



第1回
健康寿命をのばそう!アワード
受賞プロジェクト事例のご紹介



お問い合わせ先

Smart Life Project事務局
〒104-0045 東京都中央区築地4-7-3-8F
TEL:03-3524-0786 FAX:03-3524-0779(土日祝、年末年始休業を除く、10:00~17:00)
E-mail:info@smartlife.go.jp

Smart Life Project とは

厚生労働省では、より多くの国民の生活習慣を改善し、健康寿命をのばすことを目的として「スマート ライフ プロジェクト」を平成23年2月に開始しました。これは、企業・団体と厚生労働省が連携し、国民の健康づくりを応援・推進する運動です。

プロジェクトにご参画いただいた企業・団体の皆様には、生活習慣病予防に直接つながる3つの行動「適度な運動」「適切な食生活」「禁煙」について、従業員・職員の方への呼びかけ、地域でのイベントの実施や協力、商品やサービスを通じた消費者への呼びかけなどを行っていただきます。



健康寿命をのばそう!アワードとは

厚生労働省では、本年より、生活習慣病予防の啓発活動の奨励・普及を図るため、「健康寿命をのばそう!アワード」を創設しました。

この表彰制度は、自治体、団体、企業等において、「Smart Life Project」が掲げる3つのテーマ(適度な運動・適切な食生活・禁煙)を中心に、健康増進・生活習慣病予防への貢献に資する優れた啓発・取り組み活動の奨励・普及を図ることを目的としたものです。

第1回健康寿命をのばそう!アワード実施概要

主催	スマート ライフ プロジェクト(厚生労働省)
後援	健康日本21推進国民会議、健康日本21推進全国連絡協議会、すこやか生活習慣国民運動実行委員会
実施期間	≪応募受付≫2012年10月19日(金)~12月14日(金) ≪表彰式≫2013年3月6日(水)13:00~ 会場：都市センターホテル(東京都)
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り組みを行っている自治体・団体・企業 ※平成24年1月1日から平成24年12月14日までに実施された活動。
募集部門	①自治体部門 ②団体部門 ③企業部門
表彰	厚生労働大臣 最優秀賞(1件) / 自治体部門優秀賞(1件) / 団体部門優秀賞(1件) / 企業部門優秀賞(1件) 厚生労働省健康局長 自治体部門優良賞(5件以内) / 団体部門優良賞(5件以内) / 企業部門優良賞(5件以内)

審査委員長

永井良三 自治医科大学 学長 (元東京大学医学部付属病院院長・循環器内科教授)

審査委員

斎藤敏一 すこやか生活習慣国民運動 実行委員会 委員長
 武見ゆかり 女子栄養大学・大学院 教授
 中村正和 大阪がん循環器病予防センター 予防推進部長
 西川りゅうじん マーケティングコンサルタント
 古井祐司 国立大学法人東京大学 特任助教 / ヘルスケア・コミッティー株式会社 代表取締役
 宮崎雅則 厚生労働省 健康局 がん対策 健康増進課 課長
 宮地元彦 独立行政法人 国立健康・栄養研究所 健康増進研究部長
 渡辺俊介 国際医療福祉大学大学院 医療福祉学 研究科 教授

(50音順)

巻頭に寄せて



審査委員長

永井 良三

自治医科大学 学長
(元東京大学医学部付属病院院長・循環器内科教授)

働く人、家庭の主婦、高齢の方…健康と病気はすべての国民の皆様にとって重要なテーマです。病気の中には、今の医学では対処できないものもありますが、働き盛り以降の病気の多くは、生活習慣が影響を及ぼします。誤った生活習慣を長く続けることは、本人はもとより、その家族、ひいては社会のサステナビリティ(持続可能性)に関わる問題になってきます。考えてみると、自治体も団体も企業も、健康を考えることは自分たちのサステナビリティと深い関係があるといえるのではないのでしょうか。

今回、「第1回 健康寿命をのばそう!アワード」では自治体、団体、企業とも実にいろいろな取組を応募いただきました。審査員は全員、応募頂いた166件の審査書類の全てに目を通し、優れた取組が多いこともあり、審査会では審査委員から数多くの論点が提議され、白熱した議論が交わされました。日本の企業の9割を占め、地域の食を支える中小企業こそ評価すべきという論点。長年、社内健康施策を実践してきた大企業を評価すべきとの論点。地方だけではなく、大都市圏での健康施策こそ重要であり、光を当てるべきという論点があり、大きな自治体の総合的な施策が成果を上げている傍ら、小さな自治体の、焦点を絞った健康施策を評価すべき、という論点がありました。また、企業の商品に対する受賞は慎重にすべきだ、いや、そういう取組こそ評価すべきだ、といった論点が出されました。結果として、実に多様な取組が選ばれましたが、それ自体が社会に対するメッセージとなっていると考えております。

審査員の方々の多大な議論を経て、結果として現在の日本の健康寿命の延伸に関わる活動を代表する、広がりやバランスのある取組を選出できたと自負しております。受賞された取組の内容を改めて拝見しますと、身体的な健康はもとより、心の問題、社会的、コミュニティ的な課題、そして地域経済の活性化や教育、企業経営、まちづくり全体に至る、さまざまな領域への広がりがあります。まさに、健康寿命という課題は、医療を中心に含みつつも生活の、そして社会のすべてに関わる課題であることをこのアワードが示唆しているかと思われまます。一方で、多くの取組を審査する中で、健康寿命を延ばす、という目的のために、医療本来の視点での科学的なエビデンスや医療以外の領域へと拡大することなど今後は重要であることを感じております。

国民の健康づくり運動である「健康日本21」やスマート ライフ プロジェクト及びアワードが、自治体・団体・企業、及び全ての国民の皆様の、健康寿命の延伸に向けての活動や取組のきっかけとなることを願っております。

以上

目次



厚生労働大臣 最優秀賞

05 健康寿命日本一に向けた ふじのくに の挑戦……………静岡県

自治体部門

厚生労働大臣 優秀賞

07 「健康寿命延伸都市・松本」をめざして……………長野県松本市
To Become "The Sustainable Healthy City, Matsumoto"

厚生労働省健康局長 優良賞

08 健康の駅よこて……………秋田県横手市
08 「たじみ健康ハッピープラン」に基づく地域ですすめる喫煙対策……………岐阜県多治見市
09 めざそう!“健康・予防 日本一” ふじえだプロジェクト……………静岡県藤枝市
09 いきいき元気推進事業……………愛知県東海市
-市民一人ひとりが主体的に健康づくりができる環境づくり-
10 ソーシャルキャピタルの醸成による「健康市民おかやま21」の推進……………岡山県岡山市

団体部門

厚生労働大臣 優秀賞

11 在宅医療から被災地・石巻の健康・生活復興への挑戦…医療法人社団 鉄祐会 祐ホームクリニック 石巻
一般社団法人 高齢先進国モデル構想会議

厚生労働省健康局長 優良賞

12 ICTを活用した生活習慣病予防・改善事業…特定非営利活動法人 健康保養ネットワーク
12 栃の葉ヘルシープロジェクト……………全国健康保険協会 栃木支部
13 JA 健康寿命 100 歳プロジェクト……………全国農業協同組合中央会
13 熊野古道健康ウォーク……………特定非営利活動法人 熊野で健康ラボ
14 健康長寿のまちづくり市民運動……………延岡市健康長寿推進市民会議
~めざせ天下1!健康長寿のべおか~ 1に運動・2に食事・3にみんなで健診受診

企業部門

厚生労働大臣 優秀賞

15 三菱電機グループヘルスプラン 21 (略称:MHP21) ステージII……………三菱電機株式会社

厚生労働省健康局長 優良賞

16 DBJ 健康経営(ヘルスマネジメント)格付……………株式会社日本政策投資銀行
16 全社で一体となった健康増進活動……………三井化学株式会社
17 禁煙啓発プロジェクト……………ファイザー株式会社
17 水産練り製品における美味しい減塩商品の開発と積極的販売活動の推進…一正蒲鉾株式会社
18 医商連携まちづくり「うえきモデル」……………株式会社くまもと健康支援研究所



プロジェクト
健康寿命日本一に向けた
ふじのくにの挑戦

受賞者
静岡県

所在地 〒420-8601 静岡県静岡市葵区追手町 9-6 電話 054-221-2779
URL <http://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-430/kenzou/kenkoujyumu.html>
E-mail kenzou@pref.shizuoka.lg.jp / chouju@pref.shizuoka.lg.jp

健康寿命をのばそう!アワード表彰式



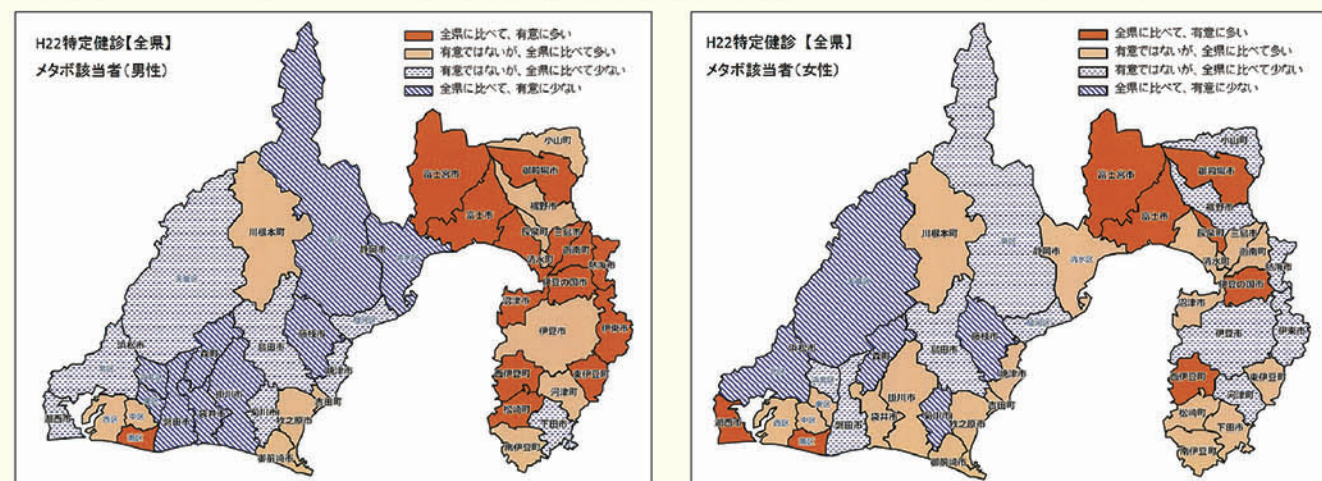
【取組・事業実施目的】

健康寿命日本一に向けた2つの目標

富国徳の理想郷“ふじのくに”づくりに取り組む静岡県では、健康寿命日本一の実現に向け、子どもから高齢者に至るまで明るく元気に過ごせる健康づくりを推進している。目標に掲げているのは、高齢者でも健康で自立して暮らすことができる「健康寿命の延伸」と、健やかで心豊かに生活できる「生活の質の向上」の2つ。その実践に当たっては、次第に失われつつあるご近所付き合いや世代間の交流に着目し、健康を支える地域コミュニティの相互扶助機能の強化を進めている。このほか、県全体を挙げた健康づくりを加速させるために、民間企業や関係団体等との協働を図る仕組みづくりにも取り組んでいる。



特定健診データ(49万人)データ分析 (出典 平成22年度特定健診・特定保健指導に係る健診等データ報告書第2版)



【取組・事業の概要と特徴】

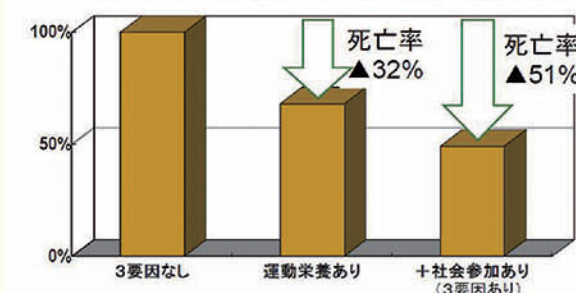
健康長寿の関する研究と49万人の特定健診データの分析

静岡県が10年間で22,000人を対象に行った高齢者コホート調査によって適切な食生活、社会参加を実施している人は、していない人に比べて、死亡率が約1/2となることがわかった。この調査結果をもとに静岡県では、適度な運動・適切な食生活・禁煙・社会参加の要素を盛り込んだ、県独自の生活習慣改善プログラム「ふじ33プログラム」を開発。

また、市町村や医療保険者の協力を得て49万人の特定健診データを分析し、その結果を市町村の健康づくりに役立つように「見える化」した市町村別健康マップを作成した。さらに、市町村等へのきめ細かい支援として、市町村別健康寿命「お達者度」を独自に算出したり、民間企業の参画を得た健康マイレージ等の事業展開を行っている。

静岡県高齢者コホート研究

- 高齢者14,001人の追跡結果(初回対象22,000人)
- 運動・栄養・社会参加について良い習慣がある人は長生き



・性別、年齢、体格指数、喫煙状況で調整したハザード比
・H24. 7. 21東海公衆衛生学会にて発表

【健康寿命をのばすポイント】

着実に成果を挙げる、「ふじ33プログラム」実践教室

こうした静岡県独自の生活習慣改善プログラム「ふじ33プログラム」の実践教室では、教室継続率93.6%、平均歩数1,232歩増加、バランス能力18%向上、食塩摂取量6%減少等の健康寿命延伸に直接かかわる効果が得られている。また、前述の「お達者度」の算定や「市町村別健康マップ」の作成を通じて、高血圧症や喫煙状況等、市町村がそれぞれ抱える健康面での課題を明らかにすることができ、個々の課題に対応した健康づくり事業の実施に繋がっている。

さらに、こうした教室の継続的な開催や健康マイレージ事業の実施等を通じて、これまで健康に関心の薄かった県民各層にも健康づくりの輪が広がることが今後大いに期待されている。





プロジェクト

「健康寿命延伸都市・松本」をめざして To Become "The Sustainable Healthy City, Matsumoto"

受賞者

長野県松本市

所在地 〒390-8620 長野県松本市丸の内 3-7

電話 0263-34-3000

URL <http://www.city.matsumoto.nagano.jp>E-mail kenkoka@city.matsumoto.nagano.jp

【取組・事業実施目的】

時代を先取りする都市モデルを地方から世界に発信

世界で類を見ない超少子・高齢社会に日本が向かっている中、松本市は時代を先取りする新たな都市モデルとして「健康寿命延伸都市・松本」を推進している。「健康寿命」を「健康で自立して暮らすことができ、明るく元気に生活し、実り豊かで、満足できる生涯の期間」と再定義し、そのうえで超少子・高齢型の人口減少社会で基礎自治体が取り組むべきもっとも基本的な目標を、「赤ちゃんからお年寄りまでが健康長寿を全うすること」と設定。目標実現に向けた街づくりに積極的に取り組んでいる。そして、この新たな都市モデルを、地方都市松本から全国へ、さらに、同じく近い将来、超少子・高齢化が進み、人口減少社会を迎える世界中の各都市へ向けて発信している。

【取組・事業の概要と特徴】

健康増進と産業力の強化で持続可能な市民社会の形成を

「健康寿命延伸都市・松本」の創造は、街づくりの全ての分野で「健康」を切り口に進められている。「健康」を「より良い状態を保つこと」と捉え、「人の健康」はもとより、「生活」「環境」「経済」「教育・文化」「地域」の6分野においてより良い状態を保つ試みを進め、「身体的、精神的、さらに社会的に健康」な都市づくりを目指している。その実現に向けては、保健、医療、福祉の充実強化に加え、地元大学と協働した「子どもの生活習慣改善事業」や、市内企業と連携した「がん検診推進事業」等を進めているほか、新たな産業の創出を図る「世界健康首都会議」を開催。市民の健康を維持増進すると共に、産業力の強化を図り、持続可能な市民社会の形成に取り組んでいる。

【健康寿命をのばすポイント】

さまざまな分野で「健康寿命延伸」を目指す、松本市の取り組み

他の自治体に先駆ける、先見性をそなえた取り組み事例として挙げられるのが、「子どもの生活習慣改善事業」「地域で支えあう自殺予防相談事業」であり、「若いときからの認知症予防事業」「タバコと向き合う松本スタイル」等の事業である。また、街づくりの全分野が「健康寿命延伸」を目指しており、社会的な健康をめざす観点から、関連企業の誘致や健康器具の開発活用、健康と観光の融合等にも積極的に取り組んでいる。さらに、意識の高い市民活動を背景とする豊かなソーシャル・キャピタルとの連携は、地域住民が主体となり、地域の文化財や広場をつなぐウォーキングコースを設定する「市民歩こう運動」といった自主的活動となって結実し、全市的な広がりを見せている。



プロジェクト 健康の駅よこて

受賞者 秋田県横手市

所在地 〒013-0044 秋田県横手市横山町1-1

電話 0182-35-2127

URL <http://www.city.yokote.lg.jp>E-mail kenkou@city.yokote.lg.jp

【取組・事業の概要と特徴】

3種類の「健康の駅」で、地域に密着した健康づくりを支援

「健康の駅よこて」は健康をテーマにした市民の交流拠点。「健康づくりのコンシェルジュ(案内役)」として、主に運動を切り口とした健康づくりを実践しており、市民の移動手段に配慮して大・中・小規模の「健康の駅」を開設している。「大規模駅」である『健康の駅よこてトレーニングセンター』には、健康運動指導士等の運動指導員が常駐し、幅広い年齢層の市民に有酸素運動マシンや筋トレマシン等を活用した健康づくり支援活動を展開している。また、公民館等を会場にした「中規模駅」と、町内会館等の「小規模駅」は、血圧測定・健康講話・運動指導・体力測定等、介護予防を重視した内容で、地域に密着した健康づくりサポートを実施している。



プロジェクト 「たじみ健康ハッピープラン」に基づく地域ですすめる喫煙対策

受賞者 岐阜県多治見市

所在地 〒507-0028 岐阜県多治見市弁天町1-9-1

電話 0572-23-6187

URL <http://www.city.tajimi.lg.jp/>E-mail hosen@city.tajimi.lg.jp

【取組・事業の概要と特徴】

地域の喫煙対策に取り組む、3つの柱

多治見市では地域での喫煙対策を、関係機関との連携によって総合的に推進している。第一に公共施設敷地内禁煙や路上禁煙地区指定など禁煙環境の整備、第二に禁煙支援として、通信制禁煙支援講座の開設や禁煙自主用教材の開発、妊産婦禁煙支援・再喫煙予防支援、禁煙サポート薬局事業等を展開。第三に未成年者喫煙対策として、未成年禁煙支援システムの構築や教育委員会等と連携した小・中・高の喫煙防止教育、保育園等での喫煙防止紙芝居等を実施している。その他、禁煙支援者や市民向けのセミナー、世界禁煙デーやお祭りでの受動喫煙防止啓発活動等も実施。喫煙対策に特化した検討会議を設置し、推進体制の強化も図っている。





プロジェクト めざそう!“健康・予防 日本一” ふじえだプロジェクト

受賞者 静岡県藤枝市

所在地 〒426-0078 静岡県藤枝市南駿河台 1-14-1 藤枝市保健センター 電話 054-645-1113
URL <http://www.city.fujieda.shizuoka.jp> E-mail kenkokikaku@city.fujieda.shizuoka.jp

【取組・事業の概要と特徴】

地域の宝を活かした健康イベントやマイレージ制度で市民参加型の健康づくりを推進

藤枝市では“健康・予防 日本一”を標語に市民参加型のヘルスプロモーションを進め「元気で長生き」の実現を目指す。プロジェクトとして、ウォーキング習慣を普及・定着させるための「バーチャル東海道の旅」や、健康を切り口に市内スポットを公募した「健康スポット20選」のマップを作成し、20選を活用したウォーキングやフォトラリーなどを開催。更に平成24年10月には地域・産業の賑わいづくりも絡めた「ふじえだ健康マイレージ」を創設し、健康行動の定着化と底辺拡大を促進した。平成25年2月からはWeb(PC、携帯等)でマイレージが利用できるシステムをスタートさせ、タイムリーな健康情報の検索・閲覧も可能にした。



プロジェクト ソーシャルキャピタルの醸成による 「健康市民おかやま21」の推進

受賞者 岡山県岡山市

所在地 〒700-8546 岡山県岡山市北区鹿田町 1-1-1 電話 086-803-1263
URL http://www.city.okayama.jp/hofuku/kenkoudukuri/kenkoudu_kuri_134.html
E-mail kenkou@city.okayama.jp

【取組・事業の概要と特徴】

住民独自の発想で、地域特性に合った多様な健康活動を推進

岡山市では、「健康市民おかやま21推進会議」を中心に、普及啓発部会、活動評価部会、職域・保険者連絡会、庁内推進会議を設置し、健康づくり活動や施策の協議・調整、情報交換等を行っている。6ヶ所の保健センターごとに「地域推進会議」が組織されているほか、住民に身近な小・中学校区ごとの推進組織も多数立ち上がり、地域の公民館等を拠点にウォーキング大会や健康教室の開催、地域の祭りでの健康づくりブース設置など、「健康」をキーワードに住民独自の発想でそれぞれの地域特性にあったさまざまな活動を実施している。こうした取り組みは、住民、組織のソーシャルキャピタルの醸成を目指したもので、市民の健康増進に大きく貢献している。



プロジェクト いきいき元気推進事業 —市民一人ひとりが主体的に健康づくりができる環境づくり—

受賞者 愛知県東海市

所在地 〒476-0003 愛知県東海市荒尾町西廻間 2-1 電話 052-689-1600
URL <http://www.city.tokai.aichi.jp/7552.htm>
<http://tokai-kenko.jp> E-mail kenkou@city.tokai.lg.jp

【取組・事業の概要と特徴】

市役所内で組織横断的に健康づくりを推進 企業や医師会との連携も

東海市では、市役所全体で市民の健康づくりを推進するため、関係部署ごとの計画を「健康・生きがい」を切り口に組織横断的に連結する、「健康・生きがい連携推進プラン」を平成22年11月に策定。翌年には、各部署を「つなぐ道具」として、「★」と「四つ葉」マークを用いた「あなたに合った運動・食生活応援メニュー」を開発し、市民へ無料でメニューを判定する事業をスタートさせている。さらに平成24年10月からは、自分の判定結果に合わせた運動や食生活が実践できるように、★や四つ葉マークを用いた市内の運動施設、飲食店との連携やウォーキングコースの整備等を進めているほか、市域全体にこうした健康づくりが広がるように、企業や医師会との連携にも取り組んでいる。





プロジェクト

在宅医療から被災地・石巻の健康・生活復興への挑戦

受賞者

医療法人社団 鉄祐会 祐ホームクリニック 石巻
一般社団法人 高齢先進国モデル構想会議

所在地 〒986-0801 宮城県石巻市水明北 2-1-24 電話 050-3777-2177
URL <http://you-homeclinic.or.jp/clinic/ishinomaki/#> E-mail info@you-homeclinic.or.jp

【取組・事業実施目的】

震災後の高齢者への在宅診療体制／在宅被災者への健康・生活支援体制を構築

東日本大震災後、石巻市では、高齢者を中心に通院困難者が大量に発生することが予想され、また、避難生活による高齢者の日常生活動作(ADL)の著しい低下、震災のショックや喪失感による鬱、PTSDなどによる心の問題が表面化していた。また、外来診療所は7割まで復旧したが、基幹病院の1つである石巻市立病院の機能停止により、急性期病院からの退院患者の受け皿が不足することが予想された。医療法人社団 鉄祐会 祐ホームクリニック石巻では、24時間365日の在宅診療体制を整備。院長の武藤真祐が代表を務める一般社団法人 高齢先進国モデル構想会議は、行政だけでは目の届かなかった、津波被害のあった地域にそのまま居住していた「在宅被災世帯」の支援団体として、石巻医療圏 健康・生活復興協議会を設立。健康・生活面の総合的な支援を目的としてアセスメントによる健康・生活サポート事業に取り組んでいる。

【取組・事業の概要と特徴】

多くの方の支援から生まれた被災地支援活動

祐ホームクリニック石巻の設立にあたっては、地元医師会、病院や行政、住民、県外の団体、企業、財団のさまざまな協力と支援を得て、震災からわずか6ヶ月の2011年9月に診療を開始した。看護師、スタッフには、地元の方々を雇用し、開業から1年余りで述べ患者数は200名以上を超える規模になった。また、医療・介護関係者との勉強会など、地元医療・介護のネットワーク構築を推進した。在宅被災世帯の健康・生活サポート等を目的とする石巻医療圏 健康・生活復興協議会では、2012年12月までに2万件を超える世帯訪問を行い、サポートが必要と判断された約2800世帯に対して、必要とする医療・介護・自立支援・住環境支援などのサポートを進めている。

【健康寿命をのばすポイント】

在宅医療・介護の連携／アセスメント調査を通じた健康・生活サポート

医療法人社団 鉄祐会 祐ホームクリニック石巻では、最期を自宅で過ごす方の看取りまで行う。被災者の中には、自宅が被災し、応急仮設住宅での生活を余儀なくされる場合も多いが、それでも患者の顔は明るい。帰った場所が懐かしい我が家でなくとも、自分の自由な意思を尊重する空間が大切だと教えられる。石巻医療圏 健康生活復興協議会においては、アセスメントを元に、健康面、生活面ともに専門職が精査し、「医療」「介護」「自立」「心のケア」「見守り巡回」「住環境」の6つの領域サポート活動を展開している。



プロジェクト

ICTを活用した生活習慣病予防・改善事業

受賞者 特定非営利活動法人 健康保養ネットワーク

所在地 〒060-0001 北海道札幌市中央区北1西7 あおいビル2F 電話 011-211-1745
URL <http://www.kenkou-hoyou.net> E-mail info@kenkou-hoyou.net

【取組・事業の概要と特徴】

双方向テレビ会議で健康づくりを指導

特定非営利活動法人 健康保養ネットワークは総務省の補助事業として北海道内の4市町村(留萌市、登別市、滝上町、西興部村)と連携しICTを活用した生活習慣病予防事業を実施。医師等医療スタッフや運動指導の人材が圧倒的に不足している地域で、旭川医科大学、上記市町村と連携し、遠隔での運動指導や健康相談、e-ラーニングシステムによる生活習慣病予防効果を実証。特定保健指導対象者及び一般住民を対象に、健康セミナーと、運動指導などテレビ会議システムによる双方向の運動指導のほか自習用として自己学習システムによる運動プログラムも提供した。事業を通してバイタルデータの改善を実現、体力測定結果も一定の改善を確認できた。



プロジェクト

栃の葉ヘルシープロジェクト

受賞者 全国健康保険協会 栃木支部

所在地 〒320-8514 栃木県宇都宮市大通り1-4-22 MSC第2ビル1階
電話 028-616-1691

【取組・事業の概要と特徴】

ロコモティブシンドローム・食育・禁煙等幅広く健康施策を推進

全国健康保険協会栃木支部では、幅広く健康施策を推進。保健師、管理栄養士によるロコモティブシンドローム(以下ロコモ)についてのセミナーでは、受講者は7項目のロコモチェックを行うことで、自分の状態を確認し、ロコモ予防・改善に効果的なロコトレの実践を行った。また、宇都宮市と連携しての「うつのみや食育フェア」では、保健師・管理栄養士による食生活等の改善アドバイスを実施。健康福祉センターと共催で肺年齢チェックや呼気中一酸化炭素濃度の測定を行い禁煙のための動機づけを推進した。平成22年の栃木県後援の「健康保険セミナー」を転機に、県内の全地域事業所を対象とした研修会兼対話集会や「医療費適正化セミナー」、「出前健診」等も実施している。





プロジェクト JA健康寿命100歳プロジェクト

受賞者 全国農業協同組合中央会

所在地 〒100-6837 東京都千代田区大手町 1-3-1JAビル 電話 03-6665-6241
URL <http://www.ja-care.net/active/100age.php> E-mail kourei.s@zenchu-ja.or.jp

【取組・事業の概要と特徴】

全国のJAで地域に根ざした活動を展開し、健康長寿をめざす

全国農業協同組合中央会では、健康で自立して暮らせる老後の期間である健康寿命の延伸にスポットをあて、「運動」「食事」「健診・介護・医療」の3本柱によって、「100歳まで農作業で達者が一番!」の実現を目指している。「無理なく、楽しく、簡単に!」をコンセプトに、さまざまな分野で取り組みやすい活動プログラムを開発し、参加者の輪の拡大に取り組んでいる。全国規模で推進するプログラムとして、ウォーキング、5色の食材による100歳弁当、認知症サポーター養成、口腔ケアなどのメニューを提示しているほか、地域の特性に応じ、軽体操、地産地消や減塩料理教室、健診受診促進活動など、多様な展開を行っている。



福島県 JA そうまの JA 健康寿命 100 歳 PJ 復興ウォーク風景



プロジェクト 健康長寿のまちづくり市民運動

～めざせ天下ー!健康長寿のべおか～ 1に運動・2に食事・3にみんなで健診受診

受賞者 延岡市健康長寿推進市民会議

所在地 〒882-8686 宮崎県延岡市東本小路 2-1 電話 0982-22-7088
URL <http://www.city.nobeoka.miyazaki.jp> E-mail ti-iryu@city.nobeoka.miyazaki.jp

【取組・事業の概要と特徴】

市民13万人の全員参加で、健康長寿日本一をめざす

「地域医療を守る条例」の理念に基づき、産学民官により設置された延岡市健康長寿推進市民会議では、53団体が「運動」「食事」「健診」の3つの部会に分かれ、半年間のワーキングを実施し、「1に運動、2に食事、3にみんなで健診受診、めざせ天下ー!健康長寿のべおか」をスローガンにした行動計画を策定。計画に基づき、市内に約400ある自治区に健康長寿推進員を配置し、3万人調査、健康学習会、推進員の地域別研修会、体力測定会等を実施するほか、モデル地区の育成など全市的な活動を展開。さらに、協賛社を獲得し、健康活動でポイントを貯めると賞品が当たる「13万人のチャレンジ! ゲット健康長寿ポイント」を企画するなど、「みんなが主催者、みんなが参加者」となる市民運動拡大に努めている。



プロジェクト 熊野古道健康ウォーク

受賞者 特定非営利活動法人 熊野で健康ラボ

所在地 〒647-1731 和歌山県本宮町本宮100-1 熊野本宮館 電話 0735-42-0118
URL <http://www.kumano-de-kenko.com> E-mail kinoshita.2mh.fujihisa@jp.nssmc.com

【取組・事業の概要と特徴】

世界遺産を舞台にヘルスツーリズムを発信

特定非営利活動法人熊野で健康ラボは、世界遺産熊野古道はじめ地域の自然資源を活用し健康づくりや保養を「気候療法」を用いて行い、来訪者および地域住民の健康と、地域活性を推進することを目的に事業を実施してきた。一般個人および健保組合、企業、地元住民等を対象にした、熊野古道健康ウォーキングは、H17年以来13,500人が参加し、糖尿病やメタボリックシンドローム改善のための健康プログラムには1,000人が参加。健康プログラムは健康運動指導士、アスレチックトレーナー、栄養士のほかに、民間資格の気候療法士が行い、熊野詣でツアー商品の企画開発を行う着地型エージェントや旅行会社との連携によって健康づくりツアー(ヘルスツーリズム)を商品化し、全国へ情報発信もしている。





プロジェクト
**三菱電機グループヘルスプラン21
 (略称:MHP21)ステージII**

受賞者
三菱電機株式会社

所在地 〒100-8301 東京都千代田区丸の内 2-7-3 電話 03-3218-2212
 E-mail yoshida.koji@cw.MitsubishiElectric.co.jp

【取組・事業実施目的】

三菱電機グループヘルスプラン21 (略称:MHP21)とは

MHP21は、会社・労働組合・健保組合の3者協働事業として「生活習慣 変えてのばそう 健康寿命」のスローガンの下、BMI、運動習慣、禁煙、歯の手入れ、ストレスの5分野で従業員自身が主体的に生活習慣を改善できるよう職場から働きかける活動。人事担当役員や事業所長などのトップがリードする推進体制の下、全社共通目標とともに、事業所ごとの独自目標や、個人の独自目標を設定し意識付けを図っている。また、事業所毎の活動を促進するため、パフォーマンスドライバー（活動の点数化）による事業所の順位付けを行い公表。その結果MHP21は多くの目標項目において改善が認められ、一定の成果を達成。10年間の活動を経て今年から新たな5年間の活動（ステージII）を開始している。

【取組・事業の概要と特徴】

一定の成果を達成

まず①目標項目・目標値については「適性体重を維持しているもの」以外の全ての項目でスタート時から改善しており、一定の成果を確認。また②保険給付費（医療費等）への好影響が出ており、③生活習慣病の代表例である癌・心臓病・脳卒中による死亡者が大幅に減少しているなどは、一次予防を中心とした本活動の成果と考えられる。④参加型活動の成果としては、従業員の生活習慣が年々改善されてきていることおよび、各種活動への参加人数も年々増加している。更に広報・宣伝等により、グループ全体の従業員の健康意識向上に対して無形の効果があったものと考えられる。

【健康寿命をのばすポイント】

今後は更に「生活の質の向上」と「健康企業」の実現を推進

今後、MHP21ステージIIでは会社・労働組合・健保組合の3者の連携を更に強化し、事業所の特性（課題）に応じた活動や個人のリスクに応じた支援、健保が保有する医療費データ等の分析結果に基づくイベントの企画を通して、目標を達成していく。そのために、各事業所はより主体性と明確な目標を持ち、目標達成に向け活動を展開していく。また、活動のPDCAサイクルを回すため、全体推進委員会は、健康レポートを事業所に発行し、健康事業所表彰を行うとともに、関係会社の活動支援を強化。そして事業所の独自活動を活性化させるため、健康レポートの充実を図るとともに、人事部・健保などによる事業所支援チームの活動を開始する。活動の2年目を迎え、更に「生活の質の向上」と「健康企業」の実現を推進していく予定である。



社長出席の下、会社幹部・関係会社幹部・労組役員を集めた「安全・健康大会」を実施



プロジェクト **DBJ健康経営(ヘルスマネジメント)格付**

受賞者 **株式会社日本政策投資銀行**

所在地 〒100-8178 東京都千代田区大手町1-9-6 大手町フィナンシャルシティ サウスタワー 電話 03-3244-1170
 URL http://www.dbj.jp/service/finance/health/index.html E-mail grp_eco@dbj.jp

【取組・事業の概要と特徴】

格付けで、企業健康経営の取り組みを客観評価

株式会社日本政策投資銀行は、健康経営に優れた企業を評価・選定する格付システムに基く「健康格付融資」を実施。健康経営の取り組みが進んでいる企業への融資条件を優遇することで、従業員の健康の促進、生産性と収益性の向上、健康経営の概念の普及と促進を図る。健康経営格付の評価項目は、過重労働対策と生活習慣病対策、メンタルヘルス対策を中心に約120項目から構成。格付取得先に対してはロゴマークを提供し、PRのために企業がCSR報告書等の媒体に掲載することができる。格付付与後も企業健康経営の取り組みが適切に行われているかモニタリングを続け、評価項目の内容についても毎年度有識者の意見を取り入れながら高度化を図っている。



プロジェクト **全社で一体となった健康増進活動**

受賞者 **三井化学株式会社**

所在地 〒105-7117 東京都港区東新橋1-5-2 汐留シティセンター 電話 03-6253-2615
 URL http://jp.mitsui-chem.com/csr/society/employee/umr.htm E-mail Seitaro.Dohi@mitsui-chem.co.jp

【取組・事業の概要と特徴】

インセンティブで健康増進活動を活性化—ヘルシーマイレージ

三井化学株式会社では、生活習慣病の一次予防としてのポピュレーションアプローチの強化と、健康づくり活動を通じた職場内コミュニケーションの活性化に全社一体となって取り組んできた。各事業所で、ウォーキングイベント、フィットネス教室、食育教室、スポーツ大会、ミニ駅伝、食事教室、禁煙チャレンジ、社員食堂でのヘルシーメニューの提供、内臓脂肪測定会などを独自に企画し、こうした活動への参加や個人の健康行動をポイントに換算し、グループまたは個人でデータベース上に登録して点数を競うヘルシーマイレージ(HM)合戦を全社で展開。インセンティブとなる各種の仕組みを通じて、事業所をこえた全社での健康増進活動の広がりを実現している。





プロジェクト 禁煙啓発プロジェクト

受賞者 ファイザー株式会社

所在地 〒151-8589 東京都渋谷区代々木3-22-7 新宿文化クイントビル
URL <http://sugu-kinen.jp>

【取組・事業の概要と特徴】

禁煙啓発活動を通じて～健康な世界の実現のために～

広く世間一般に喫煙のリスクや禁煙のメリットを伝えるだけでなく、やめられない喫煙はニコチン依存症という疾患だということを認識していただくため、ファイザー株式会社ではテレビや新聞など、様々な媒体を通じて幅広く疾患啓発活動を展開している。さらには、ニコチン依存症をわかりやすく説明した冊子の配布や禁煙啓発ポスターの貼付などを通じて医療機関の禁煙啓発活動のサポートにも積極的に取り組んでいる。2012年からは受動喫煙シンボルマークや受動喫煙冊子を作成し、受動喫煙のリスク啓発にも注力している。医療機関のみならず、禁煙の取り組みに積極的な自治体や企業へのサポートも実施しており、その活動の幅広さが特徴として挙げられる。



最優秀賞

自治体部門

団体部門

企業部門



プロジェクト 医商連携まちづくり「うえきモデル」

受賞者 株式会社くまもと健康支援研究所

所在地 〒861-8046 熊本県熊本市東区石原 1-11-11 電話 096-349-7712
URL <http://www.kwsi.co.jp> E-mail h-matsuo@kwsi.co.jp

【取組・事業の概要と特徴】

健康づくりと商店街振興の連携で地域を活性化

株式会社くまもと健康支援研究所では、熊本県熊本市北区植木町をフィールドに、地元の医療機関、自治体、医療保険者、地元商工会と連携し、住民の健康データを元に個別の運動プログラムを作成。検診結果とかかりつけ医師の指示書に基づき、疾病予防・疾病管理等に効果のある運動サービスを提供している。また、健康状態に対応した弁当・健康メニューの提供や、温泉を使った保養プログラムの提供などを行うほか、健康サービスの利用状況に応じて地元の商店街で利用できる健康マイレージ「スイカード」を発行。住民が自ら健康づくりに取り組みやすい環境を整備するなど、住民の健康づくりと地場経済とを連携させた取り組みで地域活性化に貢献している。



最優秀賞

自治体部門

団体部門

企業部門



プロジェクト 水産練り製品における美味しい減塩商品の開発と積極的販売活動の推進

受賞者 一正蒲鉾株式会社

所在地 〒950-8735 新潟県新潟市東区津島屋 7-77 電話 025-270-7111
URL <http://www.ichimasa.co.jp> E-mail ichimasa@oden.ne.jp

【取組・事業の概要と特徴】

主力商品の塩分カットで減塩の普及促進

一正蒲鉾株式会社では、水産練り製品の主力アイテムに美味しい減塩配合を組み込み、日本食品標準成分表2010の数値に対し塩分カット率20～50%を実現。業界No.1の売り上げのカニ風味かまぼこ・サラダスティックの塩分40%カットを実現。さらにさつま揚げ、まめかま、鯛入り太竹輪といった主力商品や人気商品の塩分カットを実行するとともに、これら減塩商品の季節に合わせた料理メニュー提案を積極的に展開。今後は商品の更なる減塩化と普及促進に努め、また揚げ物関連の脂質減の研究開発などを通して、広く消費者の健康増進や生活習慣病予防への貢献を目指している。

