

第9回

健康寿命をのばそう! アワード

生活習慣病予防分野

受賞プロジェクト 事例のご紹介

厚生労働
大臣
最優秀賞

スポーツ庁
長官
優秀賞

企業部門

団体部門

自治体部門

健康寿命を
のばそう!
AWARD



スマート・ライフ・プロジェクトとは？

「健康寿命をのばそう!」をスローガンに、国民全体が人生の最後まで元気に健康で楽しく毎日が送れることを目標とした国民運動です。プロジェクトに参画する企業・団体・自治体と協力・連携しながら、**運動**、**食生活**、**禁煙**、**健診・検診の受診**について、具体的なアクションの呼びかけを行い、更なる健康寿命の延伸を推進しています。

適度な運動

毎日プラス10分の身体活動

例えば、通勤時のはや歩き、庭いじりや掃除など、日常でのからだの動きを増やすだけで健康生活に変わります。

適切な食生活

食事をおいしく、バランスよく

主食・主菜・副菜は健康な食事の第一歩。からだに必要な栄養素をバランスよくとる秘訣です。

禁煙

たばこの煙をなくす

喫煙や受動喫煙*により、肺がんや心臓病、脳卒中等にかかりやすくなります。
*他人のたばこの煙を吸わされること。

健診・検診の受診

定期的に自分を知る

今は健康に思われても、将来の病気につながるリスクを抱えていたり、早期には自覚症状が無いという病気が少なくありません。そういうリスクや病気を早期に発見し、対処していくためには、無症状のうちから定期的に自分のからだの状態を知っておくことが重要です。

「健診」は皆の毎日の健康を守る最大の武器！

特定健診などの「健診」は健康の保持増進のために、そのときの健康状態を調べて将来の病気につながる問題があった場合に改善することが主な目的です。毎年定期的に健診の受診を啓発しましょう。

定期健康診断、特定健診 など

「検診」は大事な人や未来を守る最大の武器！

がん検診などの「検診」は病気の早期発見・早期治療を可能にする上で大切です。従業員や職員、その家族の安心のため、また優秀な人材を失わないためにも、検診の受診を啓発しましょう。

各種がん検診 など

同じ「けんしん」という言葉でも、実は目的や内容が違うことを知っている人は少ないかもしれません。その違いを知ってもらうことも、興味を持ち、受診してもらうための一歩です。

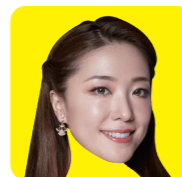
『いきいき健康大使』のご紹介



プロスキーヤー・冒険家
三浦雄一郎さん



女子マラソン五輪メダリスト
有森裕子さん



シンガーソングライター
平原綾香さん

厚生労働省では「国民の『健康寿命』の延伸」をテーマとして生活習慣病の予防や健診・検診の定期的な受診の必要性などについて普及・啓発をしていただくため、プロスキーヤー・冒険家の三浦雄一郎さん、女子マラソン五輪メダリストの有森裕子さん、シンガーソングライターの平原綾香さんの3名を「いきいき健康大使」として任命しています。スマート・ライフ・プロジェクトでは、「いきいき健康大使」と共に、生活習慣病予防に向けたさまざまな取組を紹介していきます。

「健康寿命をのばそう! アワード(生活習慣病予防分野)」は生活習慣病予防の優れた取組を表彰する制度です

厚生労働省では、平成24年度より「スマート・ライフ・プロジェクト」の一環として、生活習慣病予防の啓発活動の奨励・普及を図ることを目的とした表彰制度を創設しました。令和2年度の、「第9回健康寿命をのばそう! アワード」では、従業員や職員、住民に対して、生活習慣病予防の啓発活動及び健康寿命をのばすことを目的とする優れた取組を行っている企業などから76件(企業38件、団体26件、自治体12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厚生労働大臣 最優秀賞、厚生労働大臣 優秀賞、スポーツ庁長官 優秀賞、厚生労働省健康局長 優良賞、厚生労働省保険局長 優良賞を決定しました。

『第9回健康寿命をのばそう!アワード実施概要』

生活習慣病予防分野

主 催	厚生労働省、スポーツ庁
後 援	健康日本21推進全国連絡協議会
実施期間	【応募受付】 令和2年7月1日(水)～令和2年8月31日(月) 【表彰式】 令和2年11月30日(月) ※YouTube Liveにてオンライン配信
応募対象	生活習慣病予防の啓発活動及び健康寿命をのばすことを目的とする、優れた取組を行っている企業・団体・自治体 ※令和元年9月1日～令和2年8月31日までに実施された活動を対象とします(以前からの継続も可)。
応募対象	①企業部門 ②団体部門 ③自治体部門 ※企業法人、公益財(社)団・一般社(財)団法人、NPO法人、学校法人、個人事業者、研究者など
表 彰	<ul style="list-style-type: none"> ●厚生労働大臣 最優秀賞 (1件) ●厚生労働大臣 優秀賞 企業部門/団体部門/自治体部門 (各1件) ●スポーツ庁長官 優秀賞 企業部門/団体部門/自治体部門 (各1件) ●厚生労働省 健康局長 優良賞 企業部門/団体部門/自治体部門 (各5件以内) ●厚生労働省 保険局長 優良賞 (2件以内)

評価委員長 辻 一郎 東北大学大学院 医学系研究科 教授

評価委員 井上 茂 東京医科大学 公衆衛生学分野 教授
小沼 宏治 スポーツ庁 健康スポーツ課長
齋藤 敏一 スマート・ライフ・プロジェクト推進委員会 委員長/
公益社団法人 スポーツ健康産業団体連合会 会長/株式会社ルネサンス 代表取締役会長
下光 輝一 健康日本21推進全国連絡協議会 会長/公益財団法人 健康・体力づくり事業財団 理事長
鷲見 学 厚生労働省 健康局 健康課長
武見 ゆかり 香川栄養学園 女子栄養大学 栄養学部 教授
津下 一代 香川栄養学園 女子栄養大学 特任教授
中村 正和 公益社団法人 地域医療振興協会 ヘルスプロモーション研究センター センター長
新畑 覚也 厚生労働省 保険局 医療介護連携政策課 医療費適正化対策推進室長
古井 祐司 東京大学 未来ビジョン研究センター 特任教授/自治医科大学 客員教授
(五十音順・敬称略)

「健康寿命をのばそう! アワード」の 開催に寄せて



生活習慣病予防分野
評価委員長

辻 一郎

東北大学大学院医学系研究科公衆衛生学・教授

「健康寿命をのばそう! アワード」は本年で9回目を迎えました。今年、コロナ禍のためにオンライン開催となりましたが、厚生労働省の方々や事務局の方々の大変なご尽力に、まず御礼を申し上げたいと思います。

今回は、企業部門で38件、団体部門で26件、自治体部門で12件、合計76件の応募がありました。最近の傾向として自治体部門の応募が減っていることが気になります。素晴らしい取組をしている自治体も多数ありますので、来年度は是非とも奮ってご応募いただきたいと思います。

さて今回、厚生労働大臣賞候補としてプレゼンテーションをされた6団体の取組について、私の感想を申し上げます。

ファミリーマート様の減塩の取組は究極のポピュレーション・アプローチであり、多くの外食・中食産業の模範となるべきものです。ロート製菓様の喫煙率0%に向けた取組が全国の企業に広がれば、相当な効果があがるものと期待しております。

パ・リーグウォーク実行委員会様の取組は、ゲーミフィケーションという新しい手法で無関心層に働きかけており、その効果まで実証されています。スマートウエルネスコミュニティ協議会様の取組は、ソーシャルキャピタルの醸成まで目指しており、今後の展開が期待されます。

愛知県豊田市様は、中学校区単位で地域診断を行い、住民との協働で健康づくりを行っていますが、これは多くの自治体の模範となるべきものです。京都府京丹波町役場様は、健診受診者の8割以上に保健指導を行い、その効果をモニタリングしていることが高く評価されます。

皆様方の取組は、実に魅力的で参加しやすく、ポピュレーション・アプローチの展開や健康無関心層への働きかけについて具体的な回答を示してくださいました。参加者の行動変容や健康レベル・医療費の改善などについて、きちんと評価していることも高く評価されます。これらの素晴らしい取組が全国に横展開され、国民の健康寿命の延伸と健康格差の縮小が実現することを祈念いたしまして、講評とさせていただきます。

目次

厚生労働大臣 最優秀賞

- 6 ファミリーマートの減塩への取り組み ～「こっそり減塩の推進」～ 株式会社ファミリーマート

企業部門

厚生労働大臣 優秀賞

- 8 喫煙率0%達成に向けた卒煙への取り組み ロート製菓株式会社

スポーツ庁長官 優秀賞

- 9 「FUN+WALK」バーチャルウォーク日本縦断 東芝ライテック株式会社

厚生労働省 健康局長 優良賞

- 10 全社で取り組む健康増進! 「朝食フォトコンテスト」で朝から元気に 大東建託株式会社

- 10 アクティブ! 街を綺麗にしながら心と体の健康をつなGO!! プロジェクト 株式会社NEXTAGE GROUP

- 11 健康づくりをエンターテインメントへ ～行動変容促進プログラム「健診戦」～ 株式会社博報堂DYホールディングス

団体部門

厚生労働大臣 優秀賞

- 12 パ・リーグ6球団公式アプリ「パ・リーグウォーク」毎日の歩数でチームを応援!
..... パ・リーグウォーク実行委員会(パシフィックリーグマーケティング株式会社内)

スポーツ庁長官 優秀賞

- 13 養成したボランティアがリーダーとして運営・実施する「公園体操」 京都市左京区地域介護予防推進センター

厚生労働省 健康局長 優良賞

- 14 森林の癒し効果を活用した新たな運動提供スタイルの可能性を探る実証実験事業 間伐こもれび会

- 14 口コミ戦略により「正しい健康情報」を国民の心に届ける健幸アンバサダープロジェクト
..... スマートウエルネスコミュニティ協議会(SWC協議会)

- 15 千葉県発 8029(ハチマル肉)運動による健康寿命延伸への取り組み 一般社団法人千葉県歯科医師会

自治体部門

厚生労働大臣 優秀賞

- 16 地域特性に応じた住民共働による健康づくり「きらきらウエルネス地域推進事業」 豊田市

スポーツ庁長官 優秀賞

- 17 寝たきりにさせないまちづくりをめざし、健康づくり推進員とともに取り組む 尾張旭市

厚生労働省 健康局長 優良賞

- 18 尿中ナトリウム測定検査を活用した慢性腎臓病対策における5年間の保健活動評価について 京都府 京丹波町役場

- 18 「オールしばた」でめざす「健康長寿のまち しばた」の達成に向けて 新発田市

- 19 地元の酒店・菓子店や飲食店との協働で推進する高血圧対策(減塩への取組) 長崎県時津町

厚生労働省 保険局長 優良賞

- 20 禁煙啓発にかかる複合型アプローチ ～全国1位の喫煙率から脱却するために～ 全国健康保険協会 北海道支部

- 20 社員食堂のスマートミールを活用した生活習慣改善チャレンジプロジェクト
..... 東洋インキSCホールディングス株式会社・トッパングループ健康保険組合

受賞者の声

- 21 株式会社ファミリーマート/ロート製菓株式会社/パ・リーグウォーク実行委員会

- 22 豊田市/東芝ライテック株式会社/京都市左京区地域介護予防推進センター/尾張旭市



ファミリーマートの減塩への取り組み ～「こっそり減塩の推進」～

受賞者 **株式会社ファミリーマート** (東京都港区)



生活者の多様なニーズに応えながら 「こっそり減塩」で国民の健康寿命の延伸に寄与

背景・概要

株式会社ファミリーマートは、全国1万6,000を超える店舗を展開するコンビニエンスストアの運営企業として、年間50億食ものおにぎり、パン、お弁当などの中食を提供しています。食の外部化が漸増傾向にある中で、お客様の健康に配慮することは重要テーマと位置付けており、中でも食塩の過剰摂取への対策は急務と考え、2018年以降は特に食塩の使用量が多い傾向にある弁当類、麺類における減塩への取組を開始しています。

ファミリーマートではお客様の健康に配慮した商品を提供し続けられるよう、「おいしく減塩」「気づいたら減塩(こっそり減塩)」を商品開発コンセプトに掲げ、日本国民の健康寿命延伸に寄与していくことを目標として取り組んでいます。

取組内容

●社内勉強会

2017年11月、減塩食品の専門家を招いて「減塩の必要性と減塩食品の現状」に関する社内勉強会(100名)を実施。

●社内プロジェクト化

2018年3月、減塩化に取り組むプロジェクトチームを社内に設置し、以下の目標を設定。

- 日本栄養改善学会等の13の学協会からなるコンソーシアムによる「健康な食事・食環境」のスマートミール基準を満たした弁当の開発。
- 日本高血圧学会が認証するJSH減塩食品リストに掲載される基準を満たした減塩食品の開発。

●スマートミール商品の開発・販売

2018年8月、スマートミール弁当「炙り焼 鮭幕の内弁当」を販売、第1回スマートミール認証に応募し認証される。

2019年2月、スマートミール弁当「味わい御膳」を販売。

●JSH減塩食品の開発・販売

2018年10月、「25%減塩ドレッシング」を販売、JSH減塩食品リストに掲載される(2019年4月JSH減塩食品アワード受賞)。2019年10月、「40%減塩大きな柿の種」を販売、JSH減塩食品リストに掲載される(2020年4月JSH減塩食品アワード受賞)。

●スマートミールおよび減塩食品の認知拡大

2018年11月、市町村の保健師・栄養士の集う研修会(700名)にてスマートミール弁当などを紹介。2019年5月、第8回臨床高血圧フォーラム(久留米市)にてランチョンセミナーの弁当に採用される。ランチョンセミナーでは、スマートミール弁当の開発経緯と、これからの取組(レンジ麺の減塩)について公表。

●「こっそり減塩」をスタート

2019年10月、レンジ麺(きつねうどん、かき揚げそば、ソース焼きそば)3種を減塩化(減塩を標榜しない「こっそり減塩」をスタート)。2020年8月現在、弁当、惣菜、麺類等を合わせて、28種類(期間限定の季節商品は除く)の製品の減塩化(食塩相当量約20%減少)を実施。



【炙り焼 鮭幕の内弁当】

1食あたり
エネルギー 672kcal
食塩相当量 2.6g
野菜 142g



【味わい御膳】

1食あたり
エネルギー 657kcal
食塩相当量 2.9g
野菜 165g

↑スマートミール認証を取得した減塩弁当(取扱店舗の店頭にて予約申込・受取)。JSH減塩食品リストに掲載されている調味料や加工食品を弁当の材料に使用



↑減塩した麺類の例(きつねうどん、かき揚げそば、ソース焼きそば)

成果

●28種類の製品を減塩化

28種類(季節商品は除く)の製品を減塩化。減塩食品28種類の合計販売数量は1.07億食、相対的減塩量は97.3t。

※販売数量は2019年9月～2020年8月の1年間の販売数量。相対的減塩量とは、もし減塩食品を発売しなかったら(従来品のままであったら)どれだけ余分な食塩を提供したかを表す指標。

今後の展望

食のインフラを担う一企業として、お客様に日々お買い上げいただく商品への大きな責任を認識しております。今回受賞させていただいた「おいしく減塩」「気づいたら減塩(こっそり減塩)」の研究開発の更なる推進と取組の拡大を実施し、健康寿命の延伸に少しでも貢献することを考えています。



FamilyMart Collection
食べごたえのあるおいしさ
大きな柿の種

塩分 40% オフ
K-C2 乳酸菌 100 個値

Kaki No. 1 Taste Savory Rice Crackers
Crispy and sticky rice crackers
favorably seasoned with soy sauce.
60g 233kcal (1袋60gあたり)

↑ JSH減塩食品リストに掲載されている減塩食品(和風ドレッシングと柿の種)。和風ドレッシングは25%減塩でサラダコーナーで販売。柿の種は40%減塩でおつまみコーナーで販売



	品種数	販売数 (千食・千個)	相対的減塩 (t)
弁当類 ※スマートミール弁当 2 品種を含む	6	26,672	32.7
麺類	15	60,095	53.9
惣菜類	5	15,261	9.5
ドレッシング	1	4,705	1.1
菓子(柿の種)	1	20	0.1
合計	28	106,753	97.3

第9回



健康寿命を
のばそう!
AWARD
優秀賞

喫煙率0%達成に向けた 卒煙への取り組み

受賞者 **ロート製薬株式会社** (大阪府大阪市)

取組アクション



喫煙者自らが企画した卒煙イベントを会社がサポート

背景・概要

ロート製薬株式会社では、25年以上前から受動喫煙対策および従業員の卒煙支援に取り組んできました。2004年に28.7%あった喫煙率はさまざまな取組により減少していましたが、2014年から2018年にかけては十数%台と減少に歯止めがかかっていました。このことから、2018年に、**2020年までに全社員が喫煙習慣から離脱することを会社として宣言し、社員自らの意思で卒煙し、喫煙率0%を達成するためのアクションを実施することとなりました。**

取組内容

●「上野卒煙ダービー」&卒煙サポート

2018年7~9月、12月に、喫煙率の高い拠点において、喫煙者自らが「上野卒煙ダービー」を企画・実施。計2回の卒煙ダービーを行い、**拠点社員が一体となって卒煙を応援するイベント**を実施した。2018年10月~2019年12月には、遠隔禁煙外来プログラムへの参加者を募集し、卒煙を希望する社員に、禁煙外来にかかる全費用の補助を行った。2019年1月には、非喫煙者、卒煙者の定着のために、社内通貨「ARUCO」によるノンスモーキングコイン・卒煙コインを導入した。

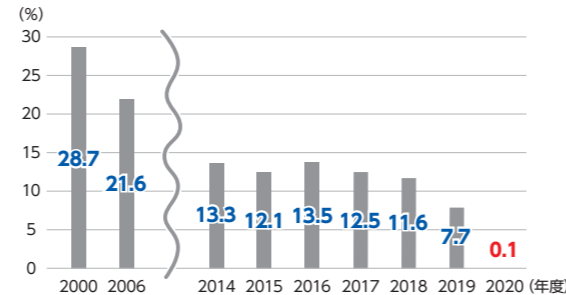
●情報共有・情報発信

2019年4月には、禁煙推進企業コンソーシアムに加入し、**社内外での取組の共有・発信**などを行った。

成果

●**喫煙率が11.6%から0.1%に減少** 2018年3月1日時点で11.6%であった喫煙率が、2020年4月30日時点で0.1%となった。上野卒煙ダービーでは20名が卒煙を達成(達成率100%)、遠隔禁煙外来プログラムでは17名が卒煙を達成。また、ARUCOの卒煙コイン導入により、最新の喫煙率の把握につながった。禁煙推進企業コンソーシアムでは、自社の取組の発表を行い、またロート製薬独自の禁煙ロゴマークを作成し、社員の名刺に記載して情報発信につなげている。

●**周囲の人への健康効果&自発的な卒煙をサポート** 喫煙は、多くの病気と関係しており、予防できる最大の死亡原因である。また、喫煙者本人だけではなく周囲の人に対する副流煙による悪影響も大きいことから、このような取組は社員のみならず多くの人の健康寿命の延伸に貢献できていると考えられる。また、強制ではなく社員一人ひとりが自らの意思で禁煙する=卒煙にこだわりサポートする楽しい仕組みづくりを行っていることに意義があると考えている。



↑喫煙率の推移

順位	氏名	所属
10
9
8
7
6
5
4
3
2
1

↑上野卒煙ダービー出走表

第9回



健康寿命を
のばそう!
AWARD
スポーツ庁長官
優秀賞

『FUN+WALK』 バーチャルウォーク日本縦断

受賞者 **東芝ライテック株式会社** (神奈川県横須賀市)

取組アクション



実際の歩数と連動したバーチャルウォークと インセンティブで歩く習慣づくりを推進

背景・概要

定期健康診断の問診結果で、従業員の最大の健康課題が「運動不足」であることが判り、解消に向けた取組を行いたいと考えスタート。また、約7割の従業員が、一日の自分の歩数を「知らない」という事実が発覚したため、運動の第一歩であり、老若男女、勤務地・職種・職歴・資格・役職を問わず、自分のペースで実施することが可能なウォーキングに着目。**運動習慣がない従業員にも運動のきっかけを与え、楽しみながら日々の歩数を意識(認識)してもらい、少しでも運動してもらうことを目的とした。**

取組内容

●**歩くことが楽しくなるコンテンツを提供** 目標歩数は、厚生労働省「健康日本21」が推奨している「成人男性9,200歩/日、成人女性8,300歩/日」に設定。実際に歩いた歩数と連動し、**バーチャルで日本国内の拠点(営業拠点・工場・事業所、全42か所)を訪れる**たびに、ご当地グルメや観光名所の紹介、従業員の写真等を見ることができコンテンツをイントラネット上に構築。歩く楽しみに加え、会社についても知り、また、自分がその地に行ったかのように楽しめるようにした。

●**ランキングとインセンティブで習慣化** 従業員にスマートフォンアプリ「FUN+WALK」の利用を推奨し、1週間の歩数を登録してもらうことで自分の歩数を認識させた。毎週水曜日に、登録者の歩数を集計し、1週間の個人ベスト200、部課ごとのベスト20、スタートからの個人通算ベスト100を発表。更に、歩いた歩数とクリアした拠点や地域により自動でポイントが付与され、ゴールしたら合計1,000ポイント=5,000円相当の健康増進グッズと交換できる仕組みを構築。健康保険組合とのコラボヘルスを展開し、生活習慣改善キャンペーンで助成金を受けた。

成果

●**歩数に対する意識&コミュニケーションが向上** 定量的データを定期健康診断時の問診(COVID-19の影響で2021年にずれ込んだ)で確認する必要はあるものの、従業員の約3割が参加している現状と、日々の会話の中で「歩数が目標に達しなかった」「先週は〇〇さんより良い成績で頑張った」といった声が聞かれるなど、歩数を意識する人が増えた上、社内でのコミュニケーションが活性化した。



↑イントラネット上に構築したコンテンツ

順位	氏名	歩数	所属
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10

↑毎週掲載される社内「お知らせ」の歩数ランキング

第9回 健康寿命をのばそう! AWARD 優良賞

全社で取り組む健康増進! 「朝食フォトコンテスト」で朝から元気に

受賞者 **大東建託株式会社** (東京都港区)

取組アクション



背景・概要

遅い時間の夜食や運動・睡眠不足など生活習慣の課題が多く、特に朝食を食べる者の割合が全国平均より突出して低かった。そこで、2016年より社内で「朝食フォトコンテスト(以下、コンテスト)」を毎年実施。朝食を食べる者の割合の増加によって、生活習慣病予防や生活習慣病のハイリスク者の減少につなげることを目的としている。



↑コンテストに応募された「野菜たっぷりの朝食」

取組内容

- 全社員を対象としたコンテストを毎年開催** 対象者は全社員とし、全国974名の衛生管理者を推進役とした。統括する人事部安全衛生課が毎年テーマを決定し、安全衛生委員会(以下、委員会)や社内掲示板等で周知。毎年7月頃の1か月間を実施期間として、268支店・部門から朝食の写真と、朝食に関するエピソードを募る。応募作品は委員会にて審査、選考後、テーマに沿った優秀作品を決定し、社内外で公表するとともに、健康関連の賞品を贈呈。コンテスト終了後も委員会を通じて朝食をとるよう啓発している。
- コンテスト結果や好事例を横展開することで社員の行動変容を促す** コンテストへの応募数は、どの年度も100件(対象者の30%)を超え、コンテストの認知度と朝食への関心は年々増加している。各支店・部門にコンテスト結果や好事例を横展開することで、朝食をとることについての意識向上を図っている。職場全体の取組が社員の行動変容に影響し、朝食を食べる者の割合はコンテスト開始後4年間で3.4%(約340人)増加。健診結果では、生活習慣病重症者数が取組開始前の2016年1.42%(149人)から、2019年1.02%(95人)に減少している。

第9回 健康寿命をのばそう! AWARD 優良賞

アクティブ! 街を綺麗にしながら 心と体の健康をつなGO!! プロジェクト

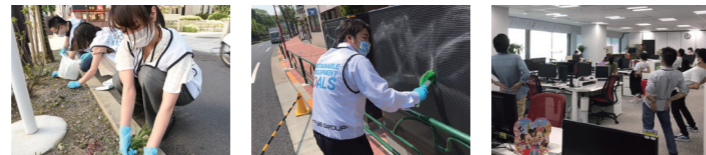
受賞者 **株式会社 NEXTAGE GROUP** (東京都港区)

取組アクション



背景・概要

従業員約400名の健康の維持・増進のため、必然的に運動量が向上するような取組を導入し、とにかく「体を動かすこと」を毎日のルーティンとした。



↑地域の清掃活動や朝の体操など、体を動かすことで心身のリフレッシュにも

取組内容

- 街の落書き消し** 壁や電柱、電話ボックス等の落書き消しを実施。従業員の運動量が増え、地域の美化・治安にも貢献。
- クリーンキャンペーン** 東京ふれあいロードプログラムの団体として都から認定された区間(港区港南二丁目)を中心に、清掃や緑化活動を実施。港区主催のクリーンキャンペーンにも参加。全国の施工現場では、その現場および周辺の清掃活動を朝・昼・夕の3回実施。
- 毎朝の掃除** 全国の支店で事務所内と事務所周辺の近隣清掃を実施。
- 毎朝の体操** 全国の支店に「これだけ腰痛体操(3秒)」を導入。体操を導入することで、行動災害の未然防止効果を見込む。
- 喫煙者ゼロ** 卒煙活動を続け、現在、全従業員が非喫煙者に。全国の事務所は、都道府県や市区町村にてタバコ対策優良施設登録をして、社員だけではなく来客者を含めた意識向上を図っている。
- 健康だよりを毎月発行** 旬の野菜を使った料理や熱中症対策の食材、メンタルヘルス対策の料理等を紹介。
- スタンディングデスク** 腰痛・運動不足・肥満などの予防・対策のために導入。

第9回 健康寿命をのばそう! AWARD 優良賞

健康づくりをエンターテインメントへ ～行動変容促進プログラム「健診戦」～

受賞者 **株式会社博報堂DYホールディングス** (東京都港区)

取組アクション



背景・概要

一年に一度、必ず訪れる「定期健康診断」に着目。社員は「忙しいのに時間を取られる」「面倒くさい」「避けられるから仕方なく受ける」といったように、健診を「義務的なもの」として捉えていたが、健診を「前向きに健康改善に取り組むきっかけ」に変えることによって、社員の行動変容を促し、こうした課題の解決を行うことを目的とした。

取組内容

- 行動変容促進プログラム「健診戦」を開発** 前年度の健診データと比較し、一人ひとりの「健康改善度」をスコア化。改善度が高い社員を表彰する仕組みと、健診結果を直感的に理解できるよう表現したWebサイトにより、社員の自発的な健康増進モチベーションを創出。産業技術総合研究所、東京大学と連携し、産官学体制で各種健康データを解析することで、健康経営におけるボトルネックの発見、損失コストの算出等を実施。
- 無関心層や有リスク者も巻き込み、意識・行動変容と健康改善を実現** 1,710名(社員の約40%)が参加(同年度内に実施した健康施策の中で、参加率が最も高かった他施策と比較して1.7倍)。参加者の健康意識・行動変容した割合は65.9%(不参加者42.5%と比較し23.4ポイント高)。参加者の健康改善した人の割合は55.5%(不参加者51.3%と比較し4.2ポイント高)。有リスク者が最も多い40～50代男性が最も改善した。



↑スタイリッシュなポスター掲出など、イメージを転換するための情報発信



↑健診結果をわかりやすく表現した結果発表サイト



第9回 「パ・リーグ6球団公式アプリ 「パ・リーグウォーク」 毎日の歩数でチームを応援!

受賞者 パ・リーグウォーク実行委員会
(パシフィックリーグマーケティング株式会社内)(東京都中央区)



「ファン心理」を核にしたゲーム性の高い健康増進施策

背景・概要

健康づくりや運動・スポーツ実践の普及を図る上で、いわゆる「無関心層」と呼ばれる人々を含め、さまざまな人が無理なく続けられるための支援が求められている。プロ野球パシフィック・リーグ(パ・リーグ)6球団では、公式アプリ「パ・リーグウォーク」を無料配信し、野球ファンが楽しみながら自然とアクティブになれる取組を進めている(主催:パ・リーグウォーク実行委員会)。

取組内容

●ファン心理を核とした行動科学理論と ゲーミフィケーションに基づくウォーキング支援アプリ

「パ・リーグウォーク」は2016年3月に無料配信を開始したスマートフォン用アプリ。ファン心理を核とした行動科学理論とゲーミフィケーション(ゲーム要素の応用)に基づき設計されており、アプリの特徴的な機能の一つには、歩数応援合戦がある。これは、実際のプロ野球の試合開催日に行われる、対戦球団のファン同士による一日合計歩数の対戦機能。その他、歩数対戦に基づくチームの順位表や、各個人の歩数記録表示、累計歩数に基づくレベル(MVP、1軍、ファーム(2軍)、草野球のバッジ)、歩数ランキングといった機能がある。また、インセンティブとして、1万歩達成日には、応援球団の中からランダムに選ばれた選手1名の画像がもらえる「選手図鑑」機能もある。アプリはオフシーズン(10月から3月)を含め、いつでもどこでも使用可能。球場来場者だけでなく、テレビ観戦しているファンも利用できる。健康づくりとしての運動に無関心な人にも訴求するよう、「健康のため運動しましょう」といったメッセージ発信を意図的に抑え、ファンを結び付け、連帯感を高めつつ野球を楽しむツールとして位置づけることに主眼を置いている。



↑お気に入りのチームによってロゴや色が変わるアプリ

成果

●歩数増加に加え、運動への関心が低い層へのリーチも

大規模な匿名データを用いた準実験デザインによる検証の結果、これまでに以下の成果が確認されている。

- 累計6万ダウンロード超(全国47都道府県、2020年8月時点)
- 利用者の歩数がインストール前より平均579歩/日の増加(アプリ非利用のパ・リーグファン対照群との比較、差の差分析)
- 歩数増加が9か月後も持続(9か月時点で平均559歩/日の増加)
- 1日1万歩達成者の割合増加(1万歩達成へのインセンティブ機能追加前後、24.4%→27.5%)
- 既存保健事業でリーチ困難な層での成果(男女、壮年期、運動前熟考期、幅広い社会経済的特性)



第9回 養成したボランティアが リーダーとして運営・実施する 「公園体操」

受賞者 京都市左京区地域介護予防推進センター



高齢者が歩いて通える「公園」を運動と地域交流の場に

背景・概要

地域における介護予防プログラムである運動器の機能向上を目的とした教室を実施するにも、高齢者が歩いて通える場所の確保が困難であった。区内在住の高齢者がいつまでも介護を必要とせず、その地域で健康に暮らせるよう、自宅から歩いて通える場所にある公園などを利用して、誰もが気軽に自由に参加できる「公園体操」を実施。参加者の健康寿命の延伸、自発的な社会参加を促すことで地域共生社会の構築、交流による仲間づくりや地域づくり、そして、応募してきたボランティアを取組のリーダーとして養成することで、参加者が自主的に地域で活躍できる場の提供と生きがいづくりを図った。

取組内容

●区内30か所の公園などで週1時間程度の軽運動を実施
「公園体操」は、区内30か所の公園などで実施。参加者は老人新聞や回覧板、地域包括支援センターなどの協力により募集。内容は各会場で毎週1時間程度の軽運動などを実施。ストレッチや音楽に合わせた体操、脳トレなどを基本的なプログラムとして、それ以外は各ボランティアリーダーが創意工夫をしてさまざまな取組を行っている。

ボランティアは行政の広報紙を利用して募集。リーダーとして養成するための講座(4回)として、講義や実技指導を実施。修了したボランティアリーダーは居住する地域の公園などで指導を行う。また、毎年内容の充実や、リーダーとして悩みなどを共有できるフォローアップ講座も開催している。

成果

●年間3万人以上が参加する地域行事として定着 年間で延べ3万人以上が参加し、ボランティアリーダーも100人以上が登録し活躍している。独居の高齢者、75歳以上の高齢者などの参加も増えており、地域に欠かせない行事になっている。

●地域の安心・安全を支えるコミュニティとしても機能 独居や高齢者夫婦が定期的に参加することで、参加者同士のコミュニティの場となり、他者への労りなど高齢者には貴重な社会参加の場となったと考えている。また、警察と消防との連携により、孤独死や詐欺被害などの抑止にもつながっていると考える。



↑「公園体操」の様子



↑ボランティアリーダー養成講座の様子



↑フォローアップ講座の様子



↑目印ののぼり旗

第9回 健康寿命をのばそう! AWARD 優良賞

森林の癒し効果を活用した新たな運動提供スタイルの可能性を探る実証実験事業

受賞者 間伐こもれび会 (愛知県安城市)

取組アクション



背景・概要

都市と中山間地域の交流人口を生み出し、観光林業による林業の活性化への可能性を示すことで森林の機能を維持し、都市生活者に森林の持つ癒し効果の中での運動指導を提供するモデル事業として実証実験を実施。



←森林ヨガ(左)と森林フラ(右)。実験結果を基に、医学博士と連携し「医学的根拠に基づく指導員を育成」をする「一般社団法人予防医療ライフ」を設立

取組内容

●森林の癒し効果を活用した新たな運動提供スタイル 間伐こもれび会が山主と協定書を結び間伐整備した森林(「実証実験会場」)に各スポーツ系インストラクターや専門家を招き、「森林フラ」「森林キャンプ・ブッシュクラフト」「森林ヨガ」などを行う実証実験を2019年より継続実施。

●予防医療の場として森林を活用 予防医療は、「良い環境」「ストレス軽減」「適度な運動」「生活習慣の改善」「良い食事」といった側面からのアプローチが必要であり、健康寿命延伸のためには、科学的・医学的根拠に基づいた適切な指導ができる各指導員の育成と同時に、指導員による新たな予防医療指導の場として解放空間である森林(国土の67%、約2,500万ヘクタール)を活用することが大切だと考える。

第9回 健康寿命をのばそう! AWARD 優良賞

口コミ戦略により「正しい健康情報」を国民の心に届ける健幸アンバサダープロジェクト

受賞者 スマートウェルネスコミュニティ協議会 (SWC 協議会)

取組アクション



背景・概要

健康寿命の延伸や社会保障費の適正化に向けては、国民の約7割といわれる健康無関心層の減少が重要とされる。また、新型コロナウイルス感染症などの健康課題が多様化し健康情報が溢れる中、国民には正しい情報を取得し活用できるヘルスリテラシーが求められる。無関心層にも健康情報を届けるためには、地域や職域等での多様なコミュニティにおいて一定の信頼関係(ソーシャルキャピタルが高い)がある中での口コミが効果的であるという仮説に基づき、推進を行った。

情報を伝えた方が行動を変えたか(全体) (n=369) (%)



↑健幸アンバサダーによる口コミの効果

取組内容

●健幸アンバサダー講座をハイブリッド型で実施 自治体、住民組織、NPO、企業、学術団体等と連携し、「健幸アンバサダー」養成講座と認定者向けのフォローアップ講座を開催。2020年度は、感染症対策の一環でハイブリッド型(オンラインとオンライ)講座とし、コロナ禍に対応した講座の追加や健幸アンバサダー通信の臨時号を配信。

●2万人以上の健幸アンバサダーがインフルエンサーとして活躍 全国で2万人以上の健幸アンバサダーが活躍中。2019年フォローアップ講座参加者390人への調査結果から、健幸アンバサダー1人あたりの情報伝達人数は15.2人/年、健幸アンバサダー自身の行動変容した生活習慣は、運動63.4%、食事49.4%、健診受診19.6%、外出が増えた21.9%。情報を伝えた相手の55%(無関心層でも41%)が行動変容したと回答した。

第9回 健康寿命をのばそう! AWARD 優良賞

千葉県発 8029(ハチマル肉)運動による健康寿命延伸への取り組み

受賞者 一般社団法人千葉県歯科医師会

取組アクション



背景・概要

フレイル予防のためには筋肉の機能維持が重要で、必要なたんぱく質摂取が必要だが、肉類の摂取量は加齢とともに減少する傾向がある。そのため、80歳になっても肉類をはじめとした良質なたんぱく質を摂取できる状態を維持することで介護いらずの元気な高齢の方を増やし、健康寿命の延伸を目指した取組として、幼児期からの食育と健全な口の環境の育成を行い、成人後も継続したサポートを続ける「8029(ハチマル肉)運動」を開始した。

取組内容

●県の条例に採択 平成30年11月より本事業を開始し、令和2年3月には千葉県行政の理解を得たことで「千葉県 歯・口腔の健康づくり推進条例」が改正され「8029運動」が追加明記された。

●千葉県歯科医師会が中心となって啓蒙・PR活動を展開 現在、千葉県歯科医師会の会員及び他職種団体、一般市民への更なる周知のために、各種媒体での「8029運動」に関する記事の掲載、郊外型ショッピングモールでのイベントの開催、食品関連会社とタイアップした広報活動を企画・展開。施設や歯科医院での各種指導の効果に関するデータの収集を大学と共同で行っている。また、啓蒙促進のためのパンフレットや掲示用ポスターの作成に加え、市民・他職種向けの講演会を積極的に開催。



↑ショッピングモールで行ったイベントの様子



↑啓発ポスター



地域特性に応じた住民共働による健康づくり「きらきらウェルネス地域推進事業」

受賞者 豊田市 (愛知県)



中学校学区ごとに健康課題をまとめ住民主体の健康づくりを推進

背景・概要

愛知県豊田市は、平均寿命及び健康寿命ともに国や県平均を上回り、標準化死亡比は老衰が圧倒的に高く他疾患は平均以下のものが多い。一方で、特定健診受診率や特定保健指導率が低く、各種検査データが高値の者や運動習慣のない人が多いことから、市民の健康意識の向上と生活習慣の改善が課題となっていた。そこで、**中学校学区ごとに地域診断結果をまとめた「地域健康カルテ」をもとに、地域特性に応じた住民共働による健康づくりを推進し、地域の健康水準の向上を目指すための事業としてスタート。**現在は、市民の健康づくりを推進する事業として、「第8次豊田市総合計画重点施策」「健康づくり豊田21計画(第3次)」に位置づけられ、年次計画に基づき着実に推進。

取組内容

●**中学校学区ごとの担当保健師と地域が共働で推進** 中学校区ごとに配置された地区担当保健師が、各地区の住民や地域関係団体等と地域健康カルテにより地域の健康課題を共有し、PDCAサイクルに基づく健康づくりを住民と共働で推進。具体的な推進方法は、**①地域診断、②地域の意見交換会、③地域の健康づくり計画の作成、④計画に基づく事業の実施⑤効果の検証及び事業の見直し**、の5段階。地区担当保健師と住民とが連携や役割分担をしながら推進している。

成果

●**地域特性に応じた健康づくりの広がり** きらきらウェルネス推進事業に取組む中学校区の増加により、平成27年度から令和元年度の5年間で、地域の健康づくり計画に基づく事業数が15.7倍(472事業)、のべ参加者数が21.8倍(125,446人)に増加。住民主体による健康づくり活動や、学校・企業・医療機関等の地域のソーシャルキャピタルとの共働による取組の増加等、地域特性に応じた多様な健康づくりの広がりが見られる。また、未実施地区と比較して、特定健診受診率が高く、高血圧などの該当者率も低い。介護予防事業の自主活動グループ数(206か所)や実参加者数(3,630人)も5年間で2.5倍以上と増加。
●**地域主体で持続可能な健康づくり** PDCAサイクルに基づく中学校区単位の取組のため、目的や成果が行政・地域の双方にわかりやすく、住民の事業参加率が向上することにより、健康知識の普及や行動変容につながりやすくなった。更に、地域の健康づくり計画の作成で住民の役割を可視化したことにより、保健師等の専門職の介入が最小限であっても、地域が主体的に持続可能な健康づくりを行えるようになっている。



↑「きらきらウェルネス地域推進事業」の概要や取組内容、主な成果



寝たきりにさせないまちづくりをめざし、健康づくり推進員とともに取り組む

受賞者 尾張旭市 (愛知県)



市民の筋力・体力維持に向けた筋トレを健康づくり推進員が支援

背景・概要

愛知県尾張旭市は、平成16年に「健康都市宣言」を行い、地域の健康づくりのリーダーを育成し、その集まりで「尾張旭市健康づくり推進員会」を設置。寝たきりにさせないまちづくりをめざし、**29人(令和2年8月現在)の健康づくり推進員とともに、筋トレの自主グループ活動を支援している。**その成果を評価するため、大学との共同研究を実施したところ、**健康づくり推進員が関わることが参加者の運動機能の向上に寄与していることが実証された。**

取組内容

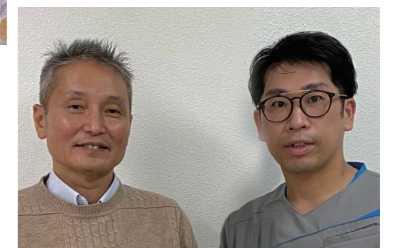
●**健康づくり推進員が筋トレグループを15年以上にわたって支援** 地域の健康づくりのリーダーである健康づくり推進員(以下、推進員)が、市民が主体的に地域で活動する筋力トレーニング(名称:らくらく筋トレ体操) (以下、筋トレ)自主グループを支援しはじめてから、15年以上が経過している。

成果

●**64グループ・1,400人が継続的にトレーニング** 地域に64の筋トレ自主グループがあり、1,400人が定期的に筋トレを実施。筋トレ自主グループの中には、推進員の支援を受けながら、継続活動をしているグループも多数。
●**筋トレを支援する推進員の貢献が明らかに** 推進員からの効果検証を望む声を受け、大学などとの共同研究を実施。地域の筋トレ自主グループの中で4年間連続して体力測定を受けた185人を対象とし、推進員が支援に関わっているグループと推進員が支援に関わっていないグループの2群に分類し、体力測定の結果を分析した結果、10m歩行速度・最大脚伸展力について有意差が認められた。推進員がグループ活動を支援することは、参加者の運動機能向上の促進要因となり、市民の健康寿命延伸に重要な役割を果たしていることが考えられる。



↑「らくらく筋トレ体操」の様子



↑共同研究者の方々(理学療法士)



尿中ナトリウム測定検査を活用した慢性腎臓病対策における5年間の保健活動評価について

受賞者 京都府 京丹波町役場

取組アクション



背景・概要

平成26年度に慢性腎臓病予防対策として尿中ナトリウム測定検査を導入し、食塩摂取量の数値化による具体的な保健指導、栄養指導をスタート。5年間で実施したポピュレーションおよびハイリスク対策における保健事業について、住民の意識変容及び保健活動の効果判定を評価するため、令和元年度に2回目の尿中ナトリウム測定検査を実施。

取組内容

- 5年間の主な成人保健活動 ①結果報告会における保健指導、栄養士による栄養指導(毎年)、②慢性腎臓病予防教室(ハイリスク者対策)(毎年)、③一般健康講座(ポピュレーション対策)(毎年)。
- 成人健診で尿中ナトリウム測定 令和元年6～7月の成人健診にて、尿中ナトリウム測定検査及び食生活アンケートを実施。19歳から74歳の健診受診者のうち、希望者1,376人(男性618人・女性758人)に対し、早朝第1尿による尿中ナトリウム測定検査を実施し、①推計1日食塩摂取量、②ナトリウムカリウム比の2項目で評価。結果は、①1日食塩摂取量は女性はやや改善が見られたが、男性は少し悪化(男性は0.1g上昇、女性は0.2g低下)。②ナトリウムカリウム比は女性において平均値に改善が見られた(男性0.1低下、女性0.3低下)。

年齢別	平成26年度				令和元年度			
	男性		女性		男性		女性	
	塩分	Na/K	塩分	Na/K	塩分	Na/K	塩分	Na/K
～29歳					8.9	5.6	8.2	5.5
30歳代	8.7	4.5	8.1	4.2	9.0	4.1	8.2	4.9
40歳代	8.7	4.5	8.2	4	8.7	4.7	7.9	3.9
50歳代	9.2	6.4	8.9	5.2	9.4	5.5	8.7	4.4
60歳代	9.5	5.3	9.3	5.2	9.7	5.5	9.2	4.7
70歳代	9.5	5.1	9.4	5.2	9.6	5.1	9.1	4.9
全体	9.4	5.3	9.1	5.0	9.5	5.2	8.9	4.7
全国(栄養調査)	10.9		9.2		10.8		9.1	
	平成26年度				平成29年度			

↑平成26年度と令和元年度の調査結果の比較



地元の酒店・菓子店や飲食店との協働で推進する高血圧対策(減塩への取組)

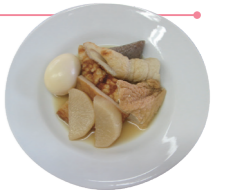
受賞者 長崎県時津町

取組アクション



背景・概要

住民に対して高血圧対策としての「減塩の必要性」を長年伝えてきたものの、住民からは「どのように減塩してよいかわからない」「減塩はおいしくない」といった声が聞かれた。そこで、新たな減塩事業の取組をスタートした。



↑開発した減塩おでん

取組内容

- 減塩フォーラムを開催 新たな食環境整備のキックオフとして減塩フォーラムを開催(高血圧者を中心とした住民約160名参加)。外部講師を招き、減塩の知識やJSH減塩食品を紹介。減塩おでんを開発し、その他減塩食品も含めて試食会を実施。
- 減塩推進協力店を募集 減塩おでんを開発したものの、減塩しょうゆが町内で未販売だったため、商工会を通じて取扱い可能な小売店を募集し、2店舗(酒店・菓子店)での取扱いがスタート。また、減塩料理を提供する飲食店を募集し、1店舗(居酒屋食堂)で減塩おでんが入った減塩弁当(スマートミール認証)の販売がスタート。
- 減塩食品の紹介・配布 幼児健診・相談、特定健診・保健指導、健康ポイント制度事業で減塩食品・減塩おでんレシピを紹介・配布。
- 個別・集団での高血圧の保健指導 特定健診結果で高血圧者に対して、保健指導を実施。町の高齢者教室や地区の栄養教室やサロンなどで、高血圧と減塩についての集団健康教育を実施。また、特定健診結果で高血圧の有見が多い地区には、重点的に高血圧の健康教育を実施。
- 尿中塩分量の検査を実施 減塩に対する住民の意識向上を図るため、3歳児健診や特定健診にて尿中ナトリウム測定検査を実施。



「オールしばた」でめざす「健康長寿のまち しばた」の達成に向けて

受賞者 新潟県 新発田市

取組アクション



背景・概要

新潟県新発田市は、脳血管疾患年齢調整死亡率が全国と比較して高く、昭和40年代から生活習慣病対策を医師会や関係機関、大学、地域と連携して健康づくりを推進。老若男女が「住みよいまち」と感じるよう、食育や健康づくり、介護予防の活動を進めるとともに、市民が主体的に取組に参画することにより、個人を社会全体で支える持続可能な仕組みの構築を目指している。

取組内容

- 「オールしばた」でめざす「健康長寿のまち しばた」の達成に向けて 平成15年度には、市民の健康づくり気運を高める観点から、全市的なポピュレーションアプローチの担当部署として「めざせ100彩推進係」を設置。市民公募により「めざせ100彩健康づくり推進実行委員会」を結成し、市民参画のもとウォーキングや食育等のイベントを実施。平成21年度には「食の循環によるまちづくり推進計画」を策定し、幼稚園・保育園年長児で「一人でご飯が炊ける」、小学6年生で「一人でご飯を作れる」、中学3年生で「一人でご飯(のっぺ)が作れる」を具体的なめざす姿として食育事業を展開。介護予防においても、全国に先駆けて住民が主体的に地域の通いの場を運営するなど、各年代において特色ある取組を展開してきた。令和元年度には「健康長寿のまち しばた」をめざすため、市民や関係する団体など、さまざまな分野の人たちが参画し、「健康長寿アクティブプラン」を策定、協働により健康長寿への取組を更に加速していくこととした。





禁煙啓発にかかる複合型アプローチ ～全国1位の喫煙率から脱却するために～

受賞者 全国健康保険協会 北海道支部

取組アクション



背景・概要

平成30年度の北海道支部の喫煙率は40.3%と全国1位で、北海道民における肺の悪性新生物による死亡率も全国1位、腎不全での死亡率も全国2位。そこで、データヘルス計画の目標に「喫煙率の低減」を掲げ、具体的な取組をスタート。



喫煙者に対するリスクスコアを活用したオーダーメイド型のお知らせ(見本)

取組内容

- 喫煙者に対するリスクスコアを活用したオーダーメイド型のお知らせ** 加入者個人の健診結果に基づき、リスクスコア(疾病発症確率)を活用し、「禁煙した場合の脳卒中等の発症確率がどの程度低下するか」等、自分ごと化したオーダーメイド型の通知を送付。令和2年1月に本通知を送付した28,578名を対象に、令和2年1月～令和2年5月までのレセプトデータから抽出したところ、禁煙外来受診者は70名であった。また、平成30年度に類似事業を実施した効果(通知後に禁煙した者)を踏まえると、1,500名以上(約5%)の禁煙が期待できる。
- 健康診断の機会を活用した医師による簡易禁煙指導** 健診時に医師からの禁煙指導を実施。令和元年度に禁煙指導を実施した15,050名を対象に、令和元年4月～令和2年5月までのレセプトデータから抽出したところ、禁煙外来受診者は54名であった。また、指導実施後に対象者に行ったアンケート結果において、「参考になった」が86%、「禁煙を考えるきっかけになった」が75%であったことから、加入者の行動変容(禁煙を検討するきっかけ)につながっており、大きな効果が期待できる。



社員食堂のスマートミールを活用した 生活習慣改善チャレンジプロジェクト

受賞者 東洋インキ SC ホールディングス株式会社・トップグループ健康保険組合

取組アクション



背景・概要

2016年より健保組合が実施している「Happy&Healthy Canteenプロジェクト」とのコラボヘルスで、「特定保健指導のモデル実施」に沿った生活習慣改善チャレンジプログラムに参加。チャレンジ期間中は腹囲と体重の減少を目指し、参加者にスマートミールのメニューを喫食してもらっている。

取組内容

- 「特定保健指導のモデル実施」** BMI25以上、又は特定保健指導の積極的支援の方を対象に、「特定保健指導のモデル実施」として、3か月間社員食堂を利用して体重-2kg、腹囲-2cmの減少を目標に実施(対象者を各地区から3名選抜)。社員食堂でスマートミールと同等の基準のメニューを期間中提供できるように各社員食堂事業者へ依頼し、健保組合加入企業全体で実施。
- 参加者のモチベーション維持** 2週間ごとに取組状況に応じたランクを認定し、4週に一度健保組合より認定証の配布と取組状況のフィードバックを実施。体重、腹囲の減少状況や、レコーディング、行動目標の実施状況に応じてランク分けをし、ランクに応じた賞品を贈呈。プログラム終了後も継続して健康的な食生活ができるよう管理栄養士のコメントを記入した表彰状を授与。
- 定期的な保健指導** 地区ごとに、健保組合所属医療職(保健師等)による定期的な保健指導や、管理栄養士・健康運動指導士が作成した栄養・運動のハンドブックを配布。



↑プログラム終了後も健康的な食生活が習慣化するよう、管理栄養士のコメント入りの表彰状を授与

受賞者の声

厚生労働大臣
最優秀賞

株式会社ファミリーマート



喜びの声

このたびは当社の減塩活動をご評価いただき、誠にありがとうございます。非常に光栄であり、日々商品の開発を行っているメンバーにとって大きな励みとなりました。また、共に商品開発を行っているお取引先様ともこの喜びを共有し、今後もお客様の健康に配慮した商品づくりを進めてまいります。

厚生労働大臣
優秀賞
企業部門

ロート製薬株式会社



喜びの声

今回の受賞は、苦勞して卒煙に取り組んだ社員のみならず、それを応援し温かくサポートし続けた社員全員の愛情と努力が認められたものだと思っています。喫煙は依存性がありますが、誰かのために頑張ろうという気持ちと、一人ではないと思えること、少しでも楽しく取り組む工夫で続けることができたのではないのでしょうか。この経験とノウハウを、今後は他企業や社会に広めていきたいと考えています。

厚生労働大臣
優秀賞
団体部門

パ・リーグウォーク実行委員会
(パシフィックリーグマーケティング株式会社内)



喜びの声

このたびは、厚生労働大臣 優秀賞をいただいたことに、メンバー一同誇りに思います。“自分が好きなプロ野球球団を応援することが、健康寿命を伸ばすことにつながる”。サービス開始の2016年当初から、このコンセプトでサービスを運営してまいりました。今回の受賞をきっかけに、プロ野球ファンはもちろん、日本の社会全体にこのコンセプトが浸透するように、今後もサービス運営に努めてまいります。

厚生労働大臣
優秀賞
自治体部門

豊田市（愛知県）



喜びの声

地区担当保健師による住民共働の健康づくりの取組が、他の自治体のモデルとなると評価され、関係者一同大変嬉しく思うとともに自信を持つことができました。この事業を始めてから8年が経過し、各地区に保健師が根付き、市民の皆さんが主体的に健康づくりを行うまちになってきました。今後も私たちは、楽しく健康で幸せな生活が送れるように、この取組を更に盛り上げていきます。

スポーツ庁
長官
優秀賞
企業部門

東芝ライテック株式会社



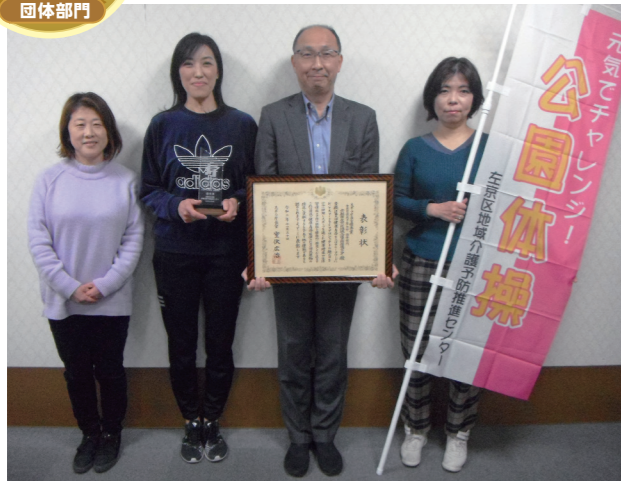
喜びの声

健康経営施策として、事務局・安全担当・産業医療職等で『誰でも簡単にできる運動』を浸透させるべく開始しました。今回、高評価を頂けたことは光栄です。これを機に、従業員の意識改革につながればよいと思います。実施に支障がある方も、机に手をついて足踏みや、椅子に座って手を振るなど、気軽に参加していただきたいと思います。日常に少しの運動を取り入れ、皆が健康寿命を伸ばしてほしいです。

受賞者の声

スポーツ庁
長官
優秀賞
団体部門

京都市左京区
地域介護予防推進センター



喜びの声

アワードに応募した動機は、日頃活動されているリーダーの皆さんへの“感謝”と“励み”との思いですので、この受賞は皆さんで分かち合ってください。今回の受賞と「京都市いきいきアワード2019」での大賞受賞は、公園の有効活用と高齢者の生きがいづくりが評価されたものだと思います。次なる目標は、元気な高齢者を増やす「公園体操」が各地で実施され、ボランティアリーダーの全国大会を開催することです。

スポーツ庁
長官
優秀賞
自治体部門

尾張旭市（愛知県）



喜びの声

長年ともに取り組んだ活動が評価されたことは、大変意義のあることだと思っています。日頃から、効果があることは感覚的に感じていましたが、数値で確認できたことは、大きな自信となりました。今後も本市が掲げる「寝たきりにさせないまちづくり」を目指し、筋力トレーニングの普及に努めていきたいです。今回の受賞にあたり、ご支援をいただいた関係者全ての皆さまに感謝いたします。