

# 産・官・学連携で進める健康づくりへのチャレンジ！

～「しものせき健康ブランド★いのちのハーモニー」から広がる健康のまちづくり～

- 1 はじめに
- 2 心身ともに元気な街・下関の実現へ
- 3 いのちを考え生きる力を持つ人づくり  
～楽しみながら健康チャレンジ！～
- 4 いのちのハーモニーを奏でるまちづくり  
～しものせき健康ブランドからの拡がり～
- 5 おわりに



下関市保健部保健総務課  
健康企画室長 熊井一雄

# 1 はじめに



# 山口県下関市の概要

## ●地域概況

下関市は本州の最西端に位置し、三方を海に開かれた自然と文化に恵まれた海峡と歴史のまちで、源平の合戦、武蔵・小次郎の巖流島での決闘や幕末維新など歴史上の舞台となった。また、「ふくと言えは下関。下関と言えはふく」と言われるほど、代表的な味覚として「ふぐ」が有名である。

平成17年2月に旧下関市と菊川町・豊田町・豊浦町・豊北町が合併し新・下関市誕生し、同年10月に山口県初の中核市となった。現在、自然と歴史と人が織りなす交流都市の実現に向けたまちづくりに取り組んでいる。

●人口 275,867人  
世帯数 130,450世帯  
(平成26年7月末住基人口)

●面積 716.17km<sup>2</sup>  
(平成25年10月1日現在)

●産業別事業所数および従業員数

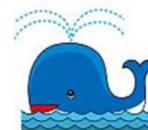
総数	12,205事業所	109,717人
第1次産業	68事業所	921人
第2次産業	1,853事業所	25,130人
第3次産業	10,284事業所	83,666人

平成24年2月1日現在(平成24年経済センサス)



山口県下関市  
毘沙ノ鼻  
北緯34°06' 東経130°51'

青森県大間町  
大間崎  
北緯41°32' 東経140°54'



岩手県宮古市  
鮭ヶ崎  
北緯39°32' 東経142°04'



和歌山県串本町  
潮岬  
北緯33°26' 東経135°46'



Facebookページ『死ぬまでに行きたい！世界の絶景』  
56万人が「いいね！」した絶景！！世界第3位（日本国内1位）にランクイン！  
下関市豊北町角島（つのしま）と角島大橋



## ～ 下関市の健康づくりの推進 ～

重点世代の  
1つが、働き  
盛り世代！

【めざす姿】  
誰もが健康で、ふれあいを  
大切にしたい温かみのあるまち

### 下関市総合計画



健康づくり計画  
「ふくふく健康21」



食育推進計画  
「下関ぶちうま食育プラン」

#### 推進体制

#### 下関市健康づくり推進協議会

総合的な健康づくりについて協議し、計画の総合的・効果的な推進及び進行管理を行う組織として、平成18年1月に設置。会長：市長。主な委員構成：医師会、歯科医師会、連合自治会、PTA連合会、老人クラブ連合会、保健推進協議会、労働基準協会、社協など16名。

#### 下関市食育推進会議

食育に関する施策の総合的な企画及び調整、食育推進に係る計画の推進などを目的に平成19年6月に設置。委員：24名、会長：副市長。

#### 下関市地域保健・職域保健連携推進協議会

地域保健と職域保健が互いに連携を図り、生涯にわたる健康づくりを支援することを目的に、平成20年6月に設置。会長：保健部長。主な委員構成：医師会、歯科医師会、薬剤師会、労働基準協会、健保組合、下関労働基準監督署、地域産業保健センター、大学、商工会議所、漁協、農協、事業所など22名。



**2 心身ともに元気  
な街・下関の実現へ**  
～ 経緯 ～



## ～ 地域・職域連携の取り組み ～

【平成21年度】

## ●働き盛りの健康習慣アンケートの実施

対象：管理者用・69事業所、従業員用・71事業所1,043人

期間：平成21年8月～10月

結果：自分は健康だと思う人76.2%、普段運動していない人69.1%、普段、健康維持・増進を意識して体を動かしている人36.7%、どんな運動がしたいか？ウォーキングが一番多く、次いでジョギング、水泳 ⇒ **まず、運動習慣の見直しを重点に！**健康に対する  
意識改革・意識付け生活習慣改善  
への行動変容

【平成22年度～】

## ●働き盛り世代へのウォーキングの推進

- ・ノーマイカーデーで歩こうデーの実施
- ・「階段利用促進ステッカー」の配布
- ・職場のモデル事業として、市役所での「チャレンジウオーク」の開催  
(市長の目標：日本一職員が歩く市役所)

## ★総合計画(後期)基本計画では？

【平成22年度】

- 「元気な下関」の実現のための6つプロジェクトの1つに「健康づくり推進プロジェクト」

## ★ふくふく健康21では？

【平成22年度】

- 「ふくふく健康21」の見直し ⇒ ウォーキングを重点テーマに設定



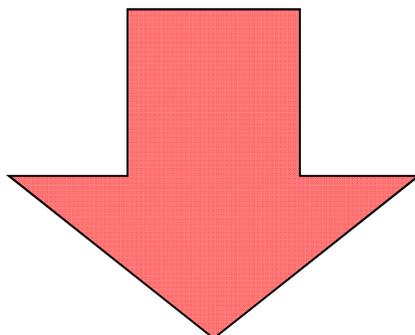
# ～元気な下関実現への検討(健康づくり推進プロジェクト)～

### 【平成24年度保健部方針】

いのちを考え、生きる力を育むことができる体制づくりの推進

- (視点1)「いのち」を考え、「いきる力」を持つ人
- (視点2)「いのち」を考え、「生きる力」を与え続ける社会
- (視点3)「いのち」を考え、「生きる力」を育む健康政策

健康づくり推進協議会・  
地域保健・職域保健連  
携推進協議会で具体的  
取り組みの協議・検討！



### 【取り組み検討での考え方】

- 1 発想の転換
- 2 WIN・WINの関係での民間企業等との連携
- 3 生活習慣の乱れが多くなる時期への対策
- 4 正しい健康知識の普及、無関心層への対策
- 5 少ない予算で大きな効果を

### ●保健部PROJECT「I」 【いのちのハーモニー～いきる力を育むためのチャレンジ～】

チャレンジ1 市民参加型事業 (街の健康テーマパーク化)

チャレンジ2 新たな推進組織の形成 (WIN・WINで連携・協力)

チャレンジ3 イメージキャラクターの創造 (産官学連携)

チャレンジ4 ご当地有名人の活用 (無関心層へのアプローチ)



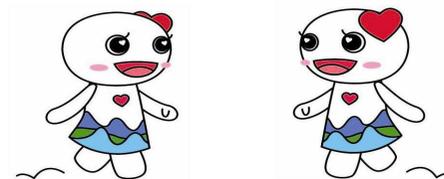
# 3 いのちを考え生きる力を持つ人づくり

～楽しみながら健康チャレンジ！～



## チャレンジ1 市民参加型事業（街のテーマパーク化）

### 健康チャレンジ ～職場のみんなでウォークビズ～



#### ～ 地域保健・職域保健連携推進協議会での実施事業 ～

##### 【目的】

手軽にできる「歩くこと」を通じて健康的な生活習慣を意識づけ、定着させていくことで生活習慣病予防や職場の活性化、また、運動による心の健康づくりにも繋げていくことを目的とする。

##### 【事業概要】

同じ職場内で3～5人でチームをつくり、チャレンジ期間中（1か月間）に参加者が歩数を記録し、チームごとの一日平均歩数を競う。歩数の上位表彰のほか、ニアピン賞、ネーミング大賞などもある。開催期間にウォークビズ通信を発行し、モチベーションの維持に努めている。

##### 【実績】

平成24年度（春）	5月21日	～	6月20日	19事業所	33チーム	147名
平成24年度（秋）	10月1日	～	10月31日	35事業所	82チーム	344名
平成25年度（春）	5月13日	～	6月12日	33事業所	80チーム	346名
平成25年度（秋）	10月10日	～	11月18日	29事業所	76チーム	345名

※平成24年度（春）は協議会関係団体のみでテスト試行

※平成25年度（秋）は山口大学・エコマス（株）の協力で歩数管理システムを利用

※平成25年度（秋）全員の1日平均歩数は9,713歩

#### ◆参加の声（一部抜粋）

車のガソリン消費量が減った

社員同士のコミュニケーションが増え楽しかった

歩かないと気分がすぐれなくなった。

通ったことのない路地に入って意外な発見があった

自分が日頃どんなに歩いていないかがわかりバロメーターになった

自然の変化が感じられて本当に気持ちよかった。

恐怖の奥さんが、歩数計を着けたら大喜び...

見知らぬ人と挨拶する様になり社交的になった感じがする



**チャレンジ1 市民参加型事業（街のテーマパーク化）****ふくふく健康チャレンジ****【目的】**

市内事業所や市関係部局などと連携し、市民が自分の健康状態、生活習慣を理解し、積極的に健康づくりや生活習慣の改善などに取り組んでいけるきっかけとすることを目的とする。

**【事業概要】**

日々の健康づくりの実践や健診（検診）の受診、健康づくり対象事業に参加することでポイントを集め応募すると、抽選で健康グッズや地元の特産品などが当たるというもの。

また、無料歯科検診（簡易）の受診や協賛事業者の参加特典もある。

【チャレンジ期間】6月1日～半年間【対象者】下関市民、市内在勤・在学者

**【参加特典一例】**

西中国信用金庫「ふくふく健康チャレンジ応援定期」、下関農業協同組合「いただきまーと川中店100円割引」、サンテン旅行「旅行代金割引」、山口ヤクルト販売「ヤクルト400類等賞品進呈」、下関大丸「精肉 静 牛肉1割引」など

**【事業効果】**

- (1) 自主的な健康づくりや、生活習慣の改善への意識形成
- (2) 市の健康づくり事業、各種健康診査（特定健診含む）等への参加者の増加
- (3) 介護給付費、医療費等の費用抑制
- (4) 市内事業所等との連携による市内の活性化に貢献など

【実績】応募者数：平成24年度288(128)人、平成25年度551(197)人（ ）は30～50代

【参加者の声】 このチャレンジで4年ぶりに検診に行った。がん検診受診のきっかけとなった。健康に気を配るようになった。市全体での取り組み感があり、自分も健康づくりに取り組むきっかけとなった。参加特典があり楽しく参加できた。など



# 4 いのちのハーモニー を奏でるまちづくり

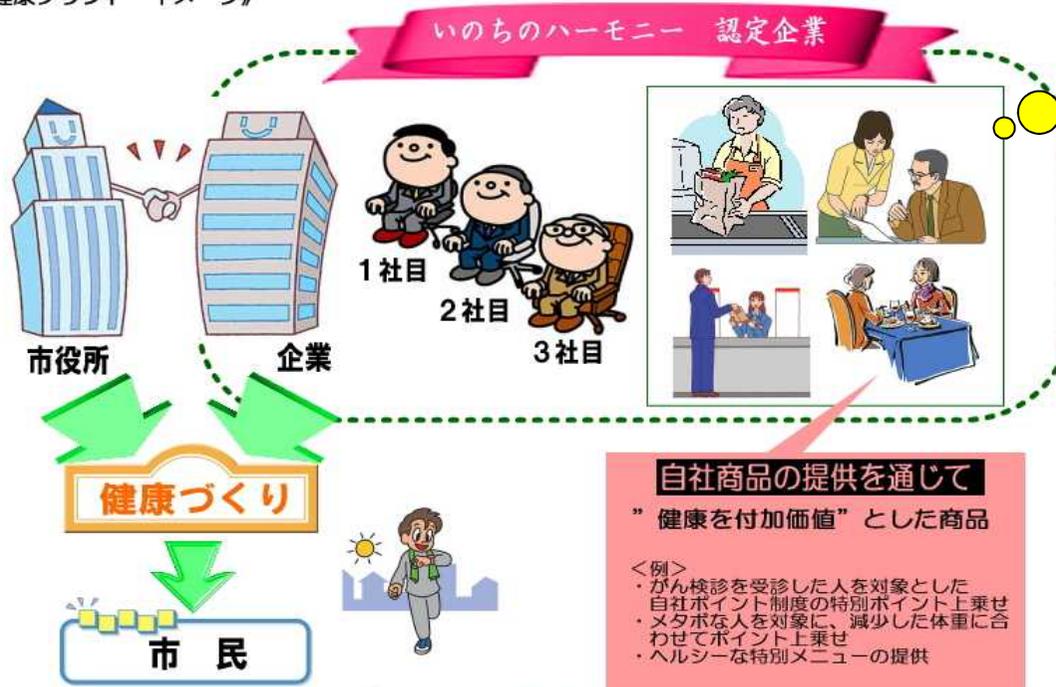
～しものせき健康ブランドからの拡がい～



## チャレンジ2 新たな推進組織の形成 (WIN・WINで連携・協力)

しものせき健康ブランド  
『いのちのハーモニー』

《しものせき健康ブランド イメージ》



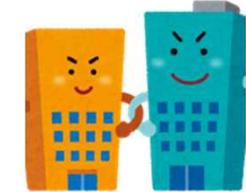
健康づくりを行うことが、無形の財産である。

企業と行政が一丸となって市民への健康づくりを支援する新しい市民サービスの形

下関市は、平成24年度より、企業活動を通じて「いのち」を考え、健康づくりに取り組む市民を応援し、市と一緒に健康施策や健康づくりを推進していただく企業や事業所を、『しものせき健康ブランド～いのちのハーモニー～』に認定しています。

### メリット

<b>企業</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>企業ブランドの向上（健康づくりを支援する企業イメージの定着）</li> <li>販売促進効果（しものせき健康ブランド商品としてHPに掲載予定）</li> <li>新たな視点による商品開発</li> </ul>
<b>市民</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康づくりに取り組むことで有益な消費活動（お得な商品／優遇制度）</li> <li>商品を購入することで健康づくりに役立つ（商品自体が健康づくりの支援）</li> </ul>
<b>行政</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>新たな支出をせずに、健康づくりの普及啓発の拡充</li> <li>購入意欲の向上（市民）と売上の向上（企業）により地域の活性化</li> </ul>



西中国信用金の例

人と街が元気(健康)を実現

下関市役所



西中国  
信用金庫



健康づくりの動機づけ  
自殺予防対策の進捗  
行政コストの節約

健康チャレンジ応援定期預金

健康チャレンジの参加者が預金可能な優遇金利(0.2~0.3% 10~500万円)

こころのワクチン事業への参画  
企業の研修会への保健所から講師派遣  
自殺予防関連の普及啓発を共同実施

預金が集まれば  
地元企業への融資増加?  
メンタルヘルス対策の充実  
企業ブランドイメージ向上



しものせき健康ブランド

## 『いのちのハーモニー』



### 認定実績

認定後、下関市地域保健・職域  
保健連携推進協議会に参画！

#### ★第1号認定企業：西中国信用金庫 【認定日：平成24年5月31日】

取り組み：「ふくふく健康チャレンジ」と連携した特別金利定期預金を企画し、健康づくりに取り組む市民を応援している。

#### ★第2号認定企業：下関農業協同組合 【認定日：平成25年3月28日】

取り組み：ウォーキング定期預金はじめ、市内小学校での食農教育や食育推進の一環として「おにぎりの日」を開催するなど食と農の分野から健康づくりを推進している。

#### ★第3号認定企業：サンデン旅行株式会社 【認定日：平成25年5月14日】

取り組み：ウォーキング、トレッキングを取り入れた旅行等の企画や「ふくふく健康チャレンジ」に参加する市民の「旅行代金割引」特典など、旅を通じて広く心の健康づくりにつながるように努めている。

#### ★第4号認定企業：山口ヤクルト販売株式会社 【認定日：平成26年5月12日】

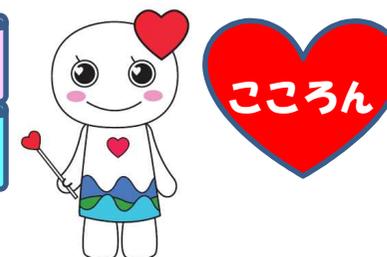
取り組み：「ふくふく健康チャレンジ」と連携をはじめ、各種健康教室の開催、ヤクルトレディを通して、市の健康関連啓発チラシの配布など市民の健康づくりを推進している。



## ポピュレーションアプローチ(無関心層・大学生など)

チャレンジ3 イメージキャラクターの創造(産官学連携)

チャレンジ4 ご当地有名人の活用(無関心層へのアプローチ)



### 1 大学と連携したキャラクターの作成

- 市内で唯一デザイン学科を有している大学と連携(学長と直接交渉し思いを伝え理解を得る)
- 1年間、大学生と試行錯誤しながら、いのち、ココろ、下関をイメージしたキャラクターを作成
- 名称も、大学生と検討。心の音を感じるように 心+音 ⇒ ココロん と命名した。

【連携でのメリット】

- ・大学:大学のPR、学生の技術交渉と実績、地域貢献、行政ノウハウの習得など:
- ・行政:作成プロセスでの大学生への健康意識づけ、経費削減、大学とのつながりの強化

現在、市の事業・イベントのほか、市内の大学祭、企業等主催のイベントでも健康PRを行っている。  
活動実績(平成25年度)

学校等20件、テレビ等7件、イベント・行事46件(民間含む)、その他19件 計92件



### 2 下関ふくふく健康大使の設置

○平成24年8月:健康づくり計画「ふくふく健康21」の推進及び健康づくり全般にわたるPR活動を行う「下関ふくふく健康大使」を設置。

○笑いの力を活用した健康PRを行うため、大使第1号として山口県住みます芸人(よしもとクリエイティブ・エージェンシー)の「どさけん」氏を任命。

(見習いからスタートし、研修生、大使を得て、大使に昇格)

○不規則な生活習慣者への保健指導、栄養指導の効果測定のため、「どさつと脂肪落とした〜い!PJ」実施。

結果:107Kg(H24.8月末) ⇒ 6か月の取り組み ⇒ 99Kg(H25.2月末)で減量に成功。  
その他の数値も改善。

現在、市と連携し、市内の小中学校での健康教室でPR活動を行っている。

市民のどさけんの体型への関心は高く、肥満体型を気遣うなど健康意識を高める効果は大。



5 おわりに



心身ともに  
元気な街  
しものせき

みんなで  
いのちのハーモニー  
を奏でよう！

「いのち」を考え、  
「生きる力」を持つ市民

相乗効果

「生きる力」を  
与え続ける社会環境



ご清聴  
ありがとうございました

