

令和元年度
市政レポーター(とまレポ)
活動報告書

令和2年4月

苫小牧市総合政策部協働・男女平等参画室

目 次

1	市政レポーター制度について	1
2	令和元年度市政レポーター活動実績	2
3	令和元年度市政レポーター活動概要	3
	(1) 委嘱式及び事業説明会	
	(2) 第1回とまレポ活動 健幸アンバサダー養成講座への参加	
	(3) 第2回とまレポ活動 胃がん検診に行こう 2019～胃がん検診はカメラの時代へ～への参加	
	(4) 第3回とまレポ活動 みんなでラジオ体操&謎解きウォーキングへの参加	
	(5) 第4回とまレポ活動 受動喫煙・がん予防フォーラムへの参加	
	(6) 第5回とまレポ活動 健康フェスタとまこまい2019への参加	
	(7) 第6回とまレポ活動 認知症の合図市民フォーラムへの参加	
	(8) 第7回とまレポ活動 健幸レストランへの参加	
	(9) 第8回とまレポ活動 みんなでラジオ体操 in イオンモール苫小牧への参加	
4	市長との懇談会	9
5	レポーターから提出された意見書(要約)	14

附録

- 令和元年度市政レポーター名簿
- 苫小牧市市政レポーター設置要綱

1 市政レポーター制度について

市政レポーター制度は、市民の視点に立った市政に関する御意見や御提案を頂き、市政運営の参考とすることを目的としています。

令和元年度は、苫小牧市の健康に関する取組を知っていただくとともに、日々の生活を見直したり、健康づくりについて考えるきっかけとしていただくことを目的に、「考えよう！健康づくり」をテーマとして、市政レポーターの皆様に「みんなで健幸大作戦！」に関するイベントと一緒に参加していただき、御意見や御提案を頂きました。

本報告書は、令和元年度市政レポーターの活動を取りまとめたものです。今後も頂いた御意見を基に、より良い市政運営を進めていきたいと考えています。

2 令和元年度市政レポーター活動実績

開催日	活動内容	概要
令和元年5月8日	委嘱式及び 事業説明会	市長からレポーターへの委嘱状交付 事業概要の説明
令和元年5月18日 令和元年5月19日	とまレポ活動 (第1回)	健幸アンバサダー養成講座への参加
令和元年6月8日	とまレポ活動 (第2回)	胃がん検診に行こう 2019～胃がん検診は カメラの時代へへの参加
令和元年6月29日	とまレポ活動 (第3回)	みんなでラジオ体操&謎解きウォーキング への参加
令和元年7月28日	とまレポ活動 (第4回)	受動喫煙・がん予防フォーラムへの参加
令和元年9月22日	とまレポ活動 (第5回)	健康フェスタとまこまい 2019 への参加
令和元年11月24日	とまレポ活動 (第6回)	認知症の合図市民フォーラムへの参加
令和2年1月22日	とまレポ活動 (第7回)	健幸レストランへの参加
令和2年2月2日	とまレポ活動 (第8回)	みんなでラジオ体操 in イオンモール 苫小牧への参加
令和2年2月7日	市長との懇談会	レポーターと市長との懇談会の実施

3 令和元年度市政レポーター活動概要

○市政レポーターによる活動

(1) 委嘱式及び事業説明会

<委嘱式>

- ① 日 時 令和元年5月8日(水) 13時から13時30分まで
- ② 場 所 市庁舎5階 第1応接室
- ③ 出席者 市政レポーター4人
- ④ 内 容 市長からの委嘱状交付、レポーターの自己紹介、市長との懇談

<事業説明会>

- ① 日 時 令和元年5月8日(水) 13時30分から14時30分まで
- ② 場 所 第2庁舎 1階会議室
- ③ 出席者 市政レポーター4人
- ④ 内 容 制度概要及び活動内容について説明、質疑応答



(2) 第1回とまレポ活動 健幸アンバサダー養成講座への参加

① 日 時 令和元年5月18日(土) 13時40分から17時まで
令和元年5月19日(日) 9時から12時まで

② 場 所 苫小牧市民会館小ホール

③ 出席者 市政レポーター5人

④ 市政レポーターから寄せられた意見

- ・講師の方の話が分かりやすく、体操を実際にやってみる、隣の方に伝えてみる、など実践的な部分があったのも良かった。
- ・カード入れが資料と一緒に入っていたが、いつどんなときに使うものなのかわからず、持ち帰ってもすぐ処分する方もいるのでは、と感じた。今後の活動で使うことがあるのならその説明がほしいし、ないのなら経費の無駄だと思った。
- ・より具体的で何度も繰り返し説明されたことは良かったが、少々無駄な時間とも感じた。
- ・ロコミ、大きなお世話も人とのつながりの中では大切なことだと自覚した。
- ・アンバサダーの意味や役割が具体的に分かった。
- ・他の行事、イベントと被っていることは改善が必要だと思った。
- ・もっと時間が長く感じるかと思っていたが、あっという間に終わって有意義だった。



(3) 第2回とまレポ活動 胃がん検診に行こう！2019～胃がん検診はカメラの時代へへの参加

① 日 時 令和元年6月8日(土) 14時30分から16時30分まで

② 場 所 グランドホテルニュー王子 芙蓉の間

③ 出席者 市政レポーター4人

④ 市政レポーターから寄せられた意見

- ・現在の胃カメラは鼻から挿入して苦痛が少ないと知り、検査の大切さを学んだ。
- ・講演の最中に席を立たれる方が多く、少し残念に思った。
- ・忙しさを理由に自分の身体についてあまり気に掛けていなかったが、講演を聞いてもう少し気に掛けようと思えるようになった。
- ・医師の講話はテーマがはっきりしていて分かりやすかったが、講演の方はあちこちテーマが飛ぶので分かりにくかった。
- ・講演は1時間30分以内にした方が良い。
- ・がん検診の大切さ、早期発見の大切さがよく分かった。特に内視鏡の検査と治療の進歩もよく分かった。
- ・画面の細かい文字や図が後方の席だとよく見えないものがあった。
- ・もっとたくさんの市民の参加、聴講があってもいい講座だったと思う。
- ・今後は定期的に健康診断、がん検診をやろうと思った。



(4) 第3回とまレポ活動 みんなでラジオ体操&謎解きウォーキングへの参加

① 日 時 令和元年6月29日(土) 9時30分から12時まで

② 場 所 総合体育館

③ 出席者 市政レポーター2人

④ 市政レポーターから寄せられた意見

・子供から高齢者、障害者まで助け合って参加していたところが良かった。最後に視力障害者と伴走者の頂ける水が既になかったとき、自分の水をどうぞ、と渡していたことも良かった。

・ポイントごとに学生たちが立っていてくれたので、迷子にならずに済んだ人もあると思う。

・ラジオ体操のときのマイクの使い方に工夫必要。音が反響して聞き取れなかった。

・とまチョップポイントは入退場どちらでも空いているときに付けられるようにしてもいいのではないか。



(5) 第4回とまレポ活動 受動喫煙&がん予防フォーラムへの参加

① 日 時 令和元年7月28日(日) 13時30分から16時まで

② 場 所 苫小牧市民会館小ホール

③ 出席者 市政レポーター5人

④ 市政レポーターから寄せられた意見

・子供の前でたばこを吸っている親も多いので、受動喫煙についてもっと理解が広まればいいと思った。

・モニターが少し見づらかった。

・たばこフリーキッズの取組が素晴らしいと思った。

・講演では目標何%などの数値を出すことが多いが、ビデオなどで生の声が聞ける方が分かりやすいと思った。

・今日のイベントに喫煙者の方がどのくらい参加しているのか気になった。

・基調講演でのたばこががんの関連性や喫煙におけるリスクが分かった。

・たばこの喫煙によるリスクの大きさを改めて学ぶことができたので、周りの人たちにも伝えていきたい。

・参加者からの意見を聞く時間を設けてほしかった。



(6) 第5回とまレポ活動 健康フェスタとまこまい2019への参加

- ① 日 時 令和元年9月22日(日) 9時から15時まで
- ② 場 所 苫小牧市保健センター、苫小牧医師会館、苫小牧市民会館
- ③ 出席者 市政レポーター3人
- ④ 市政レポーターから寄せられた意見
 - ・3会場で分野別なのは各自目標も立てやすくて良かったと思う。
 - ・保健センターのReci コンの試食会が11時で終了してしまったのが残念だった。チラシからはヘルシー弁当のことが読み取りづらかったので、もう少し分かりやすく書いてほしかった。
 - ・例年より300人程参加者が多いという話だったので、健幸大作戦の目標が少しずつ広まっていることはうれしい。
 - ・もう少しゆとりを持って参加できるブースがあれば回りやすかった。
 - ・ふまねっとに参加したが、社会福祉協議会の方やボランティアの方も活動されていたのは良かったと思った。小さい子供や母親への対応も温かく、参加した人も楽しくできたと思う。
 - ・肺年齢測定やオーラルフレイル検診を行ったが、普段の生活ではなかなか検査しない内容の測定ができたので、参考になった。
 - ・事前に整理券の発行を知らなかったという声を聞いた。整理券の発行のされ方や発行後の待機の仕方など、案内がもっと分かりやすければスムーズにブースを回れると思った。
 - ・協力団体がたくさんあって一生懸命に活動されていて、素晴らしいと感じたが、高齢の人もいるので会場は1か所の方がいいのではないかな。



(7) 第6回とまレポ活動 認知症の合図市民フォーラムへの参加

① 日 時 令和元年 11 月 24 日 (日) 14 時から 16 時まで

② 場 所 苫小牧市民会館小ホール

③ 出席者 市政レポーター4人

④ 市政レポーターから寄せられた意見

・今後自分の親が認知症になったときの心構えのようなものができたので、参加してよかったと思った。

・もし自分が認知症になったときのための参考になった。

・現在認知症の方とかかわっているので、とても勉強になった。

・事前に質問をピックアップし、講師に提出、当日返答やアドバイスを頂く方法などがあればよかった。

・たくさんの方が認知症という病気を身近な問題として捉えていると感じた。

・今後は介護の認定についての方法や基準等についての現状などを知りたいと思った。



(8) 第7回とまレポ活動 健幸レストランへの参加

① 日 時 令和2年1月22日(水) 12時から12時30分まで

② 場 所 苫小牧市保健センター

③ 出席者 市政レポーター4人

④ 市政レポーターから寄せられた意見

・全10中9回レストランに参加したが、毎回同じ内容なのに受け取る自分の変化に気付かされた。リピートすることの意義はあると思った。

・説明が具体的で分かりやすく、とても丁寧だったのが良かった。

・2月で最後の開催ということだが、「食」は大切な分野なので、今後も継続してほしい。

・健幸大作戦についての説明がよく理解できた。野菜の摂取量などもいろいろよく分かった。

・食事の大切さを再認識した。食材の利用、調理方法の理由や意味がとてもよく分かった。

・がん検診とのタイアップをもっとたくさんの人に周知したり、もっと分かりやすい宣伝方法があったら良かったと思う。

・苫小牧市保健センターの栄養士が、町内会等に出向いて食事の指導や勉強会、試食会などを開催してはどうか。

・参加していた方々が今後もレストランを継続してほしいと話していた。こども食堂や地域食堂、老人クラブの食事会等にこのレストランが普及するといいと思う。



(9) 第8回とまレポ活動 みんなでラジオ体操 in イオンモール苫小牧への参加

① 日 時 令和2年2月2日(日) 10時から12時まで

② 場 所 イオンモール苫小牧 1階セントラルコート

③ 出席者 市政レポーター2人

④ 市政レポーターから寄せられた意見

- ・参加することでとまトップポイントを頂けるのは、励みにもなる。
- ・ラジオ体操も自分の体力に合わせてやっても、つい精一杯やっちゃって筋肉痛になってしまうこともあるが、己を知ることができてよかった。
- ・立ったまま30分のトークイベントはきつかった。五体満足の人しか参加できないとしたら、疑問を感じる。



4 市長との懇談会

- ① 日 時 令和2年2月7日（金）10時から11時まで
- ② 場 所 市庁舎5階 第1応接室
- ③ 出席者 市政レポーター5人
- ④ 内 容 活動報告、市長との懇談

<レポーターからの主な意見>

- ・健幸レストランについて、保健センターだけではなく各地域に出向く出張という形で今後も続けてほしい。土日やお祭りで提供すれば、もっとたくさんの人に関心をもってもらえるのでは。
- ・65歳や70歳以上を対象に、健康診断の検査項目の中に認知症のチェック項目も入れてはどうか。
- ・健康フェスタとまこまいについて、会場がばらばらだったので一つの所に全部あって体験できる方がいい。また、ブースの中で認知症検査のブースがあればよかった。
- ・健康管理には人一倍気を使ってきたので、健康フェスタでいろいろ検査をして、実年齢より若い結果が出てうれしかった。
- ・受動喫煙&がん予防フォーラムの中で、参加者との意見交換の時間を設けてほしかった。
- ・健幸レストランに10回中9回参加したが、具体的にたくさん情報を教えてもらえてよかった。また、レストランのアンケートで食事量について書いたら、次に行ったときにちゃんと対応してくれてうれしかった。
- ・みんなでラジオ体操のトークショーについて、30分立ち見しなければいけないのがつらかった。
- ・健幸レストランは食事もおいしく、カロリーや料理の説明がとても良かった。
- ・今まで自身の健康を過信していた。今回の活動を機に、自分の健康に気を付けようと思った。
- ・健幸アンバサダーの活動を長く続けることは大変だと感じた。
- ・総合体育館でのラジオ体操は、普段の何気なくやっている体操の意識する部分を言っているのに、音響が悪く聞き取りづらかった。

<市長の主なコメント>

- ・健幸大作戦を通して健康寿命を伸ばす4つのアクションを改めて意識してもらえたと思う。

- ・健診率を高めることで、がんだけでなく様々な疾病の早期発見につながる。今後も市の活動を通して、自身の健康に気付いてもらいたい。
- ・市内で100歳以上の人が82人いる。長寿の秘訣で共通しているのが、歯が健康であるということと、身体を動かすことが好きだということ。今年度の健幸大作戦の経験を生かして、それぞれ健康寿命を延ばす価値を極めてほしい。

<意見交換>

- ・タダとく健診について、社会保険の加入の場合、タダとく健診には該当しないのか。
→加入している社会保険によって、一部負担金が掛かってしまう。胃、肺、大腸、子宮、乳がん検診は70歳以上は無料で受けることができる。胃がん検診については、バリウム検査は毎年受けられるが、内視鏡検査は2年1回。
- ・子宮、乳がん検診について、2年に1回だと、2年に1回やってればいいと認識してしまう。もし本当に問題があったとしたら、駄目なスパンなのでは。
→年齢と何年に1回というのが、国からの指針で出ているもの。受けられるなら毎年受けてもらった方がいい。
- ・障害を持つ人の緊急連絡について、親が高齢で子供が障害をもっている家庭というのは市内にいるのか。親に何かあったときにここに連絡すればいい、という指示系統があればいいと思う。
→子供が小さいときは特別支援学級や養護学校があるので対応できるが、子供の年齢が上がったときにその問題をカバーする制度はなく、一人一人の対応となる。親がそういうグループを作っているところもあるが、まだまだ課題がある。



5 レポーターから提出された意見書（要約）

- ・健幸アンバサダーとして活動する中で、日々の運動、食事など健康的な生活への意識が多少なりとも向上した点が良かった。
- ・健幸アンバサダーの養成講座は内容もよく、たくさんの方々が参加していたので今後も継続できればいい。
- ・バスや自動車での外出が大変な方のために、地域のコミュニティセンターなどを利用して市内中央部、東部、西部と分けて開催できれば、より幅広い方たちの参加が可能になると思う。
- ・健幸レストランの料金設定は少し高めだと思った。健康フェスタなどの人が集まるイベントの中の企画として、もう少し低料金で食べれば気軽に立ち寄れるのではないか。
- ・認知症の合図市民フォーラムで、認知症の医療と介護において最も大切なことは、認知症について正しい知識をもって接すること、と話していたことがとても参考になった。適切な支援があれば、認知症になっても穏やかに楽しく暮らしていくことができると話していたので、自分も長生きして頑張りたいと思う。
- ・1年間を通して健康イベントが多く行われていたことに驚いた。今後市民に知らせる機会をどう増やしていくかが課題だと思う。
- ・リレー・フォー・ライフ・ジャパンの一環として、家族ががん検診を受ける機会を得ることができ、とてもよかった。子育て中の母親が子供を預けることもでき、安心して受診できるととてもいい機会なので、もっと多くの市民に広めて受診しやすい場になってほしい。
- ・イベントが多くあったので、自分の行けるタイミングで参加できたのがありがたかった。
- ・日本人が一生に使う医療費は一人2,724万円で、その半額は70歳以降で使われると言われている。医療費も介護保険料にしても若い世代に負担を掛けるので、健康寿命の大切さを広く普及、浸透させることが必要だと感じた。
- ・健幸レストランを体験し、健康寿命の普及には食育が重要だと思った。
- ・生活習慣病にしても認知症にしても早期発見が重要なので、健診内容の中に認知症の検査項目を取り入れていただきたい。また、検査だけでなく、健康指導・相談へ案内できるシステムがあればいいと思う。
- ・苫小牧市保健センターの待合室のテレビは、前を尿検査の人が通るので、テレビよりBGMを流していただいた方がいいのではないか。
- ・インフルエンザの予防接種に関して、65歳以上は1,000円くらいで接種できるのに、3～13歳の子供の費用は2,000～3,000円を2回接種しなければならない。子供の数が多ければ費用の負担も大変なので、もっと安く接種できないのかと感じる。

- ・認知症の合図市民フォーラムで、講演後の質疑応答にもっと臨機応変に回答していただきたかった。また、包括支援センターや社会福祉協議会と協力してワークショップ型の開催もよかったのではないかな。
- ・防災無線の強化に伴い、災害時だけの利用ではなく行方不明者発見のためにも使っていただきたい。
- ・ウォーキングイベントでは、スタンプラリー形式で3つの施設を回れたので、普段行くことがないところを知るいい機会になった。
- ・市民公開講座「胃がん検診に行こう！」の講演を聞き、昔よりも胃カメラの検査がつからなくなるとわかり、とても安心できた。日々の体調管理とともに、体調に異変を感じたときには、我慢せずに早めの受診が大切だと切に感じた。
- ・市政レポーターになり、定期的に自宅へ送られてくる内容に目を通すようになり、初めて苫小牧市で健康に関する事業やイベントをこんなにも多く行っていることを知ることができた。

レポーターから提出された御意見については、今後のイベント運営や業務の改善等に生かすため、各関係部署に情報提供しています。

附 録

- 令和元年度市政レポーター一名簿
- 苫小牧市市政レポーター設置要綱

令和元年度市政レポート一名簿

(50音順、敬称略)

No	氏名
1	伊藤 由紀子 <small>いとう ゆきこ</small>
2	小川 美栄子 <small>おがわ みえこ</small>
3	京谷 寿子 <small>きょうや としこ</small>
4	小林 裕子 <small>こばやし ひろこ</small>
5	佐々木 隆 <small>ささき たかし</small>
6	佐々木 正嘉 <small>ささき まさよし</small>
7	東梅 茂俊 <small>とうばい しげとし</small>
8	八巻 和矢 <small>やまき かずや</small>
9	渡辺 こずえ <small>わたなべ</small>

任期：令和元年5月1日から令和2年3月31日まで

苫小牧市市政レポーター要綱

(目的)

第1条 この要綱は、市政に関する市民の意見、提案等を把握するため、苫小牧市市政レポーター（以下「レポーター」という。）の制度を設けることにより、これによって得られた市民の意見を市政運営の参考とし、もって市民の理解が得られる市政を実現することを目的とする。

(職務)

第2条 レポーターは、次の職務を行う。

- (1) 市政に関する特定の事業に参加し、意見を述べ、提案をすること。
- (2) 市長懇談会や必要な会議等に参加すること。
- (3) その他市長が必要と認めること。

(委嘱)

第3条 市長は、公募に応じた者のうち、次の各号に掲げる者以外の者からレポーターを選定し、委嘱する。

- (1) 本市に住所を有しない者
- (2) 年齢満18年未満の者
- (3) 地方公共団体の長及び議会の議員
- (4) 公務員
- (5) 2期以上レポーター（市政モニターを含む。）の職にあった者

2 市長は、市政レポーターの制度を効果的に進めるため必要があると認めるときは、前項の規定にかかわらず、レポーターを委嘱することができる。

(定数)

第4条 レポーターの定数は、10人以内とする。ただし、市長が特に認めた場合は、この限りではない。

(任期)

第5条 レポーターの任期は、委嘱の日から活動を終了する日までとする。

2 前項の活動を終了する日は、委嘱の日の属する年度を超えないものとする。

(委嘱の取消し)

第6条 市長は、レポーターが次の各号のいずれかに該当するに至ったときは、委嘱を取り消すことができる。

- (1) 第3条第1号、第3号及び第4号のいずれかに該当するに至ったとき。
- (2) 辞任の申出があったとき。
- (3) 前2号に掲げるもののほか市長が必要と認めたとき。

(謝礼金)

第7条 レポーターへの謝礼金は、年額5,000円とする。

(意見、提案等に関する処理)

第8条 レポーターから提出された意見、提案等は、担当する部署へ回付する。

(庶務)

第9条 レポーターの庶務は、総合政策部協働・男女平等参画室において処理する。

(雑則)

第10条 この要綱に定めるもののほか、レポーターに関し必要な事項は、別に定める。

附 則

- 1 この要綱は、平成24年4月1日から施行する。
- 2 苫小牧市市政モニター設置要綱（平成18年4月1日改正）を廃止する。

附 則

この要綱は、平成29年4月19日から施行する。

附 則

この要綱は、平成30年4月1日から施行する。

