

第10期中野区健康福祉審議会 スポーツ・健康づくり部会(第4回)

開催日 令和5年9月5日(火)午後7:00～午後7:36

開催場所 中野区役所 第8会議室(7階)

出席者

1. スポーツ・健康づくり部会委員

出席者 武藤 芳照、野口 律奈、櫻井 英一、川村 洋介、濱本 敏典、阿部 美佳、
竹之内 勝、上岡 広治、藤原 幸孝

2. 事務局

健康福祉部 スポーツ振興課長 鈴木 康平
健康福祉部 保健企画課長 中村 誠

【議事】

○武藤部会長

改めまして、こんばんは。

第4回のスポーツ・健康づくり部会、定刻になりましたので、始めさせていただきます。

野口副部会長は、若干遅れるというご連絡を頂戴していますが、参加予定の方はお集まりでございまして、始めさせていただきます。

酷暑が随分続いておまして、何とかもう少し早く秋にならないかなということではありますが、ちょうど今日暑さとか熱中症の話も中に含まれておりますので、スポーツ・健康づくり部会らしい議論を進めたいと思っております。

まず、お手元にあります資料の確認と欠席委員の確認について鈴木課長からお願いします。

○鈴木スポーツ振興課長

本日は、お忙しい中、お集まりいただき、ありがとうございます。

それでは、スポーツ振興課の鈴木より、ご案内させていただきます。

本日の会議ですが、委員9名のうち半数以上の出席が得られておりますので、会議は成立しております。先ほどご案内ありましたように、野口副部会長は遅れていらっしゃるのご連絡がありました。

続きまして、本日の資料の確認をさせていただきます。

まず、資料の1、報告書の案でございます。それから、資料の2、こちらはその報告書(案)の概要版といったような形で事前に配付させていただいております。

また、本日追加で机上のほうに配付させていただきました資料につきましては、後ほど部会長のほうから情報提供といった形でご案内いただきます。

資料について、不足等ございますでしょうか。もしございましたら、お声がけいただければと思います。よろしいですか。

では、事務局からは以上になります。

○武藤部会長

それでは、本日の議案は、こちらにございますように、この報告書案についての検討・議論という1点でございますので、それぞれの立場からご発言などいただければ大変ありがたいと思います。

せっかくの機会ですので、各委員とも1回はご発言をいただければ大変ありがたいと思います。

まず、資料の1が本体、資料の2が概要、もう既にお手元あるいは事前にご覧いただいているか

と思いますが、例えば資料1、目次をまず確認しますと、第1章のところで3項に分かれていて、「中野区スポーツ・健康づくり推進計画に盛り込むべき考え方について」ということで、「ライフステージに応じた健康づくり施策について」、「食育の推進について」、「スポーツ・健康づくりの推進について」ということで、用語説明と資料があるという組立てになっています。

そして、「はじめに」のところに、諮問事項、付託事項がございまして、1のライフステージ、2の食育、3のスポーツ・健康づくりの推進、ここまで流れておりますが、用語説明は後ほどということで、本体の、この2ページ、3ページ、4ページあたり、どの項目でも結構ですので、何かお気づきのところがありましたら、それぞれの立場からお願いをいたします。

私のほうは、素案のところで二度ほど確認をいたしまして、追加修正をお願いしたものがここに上がっております。

なお、3ページの2、「食育の推進について」のところで、(2)「カリウム摂取」という言葉がありますが、このカリウム接種の前に「適切な」を入れていただくということでお願いします。それは概要のほうにもお願いをしております、それで文言の整合性がとれるかと思えます。いきなりカリウムが出てくるのも分かりづらいので、「適切なカリウム摂取」というふうにさせていただきたいと思えます。

今、ご確認いただいて気づいたところ、何か気になるところあたり、あるいは感想などでも結構ですので、いかがでしょうか。どうぞ。

○阿部委員

今の「適切な」という言葉を入れたことによって、これが腎機能の悪い方のカリウムに関しては、自分の適切なカリウムを摂取するというふうな意味になるということですか。

○武藤部会長

不足な場合もあれば過剰な場合もあるので、むやみやたらにとればいいということではないと思えます、どんな栄養素も。「カリウム摂取」というのが全体に強く出過ぎると、カリウムをとにかくとらなくてはいけないのだと。それはもう多くてもいいとかという、過度に走る方も中にはいらっしゃるの、「適切な」という表現を入れたほうがよいのではないかというのが私の意見であります。

○阿部委員

ただ、腎臓の悪い人のカリウムに関しては、やっぱり制限があると思うので、例えば「腎機能の悪い人は医師の指示に従う」とか入れたほうがいいかなと思ったのですが、「適切な」という言葉でそれも含まれるということなら、特に問題はないかなと思えます。

○武藤部会長

「適切な」というのは、少なからず多からず、その方の体と健康状態に応じた「適切な」ということですね。

○阿部委員

応じたということでいいのですね。分かりました。

○武藤部会長

これはカリウムに限らないと思えます。

○阿部委員

そうですね。

○武藤部会長

ありがとうございました。ほかにいかがでしょうか。どうぞ、川村委員。

○川村委員

2ページ目のライフステージの(2)のところの、「自身の健康管理を後回しにしがちである」ということなのですけれども、「しがちである」より何か違う言葉を、「傾向にある」とかの言葉遣いのほうがいいのかなど。

○武藤部会長

例えば。

○川村委員

「後回しにする傾向にある」とか。「しがちである」は、こういう文書にどうなのかなとちょっと気になります、引っかかって。

○武藤部会長

日本語として間違っていないかもしれませんが、「後回しにする傾向がある」とかということのほうが、日本語としてきれいではないかという意味ですね。

○川村委員

そうですね。

○武藤部会長

「がぎぐげご」が入らないほうがよさそうですね。「傾向がある」というような形の表記、中身が変わるわけではないので、きれいな表現はいいのではないかというご指摘であります。ありがとうございました。

ほかにいかがでしょうか。どうぞ、竹之内委員。

○竹之内委員

中学校長会を代表して来ているという立場から触れていただきたいところが、やはり部活動の地域移行に関する件を、区のほうで今立ち上げている部活動検討委員会との連携であるとか、あるいは新たな諮問機関として、本格的に部活動を地域に移行するためのそういった審議会をつくり上げ、つくる、創設する、などというような文言を入れていただくと、そういった意味では、この4ページの(1)の「学校施設等の利活用を図る」という面においても、様々な関連性が出てくるかなというふうに感じますが、いかがでしょうか。

○武藤部会長

学校の運動部活動の地域移行という国の動向がもう既にありまして、それに伴う都区行政として適切な動きをしましょうというような趣旨ですね。(1)に入れるか、(5)に入れるか、学校という文言が入ってくるのは、放課後に「ゆる部活」ということがありますね。(1)の環境整備ですが、運営ということと言うと、鈴木課長、どうですか。

○鈴木スポーツ振興課長

(1)でも(5)でもどちらでもいいとは思いますが、どちらにしろ、部活のお話が出ていますので、(5)に近いところのほうがいいのかなどというような気がします。区で検討の状況であるとか、方向性であるとかといったところを少し文言で盛り込ませていただければと思います。

○竹之内委員

ありがとうございます。

○武藤部会長

では、(5)に。ご承知の方も多いかと思いますが、学校の部活動の地域移行という国の動向に合わせて、その方向で中野区としても適切な対応をされたしといった内容が、簡潔な言葉で加えていただければと思いますが、そこは修正をさせていただくことにいたします。ありがとうございます。

ほかにいかがでしょうか。どうぞ、濱本委員。

○濱本委員

今のお話に関連してですけれども、本当に昨今、中学校の部活の地域移行というのが大きな課題になっているという認識を、我々体育協会としても大きく捉えておりまして、できることはやってみようというスタンスなのですけれども、今、竹之内先生がおっしゃったように、これを全区的な課題としてもう少し大きく扱ったほうがいいのではないかなというような気がいたします。

もう既に何か審議会ですかね、協議会ですかね。

○竹之内委員

検討委員会ですね。

○濱本委員

検討委員会ですね。始まっているのですけれども、そこには体協のメンバーが入っていないので。砂川先生が常任理事で入っていると思いますけれども、彼は大学教授という立場で入っているのだと思いますので、だから体育協会の立場としては、体育協会という言葉を入れられるのですかね。「区内のより多くの団体の協力を得て」といった内容ですとか。

○鈴木スポーツ振興課長

人材活用をしますというような。

○濱本委員

人材活用。そんな緩やかな形でも結構ですので。まだまだ実感として捉えていない、スポーツをやっている人間でも、部活の地域移行というのがなかなかぴんと来ないと言っている方も。私も含めてと言っているいいかもしれませんけれども、なかなか大変な事業だなと思っています。

○武藤部会長

文言の中に「区内のスポーツに関わる多様な、あるいは多彩な人材を活用して検討する方向で」というようなことかと思えます。

文部科学省は、スポーツ庁の中に学校体育・運動部活動の指導係というのがありまして、その係長と三度ほど打合せをしているのですけれども、かなり難しいテーマであることをさらにお互いに理解し合っている状態で、学校教育ではないけれども、学校教育に最も重要な教育性をどう担保するか。それから指導者の資質をどう担保するか。安全管理をどうするかという、それは全国レベルで全く同じ共通の課題になるので、中野区だけではなく、東京都だけではなく、それを検討する際に当たっては、今おっしゃったように、多様な人材、多彩な人材が加わらないと、よい知恵は生まれないので、そういう意味ではじっくり検討すべき課題のように考えています。

この部会でもいずれそういうことが出てくるかもしれませんけれども、まだ拙速に走るようなテーマにはなっていないのではないかという感触であります。

ありがとうございました。それでは、(5)のところで若干文言を協議するというごことをお願いいたします。

ほかにかがでしょうか。上岡委員、どうぞ。

○上岡委員

職業柄これを読んでいて、いろいろと引っかかる点があったので、参考にしていただければと思いますけれども。

やっぱりせっかくだいいこと書いているので、多くの人にこれが伝わるような論理構成とか、分かりやすく細分化していただいたほうがいいかなと思っていて。この最初の1ポツはやっぱり全体の考え方で、2ポツに食育、3ポツ運動という構成なのですけれども、この1ポツの中で、例えば一番最初に書いているのが、「栄養、運動、休養」あるいは「栄養、運動、社会参加」と書いていて、ここに栄養と運動しかない、社会参加というのはどこにあるのだと思ってしまいますね。

結局、ここは何が言いたいのかなと思って考えると、結局メンタルの健康なのかなと思って、社会参加について触れないと片手落ちになっているかなという感じがします。

あと、この構成なのですけれども、やっぱりちょっと違和感があった、(4)ですね。急に個別の内容が出ていて、すごく大事なことだと思うのですけれども、これは何かという。この1、2、3と同じ階層に並べると、結局、健康とか運動の習慣化、定着化の中に入ってくる1つの要素かなというふうに思っています。この項目もレベル感に合わせたほうが分かりやすいのかなというふうに思っています。例えばこの座位のことも重要ですよという書き方のほうが多分、分かりやすい。

あと食育の部分に関しては、先ほどカリウムのお話がありましたけれども、やっぱり目的がタイトルにあったほうが分かりやすいなど。これは結局減塩を、抑制を助けるというのは、ちょっと言い方が悪いのですけれども、「支援する適切なカリウムの摂取」という言い方。いきなりカリウムと来ると、何でカリウムとかというふうになってしまいますので、タイトルだと、まず分かりやすいものにしたほうがいいかなと。水分も同じですね。「リスクというもののための水分補給」というタイトルのほうが分かりやすいかなと思っています。

あと、座位姿勢について、どこにこれを普及啓発するのだろうかというふうにまず感じて、当然区民という話になると思うのですけれども、これを例えば家庭とか学校とか、その辺を具体的に、どこにというのが入ったほうが分かりやすいのかなというふうに思っています。

あと3番のスポーツで感じていたのが、結局これはきっかけをつくって定着化させましょうという中身の構成かなと思っていて、ここに社会参加というものをうまく入れていくのがいいのかなと思っているのですね。ラジオ体操という話もありますけれども、やっぱり私の実家の広島ですと、70歳以上が毎日グループを組んで、グループを集めて、グラウンドを10周、3キロぐらい歩いて、それで100日歩くと1万円もらえるというので、それは単に健康だけでなく、運動だけではなくて、いわゆるコミュニティーも併せてやろうというところを含めてやっているのですね。多分ラジオ体操もコミュニティーを含めてやればもっとメンタル的な社会参加で、プラスの面を生むのではないかなと思うので、この中に、社会参加の要素も入れて支援していければというふうに思っています。

以上でございます。

○武藤部会長

たくさんご指摘をいただき、ありがとうございます。その中で、絶対これだけはというのはどれでしょう。

○上岡委員

文言はちょっと……という話なのですけれども、社会参加は引っかかっているのです、何かうまく運動と社会参加を結びつける施策は入れてもらったほうがいいかなと思っていますね。

○武藤部会長

なるほど。1のところで社会参加という文言が出てくるので、3の「スポーツ・健康づくりの推進」のところでも、インセンティブということも含めて、社会参加との関係性でより普及推進させましよう、そういう表現が加わるとよいという趣旨でよろしいでしょうか。

○上岡委員

はい。

○武藤部会長

ありがとうございました。

それから、座位姿勢の件は、これは世界的な傾向で、この5年ぐらいでしょうかね、「座りっ放しはよくないよ」という。これまでが、身体運動をどんどんやりましようというところから、むしろネガティブな要素としての座位時間というところに注目することで、無理のない形で健康づくりを広めましようということで、1の(4)のところにも出て、3の(4)のところにも出るということで、二重にはなっているのですが、その傾向を意図的に強調しているということでもあります。

ありがとうございます。ほかにいかがでしょう。副部会長がいらっしゃいましたが、いかがでしょうか。

それでは、ここも含めて、概要のほうもご覧をいただきまして、野口副部会長、これ今、資料1、2を自由にどこでもいいのでご発言をという流れでしているところで、概要は資料2をご覧いただきますと、ただいまの本体をさらにコンパクトに取りまとめてありますので、文言の、ある意味列挙したという形にはなっているのですが、1のライフステージのところもポツが4つ、2の食育の推進のところもポツが3つ、ここで、先ほど申し上げた「適切なカリウム摂取」というふうにしてあります。3のところも5つのポツがあるということですが、この本体を含めて概要をご覧いただいて、何か気になる点がございましたら、どうぞお願いいたします。

櫻井委員、いかがでしょうか。何か気になるところはございますか。

○櫻井委員

ございません。

○武藤部会長

大丈夫ですか。

○櫻井委員

はい。

○武藤部会長

ほか、藤原委員はいかがでしょう。

○藤原委員

特にありません。

○武藤部会長

大丈夫ですか。これまでの議論のキーワードをうまく接続して、かなりコンパクトに、概要はもちろんなのですが、本体のほうも取りまとめていただいております。

野口副部会長、ご発言いかがでしょうか。

○野口副部長

もう全部いろいろと組み込んでいただいておりますので、大丈夫です。私のほうからは特にはないです。

○武藤部長

ちなみに、栄養士のところがございましたので、これは確認をしてもらいました。ご承知のとおり、管理栄養士と栄養士の資格制度がございますので、そのあたりを明瞭にした上でということで、「(管理栄養士を含む)」というような表現にしております。

現在、直近の8月1日時点の中野区の栄養士の配置状況をお知らせしますと、現在、管理栄養士が9名、栄養士が4名、合計13名の栄養士さんに現場で従事していただいております。子ども教育部に5名、地域支えあい推進部に4名、健康福祉部に2名、教育委員会に2名というような形で、各分野、領域、専門領域で、それぞれ栄養士さんは活躍をいただいているというところであります。全員女性であります。

この栄養士の配置等については、よろしいでしょうか。竹之内委員、どうぞ。

○竹之内委員

学校配置については、現在のその中に入っているのでしょうか。

○武藤部長

先ほど申し上げた教育委員会事務局の学務課のところに管理栄養士が2名入っています。

○竹之内委員

それは学務課の事務職員としての2名なので、学校配置職員にはもっといるはずです。中学校だけで4名から5名いるはずです。

○武藤部長

現場の学校にという。

○竹之内委員

はい、そういうことです。小学校においてはもっといるはずですので、私の把握している範囲で4名、学校栄養士はいるはずです。栄養教諭が中学校にはいません。

○武藤部長

中村課長、どうぞ。

○中村保健企画課長

集計させていただいて、13名につきましては、あくまで区の職員という、区採用の職員ということで13名ということにさせていただいております。このほかに都費の職員として学校に配置されているかと思えますけれども、そのところは、書き込んでおりません。

○竹之内委員

承知いたしました。全て都費の職員ではあります。

○武藤部長

なるほど。

○竹之内委員

はい。しかしながら、足りない部分を区費の職員ではなく、業務委託という形で。

○武藤部会長

参画していただいているのですね。

○竹之内委員

小学校、中学校には栄養士を配置してくださっている。ただし、そこに研修が。公募採用として働いていないので、ここにこのような文言を入れていただいている、計画的な人材育成などが困難になっているという。ですから、都の栄養士は都の栄養士で研修するのですけれども、全然、企業栄養士とは、民間栄養士とは関わり、交流はないという。

○武藤部会長

分かりました。なかなか複雑な状況のようではありますが。

○竹之内委員

特に食育においてはかなり学校格差があります。

○武藤部会長

ただいまの状況について、何かご意見はございますか。特にこの本文とか概要に入れ込むことではないかもしれませんが、関係した情報として共有させていただきました。

ありがとうございます。ほかにそれぞれの立場からよろしいでしょうか。

そうしますと、今後の予定について、鈴木課長のほうから。

○鈴木スポーツ振興課長

では、今後の予定についてご報告させていただきます。

まず、9月26日火曜日になりますが、19時から第2回の全体会ですね。各部会ではなく全体会の予定となっております。

また、近くになりましたら、前もって資料の送付をさせていただきます。ご予約のほうをよろしく願います。

この第2回全体会では、各部会の審議経過報告といったような議題になるといった予定であります。よろしく願います。

○武藤部会長

その審議経過の報告というのは、今日のこの全体の取りまとめを、サマリーを述べるということでしょうか。

○鈴木スポーツ振興課長

各部会からの報告書をもとに、審議経過を報告していただくという形になろうかと思えます。

○武藤部会長

それでは、今月2回あるということで、皆様、26日に19時からということをお願いしたいと思います。

そのほかに、この報告書あるいは概要について特にご発言ございませんでしょうか。ご指摘をいただいた点について、若干表現の工夫をさせていただいたものを今ご案内の26日のところでは資料として提示されるということになります。そこで議論をして審議会としての了承ということになろう

かと思いますが、よろしいでしょうか。どうぞ。

○濱本委員

意見ということではないのですが、参考までにということで。

ラジオ体操のことが、文言がありますけれども、体育協会にラジオ体操連盟というのがございまして、前回のこの場でしたかね、ラジオ体操の話題が出たので、その後、連盟に確認しましたら、中野区内で11カ所、依頼を受けて指導に行っているという返事でした。それがどのくらいのグループ、何名くらいのグループなのかというのは、そこまでは把握できないのですが、11カ所くらいにはラジオ体操連盟から派遣して、ラジオ体操の指導をしているということがございましたので、参考までに。

○武藤部会長

ありがとうございました。今は、小学校、中学校でラジオ体操は、全校生徒でやることはありますか。

○竹之内委員

私の学校では、自治会が公園を使って4日間だけ夏休みにやりました。そこに中学生のボランティアが行って、でもそこで連盟の方が指導されるということはありませんでした。

私が知っている範囲では、区がやっているかどうか分からないのですが、向台小学校というのがかつてありまして、向台小学校では年間を通して校庭を使ってやっていました。ですから、それが中野第一小学校になって、継続されているかどうかについては、把握はされていません。

ですので、その11カ所というのは、年間を通してやっていらっしゃる11カ所なのでしょうか。

○濱本委員

多分いわゆるグループで集まっているようなところだと思いますが。自治会とかそういうことではなくて、そういう何かのところに頼まれて行っているという形だと思います。

○竹之内委員

特にその時期とかそういうことではなくて。

○濱本委員

ないと思います。

○竹之内委員

よくかつては神社に6時半に行けばラジオ体操の音がするみたいな、そういう時代もあったかとは思いますが、最近は6時半に神社に行くこともないのでよく分かりませんが。

○濱本委員

私たちの地域を参考までに言えば、新井の地域では、8月1日から10日まで毎年6時半からやっているのですが、最近4年間コロナで休んでいたのです。

○竹之内委員

それはそうですね。

○濱本委員

今年が4年ぶりということで、やりました。毎朝5時に起きて、私も行きました。

○竹之内委員

中野区には鷺宮地域に、元ラジオ体操のお兄さんがいらっしゃるので、それは地域で。

○濱本委員

それは地域主催ですね。地域と青少年育成委員会主催で。地域のもう既に定着したイベントに、何十年も続いているイベントになっています。

○武藤部会長

全国的にラジオ体操をもう少し見直そうという動きも随所でよく聞いてはおりますので、最もシンプルですが愛された社会の大事な財産のように思いますので、ぜひ体育協会のほうにもそのあたりを目配りしていただけるとありがたいというふうに思います。

ほかにかがででしょうか。よろしいでしょうか。

それでは、各委員からの情報提供等というところに移りますが、既にお手元にあります朝日新聞の記事ですが、土曜日の記事で、簡単にご紹介しますと、熱中症が非常に増えたということもあるので、私のほうから水分補給について少しおさらいをということだったので、記載したものであります。

後でゆっくり読んでいただければいいのですが、ポイントは、かつては我慢だったということで、経過を見ると、「水抜き油抜き」ということで、水を抜いて水分や脂肪分を抜くと筋肉が強くなるみたいな、とても非科学的なのですけれども、そういうことが言われていた本がございまして、それ以後、軍隊で水はとにかく大事にしろみたいなところで耐えると。そのあたりがずっと長年培われてしまって、間違った常識が戦後全国に、教育界、スポーツ界に広がったと推察をしています。

最も大きなポイントは、1984年ロサンゼルス五輪で、女子マラソンが正式な種目になった最初の大会であります。ご記憶かもしれませんが、スイスのアンデルセン選手がもうフラフラになってゴールインしたという映像が世界中に流れまして、もう完全に熱中症になっていて、意識が朦朧としていて、倒れて直後に2リットルぐらいの点滴をしてようやく命を取りとめたということだったのですが、そこから始まって、あとはスポーツドリンクの普及と絡めて、今は「飲むべき」ということになりました。

それでもなおかつ運動部活動や、武道の鍛錬で水を飲まされなくて、熱中症で、体罰で死亡しているという児童生徒がまだいるということで、100年以上続いている誤った常識になっております。

参考になればということで、一応お示しをしておきます。

ほかにも各委員から何か情報提供がございましてでしょうか。よろしいでしょうか。

それでは、今日、議案は1点のみでございまして、またもし何か思いついたことがありましたら、後日、26日の審議会まではまだ時間がありますので、追加修正を思いついたことがありましたら、事務局のほうにご提供いただければというふうに思います。

もしありましたら、副部会長とも調整をしながら、最終的にそれを落とし込むかどうかを判断して、審議会に臨みたいというふうに思います。

では、事務局からの連絡について、鈴木課長、お願いします。

○鈴木スポーツ振興課長

次回、全体会のご案内をさせていただきましたけれども、部会としての今後の予定としましては、第5回の部会がございまして、そちらは、11月6日、月曜日19時からというふうな形になっておまして、いよいよこちらのほうでは中野区スポーツ・健康づくり推進計画素案についてのご議論をいただき、審議をいただくということと、これは例年になりますけれども、社会体育事業補助金の交付について、審議会のところでご意見をいただくというふうなことになっておりますので、それについてご報告等させていただいて、ご意見をいただくという予定になっております。

以上です。

○武藤部会長

ありがとうございました。

それでは、あとは駐車場の案内があるのですか。

○鈴木スポーツ振興課長

お車でいらっしゃる方、帰りにお声がけいただければ、スタンプのほうを押させていただきます。よろしくをお願いします。

○武藤部会長

それでは、円滑な議論なおかつ各委員ご発言を頂戴しまして、ありがとうございました。

これを審議会に上げるということですので、また何か思いついたことがありましたら、ご連絡を頂戴いただければ大変ありがたいと思います。

本日は、どうもありがとうございました。

——了——