

知事と県民の意見交換会（秋田地域振興局）議事要旨

- テーマ：子どもから高齢者まで誰もが元気で活躍できる健康長寿・地域共生社会の実現に向けて ～看護や福祉を学ぶ学生からの提言～
- 日時：令和元年8月6日（火）10：00～12：00
- 場所：日本赤十字秋田看護大学

知事挨拶

暑い中、夏休みの中お集まりいただき感謝する。知事になって11年目だが、このような意見交換会を、毎年全県で行い、勉強している。知事という職務上、あらゆる分野の皆さんとの意見交換があるが、福祉医療に関する場合は社会福祉協議会、栄養士会、介護士会、看護協会の会長など幹部の皆さんとの会合が多い。そのような会では、組織全体の話や制度の話はよく聞くが、実際にその現場の第一線で頑張っている方や皆さんのようにこれから現場に入ろうとする方の話はなかなか出てこない。私たちが施策を考える際、現場のことが分からないと机上の空論になってしまう。皆さんのお話は様々な施策の根幹となるので、是非正直に話をしてほしい。

日本全国で地域医療や福祉、健康に関することは現在と将来にわたって大きな課題となっている。一つは現在の人手不足で、看護師、介護士、栄養士、保育士全ての分野で人手不足となっている。また、人口減少と少子高齢化が秋田のみならず全国で広がっており、医療費や介護などを支える若い人が少なくなっていることも将来にわたる大きな問題である。このため、県では健康長寿を目標に掲げているが、どのような考えで医療福祉行政を進めていくことができるか、皆さんの声を参考に検討していきたいと思う。

参加者自己紹介

（局長）

前半は、福祉保健医療の分野で学びたいと思ったきっかけや、講義や実習を通して秋田の現状について感じていることを紹介していただき、知事からのコメントを経て、後半は秋田の現状に課題があるとすれば、どのような取組や解決策があるかを意見交換していただきたい。

（H氏）

私が小さいときから兄が野球部に所属しており、母や祖母が食事の面から毎日サポートをしている姿を近くで見ているうちに、食を通じて人を支えることに強い憧れと魅力を感じ、栄養士や管理栄養士に興味を持つようになった。

応用栄養学実習という授業では、乳幼児から高齢者まで、各年代に合わせた食材や食事の形態を調理したが、例えば乳幼児にはミルクを与える際に厳重な消毒が必要だったり知らなかったことがたくさんあった。授業を通して家族に大切に育ててもらったという気づきがあったり、栄養士として真心を持って職務を全うしていきたいと感じた。実家では祖父母と一緒に暮らしていたが、今思うと食事の量が自分たちより少なかったり、揚げ物を食べづらそうにしていたことを感じている。特に一人暮らしのお年寄りや、外食やスーパーのお惣菜を食べる機会が多いと思うが、味付けが濃いものや食塩を多く摂取すること

につながっているように思う。栄養士としてこのような問題にも向き合いながらサポートしてきたいと考えている。

（I氏）

祖母が認知症になったことで、食事の制限がかかってしまったり食べることを楽しめなくなっている姿を見て、このような高齢者に食べる楽しみを持ってもらいたいと思ったことや、介護をしている母の姿を見て、栄養面から、介護をする方の支援もしたいと思ったことがきっかけで栄養分野に進んだ。

栄養学について、ライフステージ別に様々なことを学んできたが、食塩の過剰摂取が一番の課題だと思っている。特に高齢者は、味付けが濃いものを好むと言われているが、高齢者だけに減塩を進めるのではなく、幼少期から減塩について学び、素材の味を生かした食習慣を身につけることが減塩につながるのではないかなと思う。

（A氏）

高校時代に硬式野球部のマネジャーを務めていた際、理学療法士の方の意見を参考にした食事管理や体重管理に関わったが、体重の増加や筋肉・パフォーマンスの向上に食事が大きく関わることを知った。食事面からスポーツ選手の支えになることを知り、この分野を学んでみたいと思った。

先ほどの2人と同じような話になるが、食塩の過剰摂取が秋田の課題だと思っている。高齢者が1人だと、スーパーなどでおにぎりやパン、出来合いのものを買っていることが多く、改善すべきだと感じた。また、栄養素の話だけではなく食事がどれだけ病気に関わっているかということも学んでいる。口から物を食べられない「経管栄養」になると、栄養状態も悪くなるので、最後まで口から食べ物を食べるということを意識して、将来、栄養士・管理栄養士として働きたいと考えている。

（B氏）

高校生までになりたい職業が決まっていなかったが、看護師の親からは資格のある仕事を勧められ、食べることが好きだったので人の役にも立てる管理栄養士という資格を知り、この道に進んだ。聖霊短期大学では、学校で食育指導なども行う栄養教諭の資格も取得でき、管理栄養士だけでなく、職業の幅も広がると考え本学に進学した。栄養教諭の道に進むか、管理栄養士として病院や介護施設などで働くかはいまだ決めていないが、これから勉強することがたくさんあるのでその中で考えていきたい。

給食管理実習の授業では、パンの先生や福祉施設の方など様々な分野で食に関わる講師を招いたり、市場に行ったりする体験ができた。授業を通じ、いろいろな人と関わりを持つことで、自分の仕事を高めていくことができると感じた。また、公衆栄養学の授業では、秋田の健康に関するデータで歩数が少ないということが印象に残っている。秋田県は車がないと生活しづらく、子どもから高齢者まで車に頼りがちであり、歩数の少なさが子どもの肥満にもつながると感じた。このほか、施設の実習では、車椅子の方が多く、歩くことや運動をする習慣をつけることが大事だと思った。先ほど経管栄養の話があったが、食べる機能が落ちてきた方のために、「嚥下食（えんげしょく）」といって、ムース状やゼリー状など食べやすい形態で食べさせる方法が進んでいることも実習で学んだ。将来、管理栄養士として働いたときは、いろいろな人の知識を自分の力に生かし、高齢者が住みやすい、食べやすい、生活しやすい環境を作っていきたい。

（知事）

調べたところ、秋田県は高知県に次いで歩かないというデータがあった。秋田県以上に交通網が発達していない場所でも歩く人が多い結果である。秋田県民は、例えば駐車場が無い所には行かなかったりと、真面目だけれどサボりが多いと思う。一方で、都心部の東京や大阪の人ほどよく歩く。

（C氏）

保育の分野に進んだきっかけは、単純に子どもが好きだからという理由。自分が小学生のときから年下の子どもと一緒に遊ぶことが多く、小さい子どもが好きなことを感じていた。高校3年生で進路を決める際、自分の好きなことでなければ仕事が続けられないと思い、自分の好きな子どもと関わる保育分野に進学した。

保育士は、子どもと遊ぶことが主体だと思っていたが、大学では、安全面や食事の面、健康面など子どもを中心としていろいろな分野を勉強している。

実習にも何回か行っているが、やはり秋田県の一番の課題は保育士、幼稚園教諭の人手不足。教科書に載っていることだが、どのくらい人手不足なのかは、実習に行ってみて改めて体感した。クラスの担任の先生が研修や体調不良で休むときに、補填する先生がいなかったり、多くの子どもを少ない人数の先生で面倒を見なければならなかったりと、人手不足を感じた。

（F氏）

幼い頃から近所の小さい子どもたちと遊ぶことが好きで、中学校のときに職場見学で幼稚園を訪問し、保育士という仕事に興味を持ったことがきっかけ。高校生のときは進路に迷ったが、子どもが好きだという気持ちが変わらなかったのも、この学校で学ぶことに決めた。

実際に遊びを自分自身で体験する授業の他に、保健、健康、栄養と幅広い分野で学ぶことがたくさんある。保育実習に2回、幼稚園実習に1回行ったが、子どもが一生懸命遊んだり話したりする姿に魅力を感じるとともに、子どもの命も預かっており、働きながら保育の指導案も考えるので、保育士は大変な仕事だと感じた。

また、子ども自身が遊びを見つかったり遊びを広げる力が弱っているという話を保育士から聞いて課題と感じた。ゲームや家の中で遊ぶことが増えていることも要因かもしれない。

（G氏）

先の2人と同じように、子どもが好きで小学生の頃から保育の道に進みたいと考えていた。高校生のときに進路を決める際、保育士の仕事が大変だということをよく聞いており、本当に自分に向いているかどうか不安になり諦めかけたが、やはり子どもが好きなので大変かもしれないが頑張ってみようと思い保育の道に進むことに決めた。

大学に入ってから、子どもの心理や保護者の支援など、子どもと遊ぶだけでなくいろいろな分野を学んできた。

秋田の保育者の待遇がよくなく、軽い目で見られていることが課題と感じる。子どもと遊ぶだけだと実際に言われることもあるが、遊ぶことが学びであるし、子どもの命を守る仕事だと思う。園によっては夜遅くまで残業をして作業をしなければいけなかったり、想像しているよりもずっと大変な仕事であることをいろいろな人に知ってもらいたい。

(D氏)

母が看護師で幼い頃から医療職に憧れがあり、患者の一番近くにいる所も魅力と感じた。また、母が家でよく勉強している姿から、常に勉強して努力し続けられるやりがいのある看護の職で頑張ってみたいと思った。

看護の実習やアルバイトの水泳インストラクターを通じて、運動習慣の重要性を感じた。高齢者で寝たきりの生活を続けると筋力が低下し、介護や看護をする側の負担になるだけでなく本人ができないことが多くなることはつらいことだと思う。運動により疾病予防、重症化予防にもつながるほか、コミュニティも生まれ、生きがいにもつながり生活に張りが出てくるのでとても大事だと感じた。

(E氏)

人と関わるのが好きなので、人と関わる仕事をしたいと考えていたが、高校2年生のときに祖母が施設に入所し、そのお見舞いなどを通じて介護福祉職への興味や意欲が湧き、本学に進学することを決めた。

大学入学後は介護福祉のことはもちろん、防災ボランティアを通じて支援学校や施設を訪問し、防災の普及をしているが、地域のコミュニケーションが大事だと感じるし、防災だけでなく介護も地域で連携しながら難題に向かっていくことが大切だと考えるようになった。また、保育でも話があったが、何度か実習に行った中で特に若い年齢の介護福祉職の人手不足が課題であると感じた。40代より上の方が大半を占めている印象だったが、秋田では高齢者も増えているので、若い年代の介護職が増えるとよいと思う。

(知事)

皆さん目的意識がしっかりしており、今の進路に向かった動機づけをちゃんと持っていて非常に頼もしく思う。社会全体で良い風潮を作り、これから現場で活躍する皆さんが声を上げていくことも必要だろう。

以前、経済誌に秋田県に生まれただけで健康寿命が短いというデータが発表されたが、秋田は昔からの習慣で塩分が過剰摂取となっている。冷蔵庫が無い時代は漬物や魚の塩蔵で保存をしていたが、今は冷蔵庫がどの家庭にもあるので塩分を減らすことができるはずなのに、昔のイメージが残っていて、昔の味付けがおいしいという思い込みを改善できないでいるのが問題。

また、保育士は仕事内容が非常にハードでこれに対する待遇は最近国でも考えているが、看護、介護、保育の待遇の低さは政治問題にもなっている。人手不足はどうしようもない部分もあり、外国人労働者の受入れもあるが全てではなく、福祉・医療分野におけるロボットやAI技術の導入はこれからどんどん進み、それらの技術を使う力も必要になってくるのではないかな。

意見交換

(局長)

県内のいろいろな課題も明らかになってきたが、課題解決に向けたアイデアなどをお話していただきたい。

(E氏)

人手不足に関し、介護のことに限った話になるが、介護はきついだとか大変だというイメージが強く、自分も本学に入学する際に大変な職に就くということで親からも反対され、

良い顔はされなかったが、入学後の実習などを通して、やりがいや楽しさを感じることも多い。イメージを取り払うことは難しいと思うが、介護や看護に若者がもっと触れ合えたり、参加できるような交流の場があれば少しはイメージが変わってくるのではないかと考える。

（D氏）

介護の人手不足の問題をよく聞くが、メディアなどが介護のマイナスの部分や大変なイメージを取り上げ過ぎているのではないかと感じる。例えば医療系のドラマは多いが、介護に焦点を当てたものは圧倒的に少ないので、若者が身近に感じられるように、プラスの面や、やりがいをもう少し取り上げていただき、若者のイメージを変えてもらうのも大事だと思う。

（知事）

海上保安庁の保安官は非常にきつい仕事だが、映画化されたときに急に海上保安庁への応募が殺到したと聞く。映画やドラマに取り上げられるということは重要な仕事と認識され、そうなるときつくてもやりがいを目指すということもあるのかもしれない。

（H氏）

栄養士も人手不足と言われているが、保育士や看護師・介護士も含め、その職をよく知る前から大変だからとか低賃金だからという、メディアやネット情報の先入観で関心を持つことから遠ざかってしまっている若者も多いように感じるので、そこから改善できるとよいと思う。Eさんが言ったように、その職についてよく知ってもらうための行事や講話会などを積極的に行うことも一つだと思うし、皆さん身近な存在からこの職を目指すきっかけとなっているようだったので、大きなイベントでなくても地域の中のイベントで子どもと触れあうことなどを取り組んでいけば、発展していくのではないかな。

（C氏）

栄養士、介護士、看護師、保育士は人と関わる仕事なので、その仕事をする上で相手の喜ぶ姿や笑顔を見られたときが一番うれしいと思う。それらを自分で感じるには、職場体験やボランティアがあると思うが、単に行っただけということが多いと思うので、振り返る時間があると興味が湧く若者が増えるのではないかなと思う。

（A氏）

県外の大学に進学し、その住みやすさや楽しさに慣れてしまって、最初は秋田に帰ってくると言っていたが、帰ってきていない友人もいる。県内で栄養分野の大学は栄養短大と聖霊短大があるが、卒業後すぐに管理栄養士の国家資格の受験資格がなく、実務経験が必要となるため、栄養士で止まってしまうことがある。県外には管理栄養士養成課程の大学があり、卒業と同時に国家試験の受験資格が得られるので、仕組みとして県外の大学に進学してしまう人もいる。無謀なことを言うと、大学で学べる分野を増やすともっと秋田に残るのではないかなと思う。

（D氏）

アルバイトの先輩など、魅力的な企業が県外に多いという理由から県外に出て行ってしまっている人が多い。また、県外で社会人として働いた後に秋田県に戻ることにメリットを感じ

られないために秋田に戻ることを決断できない人もいると思う。学生にも秋田の良い部分を広めていくと変わるのではないか。

（H氏）

横手市内の高校に通っていたが、高校2年生や3年生を対象に地元企業の合同説明会・職業説明会が大規模に開催されたので、地元企業の魅力を知るきっかけになった。就職する人の他に、進学する人も多いが、先ほどの話にもあったように、秋田では学べる分野が限られてしまうので、県外、特に仙台や東京などの都会に進学する人も多く、地元を離れるか離れないかの大きな分岐点になると感じる。都会に行く人は遊ぶところや若い人がたくさんいるなど、秋田が持っていないところに魅力を感じて進む人も多いだろう。都会も魅力的ではあるが、地元のお祭りなど、人との関わりが密接だったり、自然に囲まれてのびのび生活できる田舎らしい暖かさのある秋田はとても魅力的で、私は秋田を選んだ。しかし、そのような魅力に触れる機会が最近は少なくなってきたり、地元では活気が減ってきているようにも思うので、もっと秋田の良い部分をアピールできるとよいと思う。

（知事）

トヨタ自動車の工場がある豊田市の人が横手市に来ると、すごく活気があって帰りたくないと言うが、横手の地元の人はそのよさに気づいていない。都会にはデパートや大型のショッピングモールなどはいっぱいあるが、それが遊ぶ所なのかというと、そうではないと思う。遊ぶところは都会にもない。秋田は田舎で何もないというイメージで固まってしまっているがそうではない。都会では通勤に時間がかかったり家賃が高かったりと現実とのギャップで秋田から都会に出ても3～4年で仕事を辞める人も多いが、辞めてから自分の能力を生かしきれていない人もいる。この辺の意識をどう持ってもらおうかというところが課題かと思う。

（I氏）

健康でいるためには、運動と食事を結び付け、情報提供していくことが大切だと思う。例えば、地域の敬老会などに栄養士や運動の専門家が講演をする機会があれば変わるのではないか。せっかく集まる機会があっても集まって飲んで食べて楽しい会で終わるだけでなく、何か生活に関わることを付け足すことができるとよいと思う。

（知事）

その通りだと思う。市長時代、敬老会に参加したが、芸能発表がメインだった。あの場を借りて少しの時間でも健康教室などができると一番よいと思う。

（B氏）

会合の際にお話をする機会があればよいということだったが、栄養士であれば、料理を実際に作る場を設けるとよいと思う。病院で栄養指導などがあるが、知識を押しつけられることが多い。聞く側に専門知識がなかったり、高齢者の場合は、よく分からなくなってしまうと思うので、家庭でも作りやすいものや、取り入れやすいものを教えることで、健康と食が結び付きやすくなるし、栄養士という職も知ってもらえるのではないかと思う。

（A氏）

食塩の過剰摂取に対して、煮干しや昆布、鰹節など出汁の使用を推進していけばよいの

ではないか。最初は味が薄く感じられるかもしれないが、料理教室などで出汁の使用を推進していくことで、食塩の過剰摂取を抑制することにつながると思う。また、国際栄養学という授業で、フィンランドが塩分の摂取量を抑制するために、食品に「高塩分・低塩分」の表示をしたことで塩分の摂取量が減り病気も減ったという事例を勉強した。日本で食品表示を変えることは難しいが、お店などで誰が見ても塩分が多い食品であることが分かるような取組をしていくことも大切なのではないかな。

（知事）

青森県も塩分の摂取量が多いが、地場の魚や昆布を使った出汁産業を作り、出汁の推進を行っている。秋田県には元々出汁文化がないのと、出汁を作れる魚が採れないので広まりにくい。秋田の味付けは砂糖と醤油を使いあまじょっぱい。特に県南では砂糖を多く使うため、糖尿病も多くなっている。日本全国、地域によって県民病があるが、全て食生活と関連している。秋田のがっこ茶っこ文化など、食生活が確立しているお年寄りに減塩を進めるのはなかなか難しいので、若い世代や子どもに対して減塩の教育していく必要があるだろう。

（F氏）

最近子育て支援のボランティアに参加したが、子どもから大人・高齢者まで幅広い世代が交流できていた。子どもたちは思いやりの心を学べるし、高齢者も心が元気になるので良い機会だと思った。

（D氏）

「老老介護」の祖父母と一緒に暮らしている。祖母も運動の大切さを分かっているが、介護などで自分の時間を作ることができず、運動ができていない状態。いろいろな事情があって運動ができていない人たちもサポートしていく必要があるのではないかな。また、健康な高齢者に向けて、介護予防だけでなく、健康増進をしていく呼びかけも大事になってくると思う。車社会で外出する機会が少なかったりするが、空き家を活用して人が集まれる場所にしたり、家でできるような運動を専門家が説明していくことも必要ではないかな。

（知事）

運動というと、体育館がないとかウォーキングコースを作ってほしいという話になりがちだが、家庭でできる運動も増えていて効果もある。秋田式の室内運動プログラムを作るのもよいかもしれない。

（A氏）

以前、食育関係の会に参加させてもらった時、他県で幼稚園や保育園の子どもたちが自分たちで味噌作りをし、作った味噌を給食に出すという事例を聞き、とても良い取組だと思った。自分たちで作ったものを自分たちで食べることは食育につながっているし、栄養と保育を結びつけているところもよいと思った。県内でもそのような取組をしている保育園や幼稚園があるとも聞いたので、このような活動を小さい頃から推進することはよいと思った。

（C氏）

保育の話ではないが、高校生のときにねんりんピックの行進に演奏で参加した際、各県

から集まった高齢者がとても生き生きしていた。祖母を見ていても、一人だとやる気が起きないが、友達と出かけるときは生き生きしているので、ねんりんピックほど大きなイベントでなくても、高齢者同士が一緒に参加できるようなイベントが増えると健康長寿につながるのではないかと思った。

（知事）

様々なイベントや行事に出てくる人たちはよいが、家から出ないで社会との交流を持たない人たちをどうするかが問題。食生活を変えたり運動しようとしないので、その層にどう働きかけるかが難しい。

（D氏）

運動の話をさせてもらったが、知事はふだん運動はするか。

（知事）

以前はいろいろやっていたものの、今は忙しいのでゴルフをやる程度だが、一番の運動は家事、洗濯、掃除、買物で全部自分でやっている。また、運動ではないが、いつも頭を使って考えている。頭を使うことは年を取っても関係ない。

（G氏）

秋田県は子どもが少ない割に子どもにあまり優しくないように思う。公園がなくなったり、子どもが遊べる施設があまり多くない。昨年できた由利本荘市の木のおもちゃ美術館は、自然を生かした楽しさを子どもたちが感じられてとてもよいと思う。秋田は自然が豊かで素敵な場所なので、そのような面を生かして子どもたちが小さい頃から秋田のよさを感じられるものがもう少し増えたらよいと思う。

（知事）

東京都で子どもの施設を作る際に子どもの声がうるさいということがあった。実は秋田でも子どもの声がうるさいと感じる人が多いというデータがあり、秋田が静かすぎるためか、子どもに対して理解が低いようだ。以前は外の公園で遊ぶのも日常であったが、不審者の話などもあり安全が求められている。秋田市には児童館が比較的多いが、郡部では意外と少なく家に引きこもってしまう。木のおもちゃ美術館は廃校舎を活用しているのでそういうものを作っていくことも必要だろう。

知事総括

皆さんの楽しく率直な意見を聞かせていただき大変うれしく思う。多種多様な意見の中にも、いくつか共通する点もあったので、県としても、少しでも皆さんが働きやすい場所づくりや地域をよくするよう頑張っていきたい。若い皆さんだが、もう10年、20年すると皆さんが社会の中心となる。これからどんどん社会が変わっていき、よくなる面も厳しくなる面もあると思うが、厳しい面を克服するためには既成概念にとらわれない若い力が必要。AIなどの新しい技術は大変なスピードで進化しており、全ての業種で必ず活用していくことになると思うので、いろいろ勉強しながら楽しく人生設計をしていってほしい。

（了）