノウハウを持った企業とは、どんどん連携すると良い。</p>
閉会	<p>今後はまず、いただいた意見を整理したい。</p> <p>次回は令和7年6月上旬頃の予定とし、改めて調整する。</p> <p>ロジックモデルについても精査をしていく。環境の実態調査も同時並行で展開していきたい。</p> <p>本日はこれにて閉会とする。</p>
資料	<p>資料1 健康横浜21推進会議 女性の健康づくり推進検討部会 委員名簿</p> <p>資料2 健康横浜21推進会議運営要綱</p> <p>資料3 横浜市の女性の健康に関する現状・課題および推進について</p> <p>資料4 女性の健康づくり推進検討部会の検討事項について</p> <p>資料5 女性の健康づくり推進検討部会 今後のスケジュール (予定)</p>