

令和5年8月30日(水)  
保健所運営協議会

# 日南・串間地域職域 連携推進協議会について



日南保健所  
健康づくり課健康管理担当

# 健康みやざき行動計画21(第2次)概要

- 平成25(2013)年度から令和5(2023)年度までの11年計画
- 健康で自立して生活できる期間である健康寿命を伸ばし、健康長寿社会の実現に向け、小児期から成人の10分野で目標を設定した県民の健康づくりの基本指針
- 生活習慣病の一次予防と重症化予防をすすめる

## 健康寿命の延伸・健康格差の縮小

### 主な生活習慣病の 発症・重症化予防

- － 糖尿病の予防
- － 循環器疾患の予防
- － がんの予防

### 社会生活を営むために 必要な機能の維持・向上

- － こころの健康
- － 次世代の健康
- － 高齢者の健康



## 生活習慣及び社会環境の改善

1. 栄養・食生活	2. 身体活動・運動	3. 休養・こころの健康	4. たばこ	5. アルコール
6. 歯の健康	7. 糖尿病	8. 循環器疾患	9. がん	10. 栄養・食生活(小児期)



健康みやざき行動計画21(第2次)による具体的な取組

# 全国の健康寿命

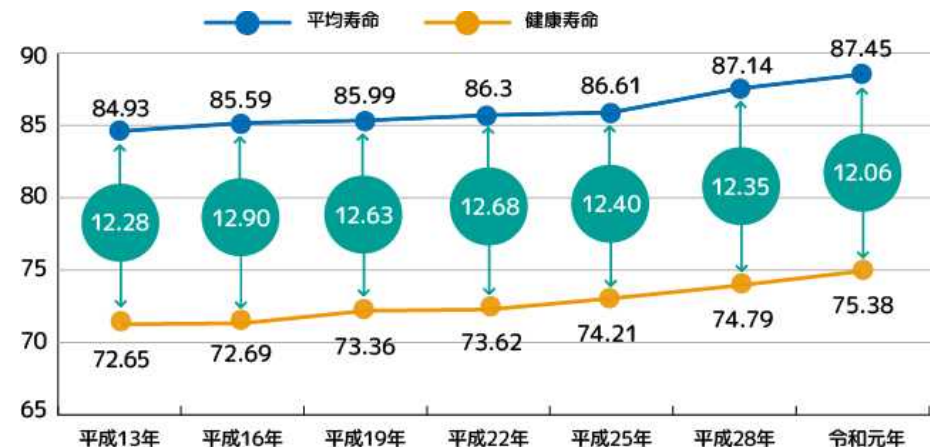
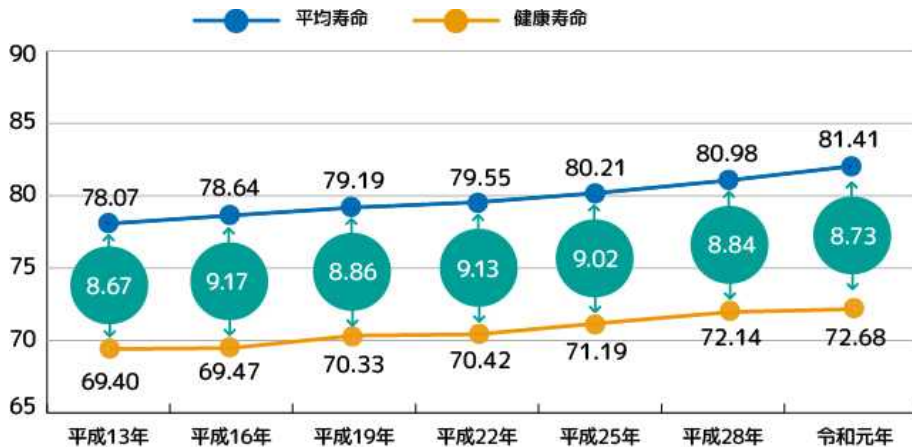
## 健康寿命とは

健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間

※国民生活基礎調査(Q. あなたは現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか。)の結果と生命表を基礎情報とし、サリバン法(広く用いられている健康寿命の計算法)を用いて算定する。

### 男性

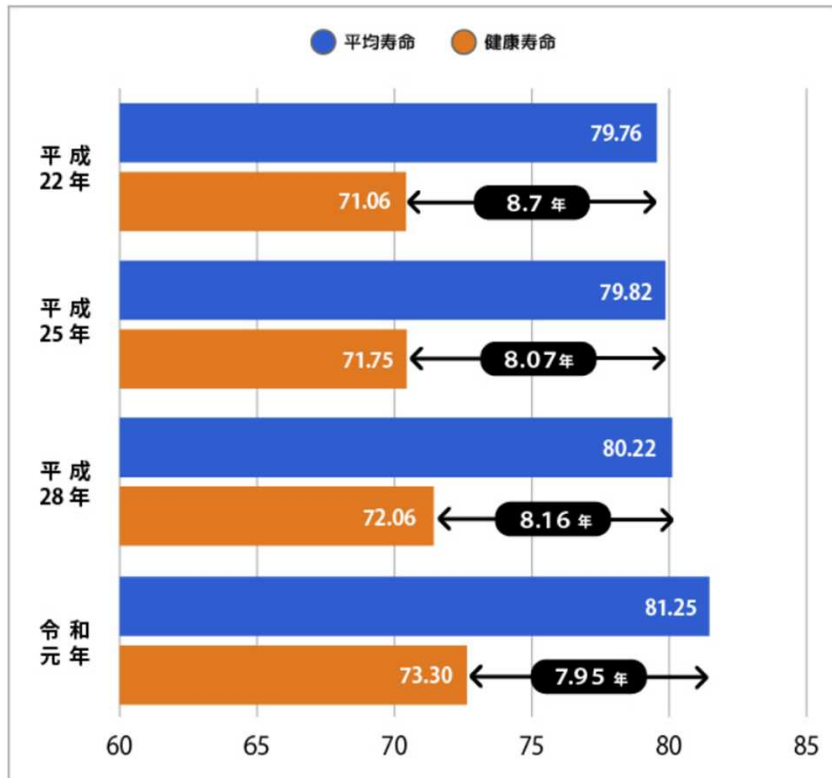
### 女性



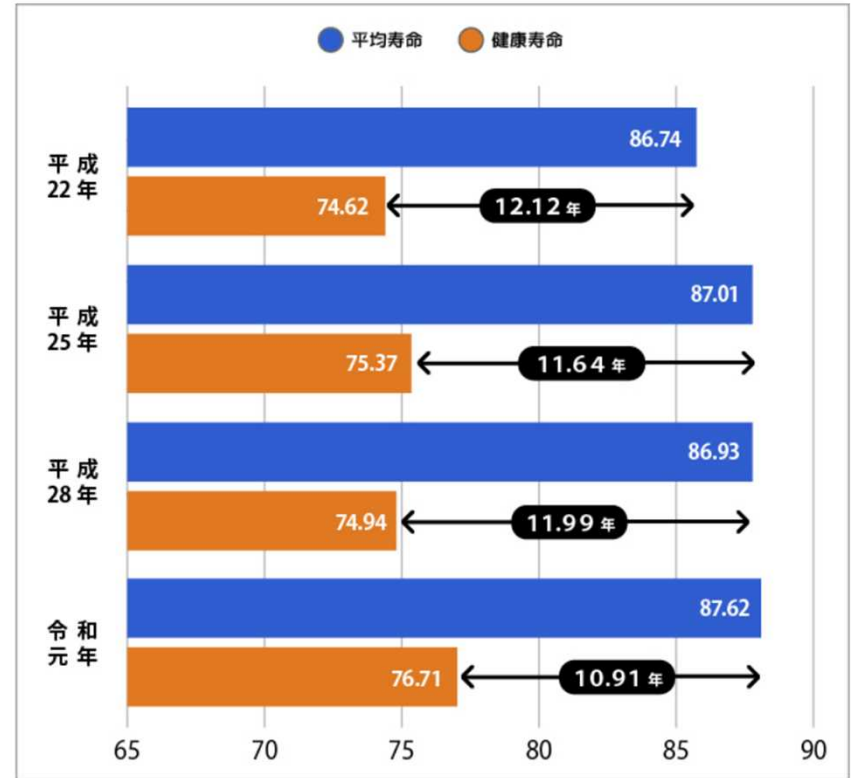
平成13年から令和元年の間で、  
平均寿命と健康寿命の差(日常生活に制限のある期間)は  
**縮小傾向**がみられる

# 宮崎県健康寿命

## 男性



## 女性



令和元年の宮崎県の健康寿命は、  
**男性：全国9位**（平成28年は23位）、**女性：全国3位**（平成28年は25位）。  
平均寿命と健康寿命の差は男女とも縮小している。  
目標は **平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加**！

# 宮崎県の健康づくりにおける主な目標

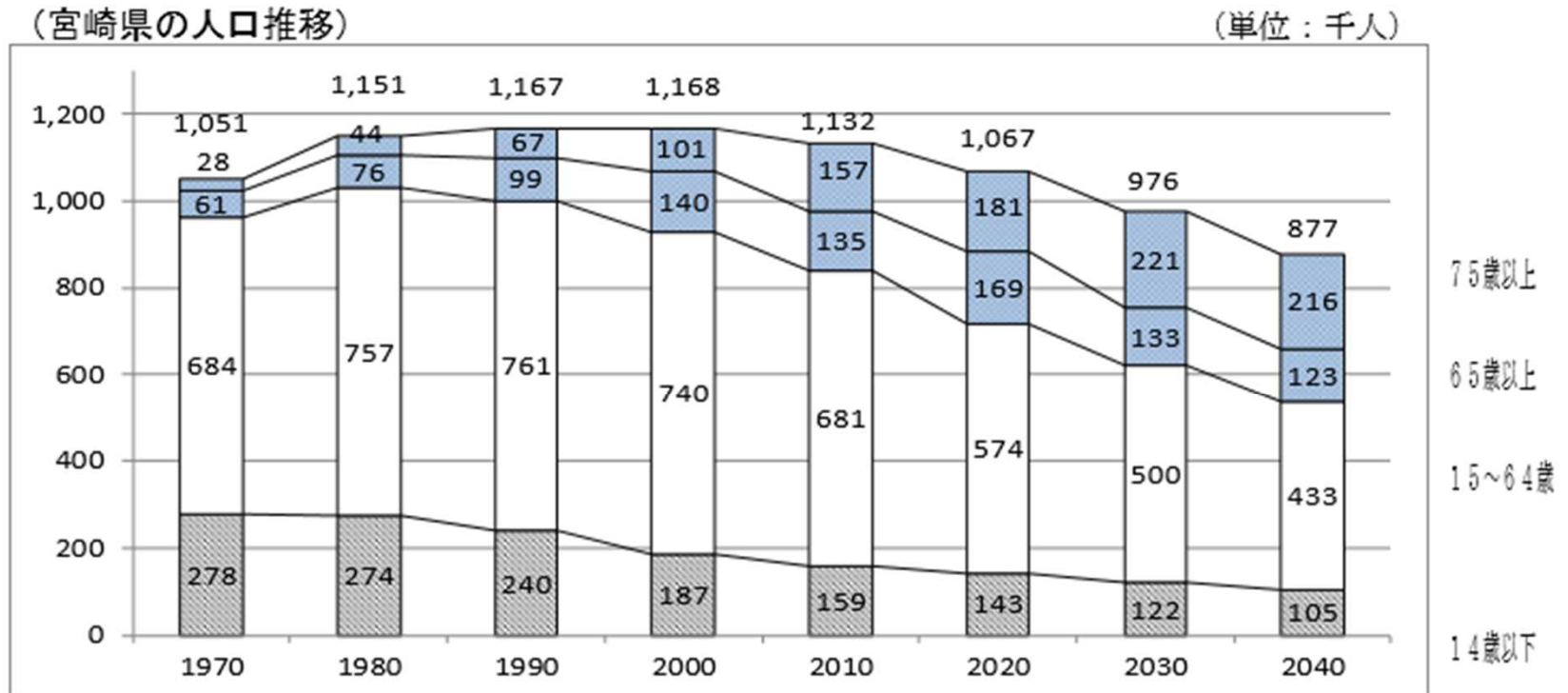


「健康みやざき行動計画21」の具体的な取組

平成27年度から「健康長寿社会づくりプロジェクト」を開始

★「健康づくり」「生きがいつくり」「県民一人ひとりの参加」がキーワード ★

# 少子高齢・人口減少社会の到来



(出典:2010年までは総務省国勢調査(年齢不詳除く)、  
2020年以降は国立社会保障・人口問題研究所 日本の地域別将来推計人口(平成30年(2018年)3月推計))

○人口減少が続く中、社会の活力を維持するためには、誰もが毎日健康で生き生きと暮らすことができる社会の構築が不可欠である。

○そのためには、若い世代、働く世代、高齢者世代等、各ライフステージに応じた切れ目のない対策を強化する必要がある。

# 各ライフステージに応じた働きかけ

- ・ 偏食
  - ・ 肥満
- 等

- ・ 健（検）診受診率の低迷
  - ・ 運動不足
  - ・ 肥満、野菜摂取不足
  - ・ うつ、自殺
- 等

- ・ 低栄養
  - ・ 運動不足
  - ・ 認知症、介護
- 等



出生～就学期

働く世代

高齢者

【関係団体】



学校



市町村



企業



医療保険者



地域コミュニティ

関係団体を通じて  
ライフステージに応じた  
働きかけ

# 地域・職域連携推進事業

## 地域保健

乳幼児、思春期、高齢者までの住民を対象として、生涯を通じてより健康的な生活を目指した健康管理・保健サービスを提供する。

### <根拠法令>

- ・地域保健法
- ・健康増進法
- ・母子保健法 等

## 職域保健

労働者の安全と健康の確保のための方策の実践を事業者、労働者に課している。

### <根拠法令>

- ・労働基準法
- ・労働安全衛生法 等

## 保険者

加入者に健康保持増進のための保健サービスを提供している。

- 被用者保険制度  
…労働者を対象
- 国民健康保険制度  
…自営業者等を対象

健康づくりの取組を更に推進するためには、地域保健と職域保健がこれまで蓄積した知見を互いに提供し合い、地域の実情を踏まえた対策に、連携して取り組むことが不可欠である。

地域保健と職域保健における連携においては、地域の実情を踏まえてより効果的・効率的な保健事業を展開する必要があり、地域・職域連携推進協議会で、課題を明確にした上でPDCAサイクルを展開し、ポピュレーションアプローチを強化することが重要である。



# 健康政策における法整備 健診(検診)制度

(乳幼児等) 妊娠～出産後 1歳・小学校就学前	<b>母子保健法</b> 【対象者】1歳6ヶ月児、3歳児 【実施主体】市町村<義務>※その他の乳幼児及び妊産婦に対しては、市町村が必要に応じ、健康診査を実施又は健康診査を受けることを勧奨
児童生徒等	<b>学校保健安全法</b> 【対象者】在学中の幼児、児童、生徒又は学生※就学时健診については小学校入学前の児童 【実施主体】学校(幼稚園から大学までを含む。) <義務>

地域・職域  
連携の対象

	被保険者・被扶養者	うち労働者	その他
～39歳	<b>医療保険各法(健康保険法、国民健康保険法等)</b> 【対象者】被保険者・被扶養者 【実施主体】保険者<努力義務>	<b>労働安全衛生法</b> 【対象者】常時使用する労働者※労働者にも受診義務あり 【実施主体】事業者<義務> ※一定の有害な業務に従事する労働者には特殊健康診断を実施	<b>健康増進法</b> 【対象者】住民(生活保護受給者等を含む) 【実施主体】市町村<努力義務> 【種類】 ・歯周疾患検診 ・骨粗鬆症検診 ・肝炎ウイルス検診 ・がん検診 ・高齢者医療確保法に基づく特定健診の非対象者に対する健康診査・保健指導
40～74歳	<b>高齢者医療確保法</b> 【対象者】加入者 【実施主体】保険者<義務>  <div style="border: 2px solid red; border-radius: 10px; padding: 5px; display: inline-block; margin-top: 10px;">特定健診</div>	※労働安全衛生法に基づく事業者健診を受けるべき者については、事業者健診の受診を優先する。事業者健診の項目は、特定健診の項目を含んでおり、労働安全衛生法に基づく事業者健診の結果を、特定健診の結果として利用可能	
75歳～	<b>高齢者医療確保法</b> 【対象者】被保険者 【実施主体】後期高齢者医療広域連合<努力義務>		

歯周疾患検診  
 骨粗鬆症検診  
 肝炎ウイルス検診  
 がん検診

保険者や事業者が任意で実施・助成

**健康増進法**  
 【対象者】一定年齢以上の住民

# 地域・職域連携推進事業の意義

## 地域・職域連携推進協議会

### 地域

#### 【取組(例)】

- 特定健診・保健指導
- 健康増進法に基づく健(検)診(がん検診等)
- 健康教育・保健指導等

#### 【関係機関(例)】

- ・ 都道府県
- ・ 市区町村
- ・ 医師会
- ・ 歯科医師会
- ・ 薬剤師会
- ・ 看護協会
- ・ 栄養士会
- ・ 国民健康保険団体連合会
- ・ 住民ボランティア等

### 連携

課題・取組の共有

### 職域

#### 【取組(例)】

- 特定健診・保健指導
- 労働安全衛生法に基づく定期健診
- ストレスチェック
- 両立支援等

#### 【関係機関(例)】

- ・ 事業場
- ・ 全国健康保険協会
- ・ 健康保険組合
- ・ 労働局
- ・ 労働基準監督署
- ・ 産業保健総合支援センター
- ・ 地域産業保健センター
- ・ 地方経営者団体
- ・ 商工会議所
- ・ 商工会

## 地域・職域連携のメリットの共通認識

### 1) 効果的・効率的な保健事業の実施

- (1) 地域及び職域が保有する健康に関する情報を共有・活用することにより、地域全体の健康課題をより明確に把握することが可能となる。
- (2) 保健サービスの量的な拡大により対象者が自分に合ったサービスを選択し、受けることができる。
- (3) 保健サービスのアプローチルートの拡大に繋がり、対象者が保健サービスにアクセスしやすくなる。
- (4) 地域・職域で提供する保健サービスの方向性の一致を図ることが可能となる。

### 2) これまで支援が不十分だった層への対応

- (1) 働き方の変化やライフイベント等に柔軟に対応できる体制の構築により、生涯を通じた継続的な健康支援を実施することが可能となる。
- (2) 被扶養者等既存の制度では対応が十分ではない層へのアプローチが可能となる。
- (3) 小規模事業場(自営業者等も含む)等へのアプローチが可能となり、労働者の健康保持増進が図られる。

## PDCAサイクルに基づいた具体的な取組

- (1) 現状分析
- (2) 課題の明確化・目標設定
- (3) 連携事業のリストアップ
- (4) 連携内容の決定及び提案
- (5) 連携内容の具体化・実施計画の作成
- (6) 連携事業の実施
- (7) 効果指標並びに評価方法の設定

## 目指すところ

健康寿命の延伸や  
生活の質の向上

生産性の向上

医療費の適正化

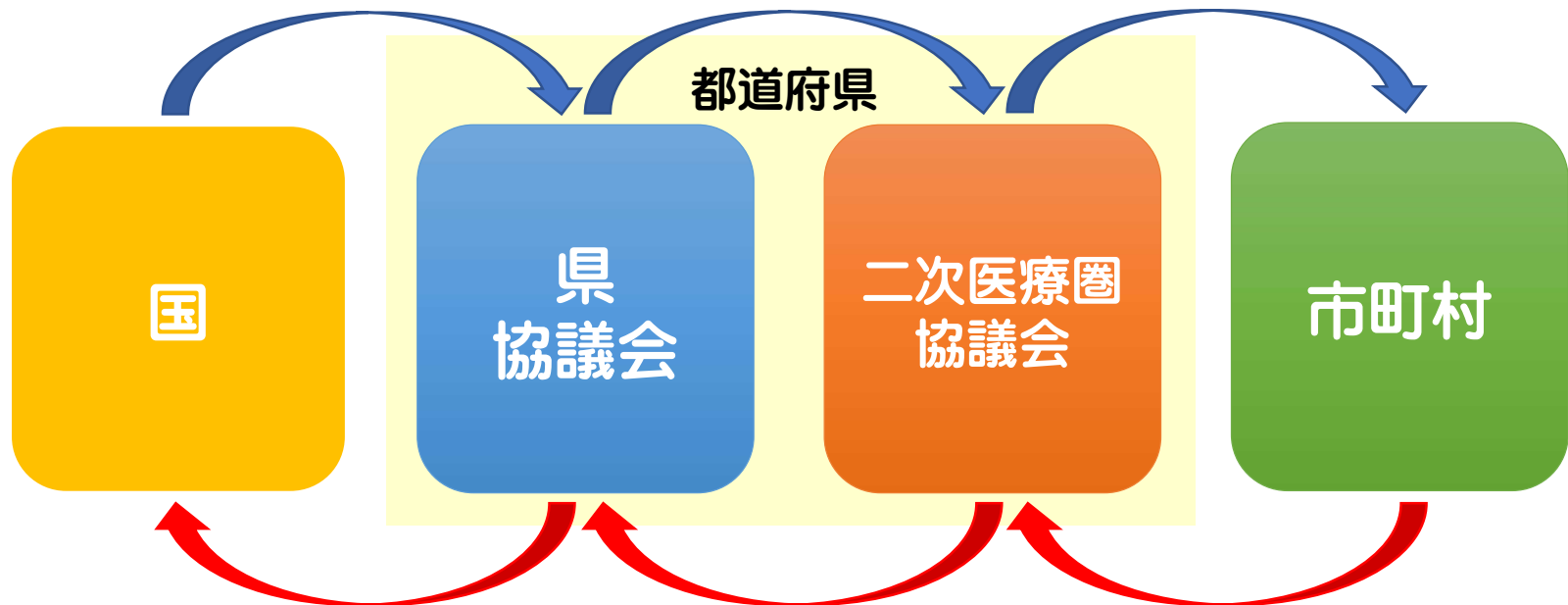
# 地域・職域連携推進事業

## ■ 宮崎県地域・職域連携推進協議会（事務局：県健康増進課）

- 宮崎県健康づくり推進協議会の部会として設置
- 地域保健・職域保健の広域的観点での連携により体制整備を図る。
- 健康づくり推進の取組報告・意見交換、二次医療圏協議会の取組報告 等

## ■ 二次医療圏地域・職域連携推進協議会（事務局：各保健所）

- 各二次医療圏に設置（7協議会）
- より地域の特性を活かす観点から、地域特性に応じた協力体制による継続的な健康管理が可能となるよう体制を構築する。



# 「日南串間地域・職域連携推進協議会・部会」

＜目的＞ 管内28の関係機関・団体に構成し、地域職域が連携し、管内の働く人々の健康づくりを推進するための取組を行う

## これまでの取組

平成25年度～27年度

「受動喫煙防止」研修会の開催、禁煙支援

平成28年度～30年度

「特定健診受診率向上」啓発媒体の作成

令和元年度～3年度

「生活習慣病対策」出前講座一覧表の作成・配布

# 令和4年度～6年度 テーマの検討 ～ヒアリングの実施～

## 方法・日時・場所

方法：健康管理担当者・部会委員への聞き取り調査（事業所訪問）  
期間：令和4年5月下旬～6月下旬  
対象：協議会委員の所属機関 6カ所

## 聞き取り内容

- (1) 仕事内容、業種、業種別人口、所属組織、構成団体
- (2) 産業医、産業保健師の有無
- (3) 健康づくりの取組体制
- (4) 健康経営・管理に対する事業所の考え方
- (5) 各分野の健康課題
- (6) 定期健康診断の実施状況
- (7) メンタルヘルス対策
- (8) 職場復帰プロジェクト
- (9) ノー残業デー
- (10) その他、地域特性 等

# 従業員の健康づくりに関する現状

・労働安全衛生法で定められていることもあり、業務の一貫として受健することで、約100%を維持できている。

・現場の作業員は身体が資本。事業所の優先順位として安全管理と事故防止。

・定期健診の結果、高血圧や高コレステロール値をもつ対象者が多い傾向にある。

・がん検診や歯科検診、喫煙対策、運動習慣等への対策、取組は各個人に委ねている。

・ストレスチェックや職場復帰プログラム、管理職研修は外部委託での実施や担当部署の面接など各事業所で業務の特性によって、対策の有無や内容も様々。

・地域の食文化は甘辛い味付けを好む傾向にある。



# 現状・課題と方向性

日南串間地域は健康診断で血圧、血中脂質、肝機能、血糖の有所見者割合が高い

- ・健診実施後の有所見者の健康管理は各個人に委ねられている。自覚症状なく、放置したままになっている人も。
  - ・小規模事業所では、健康づくりに要す経費も時間もマンパワーもノウハウもない。(事業主の意識が大きく影響)
  - ・健康づくりに関するイベントは少ない。
- 事業所の取組は、安全第一、事故防止が優先。



- ・協議会全体で既事業を活用したイベントを通じて、働きながら食事・運動を意識する機会を作る。
- ・健康な身体づくりに取り組むことで、より安全に業務を行うことができ、事故防止・生産性の向上につなげる。

# ワークヘルスバランス！

## ～安心・安全に働き続けるために～

### 期間

令和4年度～令和6年度

- 令和4年度 委員の所属する事業所等で健康づくりイベントに取り組む
- 令和5年度 結果を基に内容の修正や対象を拡大する  
(必要に応じてモデル事業所の設定)
- 令和6年度 日南串間地域の健康イベント等を活用して各事業所で健康イベントに取り組み継続を図る

### 内容

- I 歩数の増加
- II 野菜摂取量の増加
- III 塩分摂取量の減少



地域保健で展開する  
既存事業の活用



# 令和4年度 取組内容

## 1 歩数の増加

『九州・山口チャレンジウォーク』に参加して歩数を意識して生活しよう！

～各委員（所属）で参加。（1ヶ月）

⇒まずは1日の歩数を意識して生活する。



## 2 野菜摂取量の増加

『ベジ活応援店』を利用して野菜を摂る機会を増やそう！

～各委員がベジ活応援店（野菜が豊富、身体に優しいメニューを提供する店）を推薦する。

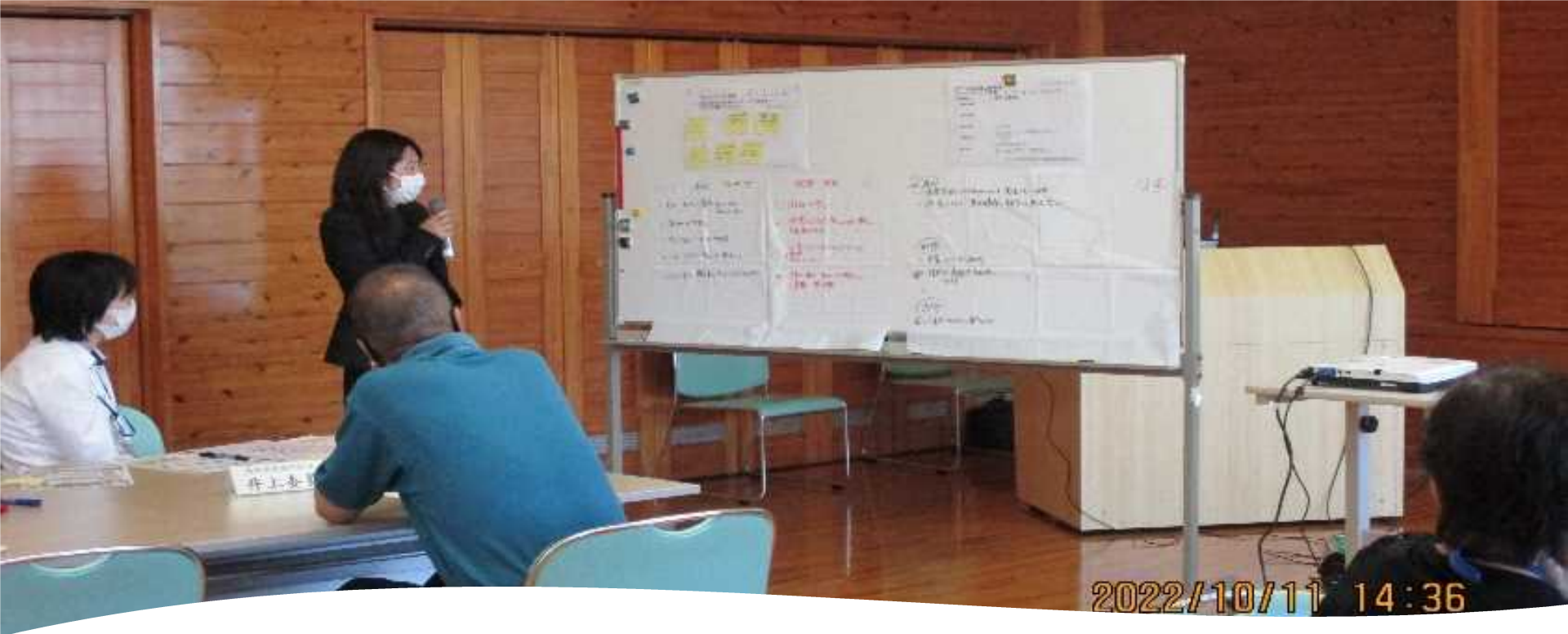


## 3 食塩摂取量の減少

『へらしお』塩分チェックして塩分摂取量に意識して生活しよう！

～塩分チェックシートを活用し、日頃の食生活を振り返る機会を作る。





令和4年度  
部会開催  
R4.10.11

- 1 取り組むことで得られるメリット・目標
- 2 今年度の3つの取組内容について
  - ①「九州山口チャレンジウォーク」
  - ②「ベジ活応援店舗推薦」
  - ③「へらしおチェック」

⇒各委員・各部署の現状・課題、どのような取組や活動ができるか（活動内容、周知方法、評価方法等）

# 令和4年度担当者部会

## 【グループワークより一部抜粋】

### 【目標】

- 健康診断結果のデータ改善。
- 最終的には健康寿命の延伸。

### 【メリット】

- 所属職員全員で取り組みば一体感が得られる。
- 地域、事業所に周知する事で健康意識が上がる。
- 教育をしていく事で職場や家族でも話し合う機会となり、広がっていく。
- 自身の生活習慣を見つめ直せる。
- 住民の健康増進と医療費の低減・負担減になる。

### 【九州・山口チャレンジウォーク】

#### ○現状

- 団体によってはウォーキングイベントを実施している所もある。
- 近くの方に声かけを実施した。
- 職場の掲示板でお知らせ。
- 健康経営の為、社員全員が県のSALKOに登録している。
- 歩き始めるきっかけとなった。

#### ○課題

- 日南串間でもウォーキングイベントがあると良い。
- 周囲への声かけや公共の広報誌やメディアの活用。
- スマホを持っていない人が参加できない。
- 年齢で歩数を変えると良いのではないか。

### 【ベジ活 応援店舗の推薦・利用】

#### ○現状

- 外食機会が減っている、店がない。
- 既に弁当を活用している通勤者が多い。

#### ○取組

- 市内の事業所（飲食店やスーパー）をまわってみる。
- 広報誌等を活用して、募集をかける。
- 保健所が食品衛生協会に声かけを行う。
- 飲食店組合があるので、総会などで資料の配付をする。

### 【へらしおチェック】

#### ○現状

- 料理は少し濃いめの味付けなので塩分は多いと思っている。
- 個食になり、食の傾向を相互に知らない。

#### ○取組

- 機会ある毎に広報啓発活動
- 減塩レシピの提供（スーパー等への配置）
- イベント時にみそ汁の塩分測定や薄味のみそ汁試飲、調味料は分量をはかって使用する。
- サロン会を通して再度、周知
- 毎日の食事を写真付きで記録。

#### ○評価

- 健康診断データの比較。



2022/11/02 14:08

令和4年度  
協議会開催  
R4.11.2

【報告】

(1) 令和元年度から令和3年度の3か年計画の取組結果

【議事】

(1) 令和4年度から令和6年度の3か年計画と評価方法

(2) その他

- ①健康長寿推進企業等知事表彰について
- ②健康宣言サポート事業について

# 取組① 『九州・山口チャレンジウォーク』



## 取組内容

- 掲示
- 回覧
- 窓口に設置
- その他（来訪者へのイベント紹介、会議で職員に周知等）



## 来年も取り組みたいか



## 課題解決（歩行数の増加や参加者の体重減少等） につながりそうか

- ・会社としては希望者に実施してもらうまでの対応になるため、取組が難しかった。
- ・従業員に強制できない。
- ・会社内（所属単位）での実施は、取り組みに差が大きく出て難しいので各個人への働きかけを行う。
- ・イベント期間が終了すると歩数が減少する傾向があり、継続が難しい。

- 
- | Response     | Count |
|--------------|-------|
| 大変つながると思う    | 2     |
| 概ねつながると思う    | 2     |
| どちらかというと思う   | 5     |
| あまりつながると思わない | 0     |
- 大変つながると思う
  - 概ねつながると思う
  - どちらかというと思う
  - あまりつながると思わない

## 取組② 『ベジ活 応援店舗の推薦・利用』

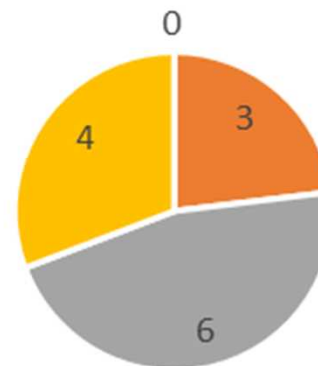
推薦のあった店舗数	28
確認した店舗数	14
登録数	1



課題解決（野菜摂取量の増加）

につながりそうか

登録条件が厳しく、  
登録まで至らなかった。



- 大変つながると思う
- 概ねつながると思う
- どちらかというとながらると思う
- あまりつながると思わない

# 取組③『へらしおチェック』



部会の構成団体 14か所中、4か所が実施

回答者数 取組前：73名  
取組後：64名

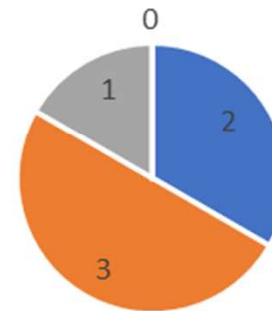
季節柄、練物や汁物を食べる機会が多かった



食事を見直す機会になった

課題解決（食塩摂取量の減少）

につながりそうか



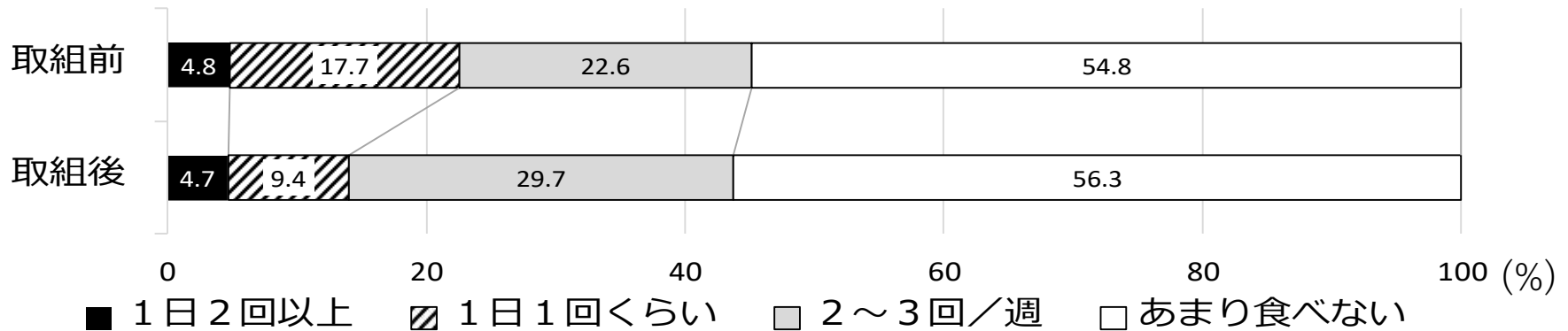
- 大変つながると思う
- 概ねつながると思う
- どちらかというとながらうと思う
- あまりつながらなそう

# 取組③『へらしおチェック』

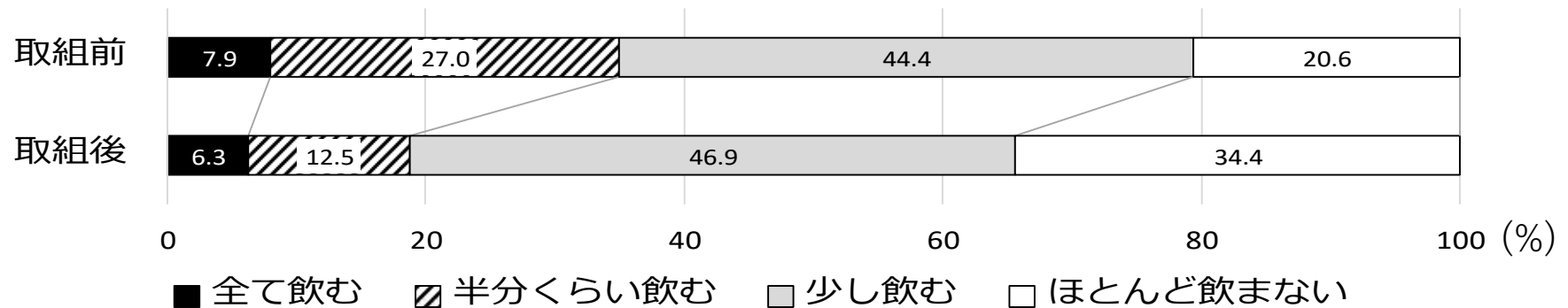


回答者数  
取組前：73名  
取組後：64名

## 漬物、梅干し等を食べる頻度



## うどん、ラーメン等の汁を飲むか





# 令和5年度 取組内容

## 1 「『歩数』あと1000歩(+10分)」

ウォーキング大会に参加して、歩数を意識して生活しよう！

- 第一生命主催 10月予定「企業対抗ウォーキング大会」
- 串間市主催 10～11月予定「SALKO(サルコー)チャレンジ」
- 宮崎県主催 11月予定「九州・山口チャレンジウォーク」

ウォーキング大会に  
参加しよう！



## 2 「弁当で『ベジ活』」

野菜を多く使った弁当店を利用して、野菜摂取量を増やそう！

協議会委員へアンケート調査を実施→8月31日締切

事務局から弁当店へ協力依頼

野菜たっぷりのお店を  
意識してみよう！



## 3 「『へらしお』チェックしお♪」

「へらしおセルフチェック」で、減塩に意識して生活しよう！

10月:1回目のセルフチェック



1ヶ月間減塩に意識して…

11月:2回目のセルフチェック

意識や行動の変化を  
振り返ろう！



## 4 「『がん健診』 行ってらっしゃい！」

がん検診を受検しやすい職場環境をつくろう！

【日南市】健康ポイント事業 申込み:令和6年1月31日締切

【串間市】バス検診又は個別検診で受診

がん検診に行ってみよう！  
検診受けて景品get!?





## 【報告】

### (1) 令和4年度の取組評価

## 【議事】

### (1) 令和5年度の取組内容

### (2) その他

健康長寿推進企業等知事表彰について



令和5年度  
部会開催  
R5.8.25

- 1 令和4年度の実績評価
- 2 令和5年度 of 取組内容
- 3 グループワーク



**働き世代の健康づくり  
健康経営を推進します！**