

令和5年6月9日
市町村セミナー

大分県における健康寿命延伸の取組



大分県福祉保健部健康づくり支援課
地域保健推進監 吉富 豊子



本日の内容

1. 大分県における健康づくり体制
 - ◇ 『大分県長期総合計画 2015』に
「健康寿命日本一の実現」が盛り込まれる
 - ◇ 多様な主体との協働

2. 保健所と市町村の取組
 - ◇ 地域の健康課題を踏まえた取組

3. 今後の活動
 - ◇ 大分県独自の指標を活用した好事例の横展開

「健康寿命日本一」に向けたロードマップ(2015~2024年)

第1段階 (2015-2017)

県民運動に向けた機運醸成

- 多様な主体との協働
 - ・健康寿命日本一おおい創造会議
 - ・健康寿命日本一おうえん企業
- 健康的な社会環境の整備
 - ・うま塩プロジェクト
- 健康状態「みえる化」
 - ・県民健康意識行動調査結果
- 働く世代の健康づくり
 - ・健康経営事業所の拡大
- インセンティブ付与の仕組みづくり
 - ・健康アプリの開発・運営

第2段階 (2018-2020)

全庁的な取組による県民運動の展開

- 多様な主体との共創
 - ・健康寿命日本一おうえん企業間の連携
- 健康的な社会環境の整備
 - ・うま塩メニュー提供店の拡大
- 明らかになった健康課題への対応
 - ・「まず野菜、もっと野菜」プロジェクト
 - ・温泉を活用した休養・こころの健康増進
 - ・自転車の利用促進による心身のリフレッシュ
- 働く世代の健康づくり
 - ・健康経営推進員の養成
- 健康無関心層をひきつける健康づくりの展開
 - ・健康アプリ「歩得」などのICTの活用

第3段階 (2021-2024)

健康長寿・生涯現役社会の構築

- 多様な主体との共創
 - ・県の健康課題を共通テーマにした取組の推進
- 健康的な社会環境の整備
 - ・うま塩×もっと野菜プロジェクト
 - ・休養・リフレッシュにつながる環境整備
 - ・受動喫煙対策アクションプランの実現
- 健康状態「みえる化」
 - ・県独自の客観的な13指標による進行管理
- 働く世代の健康づくり
 - ・健康経営事業所への環境改善アドバイザーの派遣
- 健康無関心層をひきつけるICT活用の健康づくり
 - ・「歩得」機能充実による楽しく続けられる健康づくり

男女とも健康寿命日本一に向けて、取組の深化

健康なまちづくりへの発展
多様な主体との共創

健康経営の定着化

健康経営事業所
取組の質の向上

健康経営事業所のパワーアップ

<量の拡大> 目標数は、業種や事業所規模別に設定
<質の向上> 県認定率と、経産省認定率の増加

健康経営事業所の拡大

(3年)

(6年)

(10年)

H25 健康寿命
(2013) (男16位)
(女10位)

H28 健康寿命
(2016) (男36位)
(女12位)

H22 健康寿命
(2010) (男39位)
(女34位)

創造会議の設置
おうえん企業の登録

「県民総ぐるみの健康づくり」
健康を支える社会環境の整備

「働く世代の健康づくり」
企業に対する取組

大分県における健康づくり事業の体系

1 健康寿命延伸県民運動推進事業

健康寿命日本一おおいた創造会議や県民大会の開催，健康寿命延伸推進月間（10月），おうえん企業との連携



健康寿命の延伸を阻む生活習慣病の予防

塩分摂取が多く，野菜摂取が少ない

・男女とも，野菜摂取量が不足

【男性】279.6g 【女性】293.2g

特に，若い世代で不足！

・塩分摂取も目標を上回る

【男性】10.4g 【女性】8.8g



働く世代における健康づくり

・50歳を過ぎると生活習慣病の受療率が急増

35～44歳 45～54歳

受療率 150 → 521 3.5倍！

→ 健康寿命を縮めることになっていた

・働く世代へのアプローチが不十分

職域における健康支援リソースの不足

歩数の不足



・男女とも，歩数「1,500歩/日」不足

男性 7,599歩（目標 9,000歩）

女性 6,954歩（目標 8,500歩）

2 「食」環境の整備

(1) 「まず野菜、もっと野菜」プロジェクト事業

野菜摂取促進に向け、生産・流通・販売等関係者による協議会の設置

若い世代の健康無関心層が野菜を食べたくなる仕掛け

野菜～野菜～野菜～♪

(2) 「うま塩」プロジェクトの推進

旨味成分を上手く使った美味しい減塩レシピの普及

(3) 外食・中食における協力店の拡大

野菜たっぷりや「うま塩」メニュー提供店の登録と紹介



3 地域・職域連携の推進

(1) 「健康経営」事業の登録と認定制度の推進

登録事業所 2,317社 認定事業所 793社（令和5年3月末）

(2) 健康経営推進員の養成研修等事業

養成研修会の開催、推進員による登録勧奨

(3) 健康経営セミナー等，質の向上支援事業

健康経営の実践方法・雇用の多様化に対応するセミナー



4 健康ポイントの付与による健康づくりの推進

(1) 健康アプリ「おおいた歩得（あるとつく）」の利用促進（H29～）

アプリダウンロード数 80,778（令和5年3月末）

(2) 仲間で取り組める仕組みづくり

職場対抗戦、健康経営事業所内でのイベント開催機能の付与



健康寿命日本一に向けた庁内連携の推進（H27年度）

健康寿命日本一おおいた推進本部 （庁内組織）

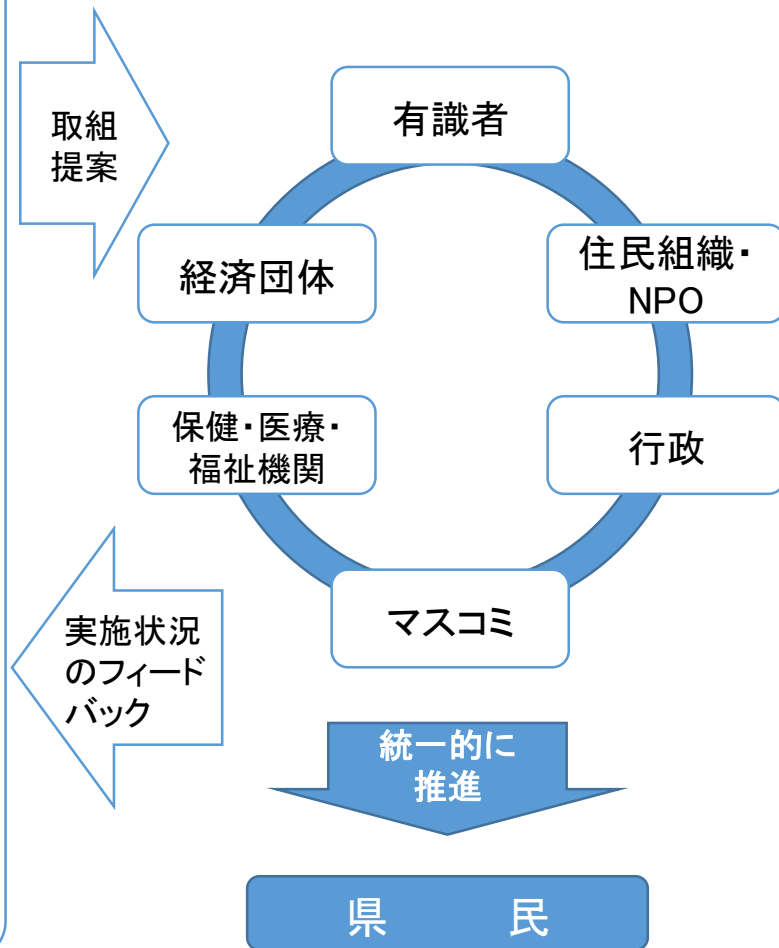
総務部：県職員の健康づくり
企画振興部：ヘルスツーリズム
福祉保健部：青壮年期の健康づくり、高齢者の生きがいづくり、介護予防、自殺予防
生活環境部：食育の推進、ボランティアの育成、NPO支援
商工労働部：ヘルスケア産業、高齢者雇用
農林水産部：地産地消の推進、健康に着目した機能性表示食品の活用
土木建築部：健康住宅の推進
病院局：重症化予防
教育委員会：総合型スポーツクラブとの連携、子どもの食・運動に関する支援
警察本部：犯罪・交通事故等の抑止
各振興局：地域における健康寿命延伸施策支援

【推進本部の役割】

- 「健康寿命日本一」構想の戦略化
- 統計データを用いたPDCAサイクルによる戦略評価

健康寿命日本一おおいた創造会議 （推進組織）

【事務局】福祉保健部

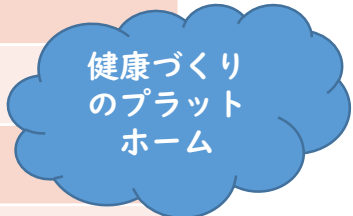


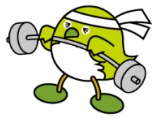
健康寿命日本一おおいた創造会議 (H28年度～)

主要39団体と県による県民会議 (健康寿命日本一おうえん企業もオブザーバーとして参加)



目的・意義	1	各団体における取組の情報共有
	2	各団体における健康づくりの推進 → 各団体の取組に「健康要素」を加味
	3	「みんなで延ばそう健康寿命」推進月間(10月)における取組拡大
	4	構成団体と「おうえん企業」の連携推進 → 団体間, 団体-企業間のマッチングの場





「健康寿命日本一おうえん企業」登録制度



大分県は、**お**おいた県民の**う**んどう（運動習慣）**え**いよう（栄養バランス）**か**んきよう（社会環境）等の**改善を応援**する（物資・場所・人材・技術・情報・媒体・資金を提供いただける）企業を登録しています。

（企業に限らず、公益法人・一般法人・NPO団体等の各種団体も可能）

企業メリット

- ① 企業イメージの向上
（県HPに企業名掲載）
- ② 新たな企業価値の創造
（商品開発やビジネスモデルの創造）

win-win

県民メリット

健康寿命の延伸



登録企業及び団体（登録数：114）R5.1月 … 登録例（一部、順不同）



【食品・医薬】

花王
カゴメ
キュービー
ヤクルトヘルスフーズ
富士葛醤油
フドーキン醤油
武田薬品工業
大塚製薬・食品



【金融・保険】

大分銀行
大分県信用組合
日本生命
第一生命
東京海上日動
住友生命保険
三井住友海上
あいおい生命保険



【小売・卸売】

トキハインダストリー
紀伊國屋書店
アステム
ヤマエ久野
大分ヤクルト販売
安東商会
モスフードサービス
丸果大分大同青果



【スポーツ】

Classo
Treceed
ルネサンス
MASUKO
県ウォーキング協会
県ノルディック・ウォーク連
盟
大分フットボールC



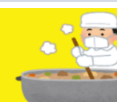
【報道機関】

大分放送
テレビ大分



【交通機関】

JR九州



【調理】

めん食
エッセンハウス

【その他】

県医師会
県歯科医師会
県薬剤師会
県看護協会
県理学療法士協会
県作業療法協会
県社協 …等

「健康経営事業所」へのアプローチ

平成26年度～

- 健康経営事業所登録・認定制度の開始
(平成26年10月～) 大分県独自の認定制度
- 地域・職域連携推進事業の活性化につながる健康経営事業所の登録制度により、職域へのアプローチが可能となり、事業の目指す方向性が明確になった。



保健所保健師が健康経営事業所を訪問し、事業所へ個別に働きかけ

各保健所では、地域・職域連携会議の下部組織として「プロジェクトチーム」や「実務者会議」といった形で具体的な実践活動を展開

大分県からのお知らせ

従業員の健康を支えたい事業所を応援!



「健康経営事業所」を認定します

「社員の健康が気になるな・・・」
「会社で健康づくりに取り組みたい!」
「健康管理って何をしたら良いの?」



【認定のための5つの要件】

- ①健診受診率100%
- ②事業主主導の健康づくり
- ③受動喫煙対策
- ④職員に健康情報を提供
- ⑤職場ぐるみの健康づくり

現状・課題

- 1 大分県民の健康寿命の延伸
- 2 健康寿命は国民生活基礎調査の設問「現在、健康上の理由で日常生活に何か影響があるか」に対して算出（厚生労働省の統計調査 3年毎）
- 3 大分県は20～40代男性で「影響あり」と回答したものが全国よりも高く、健康寿命低下に至った要因であった（主観的健康観が影響）
- 4 青壮年層である「働く世代」へのアプローチの強化が課題であり、県ではこれまで健康経営の推進に注力している

【男女別・健康寿命の推移】

	男性	女性
H25年	71.56(全国16位)	75.01(全国10位)
H28年	71.54(全国36位)	75.38(全国12位)
R1年	73.72(全国1位)	76.60(全国4位)

1位:三重県差1.08

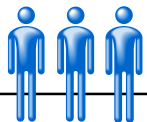
対策

①おおいた心と体の職場環境改善 アドバイザー派遣

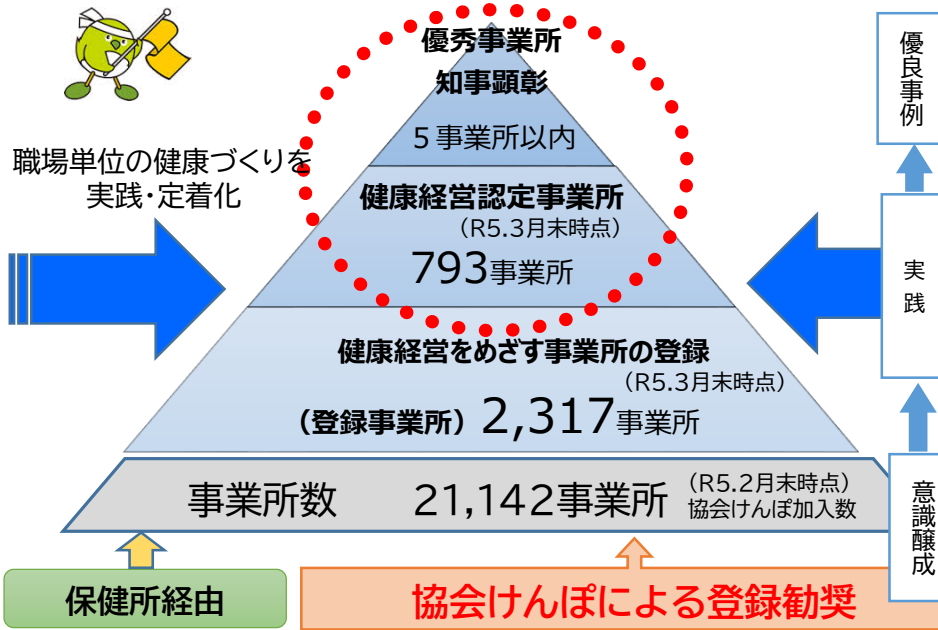
「健康経営登録事業所」を対象に、理学療法士・作業療法士・公認心理師の専門職をアドバイザーとして派遣し、職場に合わせた「職場ぐるみの健康づくり」に向けた助言や支援を行う

【職場単位の健康づくりを支援】

- ◇ 理学療法士・作業療法士
姿勢・位置・視覚環境等
→ 腰痛、頭痛、肩こり、眼精疲労 など
- ◇ 公認心理師
ストレスチェック、メンタルヘルス不調
→ メンタルヘルス不調、睡眠問題 など



健康経営事業所の登録・認定の拡大を図りながら、ターゲットである働く世代の心身の健康増進につなげ、健康寿命の延伸を目指す



②健康経営セミナーの開催

県内6保健所による事業所間の横展開



協会けんぽのサポート

◇従業員の健診結果に基づき、健康リスク毎に県や同業態と比較し「みえる化」した事業所健康診断シートの活用

◇メタボリスクが高く生活習慣の改善が必要な従業員個人へのアプローチ

③健康経営推進員の養成

企業の経営支援を行う社労士、金融業・保険業従事者への健康経営の研修

④健康経営認知度向上

求職者向け情報誌『BeCAL(ビーカル)』の就職情報への情報発信

地域の健康課題対策推進事業

健康課題の要因となる生活習慣の地域差の縮小に向けた取組

長期総合計画の取組の柱である「健康寿命日本一」を実現するため、

平成28年度に「県民健康意識行動調査」を実施

対象者数: 19,624人

有効回答: 11,822人 (回収率61.3%)

詳細な食事調査: 3,687人

本調査等で明らかになった市町村の健康課題の解決に向けて、市町村とともに健康増進施策を推進する。

【A保健所管内】

市町村	調査項目	市町村順位
M市	肺がん検診受診	ワースト1位
N市	自分の歯が28本以上の者の割合(20~30代)	ワースト2位
O町	塩分摂取量	ワースト1位



地域の特性に応じた健康増進施策の強化

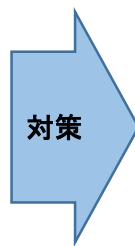
肺がん検診受診促進事業

ライフステージに応じた口腔ケア対策

減塩対策

【B保健所管内】

市町村	調査項目	市町村順位
S市	肥満者の割合	ワースト4位
T市	肥満者の割合(20~30代)	ワースト1位
W市	定期的運動をしている者の割合	ワースト1位



健康経営事業所への
運動アドバイザー派遣

市町村間の地域格差縮小と健康寿命の延伸へ

第二次大分県健康増進計画改訂版に保健所圏域ごとの計画を追加

大分県独自の「健康寿命の補助指標」

“大分県版”健康寿命の新たな評価体系の構築

課題

- ・「健康上の理由で日常生活に何か影響があるか」という“**主観的健康観**”で結果が出る
⇒ 分析・評価が難しく、対策が立て難い
- ・調査は**3年毎**、発表まで**2年のタイムラグ**あり

今後

- ・新たに**客観的評価指標**を設け、健康寿命の**新たな評価体系**を構築し、評価向上施策を**市町村とともに推進**

客観的評価指標

- ◎ **18市町村ごとのスコアを公表** (R4.1月)
⇒ **強み・弱みを見える化**
- ◎ **毎年度測定可能**
⇒ **タイムラグなく状況把握**



“男女とも”日本一に向けた実効性ある評価体系へ

健康寿命日本一

主観的評価指標

お達者度

- ①平均自立期間

お達者度(最重要)を頂点にブレイクダウン

有所見率

- ②メタボリスク ③血圧リスク ④血糖リスク

健診受診

- ⑤特定健診受診率 ⑥特定保健指導実施率

個人行動はボトムアップ

生活習慣・健康行動

- ⑦身体活動 ⑧よく噛んで食べる
⑨食べる速さ⑩睡眠 ⑪喫煙習慣

つながり

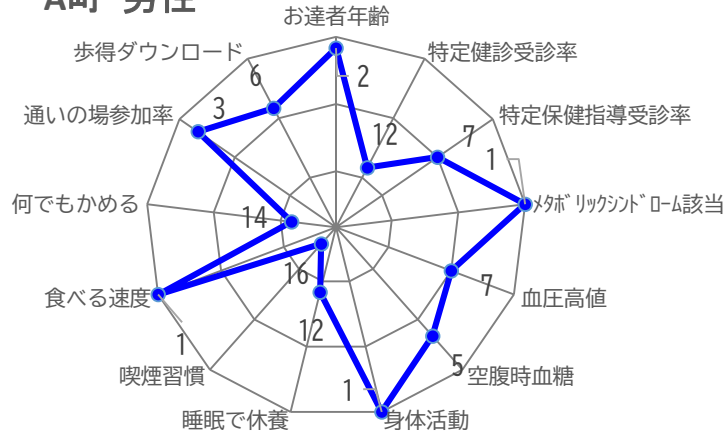
(仲間づくり・職場ぐるみ)

- ⑫通いの場⑬健康経営事業所

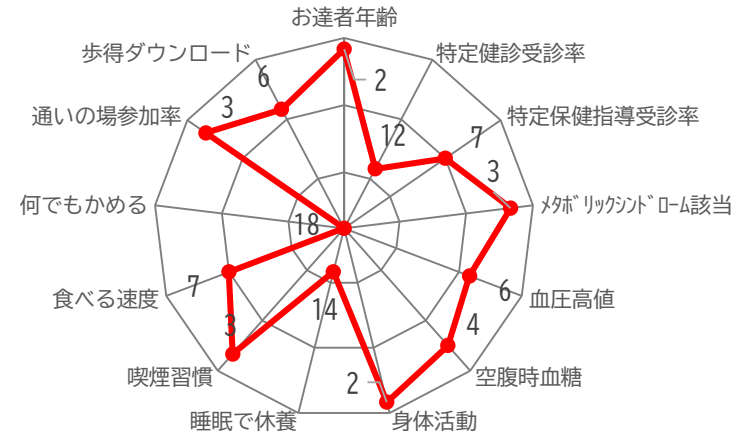


健康寿命の延伸に向けて(市町村毎のデータ)

A町 男性



A町 女性



市町村の健康指標 (13項目)

- 1 おたっしゃ年齢 (大分県健康指標計算システム: 令和1年度; H28~R2平均)
- 2 特定健診受診率 (R2年度: 市町村国保)
- 3 特定保健指導実施率 (R2年度: 市町村国保)
- 4 メタリックシンドローム該当 (R1年度実施分 保険者協議会医療費・健診データ分析事業 R4.3月)
- 5 血圧高値 (130/85または服薬) (R1年度実施分 保険者協議会医療費・健診データ分析事業 R4.3月)
- 6 空腹時血糖 (100mg/dl以上) (R1年度実施分 保険者協議会医療費・健診データ分析事業 R4.3月)
- 7 身体活動 (日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施しているもの
(R1年度実施分 保険者協議会医療費・健診データ分析事業 R4.3月))
- 8 睡眠で休養が十分にとれているもの (R1年度実施分 保険者協議会医療費・健診データ分析事業 R4.3月)
- 9 喫煙習慣のあるもの (R1年度実施分 保険者協議会医療費・健診データ分析事業 R4.3月)
- 10 食べる速度 (早いもの) (R2年度 KDB 国保)
- 11 何でもかんで食べることができるもの (R2年度 KDB 国保)
- 12 通いの場 (月1回以上の活動実績がある通いの場)
(R2年度 介護予防・日常生活支援総合事業の実施状況)
- 13 おおいた歩得ダウンロード率 (人口あたり) (健康づくり支援課調 R4.6末時点)

※順位スコアは、各項目で良い順番に並べ替え、その順位を市町村毎に加算(例: 1位は1ポイント、18位は18ポイント)したものの。数ポイントで順位が入り替わることから順位のみ注目せず、上位~中位などの大まかな位置を把握することが望ましい。