厚生労働省 ひと、くらし、みらいのために Ministry of Health, Labour and Welfare

令和8年11月13日(金)	資料1
令和8年度地域・職域連携推進関係者会議	

わが国の保健行政の動向について

令和８年度地域・職域連携推進関係者会議

厚生労働省健康・生活衛生局健康課

課長　堀岡　信彦

Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

目次

１．健康日本21（第三次）

２．スマート・ライフ・プロジェクト

３．U.E.N.O.Plan

～攻めの予防医療厚生労働省関係施策～　概要

Understand, Exercise, Nourish and Optimize for Better Health

４．攻めの予防医療に向けた性差に由来するヘルスケアに関する副大臣等会議

５．（参考）心のサポーター養成事業

Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

１．健康日本21（第三次）

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

我が国における健康づくり運動

○平均寿命が延びる一方で、高齢化や生活習慣の変化により、疾患構造が変化してきた。国民の健康づくりを社会全体で進めることの重要性が増す中で、健康づくり対策を総合的・計画的に推進するため、累次の国民健康づくり運動を展開してきた。

1978

S53～　第１次国民健康づくり

健康診査の充実、市町村保健センター等の整備、
保健師などのマンパワーの確保

1988

S63～　第２次国民健康づくり　～アクティブ８０ヘルスプラン～

運動習慣の普及に重点をおいた対策
（運動指針の策定、健康増進施設の推進等）

2000

H12～　第３次国民健康づくり

～健康日本21～

一次予防の重視
具体的な目標設定とその評価

2013

H25～　第４次国民健康づくり

～健康日本21（第二次）～

健康寿命の延伸・健康格差の縮小を目標
生活習慣に加え社会環境の改善を目指す

2024

R6～　第５次国民健康づくり

～健康日本21（第三次）～

2035

H15(2003)　**健康増進法の施行**

H19(2007)　**健康日本21中間評価**

H23(2011)　**健康日本21最終評価**
「スマート・ライフ・プロジェクト」開始

H30(2018)　**健康日本21（第二次）中間評価**

R４(2022)　**健康日本21（第二次）最終評価**

健康増進法に基づく基本方針と健康増進計画

健康増進法

第７条　厚生労働大臣は、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針を定めるものとする。

基本方針（国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針：大臣告示）

国民健康づくり運動を進める上での基本方針。「国民健康づくり運動プラン」と呼称。以下の事項について定める。

①国民の健康の増進の推進に関する**基本的な方向**
②国民の健康の増進の**目標**に関する事項
③**都道府県健康増進計画**及び**市町村健康増進計画**の策定に関する基本的な事項
④国民健康・栄養調査その他の健康の増進に関する**調査**及び**研究**に関する基本的な事項
⑤健康増進事業実施者間における**連携**及び**協力**に関する基本的な事項
⑥食生活、運動、休養、飲酒、喫煙、歯の健康の保持その他の生活習慣に関する**正しい知識の普及**に関する事項
⑦その他国民の健康の増進の推進に関する重要事項

都道府県
・基本方針を勘案し、**都道府県健康増進計画**を策定**（義務）**

市町村（特別区含む）
・基本方針・都道府県健康増進計画を勘案し、**市町村健康増進計画**を策定（努力義務）

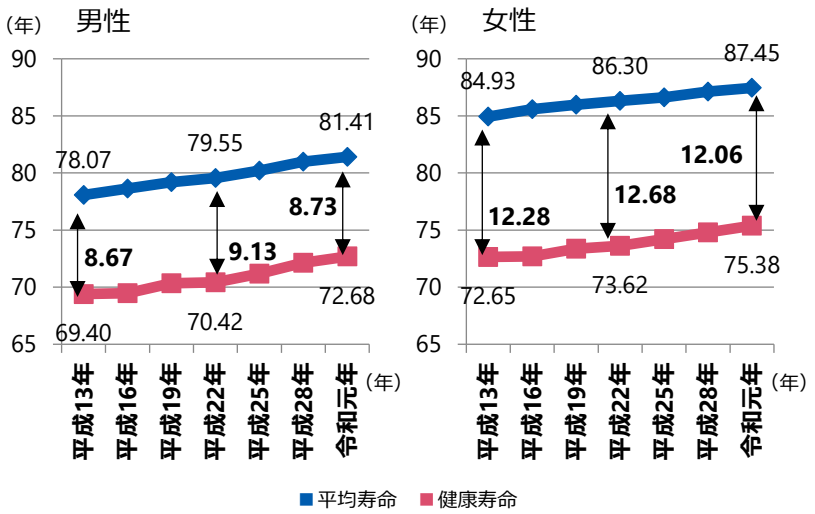
→ 国民健康づくり運動の展開

健康日本21（第二次）の評価と課題

目標の評価

健康日本21（第二次）で設定された目標について、達成状況を厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会において評価

○**健康寿命**は着実に**延伸**しつつある



○悪化した目標項目

- メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少
- 適正体重の子どもの増加
- 睡眠による休養を十分とれていない者の割合の減少
- 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合の減少
  （一日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者）

○一部の指標（特に**生活習慣に関するもの**）は悪化・目標未達

評価	①健康寿命の延伸と健康格差の縮小	②生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底（NCD（非感染性疾患）の予防）	③社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上	④健康を支え、守るための社会環境の整備	⑤栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康に関する生活習慣の改善及び社会環境の改善	全体
A 目標値に達した	1	3	3		1	8
B 現時点で目標値に達していないが、改善傾向にある		3	4	2	11	20
C 変わらない	1	4	3	1	5	14
D 悪化している		1	1		2	4
E 評価困難※		1	1	2	3	7
合計	2	12	12	5	22	53

※新型コロナにより、保健所による調査ができず、直近のデータがない等

検討すべき課題

- 自治体が健康づくり施策を効果的に進めるための方策
- データを利活用してより効果的に住民の行動変容を促すための方策
- 社会環境整備等を通じ、健康に関心が薄い者を含めた健康づくり施策を更に進めていくための方策
- 性差や年齢等も加味した健康づくりの方策
- 新型コロナなど新興感染症の感染拡大による生活習慣の変化等を踏まえた健康づくり　など

健康日本21（第三次）の全体像

○　人生100年時代を迎え、社会が多様化する中で、各人の健康課題も多様化しており、**「誰一人取り残さない健康づくり」**を推進する。また、健康寿命は着実に延伸してきたが、一部の指標が悪化しているなど、さらに生活習慣の改善を含め、個人の行動と健康状態の改善を促す必要がある。このため、**「より実効性をもつ取組の推進」**に重点を置く。

ビジョン　**全ての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**

誰一人取り残さない健康づくり（Inclusion）

集団や個人の特性を踏まえた健康づくり
性差や年齢、ライフコースを加味した取組の推進

健康に関心が薄い者を含む幅広い世代へのアプローチ
自然に健康になれる環境づくりの構築

多様な主体による健康づくり
産官学を含めた様々な担い手の有機的な連携を促進

基本的な方向

ビジョン実現のため、以下の基本的な方向で国民健康づくり運動を進める

健康寿命の延伸と健康格差の縮小

- **個人の行動と健康状態の改善**
- **社会環境の質の向上**
- **ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり**

より実効性をもつ取組（Implementation）

目標の設定・評価
エビデンスを踏まえた目標設定、中間評価・最終評価の精緻化

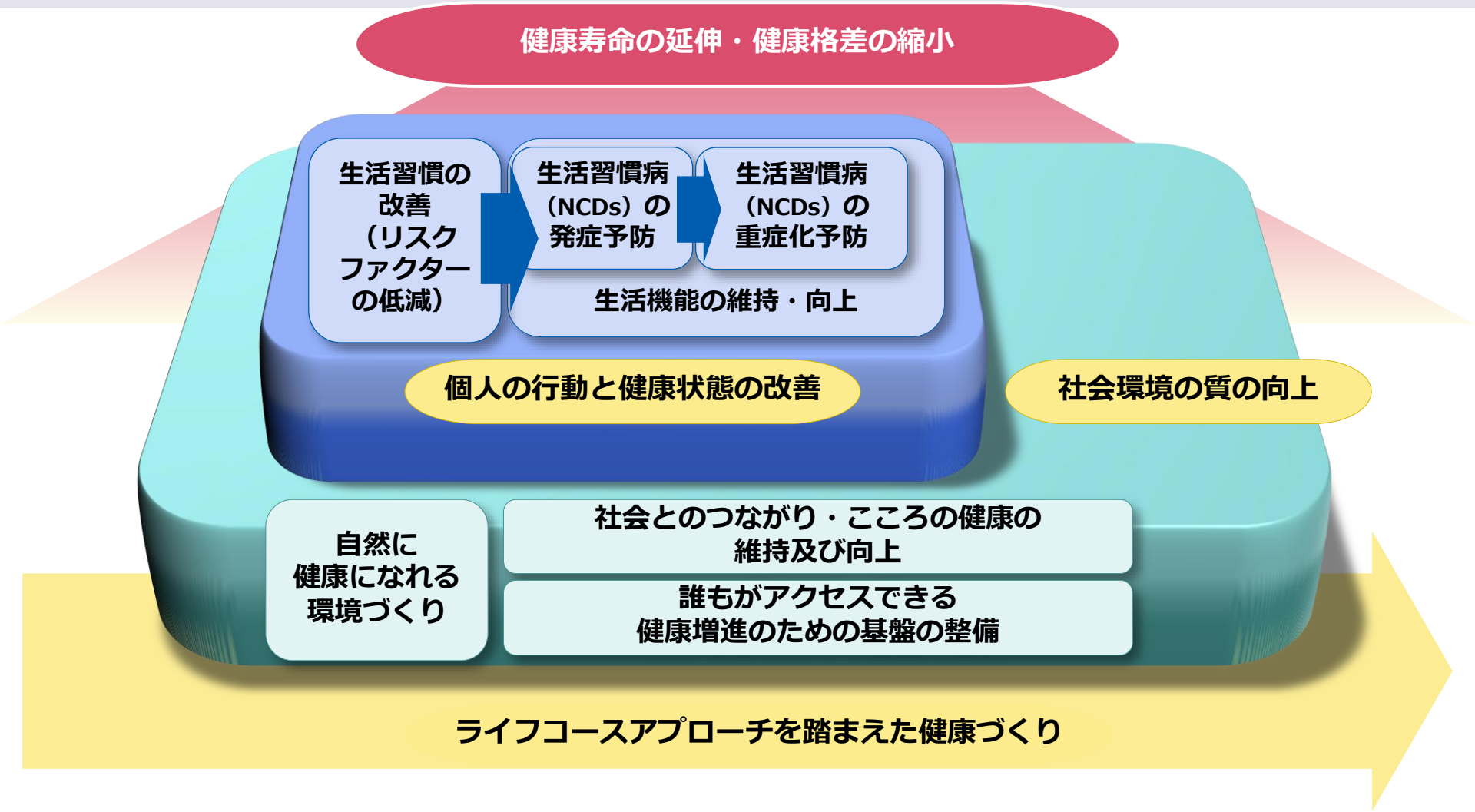
アクションプランの提示
自治体の取組の参考となる具体的な方策を提示

ICTの利活用
ウェアラブル端末やアプリなどテクノロジーを活用

※期間は、令和６～17年度の12年間の予定。

健康日本21（第三次）の概念図

全ての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のために、以下に示す方向性で健康づくりを進める



主な目標

○　基本的な方向に沿って、目標を設定。健康（特に健康寿命の延伸や生活習慣病の予防）に関する**科学的なエビデンスに基づく**こと、継続性や事後的な実態把握などを加味し、データソースは**公的統計を利用する**ことを原則。目標値は、直近のトレンドや科学的なエビデンス等も加味しつつ、原則として、健康日本21（第二次）で未達のものは同じ目標値、**目標を達成したものはさらに高い目標値**を設定。（全部で51項目）

	目標	指標	第二次最終値（令和元年）	現状値（令和６年）	新目標値（令和14年度）
	健康寿命の延伸と健康格差の縮小				
	健康寿命の延伸	日常生活に制限のない期間の平均	男性72.68年 女性75.38年	男性72.57年 女性75.45年 （令和４年度）	平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加
	個人の行動と健康状態の改善				
	適正体重を維持している者の増加（肥満、若年女性のやせ、低栄養傾向の高齢者の減少）	ＢＭＩ18.5以上25未満（65歳以上はＢＭＩ20を超え25未満）の者の割合	60.3%	62.2%	66%
	児童・生徒における肥満傾向児の減少	児童・生徒における肥満傾向児の割合	9.57%	10.96%	減少
	運動習慣者の増加	運動習慣者の割合	28.7%	31.3%	40%
新	睡眠時間が十分に確保できている者の増加	睡眠時間が６～９時間（60歳以上については、６～８時間）の者の割合	54.5%	56.9%	60%
	生活習慣病（ＮＣＤｓ）のリスクを高める量を飲酒している者の減少	１日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者の割合	11.8%	11.4%	10%
	喫煙率の減少（喫煙をやめたい者がやめる）	20歳以上の者の喫煙率	16.7%	14.8%	12%
	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の人数	1,516万人	1,606万人 （令和５年度）	1,100万人 （令和11年度）
	糖尿病有病者の増加の抑制	糖尿病有病者数（糖尿病が強く疑われる者）の推計値	1,150万人（参考値）	1,100万人	1,350万人
新	COPD（慢性閉塞性肺疾患）の死亡率の減少	COPDの死亡率（人口10万人当たり）	-	13.8	10.0
	社会環境の質の向上				
新	健康経営の推進	保険者とともに健康経営に取り組む企業数	-	12万0,743社	15万社
	ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり（女性の健康関係）				
	若年女性のやせの減少	ＢＭＩ18.5未満の20歳～30歳代女性の割合	18.1 %	16.6%	15%
	生活習慣病（ＮＣＤｓ）のリスクを高める量を飲酒している女性の減少	１日当たりの純アルコール摂取量が20g以上の女性の割合	9.1%	9.3%	6.4%
新	骨粗鬆症検診受診率の向上	骨粗鬆症検診受診率	-	5.9%	15%

Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

２．スマート・ライフ・プロジェクト

Smart Life Projectで
健康寿命をのばしましょう。

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

スマート・ライフ・プロジェクト
～国民や企業への健康づくりに関する新たなアプローチ～

健康寿命をのばそう!
Smart Life Project

○背景：高齢化の進展及び疾病構造の変化を踏まえ、特定健診等により生活習慣病等を始めとした疾病を予防・早期に発見することで、国民の健康寿命の延伸と健康格差の縮小を図り、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現することが重要である。

○目標：「適度な運動」「適切な食生活」「禁煙」「健診・検診の受診」「良質な睡眠」「女性の健康」をテーマに、健康づくりに取り組む企業・団体・自治体を支援する「スマート・ライフ・プロジェクト」を推進。個人や企業の「健康意識」及び「動機付け」の醸成・向上を図り、社会全体としての国民運動へ発展させる。


<健康寿命をのばそう！アワードトロフィー>


<『睡眠応援大使』に就任したナイトキャップをかぶったピカチュウとカビゴン>

厚生労働省 ひと、くらし、みらいのために Ministry of Health, Labour and Welfare

スマート・ライフ・プロジェクト公式サイト
※健康日本21アクション支援システム
～健康づくりサポートネット～

○企業・団体・自治体への参画の呼びかけ
○社員・住民の健康づくりのためのリーフレットやポスターの提供
○大臣表彰「健康寿命をのばそう！アワード」
○「健康寿命をのばそう！サロン」による参画団体の交流と好事例の横展開



企業・団体 自治体

・メディア
・外食産業





・フィットネスクラブ
・食品会社
等





社員・住民の健康づくり、禁煙や受動喫煙防止の呼びかけ、検診・健診促進のためのポスター等による啓発
→ 社員・住民の健康意識の向上・促進

社内啓発や消費者への啓発活動に利用するロゴマークの使用（パンフレットやホームページなど）
→ 企業等の社会貢献と広報効果



社会全体としての国民運動へ



令和7年度　第14回 健康寿命をのばそう！アワード《生活習慣病予防分野》

《生活習慣病予防分野》では、従業員や職員、住民に対して、生活習慣病予防の啓発、健康増進のための優れた取組をしている企業・団体・自治体を表彰（厚生労働大臣賞、スポーツ庁長官賞、厚生労働省局長賞）

令和7年度の第14回では、103件（企業55件、団体27件、自治体21件）の応募を受け、有識者による評価委員会で審査・選出された取組事例から決定

厚生労働大臣 最優秀賞

西会津町
さすけねぇ輪で変える！高齢化率50%の町 健康共創プロジェクト



厚生労働大臣 優秀賞

〈企業部門〉　大分県信用組合
〈団体部門〉　医療法人社団 健裕会 中谷病院
〈自治体部門〉雲南市

スポーツ庁長官 優秀賞

〈企業部門〉　グローバルシステムズ株式会社
〈団体部門〉　公益財団法人日本ゴルフ協会
〈自治体部門〉山形県上山市

厚生労働省健康・生活衛生局長　優良賞

〈企業部門〉　東京都チャレンジドプラスTOPPAN 株式会社、旭化成ホームズ株式会社 シニア事業本部、株式会社　高舘組、株式会社WONDER未来図、オムロン ヘルスケア株式会社
〈団体部門〉　全国土木建築国民健康保険組合、ヤマトグループ／ヤマトグループ健康保険組合、ReFF　福井大学研究ファーム・大西ファーム
全国健康保険協会沖縄支部
〈自治体部門〉福井県坂井市、高松市、横須賀市民生局健康部健康増進課、坂出市

健康寿命をのばそう！アワード　受賞取組（１）西会津町

厚生労働大臣 最優秀賞

さすけねぇ輪で変える！高齢化率50%の町 健康共創プロジェクト

受賞者　西会津町（福島県）

取組アクション

●住民主体のまちづくり。2040年の日本における健康づくりの可能性を実証

背景・概要

西会津町は、人口約5,300人の豪雪地帯であり、冬の運動不足や塩蔵品中心の食文化により脳血管疾患が多かった。現在、高齢化率50%を超え、単なる病気の予防ではなく、心身の健康増進が持続可能なまちづくりにつながるという広い視点で健康づくりに取組む必要がある。そこで、鎌田實医師に指導を依頼し、次の4つを目的として住民主体の新たな健康づくりをスタートした。
①住民が主体的に健康づくりを進める運動の展開　②健康寿命の延伸　③食生活・運動・社会参加・ソーシャルキャピタルの強化など包括的な取組み　④健康づくりの過程を住民とともに探求し、専門職のスキル向上にもつなげる
取組みのプロセスを重視し、「住民と共に計画を創る（co-Plan）」「共に実行する（co-Do）」「体験を振り返り想いを共感する（Compassion）」「楽しく試みる（Attempt）」という、独自のPDCAサイクルで住民とともに健康づくりを進めている。

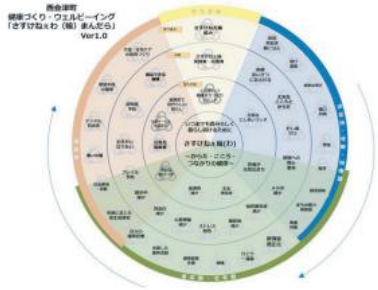
取組内容

住民と行政専門職が、体感と空間を使って創造性のある対話形式でワークショップを重ね、住民とともに「からだ・こころ・つながりの健康づくり」という基本方針を共創。さらに「さすけねぇ輪」の合言葉で自分たちの活動を実行（「さすけねぇ」は大丈夫という意味の方言）。「さすけねぇ輪」の意味を広め、実践を促すため、好事例をケーブルテレビや広報誌で紹介。
町内各集落に出向き、その地域の健康課題について解決策などを住民同士が対話する健康座談会を実施。自ら取組む望ましい食生活・運動・社会参加を促し、ソーシャルキャピタルを醸成。
どの企画も「住民とともに計画・実行、振り返り、楽しく試みる」という場づくりを重視する実践を重ね、専門職のスキルアップを図る。
これらを「さすけねぇ輪まんだら」というロジックモデルを作成し、KPIを設定し、評価している。



健康増進計画策定委員会（オモシロ座談会）







健康増進計画策定委員と共に創った
さすけねぇ輪のロゴマーク



さすけねぇ輪アンバサダーの方々



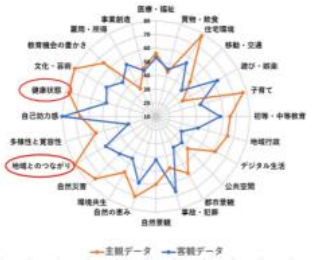
子どもも食生活改善推進員も一緒にさすけねぇ輪ポーズ

成果

●「さすけねぇ輪」の拡がり　R6.9月　認知度 81%、理解度 55%
●健康づくりを共に推進する人や組織の数　さすけねぇ輪アンバサダー・応援隊 332名、さすけねぇ輪食育応援団 45店舗
●平均自立期間（要介護2まで）　男性　R1年度 77.4歳⇒R6年度 79.5歳（+2.1歳）、女性　R1年度82.4歳⇒R6年度 85.2歳（+2.8歳）
●西会津町のWell-being指標（R6年度調査）の主観的データ　＊全国平均50
「健康状態」77.3　「地域とのつながり」80.0



図1：男性：平均自立期間（要介護2まで）
図2：女性：平均自立期間（要介護2まで）



受賞者の声

①取組のきっかけ
高齢化の進行で、生活習慣病や介護予防への対応による改善は限界に近づきつつあることから、住民主体の新たな健康づくりをスタートした。

②取り組む中で苦労したこと、大変だったこと
時間をかけたプロセスや、目の前の道のりが正解かどうか、「からだ・こころ・つながりの健康」のコンセプトが生み出されるまで不安だった。

③ ②をどう乗り越えたのか
まず専門職が意識を変え、プロセスを重視し、住民と楽しみながら共創できる場の設定などを学びながら、時間をかけて実行してきた。

④今後の展望
すべての住民がいきいきと自分らしく、健康で幸せを感じられる町をめざし、住民とともに「さすけねぇ輪」の健康づくりを広げていく。

評価委員による講評：辻 一郎

西会津町は、「からだ」と「こころ」の健康に加えて「つながり」の健康を重視しています。行政と町民が各地域の健康課題と解決策を話し合う過程で、町民が主体的に健康づくりに取組むようになり、それが社会参加やソーシャルキャピタルの強化につながりました。「さすけねぇ（大丈夫！）」の輪を合言葉にして、町民体操（音頭）やロジックモデル（まんだら）でも活用されるなど、健康づくりの理念が生活の場で浸透しました。その結果、減塩や孤立防止が進み、健康寿命も大幅に伸びました。同町は、人口5千人余で高齢化率が50%を超えています。この取組は、住民と行政が手を取り合って活動することの有効性を実証したものであり、小規模自治体の今後のあり方を前向きに示してくれたと言えるでしょう。

アワード受賞例（２）～大分信用組合の取り組み～



厚生労働大臣 優秀賞 企業部門

地方創生の観点から、金融を通じた大分県民の健康寿命延伸

受賞者 大分県信用組合（大分県大分市）

取組アクション

●スローガンは「地方創生は県民の健康から！」

背景・概要

大分県の人口減少と過疎化は急速に進んでおり、経済縮小が懸念されている。当組合は地方創生の観点から、金融を通じて大分県民の健康寿命延伸を応援し、自治体や大学など知見を有する団体と連携した活動を行った。
大分県は平均寿命と健康寿命の差が、男性で10.21年（全国ワースト1位）、女性で13.72年（全国ワースト4位）と長く（平成22年）、健康寿命を延伸して、平均寿命との差を縮めることが喫緊の課題であった。当組合は大分県が各種施策に取組むことに、「健康寿命日本一おうえん企業（大分県が募集する）」第1号登録企業として、また地域の協同組織金融機関の使命として協力した。

取組内容

①国保特定健診について国が定める60%に満たない、40%前後の県民の同受診率向上を図るため、特定健診の受診者などへ金利優遇する定期預金（以下「健康定期」という。）を各自治体と共同開発した。なお、商品性やネーミングは自治体ごとに異なっている。
②上記健康定期でお預かりした資金を「融資ファンド」（「健康寿命日本一おうえん融資ファンド」「受動喫煙防止対策融資ファンド」および「けんしんメディカル融資ファンド」）として、大分県民の健康寿命延伸に貢献できる事業へ低利で融資し、「健康」をキーワードとした資金循環の仕組みを創造した。
③自治体や県内で唯一医学部を有する国立大学法人大分大学等と協力して県内各地で「健康セミナー」を開催し、健康にかかる啓発と健康診査受診を促した。
④令和７年４月にリニューアルした大分県が運営する公式健康アプリ「あるとっく」のダウンロード支援と運動習慣の動機づけとなる優遇定期預金「健康寿命日本一おうえん定期預金“あるとっく”」を開発し、ダウンロード支援とあわせて、同商品を提案している

成 果

①令和元年調査（令和３年公表）では、大分県の健康寿命の全国順位は男性1位、女性４位となり大幅に躍進した。
②上記優遇商品などの販売が貢献し、平成２６年度から令和５年度の預金ならびに貸出金の１０年間の伸び率は県内に本店を構える金融機関の中でいずれもトップとなった。

【意義】
①自治体、大学や医療機関などの専門的な知見を活用することで、金融機関単体で不可能な取組みが実施できた。
②金融機関として自治体、大学、医療機関、中小企業や住民（県民）をつなぐハブとなることができた。

受賞者の声

①取組のきっかけ
大分県が目指す「健康寿命日本一」の実現を支援するため、地方創生の取組みとして、金融を通じた活動を支援することとした。

②取り組む中で苦労したこと、大変だったこと
当組合の職員は金融のプロであるが、医療や保健に関する知識が不十分であり、また金融と健康の連携のイメージが掴みづらかった。

③ ②をどう乗り越えたのか
行政や大学などの知見を活用するとともに、当組合の健康をテーマとしたビジネスモデルのスキーム図などを活用し職員教育を継続した。

④今後の展望
大分県が運営する公式健康アプリ「あるとっく」のダウンロード支援など、金融を通じた大分県民の健康寿命延伸活動を支援する。

評価委員による講評：連下 一代

健康寿命延伸を目標に掲げてもなかなか住民の行動変容につながらない、これは自治体に共通する悩みではないでしょうか。本取組は、「地方創生は県民の健康から！」のスローガンのもと、信用組合が住民に身近な金融の立場から、県内全市町村の健康寿命延伸策をサポートし成果をあげたものです。健診受診率向上策としての「健康定期」は７万件以上の契約を集め、そこから得た資金を自治体と連携した運動啓発やセミナーで還元。「お金が回って、健康寿命を延伸する」構図になっています。融資ファンドの対象や使途を市町村別に設定するなど、地域ニーズをしっかりととらえた取り組みも光ります。大分県のこれまでの地道な健康寿命推進活動が、地元企業の“本気”につながった、素晴らしい事例だと思います。

【背景・概要】

大分県は平均寿命と健康寿命の差が、男性で10.21年（全国ワースト１位）、女性で13.72年（全国ワースト４位）と長く（平成22年）、健康寿命を延伸して、平均寿命との差を縮めることが喫緊の課題であった。当組合は大分県が各種施策に取組むことに、「健康寿命日本一おうえん企業」第１号登録企業として、また地域の協同組織金融機関の使命として協力した。

【方法】

①国保特定健診について国が定める60%に満たない、40%前後の県民の同受診率向上を図るため、特定健診の受診者などへ金利優遇する定期預金（以下「健康定期」という。）を各自治体と共同開発した。

②上記健康定期でお預かりした資金を「融資ファンド」（「健康寿命日本一おうえん融資ファンド」「受動喫煙防止対策融資ファンド」および「けんしんメディカル融資ファンド」）として、大分県民の健康寿命延伸に貢献できる事業へ低利で融資し、「健康」をキーワードとした資金循環の仕組みを創造した。

③自治体や県内で唯一医学部を有する国立大学法人大分大学等と協力して県内各地で「健康セミナー」を開催し、健康にかかる啓発と健康診査受診を促した。

④令和７年４月にリニューアルした大分県が運営する公式健康アプリ「あるとっく」のダウンロード支援と運動習慣の動機づけとなる優遇定期預金「健康寿命日本一おうえん定期預金“あるとっく”」を開発し、ダウンロード支援とあわせて、同商品を提案している

【成果】

①令和元年調査（令和３年公表）では、大分県の健康寿命の全国順位は男性１位、女性４位となり大幅に躍進した。

②上記優遇商品などの販売が貢献し、平成２６年度から令和５年度の預金ならびに貸出金の１０年間の伸び率は県内に本店を構える金融機関の中でいずれもトップとなった。

受賞取組（３）～株式会社 高舘組の取り組み～



【背景・概要】

当社には10歳代から70歳代までの幅広い世代の社員が所属しており、定年まで働く人が多い。年齢層が広いため、定期健診において中高年層では高脂血症や高血圧の所見が多く、若年層でも加体重や高脂血症の傾向がみられる。これら生活習慣リスクの広がりを受け定年後も健康寿命が続くよう、9年前に健康推進プロジェクトチームを発足。「あたりまえをやれることからやってみる」を活動指針に、生活習慣改善に取り組んでいる。会社幹部との連携で、病気の予防だけでなく、ワークライフバランス＋自分時間の充実も提唱している。

【方法・成果】

健康推進プロジェクトチームが「あたりまえ」をやれることからやってみるをベースに仕組み作りをする。

①「あ」歩く（ｳｫｰｷﾝｸﾞ大会、ｱｸﾃｨﾌﾞｽﾃｯﾌﾟin高舘組）

⇒社屋の階段に一段一段カロリー消費量を表示することにより、階段利用を促し、日々の運動力アップを意識付け)。アプリを利用したウォーキング大会の実施

②「た」食べる（ﾊﾞﾗﾝｽの良い食生活の啓発、地元企業のﾊﾞﾗﾝｽ弁当食事券の配布）

⇒秋の食を考えよう企画(ﾊﾞﾗﾝｽ弁当食券を配布。「食事バランスについて考える良いきっかけになった」89%と回答

③「り」良質な睡眠（睡眠講座、心のリラクセーション講座）

⇒睡眠講座(上級睡眠健康指導士の先生より、快眠法を見つけ生活の質を上げるポイントを学ぶ）心のリラクセーション講座(良い睡眠を得るための呼吸法、気分転換のスクワットの方法を学ぶ)

④「ま」毎日歯みがき（歯みがき講座、歯科健診代補助、噛む力チェック）

⇒歯みがき講座(2025年5月に協力会社との安全大会で、歯みがき講座を開催。71社が参加)。歯科健診代補助(1人1000円補助。歯科健診受診率アップに繋がった。受診率 2023.12月 34%
⇒2025.5月 51%)

⑤「え」笑顔で働ける職場環境づくり（こころの健康、社内スポーツ大会、女性が働きやすい職場づくり、ＤＸ化推進による時間の効率化）

⇒スポーツイベントの定期開催(参加率 81.6% 2024年実績)。体力測定(ベテラン・中堅社員を対象に転倒等リスクチェック実施）。健康チャレンジ(個人の健康目標を社屋のエントランスに掲示することにより健康意識向上に繋げた)女性が働きやすい職場づくり（プレコンセプションケア講座。骨密度検査の実施。「生理休暇」⇒「健康休暇」に変更。現場事務所に洗面台付きの女性専用トイレを設置)。卒煙キャンペーン(2022年 卒煙チャレンジ4名全員が禁煙に成功。喫煙率 2021年 24.2%⇒2024年⇒17.4%　等

受賞取組（４）～東京都チャレンジドプラスTOPPAN株式会社の取り組み～

第14回 健康寿命をのばそう! AWARD 優良賞

厚生労働省 健康・生活衛生局長 優良賞 企業部門

多くの障がい者が、健康な身体を維持・向上させ、ワーク＆ライフバランスを充実させる

受賞者 東京都チャレンジドプラス TOPPAN株式会社（東京都板橋区）

取組アクション

●様々な障がいを有する社員が高齢になっても健康であるために

【取り組み1】

背景・概要

当社はTOPPAN株式会社の特例子会社（障がい者を雇用する企業）で全従業員200名のうち、150名が障がい者です。障がい者の構成は身体障がい者、精神障がい者、知的障がい者がそれぞれ概ね1/3となっています。身体障がい者の多くは1993年当社創業当時に入社した社員も多く、高齢化が進んでいます。高齢化に伴う障がい進行を抑制し健康な身体で就労期間をいかに長くしワーク&ライフバランスを確保するかが、大きな課題となっていました。

取組内容

2023年に社内にヘルスアップルームを開設し、関節の可動域を拡げることに効果のある健康管理器具を設置しました。併せて、外部専門機関から講師を招き、半期に1回の頻度で、一人ひとりの身体に適した健康管理器具の使い方やストレッチ体操などをパーソナルサポート（30分/人）と称して定時間中に個人レッスンを行っています。（写真①）

成 果

2024年10月に実施したパーソナルサポートには37名が参加し、実施前の総愁訴数（痛いと訴えている部位）が155個でしたが、実施後は99個（約▲36%）に減少しました。これを一人当たりの愁訴数に換算すると、4.2個→1.7個の減少になります。

【取り組み2】

背景・概要

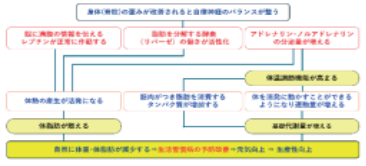
2023年以降、パーソナルサポートを計4回続けてくる中で、車椅子ユーザー（15名）に対して、よりパーソナルサポートの効果を高めたい。また、パーソナルサポートに参加されていない社員についても、身体の歪みを矯正し、コンディションを高めることにより体を動かしてみたいと感じてもらい（写真②）、運動の実践につなげ、生活習慣病の予防にもつなげたいとの考え方に至りました。

取組内容

身体（脊柱）の歪みを矯正する器具を2025年6月に社内に設置し、利用を希望する約50名に対して適切な使用方法を教えるパーソナルサポート（脊柱版）を実施したところです。1回約30分の利用が必要となる器具ですが、定時間中の利用も可とし、7月22日から社員に開放したところです。

成 果

効果測定はこれからですが、下記の効果を想定しています。



写真①



写真②



評価委員による講評：津下 一代

障がい者の週1回以上のスポーツ実施率は32.8%（2024年度スポーツ庁）、障がいのない者の56.4%と比べて低い状況です。運動不足は生活習慣病のリスクを高めることにつながります。本事業場では、健保ヘルスケアレポートの情報から、肥満、糖尿病等の年齢調整有所見率が高いことに衝撃を受けて、運動に焦点を当てた取組を実施、就労者の行動変容を引き起こすことに成功しました。職場にトレーニング機器を設置することや就業時間内に使用可能とすることにより運動実施率が高まるというエビデンスに基づいた戦略といえるでしょう。健康日本21（第三次）では「誰一人取り残さない健康づくり」を掲げています。障がい者を多数雇用する企業からアワードへの申請は初めてであり、今後の横展開が期待されます。

【背景・概要】

○当社はTOPPAN株式会社の特例子会社（障がい者を雇用する企業）で全従業員200名のうち、150名が障がい者です。障がい者の構成は身体障がい者、精神障がい者、知的障がい者がそれぞれ概ね1/3となっています。身体障がい者の多くは1993年当社創業当時に入社した社員も多く、高齢化が進んでいます。高齢化に伴う障がい進行を抑制し健康な身体で就労期間をいかに長くしワーク＆ライフバランスを確保するかが、大きな課題となっていました。

○2023年以降、パーソナルサポートを計4回続けてくる中で、車椅子ユーザー（15名）に対して、よりパーソナルサポートの効果を高めたい。また、パーソナルサポートに参加されていない社員についても、身体の歪みを矯正し、コンディションを高めることにより体を動かしてみたいと感じてもらい、運動の実践につなげ、生活習慣病の予防にもつなげたいとの考え方に至りました。

【方法】

○2023年に社内にヘルスアップルームを開設し、関節の可動域を拡げることに効果のある健康管理器具を設置しました。併せて、外部専門機関から講師を招き、半期に１回の頻度で、一人ひとりの身体に適した健康管理器具の使い方やストレッチ体操などをパーソナルサポート（30分/人）と称して定時間中に個人レッスンを行っています。

○身体（脊柱）の歪みを矯正する器具を2025年6月に社内に設置し、利用を希望する約50名に対して適切な使用方法を教えるパーソナルサポート（脊柱版）を実施したところです。1回約30分の利用が必要となる器具ですが、定時間中の利用も可とし、7月22日から社員に開放したところです。

【成果】

○2024年10月に実施したパーソナルサポートには37名が参加し、実施前の総愁訴数（痛いと訴えている部位）が155個でしたが、実施後は99個（約▲36%）に減少しました。これを一人当たりの愁訴数に換算すると、4.2個→1.7個の減少になります。　等

受賞取組（５）～オムロンヘルスケア株式会社の取り組み～



厚生労働省 健康・生活衛生局長 優良賞 企業部門

社員の喫煙ゼロ・社会課題である受動喫煙のない社会を目指した取り組み

受賞者 オムロン ヘルスケア株式会社（京都府向日市）

取組アクション

●社員の喫煙ゼロと、社会課題である受動喫煙のない社会を目指した取り組み

背景・概要

オムロン ヘルスケア株式会社は、「脳・心血管疾患ゼロ（ゼロイベント）」を循環器事業のビジョンとして掲げています。このビジョン実現に向けて、まず社員から脳・心血管疾患の原因となる喫煙をなくすことを目指しています。さらに、地域の子供達への出前授業などを通じて、誰もが望まない喫煙のない社会、喫煙や高血圧で苦しむ人のいない社会の実現を目指しています。

取組内容

毎年度の目標と計画を策定し、経営トップ・健康経営推進グループ・医療職・衛生管理者・禁煙推進担当者が連携して、全社一丸となって活動を推進しています。

①禁煙しやすい環境づくり
●2008年～営業所屋内喫煙所を廃止●2017年～禁煙時間を導入●2018年～敷地内喫煙所を完全廃止
●2019年4月～休憩時間を含む就業時間内を全面禁煙●2019年10月～就業時間内禁煙を就業規則に明文化
●2021年～新規採用者を非喫煙者に限定●2023年　禁煙成功者から喫煙者への応援メッセージを社内サイネージで掲載
②啓発・教育活動
産業医による講話・セミナーの実施／小学校での血圧と喫煙に関する出前授業の実施
③禁煙支援・治療サポート
医療職による個別サポート／禁煙治療費用の補助／禁煙成功手当の支給／チーム制卒煙チャレンジ企画の実施／卒煙達成者への表彰制度

成果

当社は2008年から段階的に禁煙推進活動を行い、2019年度までに敷地内・就業時間内の全面禁煙を実現しました。環境整備、啓発教育、トップメッセージを継続的に実施した結果、社員の禁煙意識は年々向上しています。特に2019年から実施した「チーム制卒煙チャレンジ」により、2024年までの5年間で13名が禁煙に成功しました。これらの取組により、喫煙率は2017年度の17.9%から2024年度には5.2%へと大幅に低下しました。
禁煙施策は短期的な成果を求めるのではなく、会社全体で卒煙を支援・応援する風土を醸成し、継続的に働きかけることが重要です。こうした取組は「会社が従業員の健康を支えている」という明確なメッセージとなり、従業員とその家族、さらには地域社会の健康づくりにも寄与しています。今後も、将来的な喫煙率低下につながる地域での健康教育とあわせ、長期的視点で禁煙推進を継続していきます。

5月31日　世界禁煙デー　社長メッセージ

「Going for ZERO　予防医療で世界を健康に」
の実現に向けて、まず私たち自身が健康でいることが大切です。

OHQの喫煙率は減少傾向ですが、
まだ「喫煙ゼロ」は実現できていません。
卒煙は、自身だけでなく大切な家族や周りの人の健康も守ります。
この日を契機に卒煙に向けた行動を起こしましょう。

これから卒煙を目指す皆さんを応援します！！　代表取締役社長　岡田 歩

喫煙率実績と目標

評価委員による講評：中村 正和

健康経営の中で、経営トップも巻き込んで全社一丸となって包括的な喫煙対策に取り組み、喫煙率の大幅な減少などの成果をあげている。特に評価できる点は、①経営トップ、健康経営推進グループ、産業保健関係者などが連携して着実に喫煙対策を推進している点、②受動喫煙の防止に加えて、喫煙者の禁煙試行率と禁煙成功率の増加と喫煙再開率の減少につながることが期待される社内環境整備（具体的には敷地内・就業時間内の全面禁煙の実施など）、③チームアプローチやインセンティブを活用した効果的な禁煙支援の実施、④小学校への出前授業といった地域への働きかけ、をあげることができる。今後の事業の発展を期待したい。

【背景・概要】

オムロンヘルスケア株式会社は、「脳・心血管疾患ゼロ（ゼロイベント）」を循環器事業のビジョンとして掲げています。このビジョン実現に向けて、まず社員から脳・心血管疾患の原因となる喫煙をなくすことを目指しています。さらに、地域の子供達への出前授業などを通じて、誰もが望まない喫煙のない社会、喫煙や高血圧で苦しむ人のいない社会の実現を目指しています。

【具体的な取り組み方法】

毎年度の目標と計画を策定し、経営トップ・健康経営推進グループ・医療職・衛生管理者・禁煙推進担当者が連携して、全社一丸となって活動を推進しています。

1. 禁煙しやすい環境づくり

2008年～営業所屋内喫煙所を廃止

2017年～禁煙時間を導入

2018年～敷地内喫煙所を完全廃止

2019年4月～休憩時間を含む就業時間内を全面禁煙

2019年10月～就業時間内禁煙を就業規則に明文化

2021年～新規採用者を非喫煙者に限定

2023年～禁煙成功者から喫煙者への応援メッセージを社内サイネージで掲載

2. 啓発・教育活動

産業医による講話・セミナーの実施／小学校での血圧と喫煙に関する出前授業の実施

3. 禁煙支援・治療サポート

医療職による個別サポート／禁煙治療費用の補助／禁煙成功手当の支給／チーム制卒煙チャレンジ企画の実施／卒煙達成者への表彰制度

【成果】

2008年から段階的に禁煙推進活動を開始し、2019年度までに敷地内・就業時間内を全面禁煙とする環境を整備しました。毎年計画的な環境整備、啓発教育活動、トップメッセージの発信により、社員の禁煙意識が年々向上しています。

特に2019年から独自の取り組みである「チーム制卒煙チャレンジ」を中心に活動した結果、2024年までの5年間で合計13人が禁煙に成功しました。これらの施策により、喫煙率は2017年度の17.9%から2024年度には5.2%まで大幅に低下しました。

Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

3．U.E.N.O.Plan

～攻めの予防医療厚生労働省関係施策～　概要

Understand, Exercise, Nourish and Optimize for Better Health

ひと、くらし、みらいのために

厚生労働省

Ministry of Health, Labour and Welfare

U.E.N.O.Plan～攻めの予防医療厚生労働省関係施策～　概要
: Understand, Exercise, Nourish and Optimize for Better Health

- 「**がん、循環器病をはじめとした生活習慣病**」は、死因の約５割、一般医療費の約３割を占めており、「**栄養・食生活**」も含めた対策が必要。他方で、健康寿命が延伸し、死因に占める老衰の割合の増加に伴い、人生100年時代をよりよく生きるために「**認知症対策**」や「**リハビリテーションの推進**」も重要である。また、全身の健康にもつながる「**歯と口腔の健康**」や就労やキャリア形成に影響を与える「**更年期症状**」など女性の健康課題への対策も求められている。
- **健康寿命の更なる延伸**に向けて、国民一人ひとりが自身の健康を「自分ごと」として捉え、主体的に健康づくりに取り組むことができるよう、**健康リテラシーの向上**を図るとともに、行政や保険者等による**能動的な介入**を強化し、実効的な**行動変容**を促進する**「攻め」の取組を具体化**するため、**６つの領域を重点領域として位置づける**。これらの取組により就労や地域活動への参画が促進され、**社会保障を支える基盤の維持・強化**につなげていく。

歯科保健　いわゆる国民皆歯科健診の具体化

<歯周病で治療を受けている患者数>　1,135万4,000人（男性445万4,000人、女性689万9,000人）

- **希望する国民が毎年、歯科健診を受けられるよう、自治体・医療保険者の双方で、簡易検査ツールを活用した方法を「簡易歯科健診」として位置づけ、制度化**
  - 自治体：歯周病検診を5歳ごとに拡大するとともに、節目年齢に関わらず、未受診者等に対して簡易歯科健診等を実施する自治体を支援
  - 職域：簡易歯科健診を推進する観点から、予防の取組実績に応じて医療保険者の負担金を加算・減算する制度に簡易歯科健診を追加

（その他）
- ✓ 情報発信・普及啓発
- ✓ 受診勧奨・歯科保健指導等のマニュアル
- ✓ 職場における歯科医療機関への受診勧奨の強化（大臣指針の改正）
- ✓ 後期高齢者の歯科健診

栄養・食生活　生活習慣病等の疾病リスク低減のための わが国初の「食事ガイド」作成

<食塩摂取量（令和６年）>
男性：10.5g/日、女性：8.9g/日　※日本は主要先進国の中で食塩摂取量が最も多い。
<野菜摂取量が350ｇ未満の者の割合（令和６年）>　男性：73.8%　女性：78.0%

- 令和８年度内に、生活習慣病（悪性腫瘍、心疾患、脳血管疾患、糖尿病など）リスク低減のための食事のポイントをまとめた**「食事ガイド」を作成し、国民に周知**

がん・循環器病等　未受診者の原因究明と個人の就業状況に応じた受診勧奨

<がんの死亡者数（2024年）>　年間約38.4万人（男性約22.2万人、女性約16.2万人）
<循環器病（心疾患及び脳血管疾患）の死亡者数（2024年）>　年間約32.9万人（男性約16.3万人、女性約16.7万人）

がん
- **令和10年度までに受診率60%、精密検査受診率90%の達成**
  - ✓ 職場におけるがん検診の受診勧奨等の強化（大臣指針の改正）
  - ✓ 保険者による取組を推進するため、事業者ー保険者連携の促進
  - ✓ 自治体による職域を含めた受診状況の把握、未受診者への受診勧奨の徹底

循環器病
- **令和11年度までに特定健診受診率70%の達成及び受診勧奨の促進**
  - ✓ 特定健診等の生活習慣病に関する健診の受診促進
  - ✓ 保険者による健診、職場健診、後期高齢者健診等の場を活用した積極的な受診勧奨
  - ✓ 国立循環器病研究センターにおいて、情報の一元化及びポータルサイトを用いた情報発信



性差に由来するヘルスケア　更年期世代の女性を診療する一般診療医向け わが国初のガイダンス作成

<更年期症状を自覚し始めてから３か月以内程度で医療機関を受診した人の割合>　40歳代・50歳代で約１割（女性）

- 関係学会の協力を得て作成した更年期世代の女性を診療する一般診療医向けの**ガイダンス**（※男性中高年期の健康課題についても同様に作成）を用いて、研修等を通じて共通的な考え方を周知するとともに、**対応医療機関を検索可能**とする取組を進め、適切な医療につなげる。
- 心身の不調を抱える女性が、自らの症状や状態を記録する**ツール**を開発するなどの取組を進める。
- 「女性の健康総合センター」におけるデータ収集・分析機能の充実
- 職場健診での問診票に女性特有の健康課題に係る質問を追加し、専門医への受診勧奨等を行う。

リハビリテーション　科学的分析を活用したリハビリテーション への主体的な参加への支援

<介護保険におけるリハビリテーションサービスの受給者数（令和７年）>
通所リハビリテーション：60.0万人　訪問リハビリテーション：15.3万人

- リハビリテーションへの主体的な参加を支援する**ポータルサイト等の作成**
- 予防・医療・介護を通じた**切れ目のないリハビリテーションの推進**

認知症　新たな検査技術を活用し、早期診断・早期対応等を推進

<認知症及び軽度認知障害（MCI）の高齢者数の将来推計（2040年）>　認知症：584.2万人　MCI：612.8万人

- **早期診断・早期対応の社会実装に向けたモデル構築を進める**
  - ✓ **新たな検査技術（バイオマーカー）をモデル的に活用**し、**抗体薬投与の検査負担軽減と早期の治療開始の実現を目指す**
  - ✓ （早期診断により）支援（福祉的支援・社会参加等）に早期につなぐ

共通した基盤となる取組　データヘルスを基盤とした「AI予防医療モデル」の構築

- 保険者・地域の中小企業等における、がん・循環器病対策をはじめとした予防・健康づくりの取組を推進するため、**データヘルスを基盤とした「AI予防医療モデル」の構築**・成果創出へ向けた**保険者へのインセンティブの在り方を検討**する。
- **個人インセンティブに係る取組の推進**
- **健康経営の視点にも立った「事業主・保険者連携」（コラボヘルス）の推進**

＊令和９年度予算に関する事業の詳細については、今後の予算編成過程で検討。

Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

４．攻めの予防医療に向けた性差に由来するヘルスケアに関する副大臣等会議

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

攻めの予防医療に向けた性差に由来するヘルスケアに関する副大臣等会議の概要

資料１

○ 「攻めの予防医療」とは、健康寿命の延伸を図り、皆が元気に活躍し、社会保障の担い手になっていただけるように、予防に努め、疾病を発見し、早期に適切な機関等につなげること。

○ がん検診の推進など、「攻めの予防医療」全体については、上野賢一郎厚生労働大臣のリーダーシップの下、推進していくが、特に関係省庁の連携による取組が重要になる、性差に由来する健康課題等への対応を推進するため、本副大臣等会議（※１）を開催。

（※1）構成員等：佐藤内閣官房副長官（議長）、仁木厚生労働副大臣（副議長）、岩田内閣府副大臣（全世代型社会保障改革担当）、鈴木内閣府副大臣（健康・医療戦略担当）、津島内閣府副大臣（こども政策担当）、小林文部科学副大臣・福田文部科学大臣政務官、井野経済産業副大臣・山田経済産業副大臣、堀内総務副大臣

○ 令和７年12月から令和８年5月にかけて、有識者ヒアリング（※2）を含め計５回会議を開催し、以下の論点及び取組の方向性が示され、令和８年５月25日に「性差に由来する健康課題等への対応を推進するための論点整理」をとりまとめた。

（※2）有識者ヒアリング対象者：南学正臣　日本内科学会理事長、片井みゆき　政策研究大学院大学保健管理センター所長、堀江重郎　順天堂大学大学院泌尿器科学主任教授、大須賀穣　東京大学名誉教授、大隅典子　日本学術振興会理事、武藤真祐　株式会社インテグリティ・ヘルスケア代表取締役会長、山本雄士　株式会社ミナケア取締役、古井祐司　東京大学未来ビジョン研究センター特任教授

提示された論点

①性差に由来する健康課題に対応する医療の推進

- 更年期世代の女性を必要な医療につなげるため、一般の臨床現場において活用できるよう、診療領域を横断した共通的な考え方を整理し、更年期世代の女性の健康課題に対応できる医療機関の見える化を行うことが必要。
- 「女性の健康総合センター」の機能強化が必要。

②ライフステージに応じた性差に由来する健康課題への対応の推進

- 学校・職場・自治体といった様々な場でプレコンセプションケアの推進を図っていくため、具体的な工程表を策定し、実行していくことが重要。
- 学校保健や職場健診における対応を推進するとともに、ライフステージに応じた対応に向けた研究開発を推進することが重要。

③企業・保険者等における対応の推進

- 中小企業等における健康経営を推進するとともに、データヘルスを基盤とした「予防医療モデル」の構築を通じて、保険者による予防・健康づくりを推進することが重要。
- 多様なニーズに対応したヘルスケア産業の育成を図っていくことが重要。

取組の方向性

更年期を中心とした女性・男性それぞれの健康課題について、症状を適切に評価・鑑別し、必要な医療につなぐ体制の整備を進めることが柱である。

- 更年期世代の女性を診療する一般診療医向けの**ガイダンスを作成**し、研修等を通じて共通的な考え方を周知するとともに、**更年期世代の女性の健康課題に対応できる医療機関の見える化**を行い、ポータルサイト「ヘルスケアラボ」等で検索ができるようにする。
- 心身の不調を抱える女性が、自らの情報を活用し、**円滑な受診につながるためのツールを作成**する。また、男性中高年期の健康課題への対応を推進する。
- 「医学教育モデル・コア・カリキュラム」における性差を考慮した医療に関する記載の充実に向けた検討を行い、**医療教育の充実を図る**。

若年期から高齢期まで、ライフステージごとに異なる健康課題に対し、切れ目のない予防・支援体制を構築することを目的とする。

- プレコンセプションケアを軸に、**学校・職場・地域での取組を体系的に推進するとともに、学校保健を通じた早期把握と適切な対応を強化**する。
- **職場において、**女性特有の健康課題に係る問診を実施し、**専門医への受診勧奨等を推進**する。
- さらに、性差や発達段階を踏まえた研究開発やデータ基盤の充実を通じて、**科学的根拠に基づく予防・治療法の高度化を目指す**。

企業、保険者、自治体が連携し、予防・健康づくりへの投資を加速する社会的仕組みを整える。

- 保険者による予防・健康づくりを推進するため、これまで創出されたデータ及び知見の整理を行い、**データヘルスを活用した予防医療モデルの構築を進め成果創出を促す保険者インセンティブの在り方を検討する。**
- 中小企業における健康経営の推進に向け、**自治体・経営支援機関と地域の健康づくり支援機関の連携**による支援を強化する。
- **エビデンスに基づくヘルスケアサービスの開発支援**、臨床での活用を目指して**PHRを活用したユースケースを創出**。

論点①：性差に由来する健康課題に対応する医療の推進

提示された論点

○ 更年期世代の女性を必要な医療につなげるため、関係学会の協力を得て、診療領域を横断した共通的な考え方を整理し、研修等により医療機関への周知を進めるとともに、更年期世代の女性の健康課題に対応できる医療機関の見える化を行うことが必要。

○ 更年期世代の女性の健康課題への対応の強化など、「女性の健康総合センター」の機能強化が必要。

取組の方向性

◎更年期世代の女性に対応する医療の推進、「女性の健康総合センター」の機能の強化

健康課題を抱える更年期世代の女性

閲覧 / 利用 / 受診

女性の健康に関するポータルサイト

○「更年期世代の女性の健康課題に対応できる医療機関」のリストを掲載し、検索

○ 科学的なエビデンスに基づき、受診勧奨等を行うための情報を提供

円滑な受診につながるためのツール

○ 心身の不調を抱える女性が、自らの情報を記録し、受診に際して活用することで、円滑な受診を促進するためのツール

更年期世代の女性の健康課題に対応できる医療機関

○ 関係学会の協力を得て整理した「診療領域を横断した共通的な考え方」について、研修等を通じて一般の診療現場において診療領域を横断した共通的な考え方を習得

○ 更年期世代の女性の健康課題に対応できる医療機関の見える化

○ 多様な症状を呈する更年期の女性に見られる症状をスクリーニング（その他の内科疾患等と鑑別）して適切な治療を行う

運営 / 開発 / リスト化

女性の健康総合センター

医療機関

◎男性の中高年期の健康課題への対応の推進

○ 関係学会の協力を得ながら、男性の中高年期の健康課題について、適切な診療の在り方の整理に向けた検討を進める

◎性差を考慮した医療に関する教育の充実

○「医学教育モデル・コア・カリキュラム」の次期改訂に向けて、医師養成課程において、性差を考慮した医療に関する教育を充実するための検討を進める

論点②：ライフステージに応じた性差に由来する健康課題への対応の推進

提示された論点

○ ライフステージに応じて、学校・職場・自治体といった様々な場でプレコンセプションケアの推進を図っていくため、プレコンセプションケア推進に向けた具体的な工程表を策定し、工程表に基づく取組を実行していくことが重要。

○ 学校保健や職場健診における対応を推進するとともに、ライフステージに応じた対応に向けた研究開発を推進することが重要。

取組の方向性

◎プレコンセプションケア推進に向けた具体的な工程表の策定・実行

○ 関係省庁の緊密な連携の下、「プレコンセプションケア推進５か年計画」（令和７年５月）に基づく各種取組を着実かつ積極的に推進するため、以下の観点に基づき、プレコンセプションケア推進に向けた具体的な工程表を策定し、工程表に基づく取組を実行。

※プレコンセプションケア：性別を問わず、適切な時期に、性や健康に関する正しい知識を持ち、妊娠・出産を含めたライフデザイン（将来設計）や将来の健康を考えて健康管理を行う概念

学校における取組の推進	性別を問わず全ての人が、若年期から性や健康に関する正しい知識を習得することが重要であることから、発達の段階に応じて、学校の場も含めて、プレコンセプションケアの趣旨を踏まえた適切な資質・能力を身に付けられるようにする
職場における取組の推進	企業におけるプレコンセプションケアの取組の実施を、以下の認定の中で関連づけ、企業のインセンティブを高める 健康経営優良法人　えるぼしプラス　こどもとともに成長する企業構想
自治体における取組の推進	若年層はもとより、その保護者も含め、気軽に相談できるよう、自治体における「性と健康の相談センター事業」の取組を拡充し、相談窓口の周知を行うとともに、対面のみならず、SNSやメール、オンライン面談、電話なども活用した相談体制を構築

◎学校保健・職場健診における対応の推進

○ 小学校中学年からの体系的な保健指導の充実

○ 事業者や健診実施機関に対して、女性特有の健康課題に係る問診の実施を働きかけ、その結果を受けた職場環境の整備について周知・支援を行うとともに、健診実施機関による問診結果を踏まえた必要な情報提供や専門医への受診勧奨等を推進

◎ライフステージに応じた対応に向けた研究開発の推進

○ バイオバンクが保有するゲノム・オミックス情報や臨床情報等の充実を通じた性差に由来する健康課題に対応するための研究開発を推進し、予防・治療法の開発につなげる

○ 研究者の性差に対する認識を深めるための啓発活動を推進するとともに、性差に由来する健康・医療上の課題に関する研究公募枠等の充実を図る

論点③：企業・保険者等における対応の推進

提示された論点

○ 中小企業等における健康経営を推進するとともに、データヘルスを基盤とした「予防医療モデル」の構築を通じて、保険者による予防・健康づくりを推進することが重要。あわせて、事業主と保険者が連携し、一体となって予防・健康づくりに取り組むコラボヘルスの推進が重要。

○ 攻めの予防医療の推進に向けて、多様なニーズに対応したヘルスケア産業の育成を図っていくことが重要。

取組の方向性

◎中小企業・保険者等による健康経営、予防・健康づくりの推進

中小企業等

健康経営の推進

○ 健康経営優良法人である中小企業に対して加点措置を行う補助金の種類を拡大

○ 自治体・経営支援機関と地域の健康づくり支援機関の連携による支援を強化

○ 健康経営における女性の健康サポートデスクを設置

連携推進

自治体

○ 「地域働き方・職場改革ネットワーク」の参加自治体において、中小企業等の地域の関係者を巻き込み、女性の健康課題も含めた働き方の課題の解決を推進

コラボヘルスの推進

保険者が地域の中小企業等の対応を支援

性差に由来する健康課題等に係る周知や適切な医療につなぐための情報提供など

保険者

データヘルスを基盤とした「予防医療モデル」の構築

○ ㋐～㋔の一連のプロセスをシステム化した「予防医療モデル」を構築

㋐ 健康課題に応じた事業設計 → ㋑ 企業*保険者(コラボヘルス)による保健事業の実施 → ㋒ 実績評価に基づき効果の高い要素抽出 → ㋓ 知見の体系化→全国で企業・保険者が活用 → ㋔ 保健事業による健康アウトカム達成 健康経営による人的資本の質および企業価値の向上

○ 「予防医療モデル」の活用を含め、保険者による予防・健康づくりの成果創出促進に向けて保険者に対するインセンティブの在り方を検討する（R8年度）

○ 後期高齢者支援金加算・減算制度等への反映を念頭に置いた検証事業を実施（エビデンス構築へ向けたデータを提出する組合に対する支援）（R9~11年度）　R９年度までの実績を踏まえた中間評価の実施

○ AIによる健康課題の分析や効果的な保健事業の選択肢の提示等が可能となるように「予防医療モデル」を構築（R9年度～）

○ 個人の予防・健康づくりに向けたインセンティブ提供を推進

◎攻めの予防医療に向けたヘルスケア産業の育成

○ エビデンスに基づくヘルスケアサービスの開発支援を行うとともに、臨床での活用を目指し、運動・睡眠・食事等のPHRを活用したユースケースを創出

○ スタートアップがスケールするよう、実証フィールドとのマッチング支援、専門家が助言を行う伴走支援の強化やアクセラレーターと連携した海外展開の支援を実施

○ 質を担保したヘルスケアサービスを明確化するとともに、健康経営や保健事業、民間の健康増進型保険等へ組み込み（健康経営制度の評価を含めたあり方も検討）

○ ヘルスケアサービスのうちPHR（Personal Health Record）の利活用を推進するため、医療機関・健診機関・本人等の関係者間の円滑なPHRデータの連携を促進

健康増進普及月間に合わせ啓発動画2種を作成

【健康増進普及月間啓発動画】
~健康増進普及月間って何？編~

公式アンバサダーの川島さん出演！



【スマート・ライフ・プロジェクト啓発動画】
~健康寿命をのばそう！編~



健康増進普及月間のスタート(本日)よりこちらの啓発動画を公開！！

※スマート・ライフ・プロジェクト参画団体は素材利用可能(健康寿命をのばそう！編)

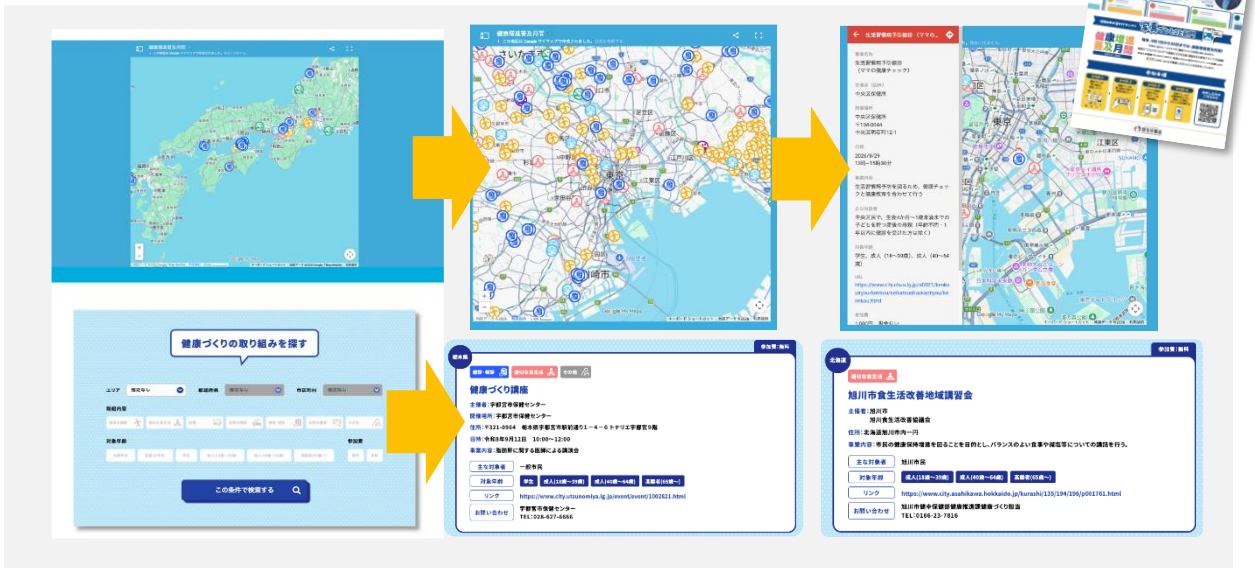
健康増進普及月間特設ページを公開中

全国各地の健康づくりの取組（**約７千件**）の開催状況を地図上で検索可能に。まずはお近くの開催情報を検索して参加してみましょう。



健康増進普及月間
特設ページはこちら→

全国の健康づくりの取り組みを紹介
取り組みの検索や関連コンテンツなどがチェックできる
特設WEBサイトを公開!!

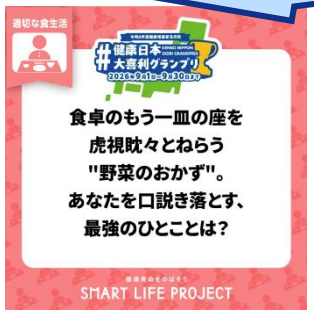


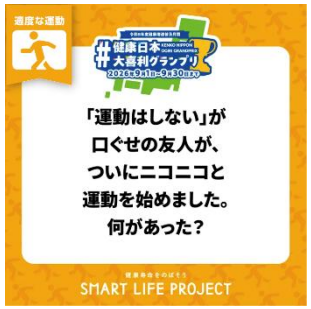
※検索結果一例

特別企画その１　健康日本大喜利グランプリ

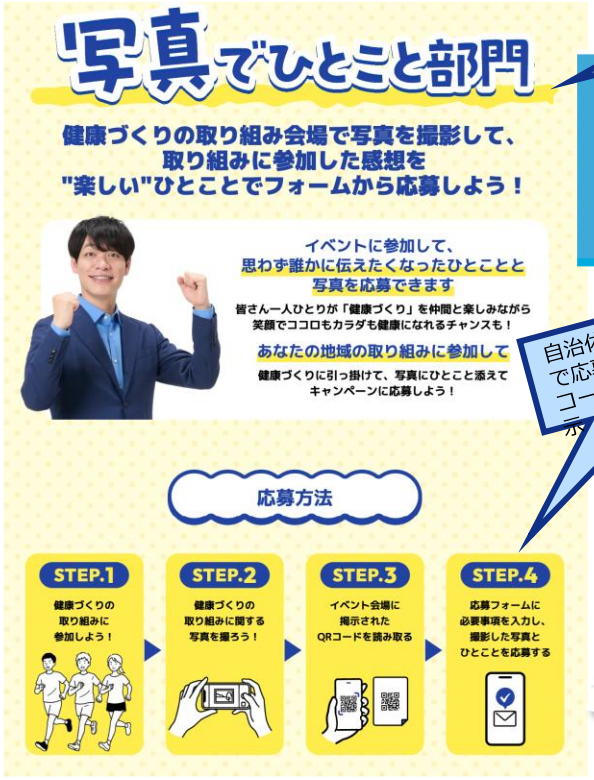
「みんなで”楽しく”健康寿命をのばそう！」をコンセプトに、9月の健康増進普及月間中に、一般参加型の大喜利企画を実施。
・**「お題でひとこと部門」**　６つの健康づくりのテーマをより身近に感じていただくため、設定したお題にSNS投稿で回答
・**「写真でひとこと部門」**　全国の自治体で期間中に実施する健康増進の取組・イベントに、実際に参加した感想を写真とともに投稿
優秀作品については、11月の**「健康寿命をのばそう！アワード」表彰式でのご紹介や記念品の贈呈を予定**

お題はスマート・ライフ・プロジェクトの６つのテーマでご用意！









自治体の取組・イベント情報は特設サイト上で検索可能に



自治体の取組・イベントで応募フォームへのQRコード入りのポップを掲示

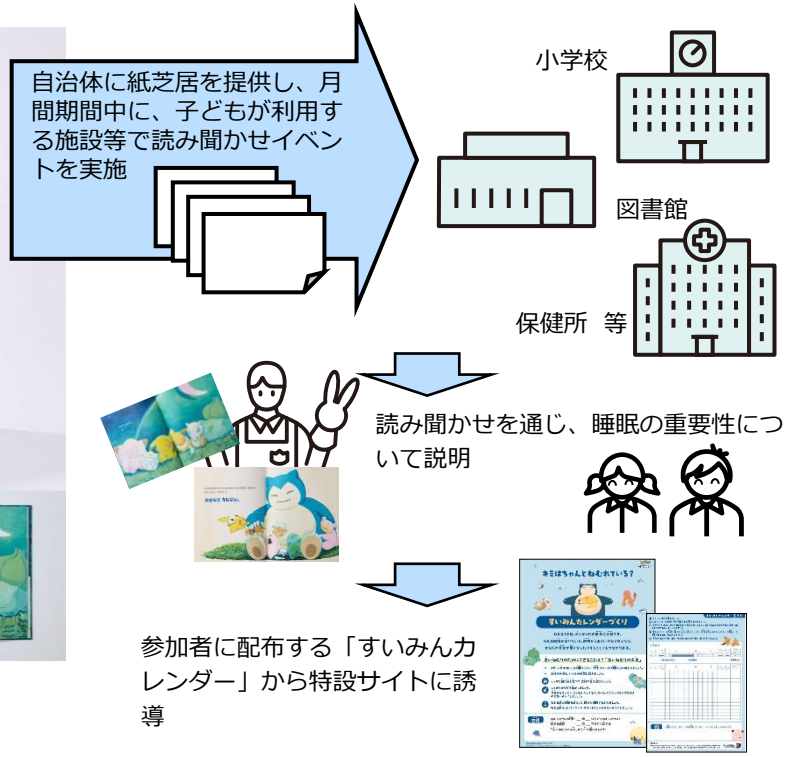


特別企画その２　紙芝居「カビゴンのゆめ」読み聞かせ

厚生労働省の**睡眠応援大使として起用している「ナイトキャップをかぶったピカチュウとカビゴン」とのコラボ企画**として、
『Pokémon Sleep』の世界を舞台にした紙芝居「カビゴンのゆめ」を貸与し、全国の自治体で読み聞かせイベントを実施
紙芝居を通じて「たっぷり眠って元気になることの大切さ」や「良い睡眠のポイント」を、お子さんをはじめ、幅広い世代に楽しく伝えることを目的とした企画
参加者には、2週間分の睡眠記録をつけることができるすいみんカレンダーを配布し、すいみんカレンダーのQRコードからは睡眠応援大使「ナイトキャップをかぶったピカチュウとカビゴン」の壁紙をダウンロード可能な特典も用意



株式会社ポケモンが、良い睡眠の普及啓発のため、医療機関向けに配布している絵本を基に紙芝居を製作し、希望する全国の自治体に提供



Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

５．（参考）心のサポーター養成事業

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

心のサポーター養成事業（厚生労働省）

令和７年度より、研修主催者に企業や保険者等も追加されました！

○　我が国の精神障害へ罹患する生涯有病率が22.9%※１であり、精神疾患は誰でも罹患しうることが報告されており、心身の不調を抱えながら仕事を続けることで、経済的な損失が生じていることが明らかになっている。
○　地域や職場などでこころの不調に気づき、耳を傾ける「心のサポーター」を養成し、メンタルヘルスの不調や精神疾患の早期発見又は早期介入に繋げることを目的とする事業。

※１ 世界精神保健調査

心のサポーターとは

メンタルヘルスやうつ病や不安など精神疾患への正しい知識と理解を持ち、メンタルヘルスの問題を抱える家族や同僚等に対する、傾聴を中心とした支援者（小学生からお年寄りまでが対象）

心のサポーター養成研修

研修主催者：自治体、企業、保険者、官公庁、教育機関、職能団体　等

① 事業実施の申請（専用webサイトへの申請）
② 指導者※２の派遣調整（事務局の指導者登録情報による調整）
③ 国が提供する養成研修資材と運営マニュアルを踏まえた研修実施※３
④ 実施報告
⑤ 受講者へ認定証の配布

※２ 心のサポーター指導者
医師、保健師、看護師、精神保健福祉士、公認心理師等の国家資格を有しており、精神保健に携わる者、または、メンタルヘルス・ファーストエイド等の心の応急処置に関する研修を既に受講している者であり、国が実施する指導者養成研修を受講している者

※３ 指導者に対する謝金・旅費、研修会場代は、研修主催者の負担となる



心のサポーター養成研修受講企業の声

○　不調が大きくなる前の気づきや声かけの大切さを学び、誰もが相談しやすい職場づくりにつながる内容だと感じました。
○　メンタルヘルス関連の研修はトーンが重くなりがちですが、こころのサポーター養成研修は「専門知識やテクニック」ではなく「誰でもすぐに実践できること」を中心に据えている点が非常に印象的でした。
○　ゼロから用意するのは大変なため、体系だった研修は有意義でした。

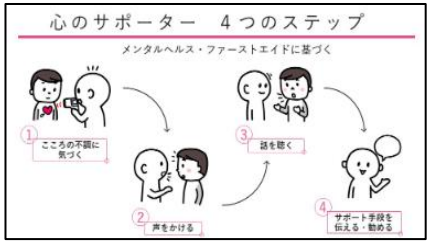
心のサポーターと健康経営

○　働く人が「気分が沈む」「眠れない」といった心身の不調を抱えながら仕事を続けることで、日本全体では年間およそ7.6兆円の経済的な損失が生じているという研究結果※４もあり、職場のメンタルヘルス対策は、企業の重要な課題。
○　心のサポーター養成研修で学ぶ「①こころの不調に気づく」、「②声をかける」、「③話を聴く」、「④サポート手段を伝える・進める」は、普段の仕事の対面時に活用できる。

例）対面時に使える話の聞き方の「コツ」

・心配している気持ちを伝える　・適度に頷く
・手を止めて聴く　・沈黙に寄り添う
・身体を相手の方へ向ける　・相手の言ったことをまとめて返す





※４ Koji Hara, Tomohisa Nagata, Masaaki Matoba, Tomoyuki Miyazaki:The Impact of Productivity Loss From Presenteeism and Absenteeism on Mental Health in Japan, Journal of Occupational and Environmental Medicine, May 28, 2025

ここサポWEBサイト　https://cocosapo.mhlw.go.jp/

ここサポ　検索

心のサポーター養成の推進（健康日本21（第三次））

健康日本21（第三次）（抄）

第二　国民の健康の増進の目標に関する事項

二　目標設定の考え方

3　社会環境の質の向上

以下に示す各目標の達成を通じて、個人の行動と健康状態の改善を促し、健康寿命の延伸を図る。

具体的な目標は、別表第三のとおり設定する。

（一）社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上

社会とのつながりについては、ソーシャルキャピタルの醸成が健康に影響するとされている。

このため、地域の人々とのつながりや様々な社会参加を促すことを目標として設定する。

また、関連する栄養・食生活分野の目標として、地域等で共食している者の増加を設定する。

加えて、**こころの健康について、地域や職域等様々な場面で課題の解決につながる環境整備を行うことが重要である。このため、メンタルヘルス対策に取り組む事業場や心のサポーターに関する目標を設定する。**

別表第三　社会環境の質の向上に関する目標

1　社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上（⑤）

目標：心のサポーター数の増加　指標：心のサポーター数　目標値：100万人（令和15年度）

ご清聴ありがとうございました



ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare