

地域における健康づくり 支援体制構築に向けて

取組のヒントと事例

目次

第1章	はじめに	3
	本書の策定経緯	4
	本書の概要・活用方法	5
第2章	健康づくり支援体制構築上の課題とそれを乗り越える ために	7
	健康づくり支援体制構築の課題	8
	「健康日本21」や地域保健対策推進上の必要性	9
	求められる健康づくり支援体制とは	10
	健康づくり支援体制構築に取り組むヒント	11
	アドバイザー座談会～健康づくり支援体制構築の目指すべき姿とは～	25
第3章	健康づくり支援体制構築に向けた取組事例	28



はじめに

1

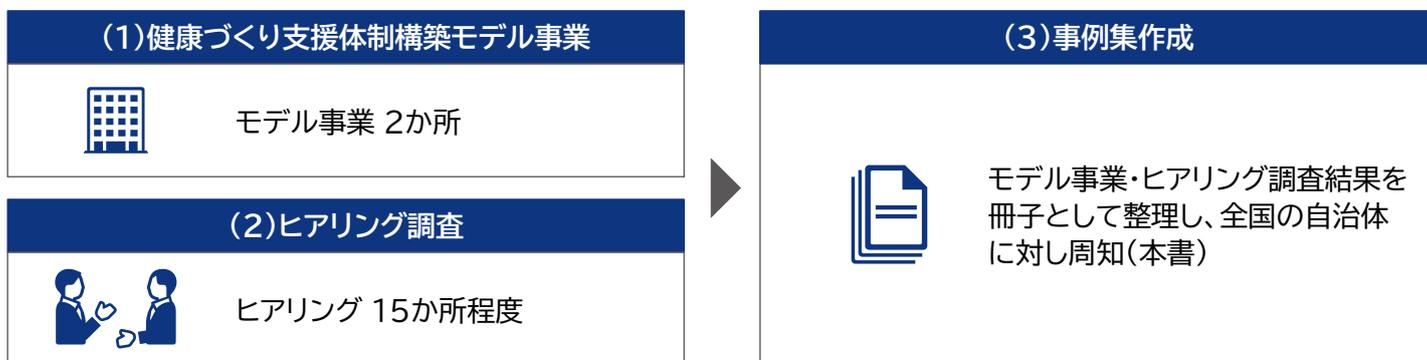
本書の策定経緯

厚生労働省は、令和6年度に「地域における健康づくり支援体制構築のための調査・連携推進モデル事業等一式」(以下、「本委託事業」)を実施し、その一環として本書である「地域における健康づくり支援体制構築に向けて-取組のヒントと事例-」を策定しました。

本委託事業の実施目的は、健康づくりの取組の一環として、地域保健の広域的、専門的かつ技術的な拠点である保健所が、健康づくりに関する情報の収集・分析及び地域の住民や関係者等への提供を行うとともに、地域の保健・医療・福祉の関係機関や企業、教育機関、NPO等の多様な主体が連携し、自発的に地域の実情に応じた健康づくり支援の内容・方法等を検討し、実践・分析・評価を行うことにより、地域のソーシャルキャピタルの醸成や、個人の健康状態の改善、健康寿命の延伸及び健康格差の縮小を図る仕組みの構築を目指すことです。

このため、本委託事業では健康づくり支援体制構築モデル事業、ヒアリング調査を実施し、それらの結果から得られた健康づくり支援体制構築の推進要因を本書として取りまとめました。

委託事業の実施項目



モデル事業及びヒアリング調査にご協力いただいた皆様

区分	自治体・団体名
モデル事業	山形県、村山保健所、天童市
	新潟県、三条保健所、田上町
都道府県	北海道
	宮城県
	滋賀県
	山口県
	沖縄県
政令市・中核市	宮城県仙台市
	千葉県千葉市
	神奈川県横浜市
一般市町村	北海道中頓別町、株式会社studio-L
	青森県弘前市
	愛知県瀬戸市
	福井県高浜町
その他団体	NPO法人三重ナースマネジメント協会

本書の概要・活用方法

本書は大きく「背景・活用方法」、健康づくり支援体制構築に関する「解説編」、そして取組事例紹介の「実践編」に分けられます。

健康づくり支援体制構築に関する検討を進める上でのヒントとなるよう、本文に関係する事例やツール、キーワードの他、「業務へのモチベーション向上」のような、必ずしも健康施策に直接関係のない情報についても、参考文献として幅広く紹介しています。なお、参考文献は令和7年3月31日時点の情報であり、更新・削除される可能性があることにご留意ください。

本書の概要

背景・活用方法	第1章 はじめに
	本書の策定経緯
	本書の概要・活用方法
解説編	● 健康づくり支援体制構築を「まず始めてみる」、もしくは「少しでもよい取組にする」後押しとなる考え方や工夫をお伝えするものです。
	● 個人でお読みいただくのはもちろん、健康づくり支援に関する企画の際のディスカッションツール、研修ツールとしてもご利用いただけます。
	第2章 健康づくり支援体制構築上の課題とそれを乗り越えるために
	▼ 「健康日本21(第三次)」等での位置づけを確認したい方へ
	健康づくり支援体制構築の課題や必要性
	● 健康づくり支援体制構築が十分に進まない理由は大きく「手が回らない」「仲間が少ない」「重視すべき相手がわからない」の3点が挙げられます。
	● 上記の課題を改善するためには行政機関だけで抱え込もうとしない、地域で活動する多様な関係機関を巻き込んだチームづくりをしていくことが求められます。
	▼ 取組のヒントとなる考え方の理解促進、参考文献を確認したい方へ
	健康づくり支援体制構築に取り組むヒント
	「簡単にできる」「予算確保にとらわれない」「無理なくつづける」ことを念頭に以下3カテゴリで合計10のヒントとなる考え方を整理しました。
	● 課題・資源の発見(みつける)
	● 取組への着手(やってみる)
	● 取組の継続(つづける)
	▼ 解説をもう少し実践的に理解したい方、取組事例を詳細に読む時間がない方へ
	アドバイザー座談会記事
	● 自治体・保健所が目指すべき健康づくり支援体制構築やその課題、解決策について有識者3名に語り合っていました。
実践編	第3章 健康づくり支援体制構築に向けた取組事例
	▼ 自身のご所属に近い機関の取組を参考にしたい方や実際の工夫等が知りたい方へ
	● 全16の取組事例のポイント、取組概要、成果、推進要因・工夫点等を紹介しています。
	● 「取組キーワード」や実施主体者、費用規模、取組のヒントのカテゴリで読みたい事例を探すことも可能です。

本書の概要・活用方法

本書は個人でお読みいただくことはもちろん、他に以下のシーンでご活用いただくことが可能です。

- ご所属チームでの健康づくり支援の取組を企画する際のディスカッションツール
- 自治体職員向けの研修ツール

本書の活用方法

ユースケース① 地域資源・取組アイデアを洗い出すワーク

詳細はp16へ

- 自地域での健康づくり支援体制を担う「仲間」となりうる関係機関や個人等を洗い出し、取組アイデアを検討したり、実際に協力依頼のアクションをとるべきかどうかを検討する目的で活用することができます。

ワーク設計例

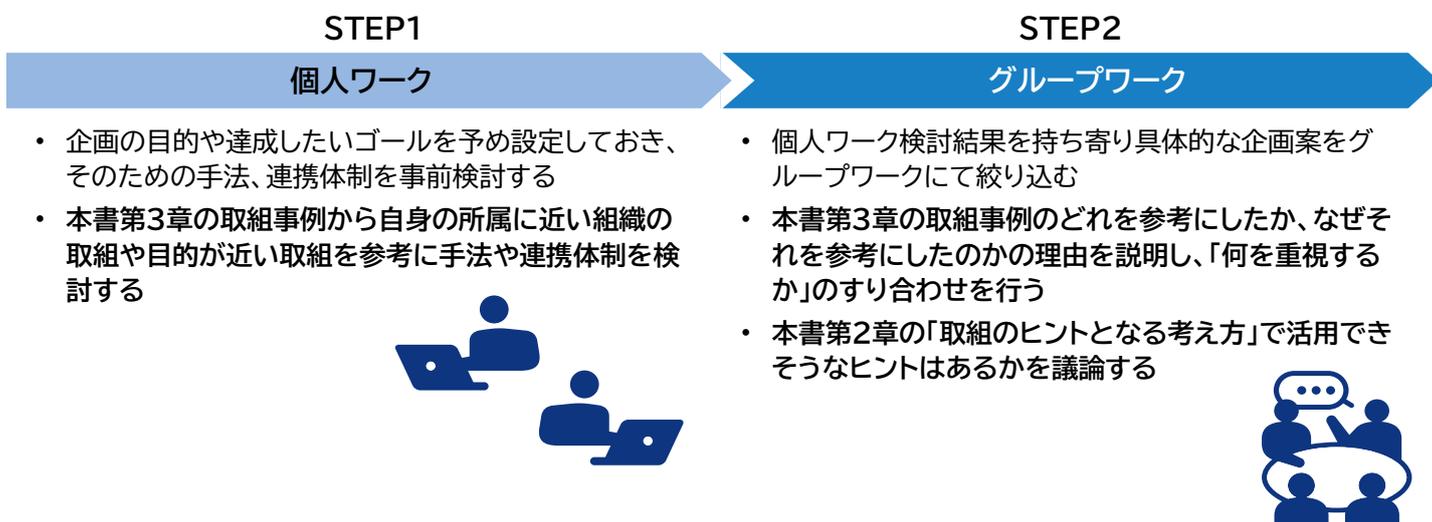


ユースケース② 健康づくり支援事業企画のアイデア出しをするワーク

詳細はp31へ

- 健康づくり支援に関する個々の取組を企画する際の目的・手法・連携すべき機関に関するアイデア出しや参考とすべき工夫探しに活用することができます。

ワーク設計例





健康づくり支援体制
構築上の課題と
それを乗り越えるために

2

健康づくり支援体制構築の課題

健康づくり支援体制構築が十分に進まない理由としては大きく「手が回らない」「仲間が少ない」「重視すべき相手がわからない」の3点が挙げられます。

■ 健康づくり支援体制構築が十分に進まない理由[※]

- ・ 健康危機への対応必要性の拡大(手が回らない)
- ・ 人口減少・少子高齢化の本格化に伴う地域資源の減少(仲間が少ない)
- ・ 連携すべき関係機関の増加(重視すべき相手がわからない)

「手が回らない」状況は、コロナ禍や激甚化・多発化する災害等により健康危機に対応する必要性が拡大し、相対的に健康づくりの優先度が低下してしまったために起こっていると考えられます。「仲間が少ない」状況は、人口減少・少子高齢化が進むにつれ、そもそも自治体職員、地域の保健医療従事者、ソーシャルキャピタルを担う人材が減少していることや、地域での支え合い機能の弱体化が進んだために起こっていると考えられます。そして、「重視すべき相手がわからない」状況は、地域住民が抱える課題の複雑化・複合化に伴い、分野横断的取組やより幅広い層への支援ニーズが増大していること、社会保障施策も多様化していることから業務上連携すべき関係機関が増加しているために起こっていると考えられます。

健康づくり支援体制構築が進まない理由

分類	理由
健康危機への対応必要性の拡大 (手が回らない)	<ul style="list-style-type: none">・ 激甚化・多発化する災害等の健康危機への対応の必要性・ 健康危機対応の優先度が上がり、平時対応が中心の健康づくりの優先度が相対的に低下
人口減少・少子高齢化の本格化 に伴う地域資源の減少 (仲間が少ない)	<ul style="list-style-type: none">・ 地域の支え合い機能の弱体化・ 自治体職員、地域の保健医療従事者、ソーシャルキャピタルの人材減少
連携すべき関係機関の増加 (重視すべき相手がわからない)	<ul style="list-style-type: none">・ 分野横断的取組や、より幅広い層への支援ニーズの増大・ 社会保障施策の多様化に対応して業務上連携すべき関係機関が増加

※:令和5年度「保健所の在り方に関する調査等一式」地域保健対策・保健師活動WG報告書を基に三菱総合研究所が作成。

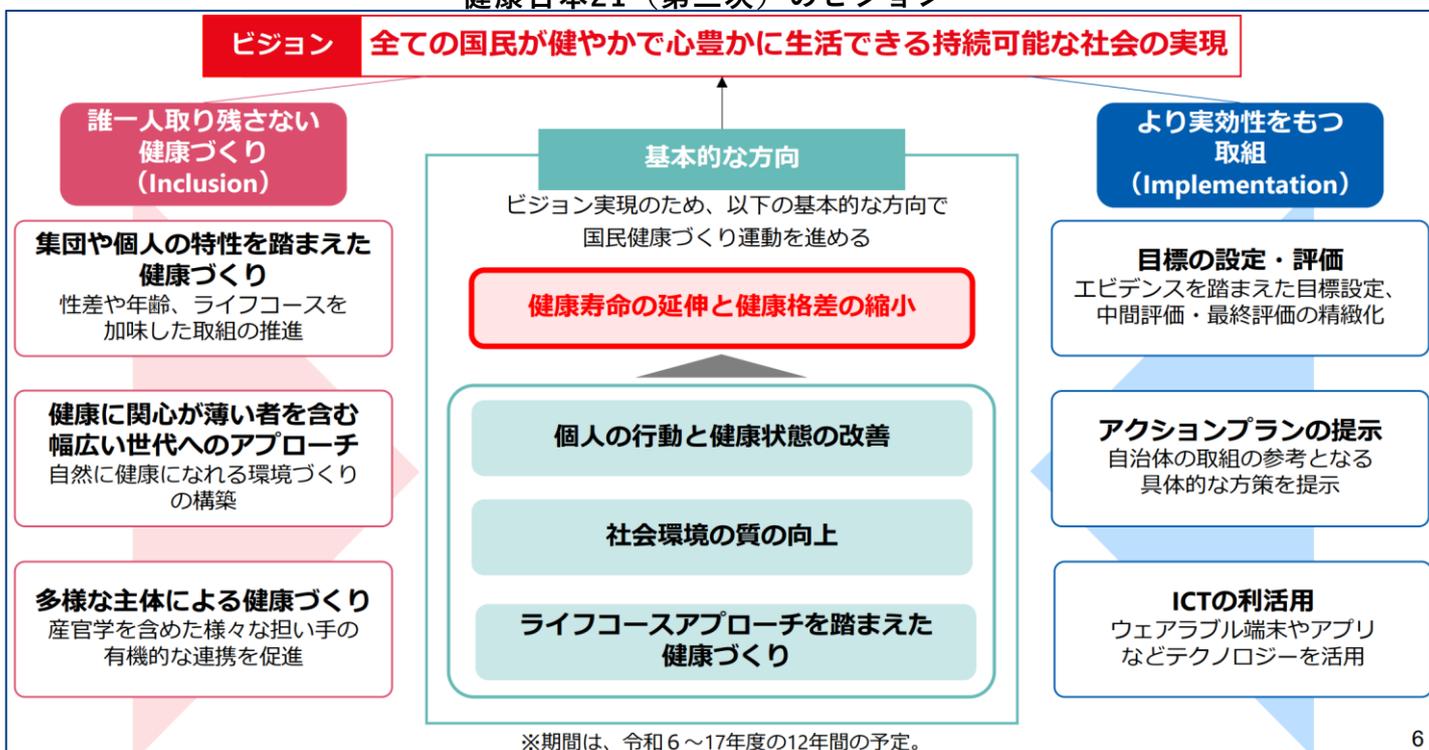
「健康日本21」や地域保健対策推進上の必要性

我が国では、少子高齢化の更なる進展や人口減少に伴う人口構造の変化、単独世帯や共働き世帯の増加に伴う生活スタイルの変容、がん、循環器疾患、糖尿病、慢性閉塞性肺疾患等の非感染性疾患(NCDs)の増加、新興・再興感染症の感染拡大をはじめとする健康危機事案の変容など、地域保健を取り巻く状況が大きく変化しています^{※1}。

このような変化の中で、地域住民が抱える複雑化・複合化した課題を解決し、健康づくりを今後も後押しするためには、行政機関だけでなく、自治体・関係機関・住民が一体となって健康づくり支援体制を構築し、ソーシャルキャピタルを活用した持続的な地域保健対策を推進していくことが必要不可欠です。

そのような中、令和6年度から令和17年度までの「21世紀における第三次国民健康づくり運動(健康日本21(第三次))」(以下、健康日本21(第三次)という。)では、「誰一人取り残さない健康づくりへの展開とより実効性をもつ取組を推進すること」がビジョンとして掲げられ、「①健康寿命の延伸と健康格差の縮小」「②個人の行動と健康状態の改善」「③社会環境の質の向上」「④ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」の4つの基本的な方向が定められました^{※2}。

健康日本21(第三次)のビジョン^{※3}



人々の健康は、就労、ボランティア、通いの場といった、居場所づくり・社会参加・コミュニティに影響を受けることが知られています。「健康日本21(第三次)」では、基本的な方向の「③社会環境の質の向上」において、地域に根ざした信頼や社会規範、ネットワークといった社会関係資本等を意味する「ソーシャルキャピタル」の醸成を促すことが、健康づくりに有用であると明記されています。また、「地域保健対策の推進に関する基本的な指針」でも、多様化、高度化する国民のニーズに応えるため、「ソーシャルキャピタル」を活用した自助及び共助の支援を推進することが定められています。

※1:地域保健対策の推進に関する基本的な指針

https://www.mhlw.go.jp/chiiikishokuikiportal/provisions/pdf/provisions_pdf_kihonshishin.pdf (2025年1月27日閲覧)

※2:健康日本21(第三次)推進のための説明資料 <https://www.mhlw.go.jp/content/001426890.pdf> (2025年1月27日閲覧)

※3:健康日本21(第三次)の概要 <https://www.mhlw.go.jp/content/10904750/001158810.pdf> (2025年1月27日閲覧)

求められる健康づくり支援体制とは

前述した健康づくり支援体制構築が進まない理由のうち、「手が回らない」「仲間が少ない」状況を改善するためには、当然のことですが「手が回るようにし」「仲間を増やす」必要があります。このためには住民、事業者、医療機関、教育機関、NPO等、その地域で活動する関係機関や団体の協力を得る、さらに言えば巻き込んでいくことが不可欠です。各機関や団体、あるいはそれらの担当者のみですべてを抱え込もうとしない活動やチームづくりをしていくこと、これが求められる健康づくり支援体制であると言えます。

他方で、地域の健康づくり支援体制には、事業目的や期間、予算の観点で多種多様な機関や団体に関係します。目的となる健康づくり支援を円滑に推進するためには、すべての関係機関が方向性に納得した上で、持続可能な形で進めていく工夫が求められます。こうした関係性は一足飛びで築くことはできず、実際に声をかける前にいくつかの情報整理をしておくことが工夫の一つとして重要です。

■ 情報整理しておくべき事項

- 自らの所属チーム・組織を知る
- 地域に存在する仲間(関係機関)を知る
- 仲間と一緒に何をしたいか、どのように進めたいかを定める

健康づくり支援体制構築に取り組むヒント

健康づくり支援体制構築を進めるにあたり、ヒントとなる考え方を「課題・資源の発見(みつける)」「取組への着手(やってみる)」「取組の持続(つづける)」の3つに分類し、計10個に整理しました。また、それぞれのヒントとなる考え方の実践例とその工夫のポイントを対応させています。

	取組のヒントとなる考え方	ヒント設定の意図
課題・資源の発見(みつける)	①地域の健康課題や健康づくり推進に関する自治体職員の困りごとを把握する	「日頃の業務に当たる際に少しだけ意識を変えてみる、もしくはプラス5分で取り組めることから始めてみる」という範囲で対応できることを中心に整理。
	②活用可能な地域資源を洗い出す	
	③担当者個人が培ってきた専門性や得意なことを共有する	
取組への着手(やってみる)	④相談しやすい部局や関係機関とまず話してみる	「簡単にできそうな活動から取り組む、予算を確保し事業化するというプロセスに限らず始められる取組がある」ことを中心に整理。
	⑤既存事業や既存体制を最大限活用する	
	⑥取組を始める前に成果や効果を予め想定する	
取組の継続(つづける)	⑦取組参加者の主体性を引き出す	「継続的な予算確保にこだわらず、関係機関や住民の自発的な活動に委ねる」こと、「つづける」と言っても無条件に継続させるのではなく「目標を定め、達成できたら終了する(次の取組へ移行する)」という「変えていく」意識を持つことを踏まえ整理。
	⑧取組参加者のインセンティブを設計する	
	⑨取組の目標と終了の判断基準を決める	
	⑩楽しい活動にする	

■ 凡例

！ 取組事例からのヒント

「第3章 健康づくり支援体制構築に向けた取組事例」(p31)の中から、各ページで紹介するヒントを実践している取組事例の実施者名と取組内容を端的に記載しています。各取組事例の詳細をご覧になりたい方は第3章を参照ください。

💡 本文中で紹介した参考文献

各ヒントを解説する本文中で取り上げた参考文献の名称とURLをまとめています。ヒントについてより深く理解したい、実践例を知りたい際にご活用ください。

併せて読みたい参考文献一覧 (p26)

各ヒントを解説する本文中では取り上げていませんが、ヒントの実践例や周辺情報として参考となる文献等をまとめています。

健康づくり支援体制構築に取り組むヒント

「課題・資源の発見（みつける）」のヒントとなる考え方

「課題・資源の発見（みつける）」のヒントとなる考え方では、「日頃の業務に当たる際に少しでも意識を変えてみる、プラス5分で取り組めることから始めてみる」という範囲で対応できることを中心に整理しました。

1 地域の健康課題に加え、健康づくり支援推進に関する自治体職員の困りごとを把握する

保健師による保健活動の基本である「地域の健康課題把握」に加え、実際に健康づくり支援を推進する自治体職員の実務上の困りごとを把握することで、「どこから手をつけてよいか」「どこから手をつけるべきか」の判断がしやすくなります。そのためには、住民や関係機関等との日常的なコミュニケーションや既存の統計情報等のデータ分析結果をコミュニケーションツールとして活用することが重要です。

言うまでもなく、「健康づくり推進にあたり住民の健康状態や生活環境の実態を把握し、地域において取り組むべき健康課題を明らかにすること」は保健師による保健活動の基本的な方向性の一つとして整理されています。こうした活動は「地域診断」と定義されています※1。特に、「地区活動」の定義※2から、地域の健康課題を明らかにする手法には既存の統計情報等のデータ分析だけではなく住民や関係機関等との日常的なコミュニケーションも含まれていることがわかります。コミュニケーション対象である住民や関係機関に対して、保健師をはじめとした健康づくりを推進する自治体職員を意識的に追加することで、住民ニーズと行政ニーズの両方を踏まえたバランスのよい対策検討、つまり、住民ニーズを汲み取った上で比較的手をつけやすい対策が可能となるのです。

既存の統計情報等のデータ分析も、前述した関係機関や自治体職員等とのコミュニケーションツールとして有効です。例えば、他部署の職員等へ何らかの企画について相談する際に、データに基づき問題意識を説明できると説得力が増し、その後の議論が具体化しやすくなる可能性が挙げられます。

！ 取組事例からのヒント

- 【新潟県】KDBデータを基にした健康課題の分析や栄養調査・生活実態調査を実施し、地域の社会資源を活用した健康づくり支援を検討・推進する上での、基礎資料とした。
- 【北海道】各二次医療圏の地域・職域連携担当者にアンケートを実施し、道庁から二次医療圏への支援ニーズを把握した結果、データ分析に関する研修を開催した。
- 【山口県】県内二次医療圏の保健所が、各圏域の実態に即した取組を自立的に立案・実行するため、国の統計資料と特定健診結果を二次医療圏単位で図示した「やまぐち健康マップ」を作成した。
- 【北海道中頓別町】町民の生活に密着した実態調査やインタビューを通じ、町民が自覚できていない健康課題や本人が無意識に行っていること等を把握した。

💡 本文中で紹介した参考文献

- ※1：地域における保健師の保健活動について
別紙：地域における保健師の保健活動に関する指針
https://www.mhlw.go.jp/content/12_205250/001129302.pdf
(2025年1月27日閲覧)

※2：地区活動の定義：「地区活動に立脚した活動の強化」として以下が記載。「保健師は、住民が健康で質の高い生活を送ることを支援するために、訪問指導、健康相談、健康教育及び地区組織等の育成等を通じて積極的に地域に出向き、地区活動により、住民の生活の実態や健康問題の背景にある要因を把握すること。また、地区活動を通じてソーシャルキャピタルの醸成を図り、それらを活用して住民と協働し、住民の自助及び共助を支援して主体的かつ継続的な健康づくりを推進すること。」

健康づくり支援体制構築に取り組むヒント

「課題・資源の発見（みつける）」のヒントとなる考え方

2 活用可能な地域資源を洗い出す

活用可能な地域資源を洗い出すことによって、連携・協働相手の選択肢が広がり、自身の所属チームの負荷を軽くしつつ、自身の所属チームだけではできない、より多くの手段を用いて健康づくり支援を推進することができます。さらに、活用可能な地域資源を洗い出すプロセスを通じて、地域の特徴や強みを再認識し、それらを生かした健康づくり支援施策を検討することも可能となります。

洗い出しを進めるにあたっては地域にどのような連携しうる“仲間”が存在するのかを整理・把握する必要があります。また、地域の課題や悪い点に着目して健康づくりを推進する「ニーズ・モデル」と対になる概念として、既存の資源やよいところに着目して健康づくりを推進する「アセット・モデル^{※1※2}」の概念も知られています。ニーズの把握とアセットの把握がバランスよく行われることは、効果的な健康づくり支援に非常に重要です。

「アセット・モデル」では、個人、グループ、機関という地域資源がアセットとして挙げられていますが、物理的な資源（場所・物・施設等）、経済的な資源（企業・商工会等）、文化的な資源（お祭り・習慣等）も重要な地域資源であると指摘されています。まずは、活用可能な地域資源の洗い出しから開始し、地域の健康課題解決と地域資源との連携・協働の両面から検討することで、地域の実情に沿った健康づくり支援を無理なく推進することが可能となります。

！ 取組事例からのヒント

- 【滋賀県】地域の団体・企業が自発的に協議・活動していくための「場」（健康しが共創会議）を行政が提供し、活用可能な地域資源の洗い出しを行った。
- 【宮城県仙台市】「せんだい健康づくり推進会議・ワーキング」を通じ、地域の健康づくりに寄与する企業等を発掘した。
- 【青森県弘前市】研修を受講した市民ボランティアが「QOL健診」の測定、同研修を受けた地域の看護師・保健師有資格者が結果説明を行い、ソーシャルキャピタルの醸成・活用につながった。
- 【三重ナースマネジメント協会】採算性に課題のあった公営温泉施設を活用可能な地域資源として捉え、施設の再利用・付加価値化を推進した。

💡 本文中で紹介した参考文献

- ※1:科学研究費助成事業
研究成果報告書(研究代表者 尾島俊之)
<https://kaken.nii.ac.jp/ja/file/KAKE-NHI-PROJECT-23590786/23590786seika.pdf>
(2025年1月27日閲覧)
- ※2:日本公衆衛生学会誌 第55巻 第10号 21世紀の地域保健(2)「ポピュレーション・アプローチとアセット・モデル」
<https://www.jsph.jp/docs/magazine/2008/10/55-10-733.pdf>
(2025年1月27日閲覧)

【参考】地域資源洗い出しの手順

活用可能な地域資源を洗い出し、そのつながりを可視化することで、地域の特徴や強みを生かした健康づくり支援施策に広がりを持たせることが可能となります。以下の「地域資源洗い出しの手順」を参考に、所属部署メンバー数名での会議や他部署のメンバーを交えたワークショップを実施し、地域資源のつながりを可視化してみましょう。

a) 検討テーマ・コンセプトの選定

目的・達成したいゴールを明文化する

初めにどのようなテーマに関する地域資源を可視化したいのかを検討します。「糖尿病対策を推進したい」「集いの場を作りたい」「健康エクササイズを広めたい」等、地域においてどのような取組を開始・推進したいのか設定してください。

コツはできるだけ具体的・明確に文章で表現してみることです。特に「誰に」「なぜ」という点を意識し、どのような特徴や課題を持っている人に対して、どのようなゴールを達成するためのものなのかを、具体化してください。200-300字程度の文章で設定することが望ましいと考えられます。

具体化すべき点の例

- どのような取組を開始・推進したいのか(テーマ)
- 誰に対する取組なのか
- なぜその取組を開始・推進したいのか
- 達成したいゴールは何か

コンセプト(例)※

働き世代に運動習慣が十分に定着しておらず、糖尿病の人が多くことが課題であるため、働き世代が運動習慣を身に付け、生活習慣病を予防することを目的に、市民を巻き込んだエクササイズ動画を制作して普及する。市民が自宅や職場で音楽に合わせて気軽に楽しく運動を実践し、生涯にわたり健やかで生きがいを持って過ごし、さらには地域のつながりを感じることや、地元への愛着を深めることを目指す。

b) 個人ワーク

個々のメンバーが持つ・持ちたい地域資源を洗い出す

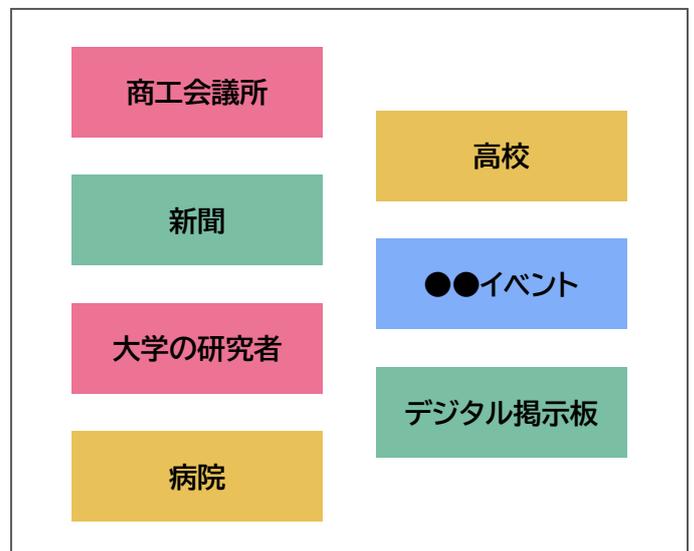
検討テーマ・コンセプトを設定したら、次は個々のメンバーが持つ・持ちたい地域資源を洗い出します。付箋を準備し、「業務を通して既に連携している資源」「今後連携したい資源」を種類別に付箋の色を分け、業務上の場面だけでなく、ターゲット世代の住民や自分自身の生活の場面を想像しながら書き出してください。

整理すべき観点の例

- 業務を通して既に連携している資源
➔所属組織としてのつながりだけでなくメンバー個人が業務を通して得たつながりも含む
- 今後連携したい資源
➔実現可能性を度外視し、「夢」や「理想」を敢えて可視化する

資源の種類

- 組織・人:○○ができる人、○○支援センター等
- 場所:小学校、ショッピングモール等
- ツール:○○パンフレット、○○アプリ
- 機会:○○イベント、○○の集い等



※:本コンセプト(例)はモデル地域である山形県に「地域資源洗い出しの手順」をワークショップ形式で実践していただいた際に検討されたものを基に三菱総合研究所が一部改変。

【参考】地域資源洗い出しの手順

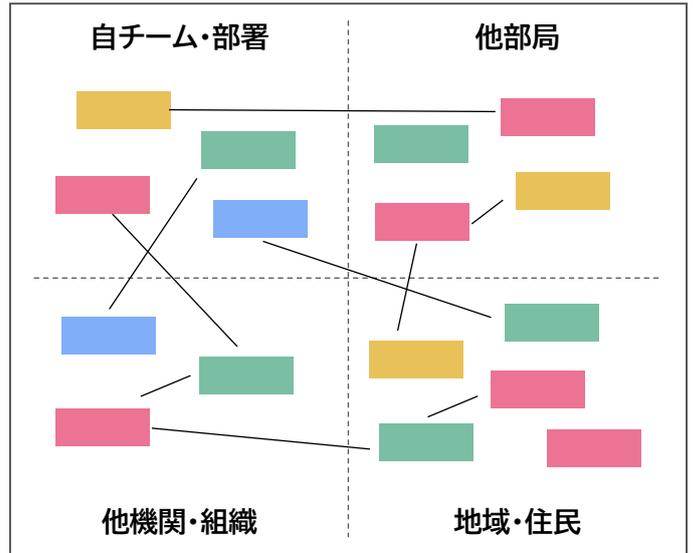
c) グループワーク

個々の資源・アイデアを持ち寄りつなげる・連想する

個人ワークが終了したら、グループワークで個々の検討結果をメンバーと共有し、組織として連携しうる地域資源を可視化してみましょう。個人ワークで付箋に記載した地域資源を、「自チーム・部署」「他部局」「他機関・組織」「地域・住民」の4区分に分けてホワイトボードに配置し、それら資源をどのように活用できると考えたのかを話し合います。話し合った結果「取組アイデア」が生まれることが多々ありますので、これも付箋に記載しホワイトボードに配置してください。

次に、各付箋の連携可能性を線でつないで可視化し、連携できる地域資源、まとめられる取組アイデアがあるか整理します。また新たに生まれた取組アイデアについても実現可能性は度外視して、ホワイトボードに配置します。

以上により、「検討テーマ・コンセプト」を実行するために、連携しうる資源とそのつながり、そこから生まれた取組アイデアを可視化することができます。



付箋の分類カテゴリの例

- ・ 自チーム・部署
- ・ 他部局
- ・ 他機関・組織
- ・ 地域・住民

d) 取組アイデアの精査

「すぐできそう」「おもしろそう」等で優先順位付け

最後にグループワークで見出された取組アイデアについて、その実現可能性を精査します。例えば「やらなければならない」「すぐできそう」「おもしろそう」の3つの観点で取組アイデアを分類し、Excel等の表形式で整理すると優先順位を検討しやすくなります。優先順位が見えた後は、取組アイデアごとに具体的な連携方法・連携内容の検討を進めていき、さらなる具体化を図っていくこととなります。

精査の観点例

- ・ やらなければならない
- ・ すぐできそう:比較的簡単に開始できるもの
- ・ おもしろそう:実現したら広がり生まれそうなもの、メンバー個人の心が弾むもの等

自治体が作成したエクササイズ動画の普及啓発※

やらなければならない すぐできそう おもしろそう

	組織名	連携アイデア
他部局	市民課	市民課の市政情報のコーナーで動画を流す
	広報課	市報で「今月の踊ってみた人」を連載
		市報で市民にSNS投稿を呼びかける
教育委員会	市の部長会で紹介	
他機関・他組織	薬剤師会	薬局等でリーフレットを配布
		薬局等でポスターを掲示
	商工会議所	商工会の広報誌等を介してリーフレットを配布
		商工会の事業所にポスターを貼ってもらう
	協会けんぽ	けんぽ協会で郵送物にリーフレットを同封
	応援企業	月1回の企業への広報誌でエクササイズを周知
		健康宣言事業を行った企業にリーフレット配布
道の駅	道の駅で二次元コードをつけたものを配布する	
観光協会	観光協会で地域の広報物に二次元コードをつける	
病院等	病院・クリニック・薬局の待合室で周知	
地域住民	公民館	地区公民館の談話室で動画を流しておく
	サークル	将棋教室で流す
		SNSで募集期間や提出方法を決めて募集する
	通いの場	地域文化、芸能祭等で発表
地域の祭りの余興として奨励する		

※:本表はモデル地域である山形県に「地域資源洗い出しの手順」をワークショップ形式で実践していただいた際に検討されたものを基に三菱総合研究所が一部改変。

健康づくり支援体制構築に取り組むヒント

「課題・資源の発見（みつける）」のヒントとなる考え方

3 担当者個人が培ってきた専門性や得意なことを共有する

担当者個人の専門性や得意なことをチーム内で共有し、それらを日々の業務に生かす視点を持つことによって、そのチームだからこそ実施できる・推進できる健康づくり支援を検討しやすくなります。また、個人の強みを生かすことで、高いモチベーションで業務に取り組みやすくなります。日々の業務では「しなければならないこと」を意識しがちになりますが、「個人ができること」「チームができること」にも意識を向け、担当者それぞれが培ってきた強みを整理・把握しましょう。

20世紀の経営学者で「マネジメントの父」とも呼ばれるドラッカーの著書「経営者の条件^{※1}」では、「成果を上げるには、利用できる限りの強み、すなわち同僚の強み、上司の強み、自分自身の強み、を使わなければならない」と記されており、専門性や得意なことを仕事に生かす視点の重要性は古くから指摘されています。チームメンバー同士で専門性や得意なことを共有することで、メンバーの個性を生かした「そのチームで発揮できる最大のパフォーマンス」を引き出せる可能性があります。

個人の専門性や得意なことを業務に生かす視点は、業務へのモチベーション向上にもつながります。自身の強みがわからないという方は、キャリアプラン作成ツール^{※2}等を活用することも有効であると考えられています。キャリアプラン作成ツールを用いながら自分自身の興味関心や経験・強みを整理し、「自分ならではの視点」から業務を見ることで、新たなアイデアが生まれやすくなる可能性が挙げられます。

！ 取組事例からのヒント

- 【山形県】エクササイズ動画の作成において、音楽経験のある職員が歌詞の原案作成に貢献したり、デザインが得意な職員がリーフレットの制作・意見出しに貢献したりと、職員一人一人が自分の得意なことを生かしたことが事業の大きな推進力となった。
- 【北海道中頓別町】健康増進計画の目標達成の道筋を住民向けにわかりやすく整理した「なかとん迷路」の作成プロセスにおいて、生活習慣は「こどもの頃からの意識付け」が重要であるという助産師や保育士の意見を踏まえ、全世代に伝わる健康マップを作成した。
- 【三重ナースマネジメント協会】メンバーのモチベーションこそが原動力であるため、自組織が持っている専門性や特技を生かすことを最優先し、活動を推進した。

💡 本文中で紹介した参考文献

- ※2:マイジョブ・カード
<https://www.job-card.mhlw.go.jp/>
(2025年1月27日閲覧)

※1:P.F.ドラッカー（1966）. 経営者の条件. ダイヤモンド社

健康づくり支援体制構築に取り組むヒント

「取組への着手（やってみる）」のヒントとなる考え方

「取組への着手（やってみる）」のヒントとなる考え方では、「簡単にできそうな活動から取り組む、予算を確保し事業化するというプロセスに限らず、始められる取組がある」ことに着目し、整理しました。

4 相談しやすい部局や関係機関とまず話をしてみる

地域住民が抱える複雑化・複合化した課題を解決するためには、健康づくり支援を推進する部局のみでの検討に閉じず、まちづくり政策を所掌する等の他部局や周辺自治体・医療機関等の関係機関と連携した取組が不可欠です。相談しやすい部局や関係機関を思い浮かべてまず話をしてみることも、取組開始の立派な最初の一步です。

他部局や関係機関との連携の重要性は数多く指摘されています。例えば、地域における保健師の保健活動に関する指針では、基本的な方向性の一つとして「部署横断的な保健活動の連携及び協働」が挙げられ、多職種の職員・関係機関・住民等と連携・協働した保健活動の必要性を指摘しています^{※1}。また、国土交通省が作成した「健康・医療・福祉のまちづくりの推進ガイドライン^{※2}」では、まちづくり政策と健康・医療・福祉施策の施策連携が不足していると指摘されており、都市部局と健康・医療・福祉部局が連携して取り組むことが望ましい施策として、「ノーマライゼーションのまちづくり」「医療系施設や福祉系施設の計画的な配置」「コミュニティ活動や住民参加の推進」が挙げられています。

このため、所属部局で検討している取組や対応したい課題等について、他部局や関係機関と平時から情報共有できる関係、つまり相談しやすい関係を構築することが重要です。こうした部局・関係機関にまずは相談を持ちかけ意見交換してみることで、連携のきっかけが得られたり、新たな視点からのアイデアが得られたりするといった、より効果的・効率的な取組の実施方法を検討できる可能性が広がります。さらに、他に相談すべき部局・機関・キーパーソン等についても意見交換することができ、新たな連携先の発見につながる可能性も挙げられます。

！ 取組事例からのヒント

- 【宮城県】「スマートみやぎ健民会議」を通じて相談しやすい関係を構築した薬剤師会の協力により、日常生活の中で健康チェックが可能な拠点である「みやぎヘルスサテライトステーション」の設置数が薬局を中心に増加した。
- 【沖縄県】沖縄県、沖縄労働局、沖縄県医師会、沖縄産業保健総合支援センター、全国健康保険協会沖縄支部という5者で健康づくり推進に向けた協定を締結した。
- 【千葉県千葉市】「健康づくり推進事業所」の認証制度設計にあたり、経済関連の部署や、千葉産業保健総合支援センターと連携して、担当者が持ちえない知識・知見を補完した。
- 【神奈川県横浜市】組織の細分化や定期的な人事異動を通じて、他部署との相談・連携しやすい風土が醸成されており、円滑に他部署連携を実施した。

💡 本文中で紹介した参考文献

- ※1:地域における保健師の保健活動について
別紙:地域における保健師の保健活動に関する指針
https://www.mhlw.go.jp/content/12_205250/001129302.pdf
(2025年1月27日閲覧)
- ※2:健康・医療・福祉のまちづくりの推進ガイドライン
https://www.mlit.go.jp/common/001_049464.pdf (2025年1月27日閲覧)

健康づくり支援体制構築に取り組むヒント

「取組への着手（やってみる）」のヒントとなる考え方

5 既存事業や既存体制を最大限活用する

健康づくりに関する取組を実行する際は、「健康づくりに関する事業」を新規に企画し、予算確保する手段だけにこだわらず、健康づくり推進と親和性が高い別事業や、地域にとって優先度の高い事業等に健康づくり支援の要素を追加する可能性を検討してみましょう。これにより、担当者の時間を中心とする準備コストを抑えられる可能性があります。進める際には、自治体、団体、企業等が実施している既存事業をまちづくり、介護予防といった健康づくりと深く接続した分野まで範囲を広げて確認し、健康づくり推進の要素を追加できないか検討してみます。

新規事業として予算を確保する場合、事業計画や実施体制構築等の大掛かりな準備が必要ですが、既存事業や既存体制を活用することで、担当者の準備コストを抑えられる可能性があります。「企画調整部門の保健師に必要な能力」を整理した全国保健師長会調査研究事業^{※1}では、「既存事業でも課題の抽出と改善を図り、横展開できる」能力の必要性が指摘されています。担当以外の業務における成果・課題も十分に把握し、健康づくり支援と連携可能な事業を模索することも重要な視点です。

国民健康保険における予防・健康づくりに関する調査分析事業にて作成された、「予防・健康づくりの取組の好事例^{※2}」では、自治体や協会けんぽの既存事業を充実化・横展開した事例が掲載されています。また他分野と連携した取組として、国土交通省が作成した「健康まちづくりの事例集^{※3}」や、厚生労働省が作成した「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施 取組事例^{※4}」も参考となります。まちづくりや介護予防は健康づくりと深く関連した分野であり、既に連携した取組を実施している自治体も多いため、こうした他自治体の事例を参考にしながら自治体の既存事業を整理することで、地域の実情に合うかつ効率的な健康づくり推進を検討しやすくなります。

！ 取組事例からのヒント

- 【新潟県】大学の研究者による、他地域で行ったフィールドワークの事例を共有することで、社会資源を活用した健康づくり支援の将来的なイメージの共有がなされた。
- 【滋賀県】異なる領域の掛け合わせにより、既存事業や既存体制を最大限活用しながら新しい取組を創出している。
- 【神奈川県横浜市】既存の認定・認証制度を整理・活用し、より効果的に推進するための制度を新設した。
- 【愛知県瀬戸市】既に自主的に活動を行っていた事業者と社会福祉協議会が協定を締結し、他企業の健康づくり活動も推進した。

💡 本文中で紹介した参考文献

- ※1:保健所・企画調整部門の保健師に必要な能力とその向上に資する取組 研究報告書
https://www.nacphn.jp/03/pdf/2023_osaka_file01.pdf
(2025年1月27日閲覧)
- ※2:予防・健康づくりの取組の好事例集
<https://www.mhlw.go.jp/content/000929350.pdf> (2025年1月27日閲覧)
- ※3:健康まちづくりの事例集
<https://www.mlit.go.jp/toshi/content/001616190.pdf>
(2025年1月27日閲覧)
- ※4:令和5年度 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施 取組事例
<https://www.mhlw.go.jp/content/001236533.pdf> (2025年1月27日閲覧)

健康づくり支援体制構築に取り組むヒント

「取組への着手（やってみる）」のヒントとなる考え方

6 取組を始める前に成果や効果を予め想定する

取組の企画・設計段階から最終目標や期待する成果・効果(アウトカム)を明確化し、チームで共有することで、成果・効果の最大化につながる可能性が高くなったり、取組実行時に何をすべきか、どう動くべきかの判断基準が明確化しやすくなったり、担当者のモチベーション向上に寄与する可能性があります。

「企画調整部門の保健師に必要な能力」を整理した全国保健師長会調査研究事業^{※1}では、保健師のコンピテンシーの一つとして、「ビジョンを描く力」が挙げられており、「目指すべきところ、着地点を明確にしてそのために何をすべきか描くことができるように」する能力の必要性が指摘されています。地域の実情・課題を踏まえ、どのような成果・効果(アウトカム)を得るために健康づくり推進に取り組むのか、という観点を意識し、想定した成果・効果に近づくための改善策を検討しながら取組を遂行することで、成果・効果に直結する健康づくり支援を実施することが可能となります。

また、成果・効果を想定することは、具体的な目標・ゴール設定にもつながります。アメリカの心理学者であるエドウィン・ロックらが提唱した目標設定理論^{※2}では、具体的な目標設定が貢献意欲とモチベーションを高めると指摘しており、成果・効果を予め検討した上で、明確な目標・ゴールを設定することは、チームの意欲向上にも寄与する可能性が挙げられます。なお、チームの意欲向上という観点からは、成果や効果は必ずしも定量的に示す必要はなく、定性的なものでもよい場合があります。まずは、取組を実施することでどのような成果・効果を得たいのか、明文化して試みるのが重要です。

！ 取組事例からのヒント

- 【滋賀県】「健康しが共創会議」において、「滋賀らしい健康」の実現に向けたマンダラシートを策定し、目指す方向性を参画団体と共有した。
- 【愛知県瀬戸市】大橋運輸が描く健康経営ビジョンと社会福祉協議会、瀬戸市が認識する地域の健康・福祉上の課題解決には地元企業の協力が必要という思いが合致したことにより、取組が強力に推進された。

💡 本文中で紹介した参考文献

- ※1:保健所・企画調整部門の保健師に必要な能力とその向上に資する取組 研究報告書
https://www.nacphn.jp/03/pdf/2023_osaka_file01.pdf
(2025年1月27日閲覧)

※2:「Goal setting and task performance」Edwin A. Locke, Lise M. Saari, Karyll N. Shaw, Gary P. Latham 1969-1980.

健康づくり支援体制構築に取り組むヒント

「取組の継続（つづける）」のヒントとなる考え方

「取組の継続（つづける）」のヒントとなる考え方では、「継続的な予算確保にこだわらず、関係機関や住民の自発的な活動に委ねる」ことに着目し、整理しました。また、必要な取組を「つづける」ことが重要であるため、無条件に継続させるのではなく「目標を定め、達成できたら終了する（次の取組へ移行する）」意識を持つことも非常に重要です。

7 取組参加者の主体性を引き出す

言うまでもなく、健康づくりの主役は地域住民です。健康づくり推進の取組を継続するためには地域住民が自らの健康を主体的に考え、取組を「やってみたい」「つづけたい」という気持ちを引き出すことが不可欠です。地域住民の主体性を引き出す方法として、「企画段階で地域住民を巻き込む方策を盛り込むこと」、「取組主体を地域住民そのものやそれに近い関係機関に一任すること」の2つを紹介します。

「企画段階で地域住民を巻き込む方策を盛り込むこと」として、本書で取り上げる取組事例では宮城県仙台市、北海道中頓別町、福井県高浜町等が参考となります（詳細は「取組事例からのヒント」もしくは「第3章 健康づくり支援体制構築に向けた取組事例 事例15」を参照）。地域住民を巻き込んだ取組は、住民の健康意識の醸成に直接アプローチすることができるだけでなく、健康づくりの取組そのものに当事者意識を持ち、主体的な事業参加が促進されることで、自治体のリソースを割くことなく取組を継続することが可能です。

「取組主体を地域住民そのものやそれに近い関係機関に一任する」とは、すべての取組を自治体が主導して行う必要はなく、地域住民そのものやそれに近い関係機関に企画・運営等を一任し、自治体はその取組が自走できるよう支援するという発想です。例えば地域の大学や民間企業、NPO等に企画・運営を委ねることで、自治体が主導するトップダウン型の取組ばかりではなく、地域住民や関係機関が自らの健康づくりを主体的に考え実行するボトムアップ型の健康づくりを組み合わせられるようになります。

具体的取組事例が掲載されている参考文献を紹介します。厚生労働省が実施する「スマート・ライフ・プロジェクト^{※1}」では、住民を巻き込んだ健康イベントや事業所等と連携した健康づくりの事例が紹介されています。また、「【健康・医療分野:】地域連携事例集^{※2}」では、大学と自治体が連携した健康づくりの事例が掲載されています。

健康づくり施策からは少し離れますが、内閣官房と内閣府が作成した「小さな拠点・地域運営組織に関する手引き・事例集^{※3}」では、中山間地域等での生活支援機能の集約・確保等に着目し「住民自らが地域を支える活動を行う」ことの重要性が活動ステップ、事例集等により整理されています。

！ 取組事例からのヒント

- 【宮城県仙台市】行政が住民主体の活動の黒子として、市民ボランティア団体の活動・企画を支援し、居場所カフェ等の取組を推進した。
- 【北海道中頓別町】健康増進計画の策定プロセスに住民参画手法を取り入れ、住民が自分ごととして健康づくりに取り組む動機付けを促進した。
- 【福井県高浜町】「けっこう健康！高浜☆わいわいカフェ」では、住民が日頃から関心のあるテーマについて「気軽に参加し、気負わず話し合える場」を提供した。

💡 本文中で紹介した参考文献

- ※1:スマート・ライフ・プロジェクト
<https://www.smartlife.mhlw.go.jp/>
(2025年1月27日閲覧)
- ※2:【健康・医療分野:】地域連携事例集
https://www.soumu.go.jp/main_content/000947909.pdf
(2025年1月27日閲覧)
- ※3:小さな拠点・地域運営組織に関する手引き・事例集
<https://www.chisou.go.jp/sousei/about/chiisanakyoten/jirei/index.html>
(2025年2月3日閲覧)

健康づくり支援体制構築に取り組むヒント

「取組の継続（つづける）」のヒントとなる考え方

8 取組参加者のインセンティブを設計する

地域住民等の個人や他部局・関係機関等の団体が継続的に健康づくりに取り組むために、そして健康への関心が低い個人・団体参加者へのアプローチ方法として、「取組の結果健康になる」だけではないインセンティブを設計する工夫が考えられます。インセンティブは行動変容を促す刺激や報酬を指す言葉で、大きく分けて金銭的インセンティブと非金銭的インセンティブの2種類があり、多様なインセンティブを設定することで、多様な価値観を持つ個人・団体にアプローチすることが可能です。ただし、金銭的なインセンティブを得ることだけが目的化しないように留意する必要があります。

健康づくりの取組に参加する住民を継続的に増やす観点から、特に健康無関心層に対しては、健康づくりのきっかけづくりや習慣化を促すため、健康づくりの取組に参加するインセンティブを設計することが有効です。厚生労働省が作成した「個人の予防・健康づくりに向けたインセンティブを提供する取組に係るガイドライン^{※1}」では、「健康無関心層に対しては、本人の関心等を踏まえた「健康」以外の多様なインセンティブの提供という形でアプローチしていくことが有効である」と整理されています。また、健康に関心がある個人・団体に対しても、段階的なインセンティブを設定することで、取組への継続的な参加やさらなる健康増進を促進することができますと考えられます。上述のガイドラインでは、具体的なインセンティブとして、健康づくりに直接的に関連するもの（健康関連グッズの贈呈、健康づくり関連施設の利用補助等）、社会貢献的なもの（表彰、小学校等への寄付等）、換金性の高いもの（全国・地域商品券、コンビニ等で広く利用可能なポイント等）等が挙げられています。

また、連携する企業や関係機関等の団体の参加を促進する観点から、健康施策の発信、行政との連携等の非金銭的インセンティブを設計することも有効な手段です。例えば、経済産業省が実施する健康経営優良法人認定制度は、認定を受けると「健康経営優良法人認定制度」のロゴマークの使用が可能になるという非金銭的インセンティブが設定されています。さらに、行動経済学に基づき小さなきっかけで人々の意思決定に影響を与える手法として知られるナッジ理論^{※2}等を用いることで、健康づくりの取組が推進された事例も見られます。

！ 取組事例からのヒント

- 【宮城県仙台市】「仙台新港クリーンアップ・ウォーク」では運営の中心となる参加企業、学生ボランティア団体それぞれへ非金銭的なメリットを提供することで、金銭の授受が発生しないイベント企画・運営を可能とした。
- 【千葉県千葉市】首長主導で「インセンティブを活用した健康づくり」の推進を掲げ、事業所等が行う健康づくりを点数に換算し、インセンティブの授与等を行うシステムを構想した。
- 【神奈川県横浜市】「横浜グランドスラム企業表彰」において、中小企業融資制度における保証料全額助成等の金銭的インセンティブとグランドスラム企業表彰ロゴマーク等の非金銭的インセンティブを設定した。

💡 本文中で紹介した参考文献

- ※1: 個人の予防・健康づくりに向けたインセンティブを提供する取組に係るガイドライン
<https://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyou-12401000-Hokenkyoku-Soumuka/0000124571.pdf>
(2025年1月27日閲覧))
- ※2: 日本健康教育学会誌 第31巻 第2号
2023年「なぜナッジで行動を後押しできるのか？—経済学から見たナッジ—」
https://www.jstage.jst.go.jp/article/kenkokyoiku/31/2/31_310211/pdf
(2025年3月6日閲覧)

健康づくり支援体制構築に取り組むヒント

「取組の継続（つづける）」のヒントとなる考え方

9 取組の目標と終了の判断基準を決める

取組の継続と発展のためにこそ、取組の目標と終了の判断基準を予め決めておくことが重要です。一般に、取組の継続にあたっては企画・実践・評価のPDCAサイクルを回し不断の見直しをすることが重要だとされています。こうした「つづける」努力は重要である一方、すべての取組を無条件に継続させるのではなく目標を定め、達成できたら終了する、もしくは次の取組へ移行するという「変えていく」意識を持つことも重要です。

健康日本21(第三次)^{※1}においても、「誰一人取り残さない健康づくりの展開」と「より実効性をもつ取組の推進」に関する具体的な内容として、「テクノロジーも活用したPDCAサイクル推進の強化」が挙げられています。また、取組の評価を行った結果として、「想定された効果が既に得られた場合」や「指標の改善が見られない場合」は、既存の取組から移行し、新たな取組を検討することも選択肢の一つとして考えられます。目標とする評価指標と取組の終了を検討する判断基準を設定することは、リソースが限られた現状において不可欠な視点です。

評価指標や判断基準を検討する際は、既に国や他自治体で用いられている評価指標を参考に検討することが有効です。日本保健師活動研究会がまとめた「健康づくり活動の評価指標^{※2}」や日本老年学的評価研究がまとめた「地域単位の健康関連ソーシャル・キャピタル指標^{※3}」等を参考に取組の評価指標設定について検討することができます。評価指標設定にあたっては、既存の評価指標を単に流用するのではなく、地域の状況や課題を踏まえることで効果的な取組改善につなげることが可能となります。

💡本文中で紹介した参考文献

- ※1:健康日本21(第三次)の概要
<https://www.mhlw.go.jp/content/10904750/001158810.pdf>
(2025年1月27日閲覧)
- ※2:健康づくり活動の評価指標
https://the-hokenshi.com/pdf/h27manual_healthpromotion.pdf (2025年1月27日閲覧)
- ※3:地域単位の健康関連ソーシャルキャピタル指標
https://www.jages.net/library/social-capital/?action=common_download_main&upload_id=12095
(2025年1月27日閲覧)

健康づくり支援体制構築に取り組むヒント

「取組の継続（つづける）」のヒントとなる考え方

10 楽しい活動にする

「楽しい活動」は、地域住民だけではなく企画する自治体職員等の担当者にとっても重要です。「楽しい活動にする」の「楽しい」の意味は、その活動に参加するすべての人の内発的動機（報酬や評価等の外部要因を受けない、自身の内側から湧き上がる興味・関心や向上心等による動機^{※1}）を重視することと言い換えられます。地域住民にとっては健康づくりの取組を続けたい、もっとやってみたいという意欲を引き出すための、自治体職員等の担当者にとっては健康づくり推進という業務のモチベーション維持やパフォーマンス向上のための糸口となる可能性があります。

自治体職員等の担当者は、やらなければならない職務と自発的なキャリアをうまく両立させることが重要であり、「楽しい活動」とする視点を持つことで、高いモチベーションを維持しながら職務に取り組むことができると考えられます。また、地域住民や住民団体等との関わりにおいては、やりたいこと・楽しめることを尊重するかたちで取組を継続することが求められます。地域住民・住民団体に対して行政が望む姿・結果を強要することなく、一方で相応の成果が得られる取組を検討することが重要です。

「楽しい活動にする」ためのヒントとなる参考情報を説明します。まず、モチベーションや想像力に関する書籍を多数執筆する、ダニエル・ピンクが提唱する「モチベーション3.0^{※2}」では、モチベーションの維持には内発的動機が重要であると示されています。「自分がやりたいからやる」活動であることが、参加者のモチベーション維持には不可欠であり、取組を継続するためにも重要です。参加者（地域住民、自治体職員等の担当者両方を含む）の内発的動機を重視し、参加者が主体的に「楽しんで」取り組むことができる取組を設計することが、持続につながると考えられます。

また近年では、ゲーミフィケーションという手法も知られています。経済産業省が実施した「地域デジタル人材育成・確保推進事業」^{※3}では、ゲーミフィケーションはゲームを構成する要素やゲーム体験を課題解決に導入することであり、関係者を惹きつけて楽しみながら課題に臨むことで、あらゆる課題を解決できる可能性があるとされています。また、既に日本が抱える様々な社会課題に活用されており、そのアプローチも多様なことから、方法論の面から見ても課題解決に対する応用可能性は高いと事業報告書では整理されています。

！ 取組事例からのヒント

- 【山形県】エクササイズ動画の作成において、職員自身も振り付けを覚え、楽しみながら、出演者との練習会や数日間にわたる撮影を乗り切ることができた。
- 【宮城県仙台市】「まるっとつるがや」では、参加している住民が自発的に、やりたいと思う活動を実施する。楽しそうな雰囲気があるからこそ、仲間が増え、活動も拡大した。
- 【三重ナースマネジメント協会】自組織メンバーがやりがいを持ちながら楽しんで活動することを重視し、関係機関・住民等とのWin-Winな関係性を構築した。

💡 本文中で紹介した参考文献

- ※1:人事労務用語辞典
<https://www.webl.io/cat/business/jnjrm>（2025年1月30日閲覧）
- ※3:令和5年度地域デジタル人材育成・確保推進事業（ゲーミフィケーションを活用した人材育成等に関する調査事業）報告書
https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/contents/downloadfiles/report/2024_gamification-jinzai.pdf（2025年1月27日閲覧）

※2:ダニエル・ピンク（2011）、モチベーション3.0 新しい働き方・学び方の条件、日経BP社

① 地域の健康課題に加え、 健康づくり支援推進に関する自治体職員の困りごとを把握する

- 地方自治体における生活習慣病関連の健康課題把握のための参考データ・ツール集
<https://www.niph.go.jp/soshiki/07shougai/datakatsuyou/> (2025年1月27日閲覧)
- 日本公衆衛生看護学会誌
「地域の健康課題明確化に向けた自治体保健師による質的データ活用技術の明確化」
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jjphn/5/2/5_154/pdf/-char/ja
(2025年1月27日閲覧)

② 活用可能な地域資源を洗い出す

- 厚生労働省_地域共生社会のポータルサイト
<https://www.mhlw.go.jp/kyouseisyakaiportal/jirei/> (2025年1月27日閲覧)

④ 相談しやすい部局や関係機関とまず話をしてみる

- 自治体保健師と地域の看護職の連携・協働による地域全体の健康・療養支援と仕組みづくり
～住み慣れた地域で暮らし続けるための重症化予防～
https://www.nurse.or.jp/nursing/assets/whole_sentence.pdf
(2025年1月27日閲覧)

⑤ 既存事業や既存体制を最大限活用する

- フレイル予防に取り組んで健康と防災力をアップしませんか？
<https://www.nishi.or.jp/kurashi/anshin/bosaijoho/chiikinotaisaku/engosha/bousaihureiru.html> (2025年3月6日閲覧)
- 災害に強いまちづくり～地域をつなぐ保健師が目指す地域共生社会～
https://www.nacphn.jp/02/block/pdf/b04_2019K_04.pdf (2025年3月6日閲覧)

⑦ 取組参加者の主体性を引き出す

- 地域のつながりを通じた健康づくり事業事例集
<https://www.hokeniryo1.metro.tokyo.lg.jp/kensui/plan21/jireisyuu/pdf/full.pdf>
(2025年1月27日閲覧)

⑧ 取組参加者のインセンティブを設計する

- 受診率向上施策ハンドブック_明日から使えるナッジ理論
<https://www.mhlw.go.jp/content/10901000/000500407.pdf>
(2025年1月27日閲覧)
- インセンティブを活用した健康づくりの取組
https://www.nga.gr.jp/committee_pt/committee/shuryo/kenkou_rikkoku/1552_271715233.html (2025年1月27日閲覧)

⑨ 取組の目標と終了の判断基準を決める

- データヘルス作成の手引き
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000061273.html>
(2025年1月27日閲覧)
- 保険者インセンティブ評価指標
<https://www.mhlw.go.jp/content/12400000/001225032.pdf>
(2025年1月27日閲覧)

アドバイザー座談会 ～健康づくり支援体制構築の目指すべき姿とは～

自治体・保健所が目指すべき健康づくり支援構築の在り方やその課題と解決策について、「健康づくり支援体制構築モデル事業」にアドバイザーとして参画いただいた3名の先生に語り合っていました。



醍醐 孝典
株式会社studio-L
ディレクター

菖蒲川 由郷
新潟大学大学院医歯学総合研究科
特任教授

五十嵐 久美子
国立保健医療科学院
統括研究官

行政・自治体・地域それぞれで 開かれる健康づくりの新しい姿

—それぞれの立場で健康づくり支援に取り組む皆さんの視点から、体制構築をする上で重要なことは何でしょうか。またどのような取組をされていますか？

五十嵐 久美子(以下、五十嵐) 現在、国立保健医療科学院にて統括研究官をしておりますが、前職の厚生労働省では保健指導室長として「健康日本21(第三次)」作成に関与していました。私の立場からは、健康寿命の延伸はもちろん成果が上がっている一方で、ライフスタイル及び健康課題の多様化・社会の仕組みの複雑化が進み、個人の生活習慣改善へリーチすることが

課題となっているように感じています。そのため、領域別の縦軸的な政策は進めつつも、国民一人一人を支える自治体の皆さんが横のつながりを持ち、地域の課題として捉えていただく必要性があります。高齢化、また人口流出が進む地域も多いなかで、住民に最も近い距離で健康づくりを進めていただいている自治体で解決できること、また、地域全体で連携しながら進行すべきことを見極めることが重要だと思います。そしてより広域的な観点では、やはり保健所の役割が鍵を握るということも明確になっています。「健康日本21(第三次)」では国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現、そして誰1人取り残さない健康づくりを、実効性を持って取り組むといったビジョンのもとに進められているところです。

醍醐 孝典(以下、醍醐) 私はこれまでコミュニティデザインやまちづくりを専門分野とし、公共施設の計画・運営における市民参画等に携わってきました。こういった活動のなかで、私は、地域の人たち自身が地域課題を発見しながら自分たちで解決していくことを、デザインの技術や考え方を使ってサポートしていくといった立場を取っています。近年、社会教育や地域福祉の分野において市民参画が進み、私たちデザイン分野の者もお手伝いする機会が増え、そういったなかで介護や医療の分野の方々とクリエイターがつながり、協働することの意義を強く実感してきました。もともと山形の東北芸術工科大学で教鞭をとっていた関係もあり、東北各地の介護専門職とクリエイターが交わって学べる場所づくりを行う等、デザイン思考の持つ「理想の地域」「理想の暮らし」を人々へイメージさせるといった力を通じて、介護や医療分野の皆さんがご自身の仕事の魅力を再発見していただくような取組を行っています。

菖蒲川 由郷(以下、菖蒲川) 私は新潟大学の十日町いきいきエイジング講座で十日町市の医療と介護の仕組みづくりに取り組んでいます。私は公衆衛生学が専門ですが、本格的な超高齢社会を迎えている十日町市をフィールドとして高齢者調査を進めていたところ、いきいきエイジング講座に招いていただいたという経緯です。十日町市に限らず全国的にも高齢化に応じた医療体制や地域包括ケアの充実が求められる一方で、ほとんどの自治体がヒューマンリソースが足りないといった課題に直面しています。十日町いきいきエイジング講座では、地域医療・地域包括ケアを充実させ、市民が安心して満足な老後を送れるように、医療福祉総合センターを拠点とした「出向くケアと医療」の仕組み作りに取り組んでいます。



社会保障施策、地域コミュニティの多様化、地域資源の減少

—現場で感じる支援体制を進める上での主な課題、それに対する解決策はどのようなものがありますか？

五十嵐 まずは「健康危機への対応必要性の拡大」が課題に挙げられます。健康課題の多様化・社会の仕組みの複雑化、そして健康危機対応の優先度が上がり、平時対応の健康づくりの優先度が相対的に低下しています。さらに「人口減少・少子高齢化の本格化に伴う地域資源の減少」も大きな課題です。地域自治体の職員の入れ替わりが激しくなった結果、平時業務をよく知る職員が誰も残っていない等が、原因として考えられます。そして「連携すべき関係機関の増加」です。これは社会保障施策の多様化に対応して、業務上連携すべき関係機関が増加していることによるものです。

これらの課題は互いにつながっています。人口減少は、つまり住民数とともにその地域にいる専門職や連携すべきキーパーソンも減少しているということでもあるので、その代わりに「連携すべき関係機関の増加」も発生していく。本来は連携機関が増えていくほど支援としてできることが増えていくはずなので、先ほど醍醐先生がお話されていたように、地域の人たち自身が地域課題解決を能動的に担っていただくように働きかけることがキーになるのではないかと思います。

醍醐 そうですね。共同体の在り方が昔とは変移していることも注目する必要があります。自治会や老人会といった地域でつながるコミュニティの他にも、趣味や嗜好でつながるテーマ型のコミュニティも増えていて、例えば鉄道や手芸が共通の趣味で親しくなった方同士で、健康課題をお互いに話し合えるといった可能性は、近年大きくなっていると思います。私たちが手助けできるのはそこからもう一步踏み込んだ、例えば健康づくりを「新たなチャレンジ」として捉えていただけるような、そこへ楽しみが見出せるようにデザインしていくことかと考えています。

菖蒲川 地域消滅のようなシビアな課題がありつつも、健康づくりの共同体の新たな可能性というのは、私の立場からも感じられることです。例えばヒューマンリソースにしても、コロナ禍でワクチン接種を地域で実施すると、想像以上に潜在看護師さんの数が多いことがわかりました。地域に眠っている人材がまだまだいるということは中山間地である十日町市でも感じているところです。専門職として従事してもらうためにどのような働きかけが必要かを考えていくことが重要だと感じています。

五十嵐 健康寿命が延び、高齢の方の体力が向上している状況もあるので、かつてはリタイアする適齢期の年齢層が、ヒューマンリソースとして活躍できる考え方もあるわけですね。「誰一人取り残さない健康づくり」を目指すうえでネックになっているのが、どこに取り残された方々がおられるのか、ということ。地域によって様々であるが、行政サービスにアクセスできていない方々がどこにおられるのか、部署横断で情報を重ね合わせることで見えてくる潜在的ニーズの把握や、顕在化している個の課題を地域の課題として再構築することが重要。地域の既存の受け皿をつなぐことができればセーフティネットにつながる。全ての世代において、ふらっと立ち寄り日々の困りごとが話せる場が求められている。例えば、退職された保健師・ナースが地域で相談所を開く動きもでてきています。インフォーマルな場が、健康づくりにつながっていく好例という意味だと、先ほど醍醐先生が挙げられていた「テーマ型のコミュニティ」の性質にも重なるところがあると思います。

そういった地域に自然な形で発生している健康づくりについて、その政策を担うべき行政の部署が把握できていない、もしくは把握できているのが所管部署以外の課題には対応できていないといった状況もあるのではないかと思います。部署や分野を横断的に眺め、広域的な仕組みをもう一度地域の中で整えられれば、結果的に小さな自治体が孤軍奮闘しなくてよい状況につながっていくように思います。

そのためにも、保健所の役割はより一層重要になります。広域的・専門的に保健所管内の市町村の状況を把握、分析し、提示していくといった保健所の役割を、本庁と連携して作っていくことが求められるでしょう。

菖蒲川 自治体として広く視野を持ち、多岐にわたる課題をリンクさせて考えていく。そのために、部署や専門分野をまたいで、お互いの課題を共有できる場を作ることが大切ですね。アカデミアの立場からすると、自治体で調査をする際に協力を得るのが難しい場面があるのですが、そういった場面でも課題感が共有できると一緒に動くことができるのを体験しているのでも、その重要性を実感しています。



地域の健康づくりを、コミュニティと行政が模索し楽しみながら次につなぐ

—最後に、健康づくり事業に取り組む自治体職員・関係機関にメッセージをお願いします。

五十嵐 「地域のために行政が何かしなければ」という意識になりがちなものですが、本日お話ししたような、インフォーマルなネットワークや働きかけ、地域の人たち自身が地域課題解決を能動的に担っていただくといったことが重要ですね。全世代にとって心身共に「自然に健康になれる」ことが仕組み化され地域の健康づくりの循環につながるという考え方で向き合うことが大切ですね。

醍醐 デザイン分野の専門的観点からは「楽しい」を動機とすることが非常に重要になってくるので、地域の人々に健康づくりを楽しんでいると意識してもらい、そのプロセスを考え、作ることを意識していただきたいですね。

菖蒲川 この座談会で「連携」というワードが出てきましたが、今は行政も市民も、みんなが自分たちで社会参加をしないと立ち行かない時代になっていると思います。その上で、相手が違う分野の方であっても、異なる立場にいるように見えても、まずは心の内を話してみる。すると、結局はどこかで同じ方向を向いている者同士であることがわかって、その気づきが連携につながっていくのだと思います。そういった意味で、よりコミュニケーションを重視していただきたいですね。



健康づくり支援体制構築に
向けた取組事例

3

取組事例一覧

本手引書に掲載する取組事例は、いずれも厚生労働省が令和6年度に実施した「地域における健康づくり支援体制構築のための調査・連携推進モデル事業等一式」の一環として実施したヒアリング調査もしくはモデル事業にご協力いただいた自治体、団体等による活動や工夫を取りまとめたものです。

取組事例一覧

区分：モデル事業採択地域を最初とし、以降はヒアリング調査対象を実施主体者別に分類し掲載しています。

区分	No.	自治体・団体名	事例タイトル	取組キーワード
モデル地域	1	山形県	地域住民や関係機関を巻き込んだエクササイズ動画の企画・制作・普及	#つながる #住民参画 #エクササイズ #まちづくり
	2	新潟県	保健所による市町村の健康づくり支援モデルの試行	#市町村支援 #事例の横展開 #データ分析
都道府県	3	北海道	二次医療圏域の地域・職域連携推進に向けた圏域への情報提供・交流促進の両立	#アンケートからニーズを把握 #研修開催
	4	宮城県	「ついで」の健康づくりを後押しするみやぎヘルスサテライトステーション	#なにかの「ついで」に健康チェック #まちなかに健康づくりの拠点を
	5	滋賀県	健康なひとづくり×健康なまちづくり「健康しが共創会議」	#行政が「場」を提供 #分野横断 #well-being
	6	山口県	データ分析は県で一括！「やまぐち健康マップ」	#二次医療圏連携 #データ分析
	7	沖縄県	5者協定という強固な連携関係による健康経営推進	#健康経営宣言企業支援 #5者協定 #約2000超もの事業所が健康宣言
政令市・中核市	8	宮城県仙台市①	参加者メリットを設計し、産学官連携による主体的な健康づくりイベント開催を実現「せんだい健康づくり推進会議・ワーキング」	#産学官連携 #非金銭的メリット #学生ボランティア
	9	宮城県仙台市②	商店街の一角で住民の居場所と健康、「やりたい」想いを育む場づくり	#居場所カフェ #商店街活性化 #行政と住民の緩やかな接点
	10	千葉県千葉市	インセンティブを活用した健康づくりの推進	#インセンティブ設計 #健康経営 #外部機関連携
	11	神奈川県横浜市	他部署連携による新たな表彰制度「横浜グランドスラム企業表彰」	#認定・認証制度 #健康経営 #他部署連携
一般市町村	12	北海道中頓別町/ 株式会社studio-L	町民主体で考え・作り・行動する「健康なかとんべつ21(第三次)」	#町民参画 #自分ごと #健康増進計画
	13	青森県弘前市	産学官連携プログラムを通じたソーシャルキャピタルの醸成	#産学官連携 #ソーシャルキャピタル #低関心層へアプローチ
	14	愛知県瀬戸市	健康経営リード企業の存在を最大限活用し地元企業との連携体制を拡大	#ビジョン共有 #協定締結 #事業者認定制度
その他	15	福井県高浜町	居場所から課題の解決策まで、町民の集う「地域プラットフォーム」	#カフェという場づくり #住民の主体性 #住民起点の課題解決
	16	NPO法人三重ナースマネジメント協会	安濃交流会館「あのお温泉」をヘルスケア拠点化し地域資源を再利用	#地域活性化 #ヘルスケアの拠点 #地域資源活用

インデックスについて

各取組事例の1ページ右上にあるインデックスの凡例です。どの取組事例をご覧になるかの参考情報としてご活用ください。

- 実施主体者: 都道府県 政令市・中核市 一般市町村 その他団体
- 費用規模^{※1}: ほぼ支出なし 10万円単位 100万円単位 1,000万円単位
- 取組のヒント: みつける やってみる つづける

※1: 複数年度に亘り確保された費用の場合はその合計額を反映

「取組のヒント」の詳細

本書では、健康づくり支援体制構築を進めるにあたりヒントとなる考え方を「課題・資源の発見(みつける)」「取組への着手(やってみる)」「取組の持続(つづける)」の3つに分類し、計10個に整理しました。

※各ヒントの詳細は「第2章 健康づくり支援体制上の課題とそれを乗り越えるために」をご覧ください。

取組のヒントとなる考え方		ヒント設定の意図
課題・資源の発見 (みつける)	①地域の健康課題に加え、健康づくり支援推進に関する自治体職員の困りごとを把握する	「日頃の業務に当たる際に少しだけ意識を変えてみる、もしくはプラス5分で取り組めることから始めてみる」という範囲で対応できることを中心に整理。
	②活用可能な地域資源を洗い出す	
	③担当者個人が培ってきた専門性や得意なことを共有する	
取組への着手 (やってみる)	④相談しやすい部局や関係機関とまず話してみる	「簡単にできそうな活動から取り組む、予算を確保し事業化するというプロセスに限らず始められる取組がある」ことを中心に整理。
	⑤既存事業や既存体制を最大限活用する	
	⑥取組を始める前に成果や効果を予め想定する	
取組の継続 (つづける)	⑦取組参加者の主体性を引き出す	「継続的な予算確保にこだわらず、関係機関や住民の自発的な活動に委ねる」こと、「つづける」と言っても無条件に継続させるのではなく「目標を定め、達成できたら終了する(次の取組へ移行する)」という「変えていく」意識を持つことを踏まえ整理。
	⑧取組参加者のインセンティブを設計する	
	⑨取組の目標と終了の判断基準を決める	
	⑩楽しい活動にする	

山形県

地域住民や関係機関を巻き込んだエクササイズ動画の企画・制作・普及

#つながる

#住民参画

#エクササイズ

#まちづくり

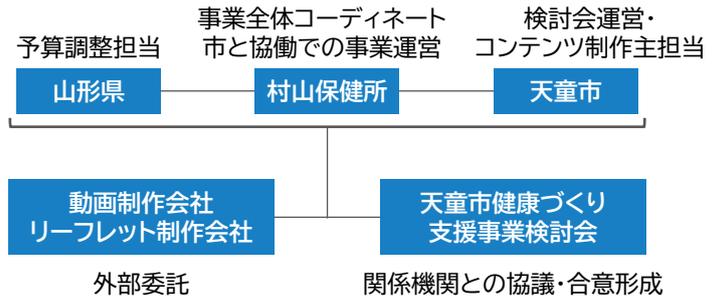


本事例の
ポイント

- 「他部署連携」「外部機関連携」「地域住民・コミュニティとの連携」等、様々なレイヤーでつながり、住民一人一人や多様な主体で自分ごととして健康づくりに取り組むための仕掛けを用意
- 上記過程を通じてソーシャルキャピタルの醸成を実現

基本情報

実施主体者	山形県・村山保健所・天童市
関係機関	観光課・商工会・薬剤師会・高校 等
対象者	地域住民
実施期間	2024年度～



● 自治体の健康課題・地理的特徴

- 天童市の糖尿病有病率は16.4%であり、山形県の14.8%より高い※1。
- 働き世代(20-50歳代)における運動習慣の無い者の割合が、男性60.0%、女性73.6%にのぼる※2。
- これまで市の健康課題について、健康づくり推進協議会で共有し、市民に向けて健康増進計画やデータヘルス計画、広報等を通じて情報発信していたものの、職員としては「市民全体の行動改善には十分につながっていないのではないか」という問題意識を持っていた。

● 本取組の位置づけ

- 天童市の健康課題を踏まえ、特に働き世代(20-50歳代)をターゲットとし、楽しく運動に取り組めるような事業が必要と考えた。
- 今回は、厚生労働省のモデル事業として、山形県・村山保健所・天童市の3者が連携し、エクササイズ動画の企画・制作・普及に向けた取組を行った。

● 取組の概要

企画	天童市では、特に働き世代において運動習慣の無い者の割合が高いという課題を踏まえ、市職員のアイデアでエクササイズ動画の制作を起案した。企画・検討段階から関係機関に参画を呼びかけ、動画には市民も出演してもらうことで、より多くの人々が自分ごととして健康づくりに取り組み、普及させていく原動力になるのではないかと考えた。
実践	事業の遂行にあたっては、山形県・村山保健所・天童市の三者が中心的な役割を果たした。月2回の定例会議で密に情報共有を行った他、村山保健所の発案で、コミュニケーションを円滑に進めるための情報共有シートを作成・活用した。また、エクササイズ動画の企画・制作・普及について話し合う場として「天童市健康づくり支援事業検討会」を設置した。検討会メンバーには、大学、運動関連施設、商工会議所、子育て関連施設、医療保険者、高等学校、食生活改善推進協議会、地区薬剤師会、市商工観光課等の代表者が参加し、多様な視点から検討を重ねるとともに、幅広い連携先へアプローチすることにつながった。
評価	地元出身のタレント「ミッチーチェン氏」を起用し、出演に市民や関係機関も巻き込んだ親しみやすいエクササイズ動画を作成することができた※3。普及に向けて、エクササイズ内容を解説するリーフレットも制作した。今後は普及に向けた取組を推進していく予定である。

※1: 第3期天童市国民健康保険データヘルス計画 <https://www.city.tendo.yamagata.jp/lifeinfo/iryo/kokuho-detaherusu.html> (2025年3月12日閲覧)

※2: 第三次健康でんどう21行動計画 <https://www.city.tendo.yamagata.jp/lifeinfo/iryo/kenkoutendou21.html> (2025年3月12日閲覧)

※3: エクササイズ動画 <https://www.city.tendo.yamagata.jp/lifeinfo/iryo/otonorizumude-yattendo.html> (2025年3月27日公開)

☑ 取組の成果

- 運動習慣の改善につながるような、見て、踊って、楽しいエクササイズ動画を完成させることができた。
- 「都道府県・保健所・市町村」の連携や、「関係機関との合意形成」「地域住民の参画促進」等、健康づくり事業を推進していくために必要なプロセスを理解・共有することができた。

取組の推進要因・工夫点

職員一人一人が自分の強みを生かし、楽しむことを大切に事業を推進

- 音楽経験のある職員が歌詞の原案作成に貢献したり、デザインが得意な職員がリーフレットの制作・意見出しに貢献したりと、職員一人一人が自分の得意なことを生かしたことが事業の大きな推進力となった。
- 職員自身も振り付けを覚え、楽しみながら、出演者との練習会や数日間にわたる撮影を乗り切ることができた。

山形県・村山保健所・天童市がそれぞれの立場から協力

- 山形県が予算調整を担当、村山保健所が事業全体のコーディネート・工程管理を担当（天童市外の広域の機関や関係者との調整、市で行う事業を協働で実施）、天童市が検討会運営やコンテンツ制作の主役を担い、明確に役割分担した。
- 健康づくり施策における有効な保健所－市町村間連携については必ずしも先行事例が多くない中で、村山保健所は、事業全体の工程管理やコミュニケーション円滑化のためのツール提案、さらに広域の有識者・関係機関と天童市の橋渡しの役割を担う等、一つのロールモデルとも言える事例となった。

健康・福祉以外の他部署や外部機関との連携

- エクササイズ動画のロケ地は、観光課や地域振興に関する部署・機関からの意見を取り入れた。
- 動画の中に様々なロケ地を採用し、テロップで地名が表示されることで、健康づくりだけでなく、天童市の観光地や公共空間のPRにもつながる等、当初想定していなかった副次的効果・シナジーが見られた。
- 天童高校やげんキッズ^{※4}といったこども関連施設の代表者にも、検討会参加や動画出演にて協力してもらった。子どもを通じた親世代への波及効果や、彼らが大人になっていく過程での継続効果が期待される。

動画制作や合意形成のプロセスに付加価値を見出すことができた

- 生成AI等により短時間で一定のクオリティの動画を作成することができる時代となった一方で、多様な人が時間をかけて検討・制作していくプロセスでしか得られない気づき・アイデア・人間関係等、プロセスに付加価値を見出すことができた。

● 今後の展望

- 健康への関心が低い市民へのアプローチ場所として、商業施設の活用を検討している。
- エクササイズ動画の完成の際は、市長やミッチーチェン氏も出席するお披露目イベントを行う他、広報紙やSNS等を活用した周知を図る。
- 働き世代のアプローチとして市内の企業に出前講座や、デジタルを活用して自宅等でも取り組んでもらう仕組みを検討している。
- 健康福祉まつり等、市内で行われるイベント等でエクササイズの実演を検討している。
- 天童市健康づくり支援事業検討会出席者の組織で普及・継続の取組を行ってもらう。
- 山形県、村山保健所においても会議や研修会、SNS、デジタルサイネージ等、機会を捉えて、取組を紹介していく。また、職員自ら「#踊ってみた」動画の作成・発信等を行い、エクササイズの楽しさも広めていく。
- 取組が継続していくためのアンケートやその評価も検討していく。

※4: 天童市子育て未来館げんキッズ
<https://www.shisetsu-tds.jp/yamagata-tendou-genkids/> (2025年3月12日閲覧)

山形県行政職員人材育成研修会



- エクササイズ動画の普及・継続を支えるための土台となる、自然に健康になれるまちづくり関連するテーマの講演を依頼
- 天童市だけでなく、幅広い自治体へ参加を呼びかけ、オンライン含め計88名が参加
- 健康・福祉関連の部署だけでなく、まちづくり等の部署の職員も多く参加し、今後の更なる他部署連携が期待

● 人材育成研修開催目的とプログラム

- 研修の目的:保健分野やまちづくり等関係する各分野の自治体職員が、健康の社会的決定要因やゼロ次予防、ソーシャルキャピタルを活用した健康づくり及びまちづくりについて理解し、学んだ知識やスキルを生かし、住民参加による自然に健康になれる環境づくり及びまちづくりを目指し、他部署連携を含む幅広い取組を実施できる体制を構築すること
- 主な実施事項:山形県、天童市及び村山保健所の管轄市町村の行政職員を対象とした人材育成研修会を実施(計1回)

日時	令和6年12月20日(金) 10:00-12:00
会場	天童市健康センター 2階 健康ホール (※集合とオンラインのハイブリッド開催)
演題	「暮らしているだけで健康になれるまちづくり」
講師	千葉大学 予防医学センター 健康まちづくり 共同研究部門 特任助教 井手 一茂 氏
当日プログラム	10:00-10:05 開会 10:05-11:50 講演 10:05-10:10 自己紹介 10:10-11:00 レクチャー 11:00-11:10 個人ワーク・グループワーク 11:10-11:20 意見確認(グループワークの結果をオンライン集計・共有) 11:20-11:50 事例紹介 11:50-12:00 閉会
出席者数	88名
出席者の所属自治体	山形県、村山保健所、最上保健所、置賜保健所、庄内保健所、 天童市、山形市、寒河江市、上山市、村山市、東根市、中山町、河北町、大石田町、 金山町、舟形町、大蔵村、長井市、高畠町、白鷹町、鶴岡市、三川町、庄内町
出席者の所属部署	健康・福祉関連部署、都市計画課、文化スポーツ課、生活環境課、農林課、まちづくり課 等
得られた成果等	「暮らしているだけで健康になれるまちづくり」について、様々なデータや事例を提示しながらの講演をいただき、関係する各分野の自治体職員が、ゼロ次予防やソーシャルキャピタルを活用した健康づくり及びまちづくりについて考える機会となった。 参加者の感想として「普段とは異なる視点で健康について考えることができた」「今ある資源や事業を有効活用することで工夫できると感じた」「身体活動を支援する環境づくりの大切さがわかった」等あり、どの領域でも必要であるゼロ次予防について、参加者が自分ごととして意識することができた。

新潟県

保健所による市町村の健康づくり支援モデルの試行

#市町村支援

#事例の横展開

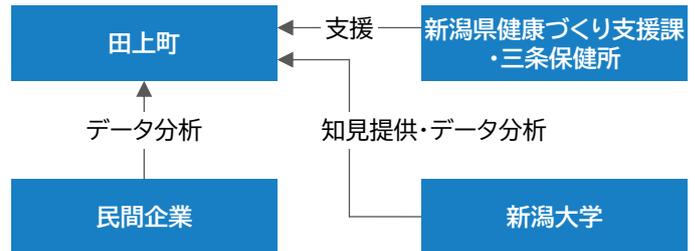
#データ分析

本事例の
ポイント

- 糖尿病対策に有効な取組を見出すことができていなかった市町村と保健所が連携し、健康づくり支援を検討するための基礎情報となるデータ分析・調査を実施
- 県内の先進事例を横展開するとともに、大学や民間企業とも連携し、担当者の負担を分散しながら、健康づくり支援を推進

基本情報

実施主体者	新潟県庁健康づくり支援課
関係機関	三条保健所・田上町・新潟大学・企業等
対象者	市町村
実施期間	2024年度～



●自治体の健康課題・地理的特徴

- 県内保健所では、市町村支援のための連携体制の構築や、市町村の健康づくり事業及び健康増進計画策定に対する技術的助言等の支援スキル不足を課題と捉えていた。
- 健康づくり事業の実施や個別ケース支援の対応に市町村が追われ、地域の実情に応じた長期的なビジョンに基づく事業展開が不十分であった。また、保健所と市町村との健康づくりに関する事業連携が希薄であった。

●本取組の位置づけ

- 厚生労働省「地域における健康づくり支援体制構築のための連携推進モデル事業」の一環として、新潟県健康づくり支援課、三条保健所、田上町の3者が連携し、「市町村の健康づくり事業支援」を実施し、取組結果を「保健所職員対象の人材育成研修」において共有した。
- 糖尿病患者の実態把握を行いたいという田上町のニーズを踏まえ、KDBデータを基にした健康課題分析と、住民の栄養及び生活の実態調査を実施した。

●取組の概要

企画	田上町では、糖尿病に伴う医療費の増加や治療中断者の増加が課題となっていたが、最適な糖尿病対策を見出すことができていなかったため、糖尿病患者の実態把握に取り組んだ。具体的には、KDBデータを活用した糖尿病患者の疾病の発生状況等の分析と住民を対象とした栄養調査（BDHQ [*] ）及び生活実態調査による暮らしの実態の分析を実施した。
実践	新潟大学が県内他地域で実施した事例を参考に、上記のデータ分析・調査を実施した。KDBデータを活用した糖尿病患者の疾病の発生状況等の分析では、新潟大学から紹介を受けた民間企業と連携し、「疾病の発生状況とその要因」「疾病の地域傾向」「糖尿病受診中断者の特定及び予後」の観点で分析を実施した。栄養調査及び生活実態調査では、新潟大学と連携し、住民2,100人を対象とする調査を実施した。
評価	栄養調査・生活実態調査の集計結果は、新潟大学へ分析を依頼し、糖尿病対策の取組を検討する際の基礎的根拠となる背景分析を実施した。分析の結果は、県内基幹病院や医師会に報告を行った。また、県内保健所職員を対象とする人材育成研修にて、本事例の取組や課題を共有するとともに、研修会参加者が市町村との連携・関係づくりを実践する機会を提供した。

※:佐々木式食習慣アセスメント(BDHQ/DHQ)支援のためのサイト <http://www.ebnjapan.org/> (2025年3月18日閲覧)

☑ 取組の成果

- 今後の糖尿病対策の取組を検討する際の基礎的根拠となるデータ分析を、大学や民間企業と連携して実施することができた。
- 本取組について、研修会の場で県内保健所へ実施内容や課題等を共有するとともに、市町村との連携・関係づくり・実践計画をグループワークのテーマとし、市町村との連携を開始するきっかけとなった。

取組の推進要因・工夫点

専門的知見を有する県内大学と連携し、県内の先進事例を横展開

- 以前から新潟県と関係のあった新潟大学の研究者による、他地域で行ったフィールドワークの事例を共有することで、田上町における社会資源を活用した健康づくり支援の将来的なイメージの共有がなされた。
- 新潟大学の研究者と継続的な関係性を構築し、データ分析・調査の実施方法について指導を受け、保健所による市町村支援の一つとしての展開可能性を検討することができた。他地域での実施方法を踏まえたデータ分析・調査を田上町で行い、担当者の負担を分散しながら先進事例に準ずる取組を進めることができた。また、専門的知見からの助言を得られる体制を整備したことで、関係者の取組意欲も向上した。

保健師活動領域調査（活動調査）を活用し、保健師活動の実態を把握

- 保健所の「地域保健の広域的・専門的かつ技術的拠点」としての機能を果たすため、新潟県が管内市町村を対象に実施し、令和6年7月に公表された「保健師活動領域調査（活動調査）」を活用し、市町村の保健師活動の傾向を分析した。
- 保健師活動の傾向を分析することで、取組に苦慮している市町村の構造的な課題を発見し、健康づくりを推進するために必要な取組について、広い視点で協議することができた。

データ分析・住民調査を活用し、健康課題の背景を分析

- 糖尿病患者の実態把握を行いたいという現場ニーズを踏まえ、KDBデータを基にした健康課題の分析やBDHQ（簡易型自記式食事歴法質問票）を用いた栄養調査及び生活実態調査を行った。県立病院等の地域の社会資源を活用した健康づくり支援を検討・推進する上での、重要な基礎資料となった。

人材育成研修を通じた事例のさらなる横展開

- 保健所職員を対象とする計2回の人材育成研修会において、市町村支援をテーマに事例共有を行い、市町村支援の必要性と取組イメージを共有した。また、具体事例から得た課題等も共有し、スムーズに市町村支援を推進するためのエッセンスを県内保健所で共有した。
- 市町村との連携・関係づくりを実践計画をグループワークのテーマとし、研修参加者が新しく市町村支援を検討・開始するためのきっかけを与えた。

● 今後の展望

- KDBデータを活用した糖尿病患者の疾病の発生状況等の分析と住民を対象とした栄養調査・生活実態調査による暮らしの実態の分析について、基幹病院や医師会等に向けた報告会を実施した。今後は、保健所が中心となって地域の保健医療関係者の連携をコーディネートしていくことを検討している。

施策のキーワード ▶ 保健師活動領域調査

厚生労働省が実施する「保健師活動領域調査」では、保健師活動に関する施策の検討・実施のための基礎データとして保健師の業務内容、活動量等を把握することができる。なお本調査のうち「活動調査」の調査対象は「無作為抽出により選定された都道府県及び市区町村の保健師」であるため、毎回全市区町村が対象となっているわけではないことに留意されたい。

- 「保健師活動領域調査」(厚生労働省) <https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/139-1.html> (2025年2月27日閲覧)

地域における健康づくり支援体制構築のための人材育成研修会



企画・運営上の
ポイント

- グループワーク・ワールドカフェ形式の研修会を通して、県内関係者間の関係性を構築
- 県内保健所・市町村同士での取組や課題等の共有を通じ、取組を開始するきっかけを提供
- 大学の研究者と連携し、健康づくりの分野で地域住民を巻き込んだ取組を実践している手法を学ぶ機会を設ける等、参加者への刺激を得る場を企画

● 人材育成研修開催目的とプログラム

- 研修の目的: 保健所の役割として市町村支援の意義や所内外の連携体制構築方法等について学び、市町村支援・連携体制構築を開始するきっかけとすること
- 主な実施事項: 第1回の研修会では、保健所職員から市町村との連携を実践するための計画を立ててもらい、第2回の研修会では、実践を報告するとともに、他県における連携の方法をワールドカフェ形式で学ぶ機会を設定

<p>開催内容</p> <p>第1回 地域における健康づくり支援体制構築のための人材育成研修会</p>	<p>開催内容</p> <p>第2回 地域における健康づくり支援体制構築のための人材育成研修会</p>
<p>当日プログラム</p> <p>開会</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 講義 「「つなぐ」これからの保健医療」 新潟県福祉保健部長 2. 講演 「保健所における市町村との効果的な連携」 三条保健所長 3. 事例報告 「市町村と連携・協働した取組」 <ol style="list-style-type: none"> ①「地域に暮らす医療的ケア児を支える体制づくり」 長岡地域振興局健康福祉環境部 地域保健課課長代理 ②「行政、住民組織等と協働した地域医療を支えるまちづくりの取組」 十日町地域振興局健康福祉部 地域保健課長 4. グループワーク 「市町村等に出向き連携した取組を進めるための計画作成」 <p>事務連絡・閉会</p>	<p>講師</p> <p>福井大学医学部地域プライマリケア講座 教授 井階 友貴</p> <p>当日プログラム</p> <p>開会</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 「「地域における健康づくり支援体制構築のための連携推進モデル事業」を活用した田上町「糖尿病対策」への支援について」 三条保健所 地域保健課長 2. 実践発表の共有 3. 講演+グループワーク 「つながりある健康づくり・まちづくりの実践」 福井大学医学部 地域プライマリケア講座 教授 井階 友貴 <p>事務連絡・閉会</p>
<p>出席者</p> <p>県内保健所職員、新潟県福祉保健部 (健康づくり支援課、福祉保健総務課)</p>	<p>出席者</p> <p>県内保健所職員、県内市町村職員、 新潟県福祉保健部 (健康づくり支援課、福祉保健総務課)</p>

北海道

二次医療圏域の地域・職域連携推進に向けた圏域への情報提供・交流促進の両立

アンケートからニーズを把握

研修開催

本事例の
ポイント

- 各二次医療圏の地域・職域連携担当者にアンケートを実施し、道庁から二次医療圏への支援ニーズを把握、圏域の取組に関する情報交換の場を設定
- 圏域によって健康課題は多様だが、保健指導従事者が一定の知識を持って指導に従事できるよう、生活習慣病や保健指導に関する研修会を開催

基本情報

実施主体者	北海道庁
関係機関	各二次医療圏、全国健康保険協会
対象者	各二次医療圏の地域・職域連携担当者
実施期間	2024年度～

● 自治体の健康課題・地理的特徴

- 北海道は広大であり、圏域数が多く、圏域により抱えている課題も様々である。このため道庁から画一的に取り組むべき課題・取組を提示することが難しい。
- 物理的な距離の遠さもあり、道庁担当者と各圏域の担当者が直接顔を合わせる機会が少ない。
- 圏域ごとで開催している地域・職域連携のための連絡会の開催状況は圏域によって差がある。

● 本取組の位置づけ

- 二次医療圏の地域・職域連携担当者向けにアンケートを実施し、道庁からの支援ニーズや連絡会開催における課題を把握。圏域の取組のヒントとなるように、北海道の健康状態に関するデータを提供し、圏域の取組に関する情報交換の場を設けた。
 - NDB、KDB等の特定健診データを二次医療圏別に集計して紹介
 - 先進的な保健所の取組の紹介
 - 全国健康保険協会による取組報告
- 他にも、保健指導従事者の保健指導力向上を目指し、北海道庁、北海道糖尿病対策推進会議、公益社団法人北海道健康づくり財団の共催で、全道の特定健診・特定保健指導従事者のうち初任者(1-3年目)を対象とし、「生活習慣病予防のための人材育成研修会」を毎年開催している(平成9年以降継続開催)。

● 取組の概要

企画	2023年度に各二次医療圏の地域・職域連携担当者向けに「地域・職域連携推進連絡会の開催に関するアンケート」を実施したところ、「情報提供を受けたい」「他地域の連絡会の取組内容について知りたい」「長年、連絡会開催が途絶えており、再開に関する負担が大きい」といった意見があった。
実践	アンケート結果を踏まえ、担当者が他圏域の取組を知り、連絡会開催のヒントを得られるように、二次医療圏の担当者を対象に「二次医療圏地域・職域連携推進事業担当者会議」を開催した。
評価	好事例紹介や圏域同士の取組の情報交換により、各圏域が取組を見直し、連絡会開催のヒントを得ることができた。

☑ 取組の成果

- 「地域・職域連携推進連絡会の開催に関するアンケート」を実施し、圏域担当者からの困りごとを汲み取った結果、地域の健康課題への取組や連絡会開催方法に課題を感じていることが明らかになり、圏域担当者を対象にした「二次医療圏域地域・職域連携推進事業担当者会議」を開催し情報交換の場を設けた。
- 情報交換の結果、「他圏域の取組を知ることができて参考にしたい」といった感想が多く、担当者が圏域の取組を見直すきっかけになった。

取組の推進要因・工夫点

圏域で抱えている、連絡会の開催方法や地域・職域連携方法について、圏域同士の情報交換の場を設け、取組を後押し

- 初任者研修は全圏域で汎用的に活用してもらえるテーマで対面研修を企画することで、圏域によってばらつく課題・人材を踏まえた人材育成を行った他、圏域間の交流促進の機会とした。
- 確実な地域・職域連携推進のために、本庁が毎年度テーマを決定し、取り組むよう依頼する方法も考えられるが、北海道は広大であり、地域ごとの健康課題や取組に差があることから、圏域の取組のヒントとなるようなデータ提供や情報交換の場を設ける方法で圏域の取組を後押しした。
- 好事例紹介では、地域・職域が連携するために圏域担当者が工夫したことの報告があり、他圏域でも参考となる内容であった。
- 毎年、各圏域の取組を一覧でまとめ各圏域に情報提供しているが、今回の情報交換では直接取組を報告してもらうことで、開催状況の一覧だけではわからない具体的な取組内容を知ることができたと好評であった。

● 今後の展望

- 好事例の共有や取組の後押しとなるような情報提供を行う予定。
- 「道民の健康づくり推進協議会 地域・職域連携推進専門部会」における協議内容を各圏域にフィードバックできるようにしていきたい。

テレワーク活用の工夫やテレワークが働き方に与える影響

- テレワーク総合ポータルサイト(厚生労働省) <https://telework.mhlw.go.jp/> (2024年12月16日閲覧)
- 厚生労働大臣表彰 輝くテレワーク賞(厚生労働省)
<https://kagayakutelework.jp/index.html> (2024年12月16日閲覧)
- 改訂版 健康日本21(第三次)を踏まえて 地域職域連携推進事業の新たな展開(令和5年度厚生労働科学研究「地域・職域連携推進ガイドラインを活用した保健事業の展開に関する評価及び連携強化のための研究」)p51-56「9. 地域・職域連携推進事業におけるICT活用の推進」
https://www.mhlw.go.jp/chiikishokuikiportal/common/pdf/pdf_kaiteibanaratanarutenkai.pdf (2025年1月6日閲覧)
- 在宅勤務がワーク・エンゲージメントと組織市民行動に与える影響:ソーシャル・サポートの調整効果に着目して(川名et al, 商大論集 巻73, 号3, p67-87, 2022) [https://u-hyogo.repo.nii.ac.jp/record/6677/files/03_SHODAI%20RONSHU Vol.73-No.3_04_Ryohei%20Kawana%20E3%83%BBTamae%20Shimatani%20E3%83%BAki%20Takehana%20E3%83%BBTakeshi%20Yamada%20E3%83%BBToshinori%20Takashina.pdf](https://u-hyogo.repo.nii.ac.jp/record/6677/files/03_SHODAI%20RONSHU%20Vol.73-No.3_04_Ryohei%20Kawana%20E3%83%BBTamae%20Shimatani%20E3%83%BAki%20Takehana%20E3%83%BBTakeshi%20Yamada%20E3%83%BBToshinori%20Takashina.pdf) (2025年1月6日閲覧)

宮城県

「ついで」の健康づくりを後押しするみやぎヘルスサテライトステーション

なにかの「ついで」に健康チェック

まちなかに健康づくりの拠点を

本事例の
ポイント

- 日常生活の中で気軽に、何かの「ついで」に健康チェック等ができる拠点を地域に多数設置し、県民主体の健康づくりを後押し
- 健康づくりの県民運動である「スマートみやぎ健民会議」における取組の一つとして拠点の設置を推進

基本情報

みやぎヘルスサテライトステーション紹介画像

実施主体者	宮城県庁
関係機関	スマートみやぎ健民会議 (企業、医療関係団体、保険者、大学、 報道機関、行政等)
対象者	県民
実施期間	2017年度～



● 自治体の健康課題・地理的特徴

- メタボリックシンドローム該当者・予備群の割合が平成20年度から15年連続でワースト3位以内だった。

● 本取組の位置づけ

- スマートみやぎ健民会議の取組の一つとして、健康への関心有無に関わらず、県民が日常生活の中で何かの「ついで」に気軽に健康チェックが可能な拠点(みやぎヘルスサテライトステーション)を地域の中に作ることを目的としている。
- みやぎヘルスサテライトステーション(以下「ステーション」という。)では、ポスターやパンフレットの掲示による健康に係る情報発信を行っている他、血圧等の健康チェックコーナーの設置や健康イベント等を実施している。
- 第3次健康増進計画(第3次みやぎ21健康プラン)において、ステーション数の増加を目標値として掲げている。

● 取組の概要

企画	主に若い世代を対象に、買物のついで等、日常生活の中で気軽に住民が健康づくりに取り組める環境を整備することを目的に開始した。
実践	第1号はプロポーザル方式により公募し、県内のショッピングセンター内に設置。その後、ステーション数の増加のため、ホームページやスマートみやぎ健民会議に係る情報発信の際に募集を行っている。施設設備に関する費用については、補助金を交付している。
評価	ステーション数は、現在159施設まで増加したが、地域や施設種別の設置状況に偏りがあることから、県民にとってより身近な健康づくりの拠点となるよう、普及拡大を図る必要がある。

☑ 取組の成果

- ショッピングセンター、ドラッグストア・調剤薬局やスポーツ施設等からの登録があり、宮城県全体では令和6年12月時点で現在159施設まで増加した。

取組の推進要因・工夫点

「スマートみやぎ健民会議」でのつながりを生かす

- 「スマートみやぎ健民会議」(企業、医療関係団体、保険者、大学、報道機関、行政等の参画と協働による県民の健康と幸せを実現するための県民運動)に参画する会員団体・企業や応援企業の積極的な取組により普及してきた。
- 健康づくりの機運醸成のために制定した「みやぎ健康月間」(11月)に合わせて、各ステーションでも健康イベントが開催されており、取組はホームページ上で紹介している。

施設のイメージにとらわれず、認証を行う

- ドラッグストアや調剤薬局の認証が多いが、カフェや自動車整備会社等の例もある。
- あるトラックメンテナンス会社では、トラックのメンテナンスの待ち時間に運転手の健康管理を行う取組を行い、認証を得ている。

ヘルスサテライトステーションになるには^{※1}

みやぎヘルスサテライトステーションでできること



みやぎヘルスサテライトステーション整備例



次の要件1と、2~4のうち一つ以上を満たす施設を「みやぎヘルスサテライトステーション」として認証

1. 健康情報の発信(必須)…冊子やチラシを設置する健康情報コーナーの整備
2. 健康チェック・測定…健康測定器(血圧等)を設置する健康情報チェックコーナーの整備
3. 健康イベントの開催…相談会やレッスン等の開催
4. その他…健康づくりの推進に寄与する取組

● 今後の展望

- 地域や健康への関心の度合いによらず、県民誰もが身近なところで健康づくりに取り組めるよう、ステーションを県内全域に拡大したい。
- より幅広い世代へのアプローチができるよう、多様な施設の登録を促進するとともに、ステーションの活動内容の充実化に向けた支援を行っていききたい。
- 本取組の広報により、県民が健康づくりに関する取組を始めてみようかと思うきっかけを増やしていきたい。

施策のキーワード ▶ 「ついで」を活用した健康づくりの取組事例

例えば、「ついで」を活用した健康づくりの取組事例として、一般社団法人と民間企業が協定を締結し、ショッピングモールで巡回健康診断を実施するというものがある^{※2}。

※1:みやぎヘルスサテライトステーション <https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kensui/herusute.html> (2025年1月21日閲覧)

※2:『地域の健康増進に向けた協働協定書』締結について <https://www.aeonmall.com/news/index/2112/> (2025年1月24日閲覧)

滋賀県

健康なひとづくり×健康なまちづくり「健康しが共創会議」

行政が「場」を提供

分野横断

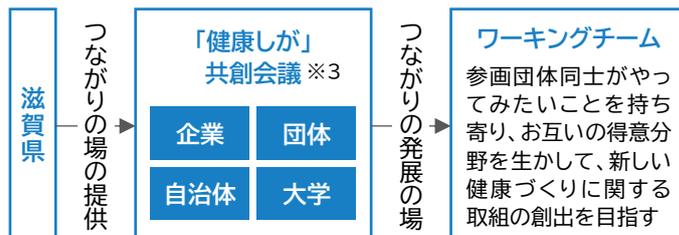
well-being

本事例の
ポイント

- 地域の団体・企業が自発的に協議・活動していくための「場」を行政が提供、活用可能な地域資源の洗い出しが促進
- 異なる領域の掛け合わせにより、既存事業や既存体制を最大限活用しながら新しい取組を創出し、画一的でない「well-beingとしての健康」が推進

基本情報

実施主体者	滋賀県庁
関係機関	地域企業・地域団体・大学・自治体
対象者	地域企業・地域住民
実施期間	2018年度～



● 自治体の健康課題・地理的特徴

- 滋賀県は、中小企業に勤める者の割合が労働者全体の84.7%を占め、全国平均(69.7%)よりも高い※1ことから、職域を通じた健康づくりの推進を中小企業へ働きかけることが重要である。
- 男性の平均寿命が全国1位(令和2年)、女性の平均寿命が全国2位(令和2年)と上位※2となっている。

● 取組の概要

企画	健康増進計画における「健康なまちづくり」を実現するため、県内の多様な企業・団体が交流し、自発的な活動を創出していくための「プラットフォーム」の提供を考案し、「健康しが共創会議」※3を設立した。
実践	滋賀県が開催主体となり、年3回の「健康しが共創会議」を実施している。開催形態は県庁会議室とオンラインのハイブリッド開催とし、特設ページやYouTubeにて会議内容を報告している。参画団体は県内事業者やNPO法人等多様であり、ブース出展等も実施し、団体間での出会い・交流を促進している(2024年10月には52団体83名が参加。うち現地参加が36団体64名と多数)。2023年にシンポジウムを初開催し、ハイブリッド形式で実施したところ、県外からのオンライン参加も見られ、県内外への情報発信力強化につながった。
評価	参画団体は2024年12月末現在204団体。参画企業・団体の自発的な取組が地域に拡大している。

※1:中小企業庁 中小企業の企業数・事業所数ホームページ 「都道府県・大都市別企業数、常用雇用者数、従業者総数」データ(「令和3年経済センサス-活動調査」)より算出
https://www.chusho.meti.go.jp/koukai/chousa/chu_kigyocnt/ (2025年1月6日閲覧)

※2:e-stat令和2年都道府県別生命表 https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&stat_infid=000032268110 (2025年1月6日閲覧)

※3:「健康しが共創会議」<https://www.kenkou-shiga.jp/conference> (2025年1月6日閲覧)

✓ 取組の成果

- 「健康しが共創会議」への参画団体は204団体にまで拡大(2024年12月末時点)。
- 異なる要素を掛け合わせて、新しい取組の創出や、画一的でない「well-beingとしての健康」の推進につながっている。

取組の推進要因・工夫点

取組参加者に対するメリットを訴求

- 「健康しが共創会議」への参画団体には大きく以下3点のメリットを訴求している。
 - 普段の業務では出会う機会のない業種や団体の方と交流できる。
 - 自社・自団体だけではできないイベント等を他団体と連携して実現できる。
 - 自社・自団体の取組について、共創会議や県の広報媒体でPRできる。

「健康なひとづくり」と「健康なまちづくり」を掛け合わせた分野横断的な交流・連携

- 多様な企業・団体の交流の場を提供し、分野横断的な事業創出を促進している。その一例として、「滋賀らしい健康」マングラシートを策定し、異なる領域を掛け合わせた取組の創出を検討している。
- 2025年の第79回国民スポーツ大会が滋賀県で開催予定であることを踏まえ、「スポーツ(運動)」と「健康(セルフケア)」を掛け合わせた事業を検討している。例えば、健康推進アプリ「BIWA-TEKU」のモバイルスタンプラリーのスポットを国民スポーツ大会の会場に設置し、国民スポーツ大会の盛り上げと健康意識醸成の双方につなげることを目指す。

「滋賀らしい健康」マングラシート※4

野菜	減塩	食育	BIWA-TEKU	ピワイチ	ご当地体験	健診受診	ウェアラブル端末/アプリ	見える化
朝食	食	美味しさ	地域プロスポーツ	運動	ご当地マラソン大会	医療資源の充実	セルフケア	草履支援・防健教育
滋賀めし	発酵	地元地産	気軽に運動できる環境	習慣化	eスポーツ	レジリエンスを高める	PHR	未病対策
CO ₂ ネットゼロ	MLGs	びわ湖の日	食	運動	セルフケア	睡眠	メンタルヘルス	WLB
クアオルト	自然環境	やまの健康	自然環境	滋賀らしい健康	こころ	笑い	こころ	ヨガ・ストレッチ
生物多様性	エコアグリ/みどり地産	農業遺産	県民性・伝統文化	つながり	生きがい	芸術鑑賞	旅行	自分時間
三方よし	住民自治	共生社会	職場所づくり	ソーシャルキャピタル	SNS	ボランティア	生涯学習	多様な働き方
伝統工芸地産産業	県民性・伝統文化	利他のこころ	カードプレイス	つながり	コーディネーター	趣味・特技	生きがい	美しさ
祭り	アール・ブリュット	ソーシャルビジネス	ゆるやかなつながり	交流人口関係人口	移動手段	社会貢献	収入があること	ウィッシュリスト

- 第10回「健康しが共創会議」(2021年)にて、「滋賀らしい健康」について意見交換を行い、そこで出た意見をもとに、マングラシートを作成した。
- マングラシートを共創会議の活動のヒントとして参画団体と共有し、各要素の組み合わせで新しい取組につなげている。

● 今後の展望

- 「健康しが共創会議」や、個別テーマに絞ったシンポジウム等を開催し、官民連携による健康になれるまちづくりを促進する。
- 参画団体が今後も取組を継続していくためのインセンティブ等の設定・訴求も必要である。

施策のキーワード → 協議会

地域の健康づくりに関連する協議会・会議体の種類として、例えば以下のようなものがある※5。

- 地域・職域連携推進協議会／都道府県健康増進計画に係る協議会／生活習慣病検診等管理指導協議会／地域両立支援推進チーム／保険者協議会／地域版日本健康会議／地域版次世代ヘルスケア産業協議会

それぞれの会議体が、目的に応じて柔軟に連携していくことが求められている。そのためには、各会議体が情報公開を行い、窓口を設ける等、お互いに相談しやすい環境を整備していくことが重要である。

※4:「滋賀らしい健康」マングラシート <https://www.pref.shiga.lg.jp/file/attachment/5464252.pdf> (2025年1月19日閲覧)

※5:「地域・職域連携推進ガイドライン(令和元年9月 これからの地域・職域連携推進の在り方に関する検討会)」より <https://www.mhlw.go.jp/content/000962558.pdf> (2025年1月19日閲覧)

山口県 データ分析は県で一括！「やまぐち健康マップ」

二次医療圏連携

データ分析



本事例の
ポイント

- 国の統計資料と特定健診結果を分析して二次保健医療圏単位で図示した「やまぐち健康マップ」を毎年県で作成し、ホームページ上に公開
- 国民健康保険団体連合会・全国健康保険協会の山口県担当者と平時から連絡を取ることで良好な関係を維持し、随時必要なデータ提供を受ける等の密な連携を実現

基本情報

実施主体者	山口県(健康福祉部)
関係機関	国民健康保険団体連合会、 全国健康保険協会
対象者	県内の保健所(二次医療圏)
実施期間	2014年度～(マップ作成)

● 自治体の健康課題・地理的特徴

- 心疾患・脳血管疾患を中心とする循環器病対策に取り組んでいる。特に心疾患の年齢調整死亡率は男女ともに全国平均を大幅に上回っている^{※1}。その要因と考えられる指標の高血圧・脂質異常症該当者割合が男女ともに全国平均を大きく上回っている。
- 上記課題解決のため、特定健診やがん検診受診率の向上を目指している。特に特定健診や女性のがん検診受診率は全国では下位^{※1}であるため、重視している。

● 本取組の位置づけ

- 県内二次医療圏の保健所が各圏域の実態に即した取組を自立的に立案・実行できるように支援することを目的とし、「やまぐち健康マップ」を作成している。

● 取組の概要

企画	一般に、健康増進計画は国→都道府県→二次医療圏→市町村の順に策定されるため、各圏域が健康課題を整理し、立案をしやすいよう情報提供を行うこととした。
実践	「やまぐち健康マップ」では、疾病別の標準化死亡比や特定健診受診者の標準化該当比等を県と各市町で比較の上、マッピングして可視化している。 必要な情報については、国民健康保険団体連合会や全国健康保険協会の山口支部から随時提供を受ける。
評価	各二次医療圏は、県の平均値や県内の他の二次医療圏の状況と比較しながら、自らの圏域の実情に沿った計画・施策を立案できている。

※1:いずれも「健康やまぐち21計画(第3次)」より <https://www.pref.yamaguchi.lg.jp/soshiki/47/238940.html> (2025年2月21日閲覧)

✓ 取組の成果

- 各二次医療圏では、「やまぐち健康マップ」の情報等に基づいて各々の注力課題を定め、リーフレットの作成やイベント開催等、地域の実情に合わせた取組を実施している。

取組の推進要因・工夫点

平時からの細やかな連携が関係構築のカギ

- 県の地域・職域連携推進委員会に各二次医療圏担当者も同席し、現状や課題について共有している。

データ分析のノウハウの蓄積・連携

- 山口県健康づくりセンターと連携の上、データ分析や可視化のノウハウを蓄積し、作業負担軽減・効率化を図っている。

● 今後の展望

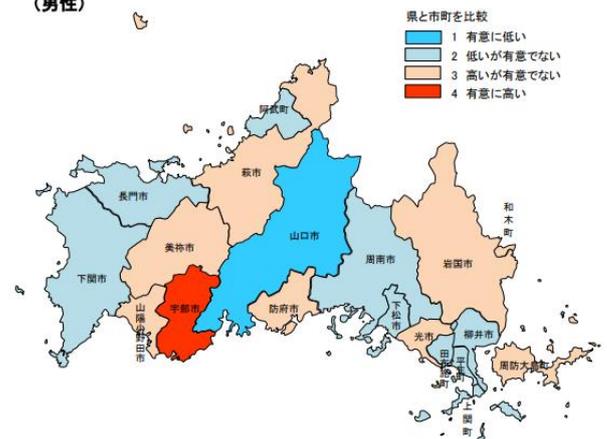
- 山口県では、特定健診やがん検診受診率等、県の平均値自体が全国値と比較して低い指標が見受けられる。そのため、各二次医療圏では県平均値ではなく全国平均値とも比較して取り組んでもらうことが望ましい。
- 特定健診では、全国と二次医療圏域、県と二次医療圏域の両方の比較ができるツールとして「特定健診二次医療圏別標準化該当比グラフ」※3があるため、県から二次医療圏の担当者へ引き続き情報提供を行っていく。

やまぐち健康マップ（令和6年作成版）※2

3 特定健診項目別該当者の標準化該当比のマップ

メタボリックシンドローム 基準該当（R04年度）

（男性）



施策のキーワード ▶ データの可視化

本事例のように、健康指標等を地域別や層別、類型別に可視化する取組は、施策のステークホルダーや行政の担当者等による地域の健康課題の把握や具体的な施策検討等に役立つ。こうした「データの可視化」の具体的な方法については、下記のようなウェブサイト上の公開情報も役立つ可能性があるため参考にされたい。

- 「地方自治体における生活習慣病関連の健康課題把握のための参考データ・ツール集」（国立保健医療科学院）
 - 分析済みのデータだけでなく、各自治体で計算を行うためのツールの提供もされている。
 - <https://www.niph.go.jp/soshiki/07shougai/datakatsuyou/>（2025年2月21日閲覧）
- 「健康課題の「見える化」～健診結果68万人ビッグデータをマップ化」（総務省統計局）
 - データの統合・分析を行った一連の工程や費用、担当者の考えが詳細に掲載されている。
 - <https://www.stat.go.jp/dstart/case/08.html>（2025年2月21日閲覧）

※2:健康やまぐちサポートステーション>やまぐち健康マップ <https://kenko.pref.yamaguchi.lg.jp/jouhou/data/map-index.html>（2025年2月21日閲覧）

※3:地域・職域連携推進ガイドラインを活用した保健事業の展開に関する評価及び連携強化のための研究（地域・職域連携推進研究班）二次医療圏別標準化該当比グラフ <https://ktsushita.com/index.php/kenkyuhan-tiiki04/>（2025年2月25日閲覧）

沖縄県

5者協定という強固な連携関係による健康経営推進

#健康経営宣言企業支援

#5者協定

#約2000超もの事業所が健康宣言

本事例の
ポイント

- 沖縄県、沖縄労働局、沖縄県医師会、全国健康保険協会沖縄支部、沖縄産業保健総合支援センターの5者で健康づくり推進に向けた協定を締結
- 異なる主体が運営していた健康経営の認証制度を統合し、関係者で密な連携を取りながら県全体の健康づくりを推進

基本情報

実施主体者	沖縄県健康長寿課
関係機関	沖縄県、沖縄労働局、沖縄県医師会、全国健康保険協会沖縄支部、沖縄産業保健総合支援センター 等
対象者	働き盛り世代
実施期間	2020年度～

●自治体の健康課題・地理的特徴

- 定期健康診断の有所見率が12年連続で全国で最も高かった(令和4年度)他、平均寿命の全国順位も低下した。
- 沖縄県は全国値と比較して人口当たり中小企業数及び零細企業数が多く※2、健康づくりへの人的・資本的資源に余裕のない事業者が多い。

●本取組の位置づけ

- 職場での健康づくりを推進し、特に「65歳未満死亡率の改善」及び「定期健診の有所見率の改善」を目指す。

●取組の概要

企画	異なる主体が運営しているが、類似した内容の「健康経営宣言」が県内で併存しており、混乱があった。全国健康保険協会沖縄支部を中心に協定の呼びかけがあり、5者協定の締結と「うちなー健康経営宣言」への一本化が実現した。
実践	県内事業者へのアプローチは「職場の健康力アップ推進業務」を事業者へ委託し実施している。支援対象事業者には健康経営宣言をしてもらった上で、面談・セミナーの実施等を行う。事業者ごとの課題発見に際しては、全国健康保険協会沖縄支部の持つ「事業所カルテ」のデータ等を用いる。
評価	健診受診率、健康宣言団体数、セミナー参加企業数といったプロセスを測る指標の他、有所見率も分析している。「うちなー健康経営宣言」開始から数年が経過し、特定健診の結果の分析も開始した。

※1:5者協定についてはほぼ支出なし。本事例中で紹介する「職場の健康力アップ推進業務」には1,000万円単位の予算を確保。

※2:人口推計の「都道府県、男女別人口及び人口性比(2021年)」、2024年版中小企業白書の「都道府県別規模別従業者総数(2021年)」を用いて三菱総合研究所が算出。

☑ 取組の成果

- 約4年間で約2,000の事業者が健康経営宣言をし、「職場の健康力アップ推進業務」を通じた事業者への個別支援も約150件となった。
- 令和6年に特定健診データを用いて分析をしたところ、健康経営宣言を初期から行っていた事業者では有所見率が改善する兆しが見られた。

取組の推進要因・工夫点

関係者間での従前の関係を発展させ、5者をつなげる

- 連名通知の発出等、5者協定以前から各々の間では適宜連携をしていた。今後も関係機関と協働のしやすい関係を維持し続けることが重要である。
- 宣言の重複という共通の課題があったことが、連携を促進させた。
- 5者協定の締結・健康経営宣言の統合にあたっては、長期的には「2040年に男女ともに平均寿命日本一」、短中期的には「65歳未満死亡率の改善」という目標の共通認識を取った。5者それぞれ異なる立場にあるため、始めから自機関の要望のみを主張することはせず、連携を進める中で丁寧な説明をし、少しずつ互いの理解を得ていく必要がある。

個々の事業者の支援のカギは「経営者」

- 個々の事業者に対し、健康経営を行うための無料の支援を提供している。遂行に際しては県内の事業所に委託している。
- 個々の事業者への健康経営支援に際しては、経営者の理解・支援を得ることが最も重要である。健康経営に関するセミナー実施時の挨拶や雑誌への寄稿を経営者に行ってもらうことで、責任感を生じさせると同時に、従業員の健康づくりに対し、時間・費用といった資源を投じることへの理解を得る。これが、無料の支援期間終了後も各事業者が自律的に健康経営を続けていくために重要である。
- 既に健康経営宣言を行った事業所への声かけの他、新聞広告等を用いて、未宣言の事業所等に対しても広く広報を行っている。

● 今後の展望

- 「健康経営宣言」を各事業者が実施したことによる定量的な効果の捕捉は未だ十分でない。
- 県による無料支援期間終了後も各事業者が自律的に健康経営を継続するための方策・支援を検討したい。
- 事業者に十分な支援を提供するため、「うちなー健康経営推進団体」制度を設けた。今後は商工会や民間企業等の推進団体登録者との連携を強めたい。

コロナ禍の間、特定保健指導が困難となったことから、当支部で保健師を県内保健所に派遣する支援を行いました。まずはコロナ対応をすることが加入者のためであり、保険者の枠を越えて取り組む必要があると考えたためです。この経験から、県や県医師会にも呼びかけて実現したのが5者協定です。各機関が目標を共有し、協働で具体的に取り組み効果を挙げることを目的としています。例えば、高血圧対策として、連名での受診勧奨文書、県医師会医師と当支部保健師の同行事業所訪問等、課題に対し可能な対応方法を検討し、協働するという手法です。

5者を核に、健康宣言事業の中で様々な連携が生まれています。例えば、「ささえる力」として推進団体制度があり、商工会、会議所、法人会、同業者組合等30以上の団体の協力を得ています。また、県薬剤師会と連携し、県内31薬局での禁煙サポート等、それぞれ具体的な効果を挙げています。その他、市町村と商工会の連携も広がり始めています。

当県には、皆で助け合うという意味の「ユイマール」という言葉があります。この言葉通り、5者を中心に連携を深化させ、県全体の健康づくりにより一層取り組んでいきたいと考えています。

宮城県仙台市①

参加者メリットを設計し、産学官連携による主体的な健康づくりイベント開催を実現「せんだい健康づくり推進会議・ワーキング」

#産学官連携

#非金銭的メリット

#学生ボランティア

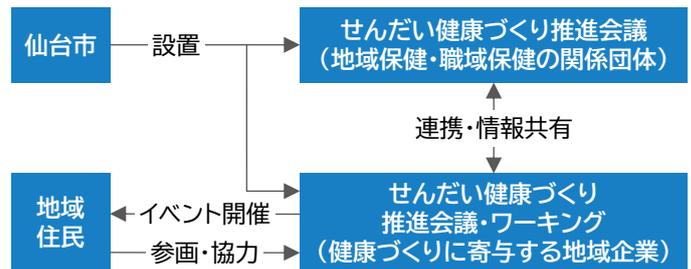


本事例の
ポイント

- 「せんだい健康づくり推進会議・ワーキング」を通じ、地域の健康づくりに寄与する企業等を発掘
- 企業や学生ボランティアに非金銭的メリットを提供し、企業や大学生との連携による主体的な健康づくりイベント開催を実現

基本情報

実施主体者	宮城県仙台市
関係機関	地域企業・学生ボランティア
対象者	地域住民
実施期間	2019年度～



自治体の健康課題・地理的特徴

- 仙台市国民健康保険特定健康診査(40-74歳)におけるメタボリックシンドローム該当者の割合は、2015年度から増加傾向にある。2021年度時点での該当者割合は、全国平均20.6%、政令市平均19.7%に対し、仙台市は23.3%と高い^{※1}。
- 仙台市の20-60歳代の1日の平均歩数は、2009年から減少傾向にある。2021年時点の仙台市(20-60歳代)の平均歩数は、男性4,719歩、女性4,342歩であり、全国平均(男性6,793歩、女性5,832歩)よりも低い。

本取組の位置づけ

せんだい健康づくり推進会議^{※2}

会議体名称	設置目的	構成団体	設置年
せんだい健康づくり推進会議	仙台市の健康課題である生活習慣病予防等の健康づくりの方策について、関係団体と連携・協働しながら積極的に取り組むことを推進するもの。	職域保健関係団体、地域保健関係団体、保健医療関係団体、教育関係団体、市民団体	2019年
せんだい健康づくり推進会議・ワーキング	地域の健康づくりを担う企業等が連携し、それぞれが持つ強みを生かしながら協働で具体的な取組を企画・実施するもの。	健康づくりに寄与する取組を行っている企業等(主な業種:スポーツ、商業施設、保険等)	2019年

取組の概要

企画	仙台市では、2019年に地域・職域保健の関係者で構成される「せんだい健康づくり推進会議」を設置し、健康づくりに関する方策についての議論を開始した。これに加え、地域企業等との協働を強化することを目的に、地域企業等で構成される「せんだい健康づくり推進会議・ワーキング」(以下、「ワーキング」)を設置した。
実践	ワーキングを通じて創出された取組として、2024年7月に「仙台新港クリーンアップ・ウォーク」を開催した。ワーキング参加団体の資源を活用した他、学生ボランティア団体が当日の運営を担った。就職活動を控える学生にとっては、民間企業と接点を持てること、勉学以外の経験を得られること、それが記録に残ること、が参加の動機となった。
評価	上記イベントには計113人が参加した。参加企業と学生ボランティア団体には非金銭的メリットを提供し、企業や大学生との連携による主体的な健康づくりイベントの継続的な開催が可能となるかもしれない。

※1:「仙台市いきいき市民健康プラン(第3期)」 https://www.city.sendai.jp/kenkosesaku-zoshin/kurashi/kenkotofukushi/kenkoiryo/chosa/kekaku/ikikishimin/documents/plan_3ki.pdf_P8-9 (2025年1月6日閲覧)
 ※2:せんだい健康づくり推進会議 <https://www.city.sendai.jp/kenkosesaku-zoshin/kurashi/kenkotofukushi/kenkoiryo/kenkozukuri/kaigi/suishinkaiqi.html> (2025年1月23日閲覧)

☑ 取組の成果

- ワーキングには、2024年度時点で13社が参加している。主な業種はスポーツ関連、商業施設、保険等であり、各社が保有する健康づくりの知見の収集・共有や、各種資源の活用につながっている。
- 「仙台新港クリーンアップ・ウォーク」では、ウォーキング時にゴミ拾いを実施することで、健康×環境保全の取組につながった他、学生ボランティア団体の参画もあり、世代間交流の場としても機能した。
- 2025年1月11日開催「みんなで子育てフェスタ&健康フォーラム」ハワーキング参加企業等が参加した。

取組の推進要因・工夫点

過去事業関係者への事前相談により、ワーキング運営上のキーパーソン確保に成功

- ワーキングの設置に際し、仙台市担当者は過去事業を通じてつながりのある関係者へ声掛けすべき先について相談した。その結果、後にワーキングで中心的な役割を果たすキーパーソンとなる企業担当者の紹介につながった。

活用可能な地域資源を発掘

- ワーキング参加企業等を募ることによって、地域の健康づくりに寄与する企業等の発掘につながっている。

企画・運営者には非金銭的メリットを提供し、予算をかけないイベント企画・運営を実現

- 「仙台新港クリーンアップ・ウォーク」では運営の中心となる参加企業、学生ボランティア団体それぞれへ非金銭的メリットを提供することで金銭の授受が発生しないイベント企画・運営を可能とした。
 - 参加企業にとっては、砂浜でのごみ拾いが地域貢献・CSR活動にあたること、健康づくりやイベント運営に関する知見が得られることがメリットとなった。
 - 学生ボランティア団体にとっては、就職活動に向けて勉学以外の活動の実績を得ること、それを外部記録として残せること、また活動を通じて民間企業と接点を持つことがメリットとなった。
- 「仙台新港クリーンアップ・ウォーク」の当日の様子を動画化し、仙台市が運営するウォーキング・健康情報ポータルサイト「アールークワーク仙台」に掲載することで、参加企業や学生が自身の活動を対外的にアピールしやすくなった^{※3}。

参加者がメリットを感じ続けることが連携維持に重要

- ワーキング参加企業間及び参加企業と仙台市間では金銭の授受がなく、対等な関係を築いている。
- 予算確保の上、事業化した場合は事業終了時点で関係性が途切れることが多いが、ワーキングでは予算を確保しているわけではないため、参加者がメリットを感じ続けるような「場」の提供をする工夫が重要である。

● 今後の展望

- 仙台市内の公園と、ワーキング参加企業等のステークホルダーの持つ資源を生かし、高齢者・就労世代・子どもといった世代等、ターゲットを変えて仙台市の様々なエリアで健康づくりに資するイベントを開催したいと考えている。具体的にはパークフィットネスや動物園での親子ウォーキングのイベント案等が出ている。
- 各活動に対し、何らかの効果測定が可能な仕組みを作りたいと考えている。

※3:アールークワーク仙台 仙台新港クリーンアップ・ウォーク 実施レポート <https://arukuworke-sandai.jp/report/%e4%bb%99%e5%8f%b0%e6%96%b0%e6%b8%af%e3%82%af%e3%83%aa%e3%83%bc%e3%83%b3%e3%82%a2%e3%83%83%e3%83%97%e3%83%bb%e3%82%a6%e3%82%a9%e3%83%bc%e3%82%af%ef%bd%9c%e5%ae%9f%e6%96%bd%e3%83%ac%e3%83%9d%e3%83%bc/> (2025年1月7日閲覧)

宮城県仙台市②

商店街の一角で住民の居場所と健康、「やりたい」想いを育む場づくり

居場所カフェ

商店街活性化

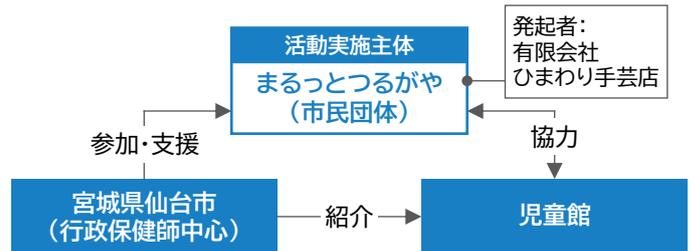
行政と住民の緩やかな接点

本事例の
ポイント

- 商店街の1店舗をカフェとし、住民にとっては居場所に、行政にとっては市民の生の声を聴ける場所として活用
- 行政は住民主体の活動の黒子として各所の「やりたい」を拾い、関係者をつなげることで活動・企画の実現を支援

基本情報

実施主体者	まるっとつるがや(市民団体)
関係機関	宮城県仙台市(行政保健師)、児童館、地域包括支援センター
対象者	地域住民
実施期間	2018年度～



● 実施主体者の概要

- 「まるっとつるがや」は宮城県仙台市宮城野区の鶴ヶ谷地区の市民が中心となって立ち上げた市民ボランティア団体である。すまいるカフェ(地域住民向けの居場所カフェ、10席程)、まるっとつるがやミニマルシェ(手芸品等の販売、年3回程度)、地元学(子ども向け、伊達藩の時代から続く鶴ヶ谷の歴史を伝える)の3つの活動を軸に、他の団体等と協働し様々な活動を企画・運営・実行している。
- 仙台市の行政保健師もたびたび訪問し、市民の生の声を収集する他、関係者をつなぐことで活動を支援している。

● 本取組の位置づけ

- 宮城野区は市営住宅等の集合住宅が多く、戸建住宅に居住する住民との健康格差を感じることを職員間で共有していた。さらに、他者との関わりが少ない孤立している市民も見受けられた。
- 発起者の有限会社ひまわり手芸店(以下、ひまわり手芸店)の社長は、自身の店舗が所在する商店街の衰退を感じ、活気を取り戻したいという想いで活動を開始した。

● 取組の概要

企画	発起者のひまわり手芸店の社長が商店街活性化を目的に市民団体「まるっとつるがや」を立ち上げた。 地区の行政保健師との連携は、行政保健師がまちづくり部門の職員からすまいるカフェの情報共有を受けたことがきっかけだった。
実践	カフェのキャッチコピーは「ここに来れば誰かに会える」。 活動する市民が楽しんで行けることを大切に、メンバーから「やりたい」と声の上った活動を実施している。 活動メンバーは概ね60代以上の地域住民で、イベントの際は20代の住民がボランティアとして参加することもある。
評価	すまいるカフェ(の開催場所であるひまわり手芸店の店舗周辺)に賑わいが生まれた。年に数回実施するイベント時の賑わいだけでなく、高齢者等が外出し、カフェに来ることを習慣化できた。声を出して会話をすることは健康づくりにより効果があるとひまわり手芸店の社長は感じている。また、高齢者等以外の利用者(例えば近隣の病院の看護師や地域包括支援センター等)にとっても、様々な人と会話をすることで新たなアイデアを得るきっかけとなっている。

☑ 取組の成果

- 派生の取組として朝カフェ(まるつつるがや×児童館)の開催が実現
 - 年2回程度開催し、朝カフェの後は「青空児童館」も開催し、子どもには遊び場を、保護者にはくつろげる場所を提供する(こどもは無償、大人は200円で利用可能)。
 - 地域住民とつながりたいと希望していた児童館長を、行政保健師がすまいるカフェを案内したことがきっかけとなった。
 - 児童館長は朝ごはんを食べられない子どもの存在に課題意識があり、洗い場がある点、車の通行がない商店街で安全である点、地域住民や支援者が多くいる点から、朝カフェの開催場所としてすまいるカフェが適切だと考えた。
- 朝カフェ開催の結果、すまいるカフェにも子どもや子育て世代が訪れるようになり、高齢者、子育て世代、心に病を抱えている方等、多様な人が集う場となった。
- 「まるつつるがや」側からの要望もあり、行政保健師が健康相談を実施する場にもなった。住民と近い距離でざっくばらんな話(話し相手がないといった日々の悩みから仙台市の制度について等)を聞くことができる。

取組の推進要因・工夫点

まずは活動者自身が楽しんでいることが継続・拡大の秘訣

- 参加している住民が自発的に、やりたいと思う活動を実施する。楽しそうな雰囲気があるからこそ、仲間が増え、活動も拡大した。

住民の本音が聞こえる場として、行政も足を運ぶ貴重な場に

- 普段の行政活動ではなかなか聞き取れないような住民の本音を聞くことができる貴重な場となっている。
- 健康相談を開催する中で、母子・高齢・障害分野の関係機関がつながり、住民とともに地域課題を考える機会にもなっている。

「まるつつるがや」で開催しているイベント※1



「まるつつるがや」
ロゴマーク

● 今後の展望

- 今後も共に活動する仲間・団体を増やし、継続して活動をしていきたいと考えている(ひまわり手芸店社長談)。
- 地域の住民団体や関係機関が、地域でつながり、活動を継続させていくために、行政の立場から支援・伴走することで、地域の健康課題である孤立の解消や、互助機能の創出を目指していきたい。

※1:まるつつるがや <https://marutto.hatenadiary.com/entry/2019/07/15/115019> (2025年3月24日閲覧)

「仙台市いきいき市民健康プラン（第3期）」において参照されている各種データ

- 国保データベース(KDB)システム
<https://www.kokuho.or.jp/hoken/kdb.html>（2025年1月23日閲覧）
- 仙台市民の健康意識等に関する調査
<https://www.city.sendai.jp/kenkosesaku-zoshin/kurashi/kenkotofukushi/kenkoiryo/chosa/kekka/tasseritsu.html>
（2025年1月23日閲覧）
- 令和元年国民健康・栄養調査
https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kenkou_eiyou_chousa.html
（2025年1月23日閲覧）

Column

仙台市地区保健活動マニュアルを作成して

仙台市 健康福祉局 保健衛生部 健康政策課
課長 佐野 ゆり

仙台市の保健活動は、地区担当制と業務担当制の併用の体制を取っておりますが、個別支援が主となり、地区保健活動の継承に不安が感じられる時期がありました。そこで令和元年度に「仙台市地区保健活動マニュアル」作成を企画し、本庁・各区からなるワーキンググループを組織し2年かけて検討しました。ワーキンググループでは、地区を持つ保健師が一丸となって地区保健活動を行うために、これまでの地区保健活動の継承に留まらず、仙台市ならではの「Sendai Style」を作り上げることとなりました。仙台市保健師の誰もが地区保健活動を語れるようになりたい、その想いをスローガンに込めて「～健康は未来を創る力になる～地域を想い、ともに歩む」と掲げました。

マニュアルの内容は、作成趣旨の他、地区保健活動のツール「地区カルテ」の整備、実施体制の構築、研修等となっています。保健師の配置は業務ごとに分散配置となっていますが、地区ブロック(複数の近隣担当地区のまとまり)の保健師が、情報共有し地区の課題を話し合い、「まるっとつるがや」との連携につながるような活動を展開しています。

これからの人口構造や社会環境の変化においても全国各地の保健活動が、活発になされ住民と共にあることを願います。

千葉県千葉市

インセンティブを活用した健康づくりの推進

#インセンティブ設計

#健康経営

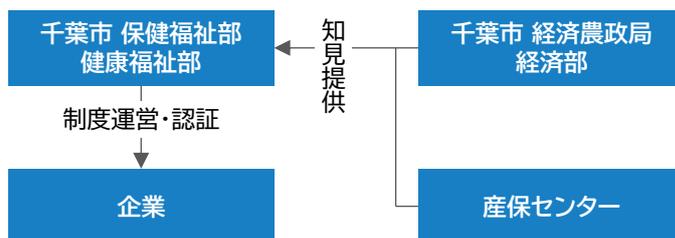
#外部機関連携

本事例の
ポイント

- 首長主導のもと、市全体でインセンティブを活用した健康づくりを推進
- 地域保健の担当者が持ちえない知識・知見を補完するため、他部署や産保センターと連携して制度設計
- 「健康経営優良法人認定制度」策定や労働安全衛生法の改正等を踏まえ、健康経営に段階的に取り組めるよう制度を見直し、設計コストを縮小

基本情報

実施主体者	千葉市 保健福祉局 健康福祉部 健康推進課
関係機関	千葉産業保健総合支援センター 等
対象者	企業・地域住民
実施期間	2013年～



● 自治体の健康課題・地理的特徴

- 制度開始時点は身体活動量、肥満者の割合(千葉市の50歳代の男性の3人に1人は肥満)等が課題であった。
- 2012年に実施した事業所へのアンケート調査より、県内の100人未満の事業所では定期健康診断の実施率が100%に達していないこと、約3割の事業所から効果的な取組方法の紹介や支援のニーズがあること等が判明していた。

● 本取組の位置づけ

- 2013年頃、当時の市長主導で「インセンティブを活用した健康づくり」の推進を掲げ、事業所等が行う健康づくりを点数に換算し、規定の点数に達することによりインセンティブの授与等を行うシステムを構想した^{※1}。
- 特に、千葉市内の健康づくりに取り組みにくいと考えられる従業員50人以下の中小企業を支援したいという意向があり、事業所に対するインセンティブ設計の一つとして「千葉市健康づくり推進事業所認証事業」を開始した。

● 取組の概要

企画	2013年に策定した「千葉市健康づくり事業実施要綱」では、「健康づくりに取り組む意欲を高めるため、景品等の授与、千葉市健康づくり推進事業所の認証、千葉市ホームページ等での公表、表彰などを行うこと」をインセンティブと定義した。取組の一つとして、事業所に対するインセンティブ制度「千葉市健康づくり推進事業所認証事業」を開始した。 認証制度設計・実施に際しては、担当部署の専門外の知識・知見も必要だったため、産業保健の部署や、千葉産業保健総合支援センターの意見を聞きながら制度設計を行った。
実践	事業者は認証を受けると、セミナー開催や健康支援の取組に対する市の援助を受けられる他、千葉県信用保証協会における保証料の割引が受けられる等のメリットが設定された。 その後、種々の法改正と経済産業省の健康経営優良法人認定制度の策定を受け、2024年に制度の見直しを行った。3段階の認証レベルを設定した他、認証期間の見直しを行った。
評価	2024年9月1日時点での認証事業所数は73。認証申請書の記入を通じて、職場の健康づくりに関する取組の現状把握ができるため、事業所において不足している取組の推進につながっていると考えられる。

※1: 千葉市健康づくり事業実施要綱 <https://www.city.chiba.jp/hokenfukushi/kenkofukushi/suishin/documents/no2.pdf> (2024年12月23日閲覧)

☑ 取組の成果

- 2024年9月1日時点での認証事業所数は73まで拡大。
- 健康経営は、単に健康づくりのみならず、人材確保・離職防止とも関係しており、経済部局や外部機関との協働の広がりがみられる。

取組の推進要因・工夫点

首長主導のもと、インセンティブを活用した健康づくりを推進

- 市長の方針のもと、「千葉市健康づくり推進事業所認証制度」を設立し、インセンティブを活用した健康づくり事業の推進が打ち出された。

担当者が持ちえない知識・知見を補完するため、他部署や産保センターと連携して制度設計

- 認証制度設計・実施に際しては、労働安全衛生法への理解や、事業所の実態把握が必要だった。市の担当者は地域保健の担当者であり、知見が不足する部分は千葉産業保健総合支援センター等の意見を聞きながら制度を設計した。

「健康経営優良法人認定制度」を踏まえ、健康経営の取組として市の認証制度と国の認定制度が一連となるよう設計するとともに、設計コストを縮小

- 種々の法改正と経済産業省の「健康経営優良法人認定制度」の策定を踏まえ、2024年に制度の見直しを行った。
- 既存事業の見直しとしたことで新規に制度設計するよりも少ないコストで制度運用を開始できた。

認証レベルを3段階に設定し、事業者が取組を継続しやすくなる仕掛けを検討

- 認証に段階を設けることで、新規参入しやすくするとともに、認証期間をクラスにより変えることで取組をより継続・向上させられるようにした。
- 認証期間を3年間から1もしくは2年間に変更した理由には、市の担当者の異動に伴う引き継ぎ対応をしやすくするためという業務円滑化の工夫も含まれる。

千葉市健康づくり推進事業所 認証制度 3つの認証区分^{※2}

主な取組内容 *詳細な項目等は、認証基準(別表1)・申請書をご確認ください	グリーンクラス	ブルークラス	スカーレットクラス
1 従業員の健康づくり宣言(社内外)	●	●	●
2 健康づくりに関する組織体制づくり ※ 経営者自身の健診受診、健康づくり担当者の設置、など	—	●	●
3 従業員の健康課題の把握と必要な取組の検討 ① 定期健診の受診率把握・未受診者勧奨、メンタルヘルス状況の把握、など ② 具体的な推進計画の策定	—	● (②は不要)	●
4 従業員の健康に関する環境づくり ※ 働きやすい職場づくり、健康やハラスメントに関する相談窓口の活用、など	—	6項目中 2項目該当	6項目中 4項目該当
5 具体的な取組の実施 ※ 運動・食生活・禁煙等に関する取組の実施、長時間労働者への取組、など	—	8項目中 4項目該当	8項目中 6項目該当
6 地域住民(社外)に向けた普及啓発や健康づくりの取組の実施 ※ 自社ホームページ等に健康づくり宣言の掲載、リーフレットの配布、など	—	—	●
7 健康課題の解決に向けた取組の評価や改善の実施	—	—	●

● 今後の展望

- 認証制度では、取組が健康づくりにつながったか、というアウトカム評価が必要である。事業所内で改善や効果が表れているかどうかを検証する、アウトカムを把握できる体制を千葉市として検討したい。
- 就労世代の健康づくりをより一層推進するため、他部署や外部機関との連携強化を今後さらに進めていきたい。例えば、健康づくり推進事業所認証メリットとして活用できる「出前講座」については、千葉産業保健総合支援センターや、全国健康保険協会千葉支部の講座と一体的に案内を行っている。

※2: 別表1 千葉市健康づくり推進事業所 認証基準

<https://www.city.chiba.jp/hokenfukushi/kenkofukushi/suishin/documents/kenkojigvosvokijun.pdf> (2025年1月19日閲覧)

神奈川県横浜市

他部署連携による新たな表彰制度「横浜グランドスラム企業表彰」

認定・認証制度

健康経営

他部署連携

本事例の
ポイント

- 実務者レベルの関係課連絡会議の実施等により、普段から他部署と相談・連携して進める風土が醸成されており、円滑に他部署連携を実施
- 既存の認定・認証制度を整理・活用し、企業にとってより魅力的な制度を創設
- 応募への金銭的・非金銭的インセンティブを設計し、制度利用を促進

基本情報

実施主体者	横浜市役所
関係機関	他部署（経済局、政策経営局、脱炭素・GREEN×EXPO推進局 等）
対象者	横浜市内の事業所
実施期間	2023年～

全体管轄

経済局 中小企業振興課

政策経営局 男女共同参画推進課

個別制度
担当

健康福祉局 健康推進課

脱炭素・GREEN×EXPO推進局
SDGs未来都市推進課

● 自治体の健康課題・地理的特徴

- 横浜市は、市町村人口として全国第1位の約377万人を擁する。
- 市町村別の事業所数としては、大阪市に次ぐ第2位で約154,700社を擁する^{※1}。職員数に対する人口が多く、行政機関だけで市民の健康づくりに取り組むことが難しいため、事業所数の多さを生かし、中小企業振興や産業保健の取組と連携した施策が重要である。

● 本取組の位置づけ

- 横浜市では地域の企業向けに、以下4つの認定・認証制度を実施している。
- 働きやすい職場づくりや、健康経営、SDGsの達成等の社会のニーズに応え、地域に貢献しながら経営に取り組む企業を応援することを目的とし、横浜市が実施する下記4つの認定・認証を全て取得した企業等を表彰する制度として「横浜グランドスラム企業表彰」を2023年に新設した。

横浜グランドスラム企業表彰^{※2}

*2024年4月1日時点

制度名	担当課	開始年度	認定・認証者数（*）
横浜型地域貢献企業	経済局 中小企業振興課	2007年	472社
よこはまグッドバランス企業	政策経営局 男女共同参画推進課	2007年	233社
横浜健康経営認証	健康福祉局 健康推進課、経済局 中小企業振興課	2016年	965事業所
横浜市SDGs認証“Y-SDGs”	脱炭素・GREEN×EXPO推進局 SDGs未来都市推進課	2020年	702者

● 取組の概要

企画	各分野で企業経営に関する取組を進める企業を応援することを目的に「横浜グランドスラム企業表彰」を新設した。
実践	職員数の多い横浜市は、組織がもともと細分化されており、普段から他部署と相談・連携して事業を進める風土が醸成されている。今回も円滑に他部署連携を実施した。
評価	2023年度は79社、2024年度は23社が表彰対象となった。本表彰制度は1回のみでの表彰となるため、2024年度の23社は新たに横浜グランドスラム表彰を取得した企業である。

※1:令和元年経済センサス-基礎調査 甲調査(民営事業所) 事業所の活動状態に関する集計 <https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&toukei=00200552&tstat=000001137226> (2025年1月6日閲覧)

※2:横浜市ホームページ 横浜グランドスラム企業表彰 <https://www.city.yokohama.lg.jp/business/keizai/other/grandslam.html> (2025年1月6日閲覧)

☑ 取組の成果

- 複数部署が連携し、企業の様々な取組を推進するための仕掛けを設定することができたことが一つの成果。
- 2年間で既に102社が表彰されており良好なスタートを切ることができた。

取組の推進要因・工夫点

普段から他部署と相談・連携して進める風土を醸成

- 実務者レベルの関係課連絡会議の実施等により、普段から他部署と相談・連携して進める風土が醸成されており、円滑に他部署連携を実施。

既存の認定・認証制度を整理・活用し、より効果的に推進するための制度を新設

- 2007年から実施している各認定・認証制度について、実施状況を整理した上で、見直しを行った。
- 各制度の認定・認証者数にばらつきがあることから、4つの制度全てに認定・認証されることに対する表彰制度を新設することで、取組の拡大を図った。

表彰へのインセンティブを設計し、制度利用を促進

- 金銭的インセンティブ
 - 横浜市中企業融資制度「SDGsよこはま資金」における、保証料の全額助成※
※金利の優遇及び融資額5,000万円を上限に信用保証料の全額助成
 - 横浜市営交通の広告メディアガイドに掲載する商品(一部除く)の割引
- 非金銭的インセンティブ
 - グランドスラム企業表彰ロゴマークを取組のPR等に使用できる※³
 - 記者発表や市HPにおける表彰企業名の公表

グランドスラム企業表彰の導入による相乗効果イメージ

グランドスラム企業表彰を目指し、企業が一つずつ取組を拡大(順序は一例)



● 今後の展望

- グランドスラム企業表彰の導入により、健康経営に取り組むことが「男女平等参画」や「SDGs」の推進と同様に重要課題であるとの認識が、市内企業により一層普及していく可能性がある。
- グランドスラムを達成した企業から取組のヒントを抽出・横展開することで、「健康経営」の取組が進まない企業へのアプローチを強化させ、健康経営を推進する市内企業の増加へつなげていく。

※3:横浜市ホームページ 横浜グランドスラム企業表彰 <https://www.city.yokohama.lg.jp/business/keizai/other/grandslam.html> (2025年1月6日閲覧)

北海道中頓別町/株式会社studio-L

町民主体で考え・作り・行動する「健康なかとんべつ21（第三次）」

町民参画

自分ごと

健康増進計画

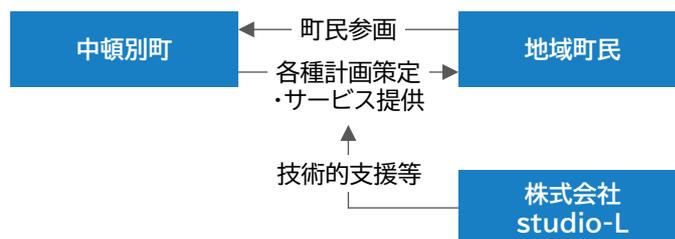


本事例の
ポイント

- 健康増進計画の策定プロセスに町民参画手法を取り入れ、町民がより自分ごととして前向きに健康づくりに取り組む動機付けを促進
- 町民目線で健康増進計画の策定を進めた結果、「なかとん迷路」という全世代が健康増進計画を知る・理解するためのツールが完成

基本情報

実施主体者	中頓別町
関係機関	株式会社studio-L
対象者	地域町民
実施期間	2022年度～



自治体の健康課題・地理的特徴

- 北海道北部に位置し、酪農を主な産業にしている人口1,500人ほどの小さな自治体であり、高齢化率が約42%である。

本取組の位置づけ

- 中頓別町ではよりよいまちづくりのために、健康・福祉問題に限らずあらゆる町の課題解決に対し、町民参画を推進している。
- 健康・福祉分野においても、「健康なかとんべつ21（第三次）」の検討段階から町民に参画してもらうことで、町民が自分ごととして健康づくりに取り組むための動機付けを図った。
- 「健康なかとんべつ21（第三次）」の一環として、「なかとん迷路」という、健康増進計画の目標達成に向けたアクションを町民目線で整理したマップを作成した。

取組の概要

企画	「健康なかとんべつ21（第一次）」の策定時、初の計画策定であったため策定プロセスに町民参画手法を取り入れた。次の「健康なかとんべつ21（第二次）」では保健師等の専門職が課題分析を行った上で策定したが、町民からの認知度が低かった。そこで、「健康なかとんべつ21（第三次）」では町民参画を重視するべく、公共分野のデザインに携わるコミュニティデザインを専門とする株式会社studio-L ^{※1} へ支援を依頼した。
実践	「健康なかとんべつ21（第三次）」の策定にあたり、約50名の町民へのインタビュー、さらに10-20名程度の町民が参加するワークショップを複数回開催した。普段から保健師等が町民と関わり、信頼関係が築けていたことで、インタビューやワークショップの円滑な運営につながった。studio-Lからは、町民ワークショップの企画調整や当日の運営、計画のデータ分析や「なかとん迷路」製作に係るグラフィックデザイン等「健康なかとんべつ21」の計画策定に向けた幅広いサポートを受けた。
評価	「なかとん迷路」は広報誌に折り込み、町内全戸に配布した。町民からは「わかりやすい。これを見て自分の健康づくりを考えた。周りにも共有したい。」との声をもらった。策定プロセスに町民参画手法を取り入れたことにより、否定する言葉や単なる数値ではなく、直観的・簡単に理解できる言葉で表現できたことが、町民への浸透につながった。

※1:株式会社studio-L <https://studio-l.org/about/> (2025年3月21日閲覧)

☑ 取組の成果

- 町民の生活に密着した実態調査やインタビューを通じ、町民が自覚できていない健康課題や、本人が無意識に行っていること等、データからは見えにくい定性的な健康課題の把握につながった。
- 健康増進計画の目標達成に向けたアクションを町民目線で整理した「なかとん迷路」というマップを作成することで、健康増進計画を身近なものとして捉えてもらうきっかけや、町民の行動指針の役割を果たしている。

取組の推進要因・工夫点

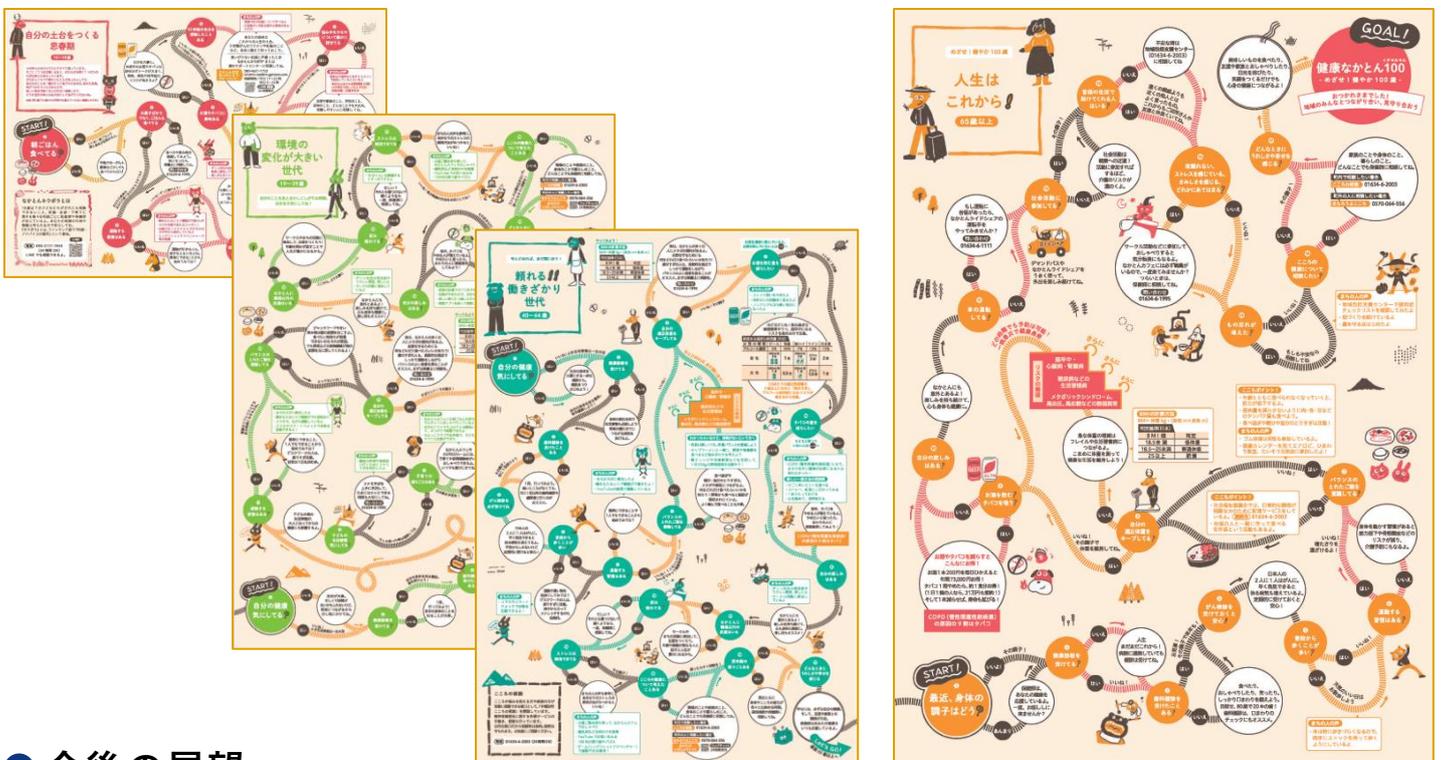
小規模自治体ならではの強みを生かす

- 人口1,500人ほどの小規模自治体であり、様々な制約がある中でも、「顔がみえる関係性」等の小規模自治体ならではの強みを生かし、町民一人一人の声をしっかり聞くことで、町民にとって納得感のある健康増進計画の策定につながった。

町民目線での「なかとん迷路」の作成

- 4つの世代区分(18歳以下/19-39歳/40-64歳/65歳以上)に分け、全世代に伝わる健康マップとして「なかとん迷路」を作成した。
- 特定健康診査や特定保健指導は40歳以上が対象であるが、生活習慣は「こどもの頃からの意識付け」が重要であることを踏まえ、「18歳以下」や「19-39歳」という区分も設定した。策定メンバーに助産師や保育士が入っていたことから上記意見が出た。
- 町民自身の声や取組を表現することを重視した結果、わかりやすさや共感につながった。

「なかとん迷路」



● 今後の展望

- 健康増進計画や「なかとん迷路」が策定される経過の中で「食」「運動」「多様なことに取り組む」の3つのチーム活動を立ち上げることとなった。
- 今後は、3つの活動を皮切りに、様々な町民活動の推進・支援を行いながら、実際に町民が主体的・自主的に活動していくことを目標としている。

青森県弘前市

産学官連携プログラムを通じたソーシャルキャピタルの醸成

#産学官連携

#ソーシャルキャピタル

#低関心層へアプローチ

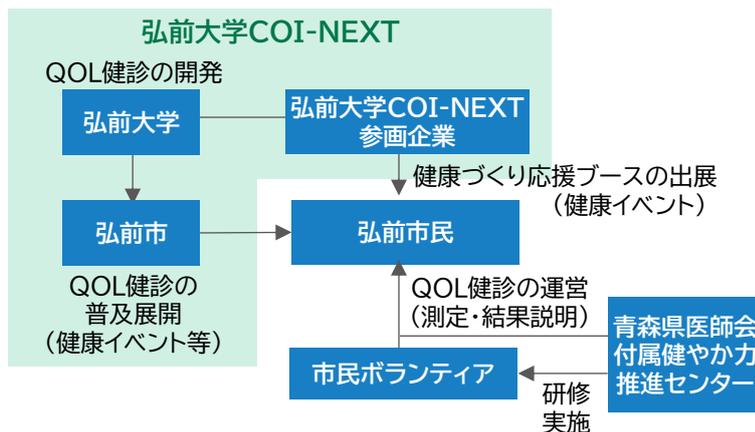


本事例の
ポイント

- 「QOL健診」を地域で普及させていくための「健康イベント」等の取組を通じ、市民の健康意識の向上や行動変容を図るとともに、地域のソーシャルキャピタルを醸成・活用
- 産学官の連携により、健康意識の低い、働き盛り世代の市民へのアプローチに成功

基本情報

実施主体者	青森県弘前市
関係機関	弘前大学健康未来イノベーション研究機構、青森県医師会附属健やか力推進センター、弘前大学COI-NEXT参画企業、地元団体
対象者	弘前市民
実施期間	2022年～ ※弘前市事業としてのQOL健診普及展開期間



●自治体の健康課題・地理的特徴

- 青森県では、平均寿命が男女ともに全国最下位^{※1}である。
- 弘前市では、特定健康診査の受診率が34.5%であり、全国平均の38.0%よりも低い^{※2}。
- 弘前市では、児童生徒の肥満傾向児の割合が、小学5年生(男16.80%、女12.50%)、中学2年生(男12.85%、女11.54%)とともに、全国平均[小学5年生(男15.11%、女9.74%)、中学2年生(男12.25%、女9.05%)]を大きく上回っている^{※3}。

●本取組の位置づけ

- COI-NEXT^{※4}に、弘前大学が2022年に採択され、弘前市と青森県が幹事自治体となっている。
- 当該プロジェクトの中で、弘前大学が開発した「QOL健診」について、弘前市等が普及促進を担っている。

●取組の概要

企画	弘前市では「健康都市弘前」を掲げ、平均寿命が全国最下位であるという青森県の地域課題を踏まえ、2022年、弘前大学COI-NEXTプロジェクトと連携して、「健康とまちのにぎわい創出事業」を開始。本事業を中心に、弘前大学が開発した「QOL健診」の普及展開に取り組んでいる。「QOL健診」は、「生活の質(Quality of Life)を向上させる新しい健診・健康教育プログラム」で楽しみながら受診でき、メタボリックシンドローム等の健康状態を総合的に判断した結果がその場でわかり、健康の知識を得ることができる。現在、「QOL健診」は、弘前市の他、弘前大学や青森県医師会附属健やか力推進センター、弘前大学COI-NEXT参画企業が中心となり、弘前市内、青森県内の他、全国、海外へと普及展開の取組を拡大している。
実践	2023年9月から、弘前駅前の商業施設「ヒロロ」に、「QOL健診」の常設拠点を設けており、気軽に「QOL健診」を受けることができる。さらに、企業や地域への出張対応の他、「健康イベント」を中心市街地で開催している。イベントでは、QOL健診に加え、弘前大学COI-NEXT参画企業等の「健康づくり応援ブース」や、子どもが楽しめるコンテンツも用意されている。
評価	「健康イベント」の開催は、健康意識の低い、働き盛り世代の市民へアプローチし、中心市街地で開催することで、多くの市民が集い、まちなぎわい創出にも寄与している。また、「QOL健診」の「測定、結果説明」は市民ボランティアが担当、特に「結果説明」は看護師・保健師有資格者が担当し、地域のソーシャルキャピタル醸成・活用につながっている。

※1: 令和2年都道府県別生命表 <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/tdfk20/index.html> (2025年2月13日閲覧)

※2: 令和元年度特定健診・特定保健指導実施結果報告(弘前市) 2019年度特定健康診査・特定保健指導の実施状況(全国)

※3: 健康ひろさき21(第三次)|市学校保健・体育資料(弘前市) 令和4年度学校保健統計調査(全国)

※4: COI-NEXT:産学官の共創による拠点の形成を推進し、国の成長と地方創生に貢献するとともに、大学等が主導する知識集約型社会への変革を促進するためのプログラムである。
<https://www.ist.go.jp/pf/platform/outline.html> (2025年2月13日閲覧)

☑ 取組の成果

- 弘前市が開催する「健康イベント」をはじめ、企業、地域、商業施設での運営を通じて、弘前大学が開発した「QOL健診」の普及展開に貢献している。
- 「QOL健診」の運営には、市民ボランティアが協力しており、地域のソーシャルキャピタル醸成・活用につながっている。

取組の推進要因・工夫点

「QOL健診」の運営を通じたソーシャルキャピタルの醸成とスキル向上

- 弘前大学の医師による研修を受講した市民ボランティアが、「QOL健診」の測定・結果説明を、特に結果説明は、同研修を受けた地域の看護師・保健師有資格者が実施している（現在、看護師・保健師業務に就いていない者を含む）。こうした「QOL健診」の運営が、ソーシャルキャピタルの醸成・活用につながっている。
- 「健康イベント」の運営や、イベントに出展している弘前大学COI-NEXT参画企業との交流機会により、COI-NEXTの産学官連携の深まりにつながっている。

弘前大学等との連携を通じた事業の推進

- COI-NEXTの枠組みにおいて、月1～2回のワーキンググループ、運営会議を実施しており、密に情報共有・活動報告を行うとともに、弘前大学や弘前大学COI-NEXT参画企業からの専門的な助言や協力を得ている。
- 弘前大学が開発した「QOL健診」を、青森県医師会付属健やか力推進センターと連携し、地域で展開・普及させていく等、産学官連携を通じた研究成果の社会実装につながっている。

健康への関心が低い層へのアプローチ

- 中心市街地での「健康イベント」や商業施設における「QOL健診」の展開を通じて、子どもが楽しめるコンテンツを設けることで、メインターゲットである働き盛り世代の親にアプローチすることに成功し、意図せず立ち寄った「健康低関心層」の健康意識の向上にもつながっている。

健康交流イベントinヒロロ 案内チラシ^{※5}

はじめに健康チェック!

Quality of life health check
QOL健診
簡易型

無料で受けられます
受付時間 10:00 ~ 14:30
※QOL健診は弘前大学の登録商標です

測定の結果説明がセットになったヘルスチェック!
楽しく「測って」その場で結果を「知る」ことで、
良い生活習慣への行動変容とヘルスリテラシー向上に繋がります。
※今回は簡易型での実施となります

測定内容
問診・体組成・血圧・
推定野菜摂取量(ベジチェック®)・
立ち上がり

事前受付はこちら!
※託児を無料で利用できます。
定員に達した場合やお子さんの年齢によっては
お受けできない場合があります。



● 今後の展望

- 健康寿命の延伸等に向けて、「QOL健診」と併せて、健康プログラムを提供することにより、メタボリックシンドローム等の予防・改善を図る取組を開始する予定である。

※5:健康交流イベントinヒロロ 案内チラシ <https://www.city.hirosaki.aomori.jp/oshirase/sangyo/machinakakenkou.html> (2025年2月13日閲覧)

愛知県瀬戸市

健康経営リード企業の存在を最大限活用し地元企業との連携体制を拡大

#ビジョン共有

#協定締結

#事業者認定制度



本事例の
ポイント

- とある1社の先進的な健康経営推進をきっかけに、協定締結や認定制度発足を進め地元企業の巻き込み体制を構築
- キーパーソンとなる上記社長の話を聞きたいという声を基に認定企業同士の意見交換の場を設定し連携拡大・持続の足がかりに

基本情報

実施主体者	愛知県瀬戸市
関係機関	瀬戸市社会福祉協議会、 大橋運輸株式会社
対象者	地域住民
実施期間	2022年度～

●自治体の健康課題・地理的特徴

- 厚生労働省は令和7年までに通いの場の参加率8%を目標^{※1}としているが、瀬戸市ではこの目標値8%(約3,000人)に対し、3%程度の参加率であり、通いの場(よりどころ)は十分に充足されていないと考えている。

●本取組の位置づけ

- 瀬戸市としては、介護予防の一環であり、高齢者の外出拠点が不足している状況の改善に資すると認識している。
- 大橋運輸株式会社(以下、大橋運輸)としては、地域の健康寿命を延ばす活動を目指すことで自社と地域とのつながりを創出するCSR活動の位置づけとして実施している。

●取組の概要

企画	大橋運輸から、自社で行ってきた従前の活動である健康教室等のイベント参加人数上限を増やし、幅広い市民の方に参加していただくため、市の福祉保健センター「やすらぎ会館」を使いたい、という要望が寄せられた。その活動をきっかけとして大橋運輸が「第11回健康寿命を延ばそう！アワード」を受賞した ^{※2} 。
実践	瀬戸市社会福祉協議会は、地域の福祉課題の解決のため、地域で様々な地域貢献活動をされている企業に着目して、地域と企業をマッチングさせる「地域福祉パートナーシップ事業者認定制度」を開始し、大橋運輸を第1号として認定した(2022年)。その後、大橋運輸は企業の地域貢献活動のさらなる拡大を目指し、市も含めた3者協定(正式名称:健康寿命の延伸に寄与する地域の健康活動の実施に関する協定)の締結に至った(2023年)。
評価	認定制度を通じ、他企業でも健康づくりに関する活動が広がった。2024年12月時点で13社が認証を受けている。

※1:地域支援事業実施要綱 <https://www.mhlw.go.jp/content/12300000/001285186.pdf> (2025年2月21日閲覧)

※2:第11回 健康寿命を延ばそう！アワード 最優秀賞「『治療より予防』社内の健康経営から地域の健康活動へ。」
<https://www.smartlife.mhlw.go.jp/award/11/> (2025年3月24日閲覧)

☑ 取組の成果

- 認定を受けた事業者が13社まで増加した。追加の申し出があったケースは大きく3パターンに分類される。一つ目は「企業からのアプローチ」であり、広報誌等で大橋運輸の取組を知り、社内検討後に申し出てきたケースである。二つ目は「自治体や社会福祉協議会からのアプローチ」、そして三つ目は、「大橋運輸からの紹介」である。
- 瀬戸市、社会福祉協議会、大橋運輸の3者で8月4日(栄養の日)に合わせて共同開催をしている「セト84(栄養)セミナー」には2024年度に150名以上の参加があった。2023年度に比べ、参加者が倍増している。

取組の推進要因・工夫点

3者のビジョンの合致が取組の強力な推進力に

- 大橋運輸が描く健康経営ビジョンと社会福祉協議会、瀬戸市が認識する地域の健康・福祉上の課題解決には地元企業の協力が必要というそれぞれの思いが、大橋運輸からのやすらぎ会館利用要望をきっかけに共有されビジョンが合致したことによりその後の取組が強力に推進された。
- 大橋運輸は、自社の健康経営を推進するとともに、職域から地域へと活動を拡大させ、自社と地域とのつながりを強化したいというビジョンがあった。
- 社会福祉協議会では、高齢者の「通いの場」の設置等、地域における健康・福祉のニーズに対応するためには、地元企業の力を活用する必要があると感じていた。
- 瀬戸市では、認知症・フレイル予防のため、地域包括ケアをより充実させたいと考えており、そのためには医療・介護・行政に加え、企業の参画が重要だと感じていた。

1社のリード企業の存在を活用し、地元企業を引き込み

- 大橋運輸の社長の話を聞きたい、という他の認定企業からの要望を受け、認定を受けた企業同士の意見交換の場を設定している。企業同士の交流が活動を波及させることにつながる上、認定を受けるメリットの提供にもなる。

● 今後の展望

- 協定・認定から1年以上経過したことを受け、PDCAサイクルに基づく政策策定及び評価のため、具体的にどのような評価指標を用いて効果測定を行うべきか検討していきたい。
- 活動していただいているパートナーシップ企業同士の交流会(意見交換の場)を開催し、企業の地域貢献活動のノウハウが共有され、瀬戸市内に広がっていくよう取り組んでいきたい。

「セト84(栄養)セミナー2024」 の開催案内^{※3}

栄養の日
たのしく食べ、カラダよろこぶ
8/4 8/1-7 栄養の日

地方創生SDGs
官民連携
プラットフォーム

人生100年時代

えいよう
セト84セミナー2024

日時：2024年8月1日(木) 14:00~16:00
(13:30より受付開始)

場所：瀬戸市文化センター
文化交流館3階 31会議室

住所：〒489-0884
愛知県瀬戸市西茨町113-3

対象：どなたでも

定員：100名 当日先着順

参加費無料 参加特典

など複数点

※3:セト84(栄養)セミナー2024 <https://seto-shakyo.or.jp/%e3%82%bb%e3%83%88%ef%bc%98%ef%bc%94%ef%bc%88%e6%a0%84%e9%a4%8a%ef%bc%89%e3%82%bb%e3%83%9f%e3%83%8a%e3%83%bc%ef%bc%92%ef%bc%90%ef%bc%92%ef%bc%94/> (2025年1月28日閲覧)

福井県高浜町

居場所から課題の解決策まで、町民の集う「地域プラットフォーム」

#カフェという場づくり

#住民の主体性

#住民起点の課題解決



本事例の
ポイント

- 町民が集まり楽しく会話をする「カフェ」が、町の課題を発見し、それを解決する動きを生み出す場所に
- カフェの開催場所の提供・参加者の募集に留まらず、挙げた話題・取組が実現に結びつくよう、関係者に話をつなぐところまでサポート

基本情報

実施主体者	高浜町保健福祉課、福井大学(共催)
関係機関	福井大学
対象者	地域住民
実施期間	2015年度～



● 自治体の健康課題・地理的特徴

- 人口減少が続き、「消滅可能性自治体^{※1}」(日本創成会議発表)に該当している。
- 健康づくりに関する住民アンケート^{※2}で、野菜の摂取量や運動習慣の減少が課題として挙げられている他、新型コロナウイルス感染症の影響等により、地域のつながりが希薄化していることも課題として挙げられている。

● 本取組の位置づけ

- 「けっこう健康！高浜わいわいカフェ^{※3}(以下、健高カフェ)」は、月に1回開催され、何らかのテーマに基づいて自由におしゃべりをする場である。誰でも好きな回に参加でき、参加費はお菓子一つである。
- 昨今、例えば健康増進計画にでも、運動・栄養といった各分野横断的な施策・協働が求められている。健高カフェには、一般町民に加え、各専門職も参加しており、つながりを作る場となっている。参加者はテーマによって変化はあるが、20代から70代まで幅広い世代の参加がある。

● 取組の概要

企画	人口減少が続き、「消滅可能性自治体」(日本創成会議発表)に該当したことから、町自体の持続可能性を高めることを目的に「けっこう健康！高浜わいわいカフェ」の取組を高浜町と福井大学の共催で企画した。
実践	活動に関心を持つと思われる住民を中心に声がけを行い、“健高”カフェを開催した。その後は、毎回異なるテーマを話題に設定することで、各テーマに関心のある住民の参加を促している。健高カフェ内で課題として挙げた事柄や取組につながりそうなことは、参加者から各コミュニティや関係者へ情報が共有される。
評価	健高カフェは、地域課題解決のための取組や成果を重視しておらず、住民が日頃から関心のあるテーマについて「気軽に参加し、気負わず話し合える場」を提供しており、実際に実現した取組もある。コロナ禍を機に現在はオンラインで開催しているが、町内外を問わず平均25名程度の参加がある。

※1:朝日新聞「消滅可能性自治体」マップ

<https://www.asahi.com/special/population2024/?msockid=004bfb838aa166362d35ef4e8b4b673e> (2025年1月21日閲覧)

※2:「高浜町健康づくりに関するアンケート調査」(令和5年8月実施) 対象:16～74歳の住民1,500人(無作為抽出) 方法:郵送配布・回収

※3:「けっこう健康！高浜わいわいカフェ」ウェブサイト <http://www.kenko-machizukuri.net/kenkocafe/> (2025年1月21日閲覧)

☑ 取組の成果

- 高浜町のご当地ゆるキャラである「赤ふん坊や」を活用した「赤ふん坊や体操(町民体操)」の作成・普及や移動販売・子ども食堂といった取組の啓発につながった。
- 井階教授によるソーシャルキャピタルに関する調査研究^{※4}では、「友人・知人と交流する頻度」の値に経年的な改善が見られた。

取組の推進要因・工夫点

地域住民のためになることを、地域住民とのつながりを生かして実施

- 地域が必要とする事柄を、住民主体で、考え、住民や専門職、行政が協働して進めることを重視している。
- 話し合いのテーマは、毎回参加者から出してもらうことで、広く町民の関心・参加を喚起する。

単なる交流で終わらせず、次のアクションにつなげる

- 「住民が気軽に集まって話す」ことも重要だが、それで終わらず、課題解決や取組の実施につなげることで初めて「地域プラットフォーム」として機能する。
- 各回で挙げた課題や取組については、各参加者から関係のあるコミュニティや人物に情報共有を行うことを心掛けている。

行政と連携し、スムーズに企画・運営

- 健高カフェは、井階教授をはじめとする有識者の専門的な知見やノウハウから発案される斬新かつ柔軟なアイデアの提供と、行政の広報活動や運営支援体制の確保により、持ち寄られた地域の課題解決や参加者どおしのコラボレーションを創出する機会を提供できている。

「けっこう健康！高浜☆わいわいカフェ」



● 今後の展望

- 主体性のある住民が「やりたい」と思ったことを実現できる、個々人の能力を発揮できる場づくりを進めたい。
- 新型コロナウイルス感染症流行以降、オンライン開催となっているが、参加の気軽さや実際の取組への機運醸成といった観点で、対面開催の方が適しており、早期にハイブリッドないし対面開催に戻したいと考えている。

※4:井階友貴, まちづくり系医師が取り組む地域共生社会 - つながりのチカラを生む地域協働 -. 月刊地域医学, 2024;38(12):1265-69

NPO法人三重ナースマネジメント協会

安濃交流会館「あのう温泉」をヘルスケア拠点化し地域資源を再利用

地域活性化

ヘルスケアの拠点

地域資源活用

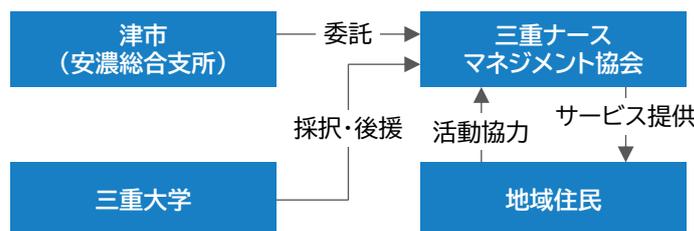


本事例の
ポイント

- 採算性に課題のあった公営温泉施設を、活用可能な地域資源と捉え、ヘルスケア拠点化
- 自組織が持つ専門性や特技を生かすこと、自組織メンバーが楽しんで活動することを重視し、関係機関・住民等とのWin-Winな関係性を構築

基本情報

実施主体者	NPO法人三重ナースマネジメント協会
関係機関	三重県津市安濃総合支所
対象者	地域住民
実施期間	2019年～



● 自治体の健康課題・地理的特徴

- 平成の大合併の流れの中で、2006年に安濃町は津市へ合併され、安濃地区となった。安濃地区(人口10,057人^{※1})では、高齢化率が高いこと、若者の流出や子どもの減少が地域課題となっている。
- 2005年に公営温泉施設である安濃交流会館「あのう温泉」が設置されたが、採算性の悪化により廃止が検討されつつも、住民からの根強い要望により存続していた。

● 本取組の位置づけ

- 2005年の開設から10年以上が経過したこと、採算性に課題があったことから、採算性の確保や施設の再利用・付加価値化を目的として、2018年に津市安濃総合支所は「あのう温泉」施設整備に係る関心表明の募集を民間事業者を対象に実施した^{※2}。
- NPO法人三重ナースマネジメント協会(以下、当協会)は、安濃地区に訪問看護ステーションが不足していることを課題視していたことから、「あのう温泉」を新たなヘルスケアの拠点として有効活用するべく上記関心表明へ応募した。
- ヘルスケアの拠点として当協会の保健師や看護師による健康相談を実施した他、人が集まる楽しい場とするためヨガ教室、マジックショー、多世代参加型の料理教室等の様々なイベントを実施した。

● 取組の概要

企画	当協会における問題意識として、看護師(特に女性)はキャリアを中断するケースが多く、地域の中で細くとも長く中断せずにキャリアを積めるようなやりがいを感じられる環境を作りたいという想いがあった。そこに「あのう温泉」施設整備に係る関心表明の募集がかかり、ちょうどよいフィールドとなりうると考え応募に至った。
実践	あのう温泉では、当協会の保健師や看護師による健康相談を実施した他、ヨガ教室、マジックショー、多世代参加型の料理教室等の様々なイベントを実施した。イベント企画は当協会メンバーにヨガのインストラクターがいる等の得意なこと、好きなことを生かして検討した。各イベントの集客には、あのう温泉の受付を務めるスタッフの協力を得た。
評価	当協会メンバー、あのう温泉スタッフ、ボランティアのそれぞれがやりたいことを追求し、Win-Winの関係で活動することができた。また、新型コロナウイルス感染症の流行により、活動場所をオンラインへ移行する等の変更もあった。

※1:三重県津市人口(男女別)・世帯数 地区別世帯数及び人口 令和7年1月

<https://view.officeapps.live.com/op/view.aspx?src=https%3A%2F%2Fwww.info.city.tsu.mie.jp%2Fwww%2Fcontents%2F1001000000814%2Fsimple%2F507013121.xls&wdOrigin=BROWSELINK> (2025年2月21日閲覧)

※2:「あのう温泉」施設整備に係る関心表明の募集開始 <https://www.info.city.tsu.mie.jp/www/contents/1483577347454/simple/20180903.pdf> (2024年12月23日閲覧)

☑ 取組の成果

- 採算性に課題のあった公営温泉施設を活用可能な地域資源として捉え、施設の再利用・付加価値化を目指すことで地域活性化や当協会メンバーがやりがいを持ち楽しく活動することに貢献した。
- 訪問看護ステーションが不足していた安濃地区において、看護師や保健師が駐留する新たなヘルスケアの拠点を形成することができた。

取組の推進要因・工夫点

当協会メンバーの専門性や特技を生かした、楽しい活動であること

- メンバーのモチベーションこそが当協会の原動力であるため、自組織が持っている専門性や特技を生かすこと、自組織のメンバーが楽しめる活動であることを最優先し、活動を推進した。
- 当協会メンバーの中にヨガのインストラクターがおり、あのを温泉で開催したイベントの一つであるヨガ教室の講師を務めた。

関わる人々すべてにとってWin-Winな活動であること

- 様々な非金銭的メリットを用意・提供することにより、多様なボランティアの方に協力してもらうことができた。
(例:当協会のメンバーが運営するカフェで使用できるクーポン券を提供 等)
- あのを温泉の受付スタッフとも「地元の温泉をより活性化したい」という想いで一致し、集客に協力してもらうことができた。

活動目的の達成だけでなく、当協会にとってのメリットも重視

- これまで当協会の活動拠点は協会代表の自宅だったが、あのを温泉の施設整備を引き受けたことで、コストを抑えながらあのを温泉施設内の一角に当協会の活動拠点を確保することができた。

● 今後の展望

- 本取組は、新型コロナウイルス感染症の影響からオンラインへ移行し、2022年3月末には当協会としての取組を終了した。
- メンバーのモチベーションこそが当協会の原動力であるため、地域ニーズとメンバーの関心双方を尊重しながら、柔軟に多様な取組にチャレンジしていきたい。

施策のキーワード ▶ 特定非営利活動法人(NPO法人)制度^{※3}

- 特定非営利活動促進法は、特定非営利活動を行う団体に法人格を付与すること等により、ボランティア活動をはじめとする市民の自由な社会貢献活動としての特定非営利活動の健全な発展を促進することを目的として、平成10年12月に施行された。
- 特定非営利活動には、「1. 保健、医療又は福祉の増進を図る活動」等計20分野が存在。
- NPO法人は、特定非営利活動に必要な資金や運営費に充てるために、特定非営利活動に支障がない限り、特定非営利活動に係る事業以外の事業(その他の事業)を行うことができる。(この場合、「その他の事業」に関する会計を特定非営利活動に係る会計から区分しなければならない。)

※3:内閣府NPOホームページ <https://www.npo-homepage.go.jp/about/npo-kisochishiki/nposeido-gaiyou> (2025年1月23日閲覧)

NPO法人三重ナースマネジメント協会
理事長・開業保健師プロデューサー
井倉一政

あのう温泉での取組を実施するにあたって、特に気を配ったことは、「地域住民の生活動線と私たちの企画する健康づくり事業が交わるようにする」ことです。これまで新規事業を始める際には、参加者の集客に困ることが多々ありました。健康づくり事業への参加のために、住民の新たな「流れ」を作ることには容易ではないと考えています。今回のあのう温泉での取組は、少しでも集客の手間を減らすために、既に地元住民が利用されている施設で、かつ健康に気をつけたいと考えている人が自動的に集まる「温泉」を活用することにしました。

温泉利用者の人の流れを一時的にせきとめることができれば、事業への参加者が増加する算段です。私たちは、人が既に集まっている場所や既存のイベントを活用することが健康づくり事業への参加者募集の煩わしさを減らせるひと工夫だと考えています。皆さんも、ぜひ今一度、地域で行われているイベントに目を向け、コラボしてみてもはいかがでしょうか。

地域における健康づくり支援体制構築に向けて

取組のヒントと事例

発行者名：厚生労働省

作成者名：株式会社三菱総合研究所

発行年月日：2025年3月