

令和4年度 第2回 健康寿命日本一おおいた創造会議

令和5年2月3日（金） レンブラントホテル大分

大分県の健康寿命 男性 **1位** 女性 **4位**

“男女ともに” **めざせ!**
健康寿命
日本一!



1 議 事

- | | |
|---|-----|
| (1) 「おおいたなかよし健歩ウォーキングについて」
大分県保険者協議会 | 1 頁 |
| (2) 「栄養ワンダーの取組について」
公益社団法人大分県栄養士会 | 5 頁 |
| (3) 「健康寿命日本一おおいた推進フォーラムについて」
株式会社トキハイндストーリー | 8 頁 |

2 報 告

- | | |
|---|-------|
| NHK Eテレ「きょうの健康」
「地域の力で健康に！大分県 健康寿命大作戦」 | 1 1 頁 |
|---|-------|

- | | |
|--------------------------|-------|
| 3 「みんなで延ばそう健康寿命」推進月間の取組等 | 1 3 頁 |
|--------------------------|-------|

おおいた歩得を活用した

『おおいたなかよし健歩ウォーキング』

イベントの取組について

大分県保険者協議会
会長 中村 光政

大分県保険者協議会とは

大分県保険者協議会は、大分県内の保険者の加入者に係る健康づくりの推進に当たり、保険者間の問題意識の共有や、それに基づく取組の推進等を図るとともに、大分県医療費適正化計画策定または変更、大分県医療計画の策定及び変更にあたっての意見提出等を行うことを目的として、高齢者の医療の確保に関する法律第 157 条の 2 の規程に基づき、平成 17 年 3 月に設立。

○ 構成団体

- 1 健康保険組合（大分銀行健康保険組合、朝日ソーラー健康保険組合）
- 2 全国健康保険協会大分支部
- 3 国民健康保険（県内 18 市町村国保、大分県医師国保組合、大分県歯科医師国保組合）
- 4 共済組合（市町村職員共済組合大分県支部、地方職員共済組合大分県支部、公立学校共済組合大分県支部、警察共済組合大分県支部）
- 5 大分県後期高齢者医療広域連合
- 6 大分県国民健康保険団体連合会
- 7 大分県医師会
- 8 大分県（国保医療課・健康づくり支援課）



○ 加入者(被保険者・被扶養者)数

912,151人(令和3年3月末)

○ 活動内容

- 1 特定健康診査等の実施、高齢者医療制度の運営などに関する保険者その他の関係者間の連絡調整
- 2 保険者に対する必要な助言または援助
- 3 医療に要する費用についての調査及び分析
- 4 医療費適正化計画の策定及び変更に関する意見の提出
- 5 医療費適正化計画の実施についての県への協力
- 6 医療計画の策定及び変更に関する意見の提出
- 7 その他目的を達成するために必要な事項

令和4年度の取組

令和4年度 大分県保険者協議会 事業計画

現状と課題 <ul style="list-style-type: none"> ● 県民医療費が増加（H17：3,822億円 → R元：4,751億円 929億円増、一人当たり医療費は全国5番目の高さ） ● 入院・外来医療費の3割は糖尿病性腎症などの生活習慣病が占めている ● 一人ひとりのライフステージを通じた生活習慣病の発症及び重症化予防が必要 ⇒ 保健・医療・介護データの個人単位での連結・分析による効果的な保健事業（データヘルス）の実施が必要	医療費適正化の推進 データヘルスの実施
--	------------------------

(H30～) 大分県保険者協議会 事業方針	<ol style="list-style-type: none"> データの分析結果（根拠）に基づく、住民（被保険者）や関係機関への説明・説得を開始 → 対象者に理解・納得してもらう働きかけの工夫 ライフステージを通じた発症予防・重症化防止のため、各保険者が一体となった取組を一層推進！ 1) 取組の視点 ① 個別支援の充実 ② 社会環境等の整備 2) 取組の内容 ① ポピュレーションアプローチ ② ハイリスクアプローチ 全保険者・どの世代を担当する職員も、必ず次の「3つ」を住民（被保険者）に勧奨！！ ① 特定健診・がん検診の受診 ② 早期の医療機関受診 ③ 1冊のお薬手帳を必ず持参 	
-----------------------------	--	---

データは13指標にも活用

保険者協議会の運営	<ol style="list-style-type: none"> 保険者協議会の開催 保険者協議会専門部会（企画調査部会、保健事業部会）の開催
------------------	---

【データヘルス推進事業】	
1 分析による課題の明確化、施策の立案 <ol style="list-style-type: none"> データに基づく医療費等の分析 ・医療費・健診データ分析事業の実施（継続・拡充） P D C Aサイクルに基づくデータヘルスの推進 ・保健医療事業の経済的評価に関する研修の派遣（継続） （国立保健医療科学院主催） 医薬品の適正使用に向けた取組の検討 ・後発医薬品使用促進、減薬支援等の取組方策について協議（継続・拡充） 被保険者への周知啓発 ・各保険者で同一テーマ、同一時期に集中的な広報の実施（継続） 先進地視察 ・他地域における好事例や企業の健康づくり事業等の情報共有（継続） 	2 生活習慣病予防・早期発見・治療に向けたポピュレーションアプローチの推進 <ol style="list-style-type: none"> 健康増進に向けた取組の検討 ・「うま塩プロジェクト」等による県民の健康リスク改善に向けた取組の検討（新規） ※・「おおいた歩得」等の活用（新規） 特定健診受診勧奨の強化 ・保険変更後の継続した健診受診につなげる取組の検討（新規） 特定保健指導従事者の資質向上 ・特定保健指導従事者研修（生活習慣病重症化予防研修）の開催（継続） ・生活習慣病対策健診・保健指導の企画・運営・評価に関する研修の派遣（継続） （国立保健医療科学院主催）
	3 糖尿病性腎症の重症化予防による透析回避 <ol style="list-style-type: none"> 糖尿病性腎症等重症化予防事業の推進 ・糖尿病性腎症重症化予防研修の開催（継続） ・糖尿病性腎症重症化予防に向けた個別支援体制整備（継続・拡充） ・糖尿病性腎症重症化予防に向けた効果的な取組の検討（新規） ・糖尿病性腎症重症化予防に向けた周知啓発（継続）

大分県保険者協議会による「おおいた歩得」のイベント企画

名称：『**おおいたなかよし健歩ウォーキング**』

1. 目的

健康アプリおおいた歩得（以下「歩得」）を活用したウォーキングイベントを通じて、被保険者の健康意識向上、運動習慣の形成・継続を図る。

2. 事業概要

(1) 対象者

大分県保険者協議会構成保険者の加入者（被保険者・被扶養者）

(2) 取組内容

5～20人のグループを作り、歩得により歩数を集計する。

なお、1日の最大集計歩数は8,000歩とする。

参加申し込みのあったグループの平均歩数を集計し、優秀グループに対し表彰する。

(3) 実施期間

令和4年12月1日（木）から12月31日（土）まで

（参加申込期間は令和4年11月1日（火）から11月30日（水）まで）

3. 参加特典

歩得ポイント400pt

4. 審査基準

グループに所属しているメンバーの歩数の平均を集計する。同点の場合は、抽選により順位を決定する。

大分県保険者協議会による「おおいた歩得」のイベント企画

5. 表彰等

大分県保険者協議会事務局にて優秀グループを選定し、大分県保険者協議会ホームページにてグループ名を公表する。

また、対象グループに対して表彰状及び賞品の送付を行う。

- 1位：大分県保険者協議会長賞 金賞 全国共通お肉のギフト券2万円相当
- 2位：大分県保険者協議会長賞 銀賞 全国共通お肉のギフト券1万円相当
- 3位：大分県保険者協議会長賞 銅賞 全国共通お肉のギフト券7千円相当

他、大分県保険者協議会 健歩賞 5本 ジェイエイフーズおおいた つぶらなバラエティセット
(1位～3位のグループを除くグループから抽選で5グループ)

〇スケジュール

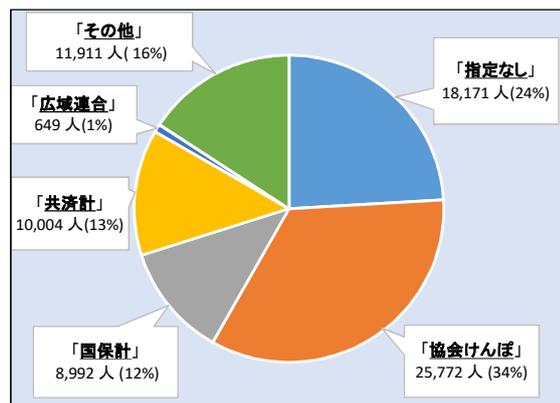
- ・10月25日(火)： 広報資材データを各保険者配布
- ・11月1日(火)～30日(水)： 参加申込期間
- ・12月1日(木)～31日(土)： イベント期間(歩数集計期間)
- ・1月18日(水)： 歩数集約、順位決定
- ・1月23日(月)： 結果を保険者協議会HPにて公開、賞品等発送

おおいた歩得参考データ (令和4年10月4日時点アプリ登録状況)

■保険医療団体別登録状況

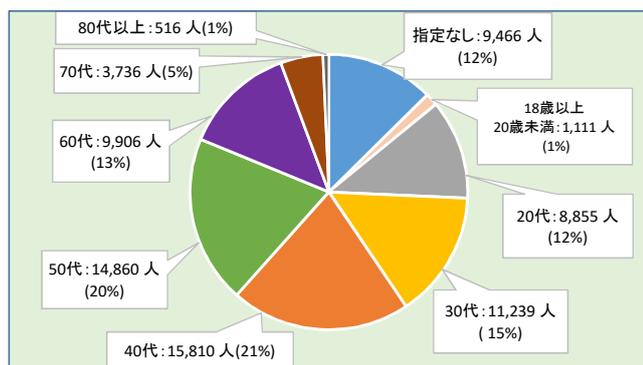
保険医療団体	登録者数	割合
協会けんぽ	25,772	34.1%
市町村国保	8,330	11.0%
歯科医師国保	189	0.3%
医師国保	473	0.6%
市町村共済	3,661	4.8%
地方共済	3,378	4.5%
学校共済	2,144	2.8%
警察共済	821	1.1%
広域連合	649	0.9%
その他	11,911	15.8%
指定なし	18,171	24.1%
計	75,499	100.0%

保険者協議会構成団体 (60.1%)



■年代別登録状況

年齢	登録者数	割合
18歳以上 20歳未満	1,111	1.5%
20代	8,855	11.7%
30代	11,239	14.9%
40代	15,810	20.9%
50代	14,860	19.7%
60代	9,906	13.1%
70代	3,736	4.9%
80代以上	516	0.7%
指定なし	9,466	12.5%
計	75,499	100.0%



大分県民健康アプリ「おおいた歩得」×「大分県保険者協議会」健康づくり応援企画

みんなの一步が大分を元気に!!
楽しい仲間・チームで
歩数を集め、豪華景品をゲットしよう

参加グループ募集!

おおいた
なかよし健歩
ウォーキング

参加者全員
400ポイント
必ずもらえます

実施期間 2022/12/1(木) ▶ 2022/12/31(土)

健康アプリ「歩得」でグループ(5~20名)対抗戦を開催。グループの平均歩数でランキング。入賞で「豪華!お肉のギフト券」が当たる!

金賞グループ
全国加盟店共通「お肉のギフト券」2万円分

銀賞グループ
全国加盟店共通「お肉のギフト券」1万円分

銅賞グループ
全国加盟店共通「お肉のギフト券」7千円分

健歩賞グループ
ジェイエフアースおおいた「つよらな」/「ラエティット」

参加登録方法 ▲注意:参加登録はグループ代表者1名をお願いします・詳しくは裏面へ

Step1 スマートフォンで大分県公式アプリ「おおいた歩得」をダウンロードしてください。(既にダウンロード済みの方は、Step2から)

Step2 トップ画面から「お知らせ」→「おおいたなかよし健歩ウォーキングの募集」についてページを選択。

Step3 参加フォームに沿って、グループ代表者情報、メンバーIDを登録します。

お問合せ先 0570-099219 平日 9:00-17:00 (土日・祝日休み)

主催:大分県保険者協議会、健康保険組合連合会大分連合会、全国健康保険協会大分支部、大分県市町村国民健康保険、大分県国民健康保険組合、地方公務員共済組合大分県協議会、大分県後期高齢者医療広域連合、大分県国民健康保険団体連合会、大分県医師会、大分県)

【初めての方へ】「なかよし健歩ウォーキング」の参加登録の方法

本キャンペーンに参加するためには、おおいた健康アプリ「おおいた歩得」の利用登録が必要です。未登録の方は、医療保険団体名を確認の上、下記より初回画面登録ください。

1 プロフィールを設定しをフリック。
2 ニックネームやIDを入力。
3 医療保険団体名を選択し完了!

お知らせもかたがた!

詳しくはこちら
おおいた歩得

ミッショングループ参加申し込み方法(グループ代表者1名より参加申請をお願いします)

1 クリック
2 グループ名やグループメンバー数、代表者のID情報を入力選択してください。(登録後の追加/削除は出来ませんのでご注意ください)

3 代表者を除くグループメンバーの歩得アプリのIDを登録してください。(入力欄数および登録内容がスクリーンショット等で必ず控えを撮ってください)

4 当該の月のグループ代表者の送付先情報を入力ください。(入力後はスクリーンショット等で必ず控えを撮ってください)

歩得アプリ「お知らせ」をクリック、「おおいたなかよし健歩ウォーキングの募集」についてページをクリックし、申し込みサイトにアクセス。

グループ名やグループメンバー数、代表者のID情報を入力選択してください。(登録後の追加/削除は出来ませんのでご注意ください)

代表者を除くグループメンバーの歩得アプリのIDを登録してください。(入力欄数および登録内容がスクリーンショット等で必ず控えを撮ってください)

当該の月のグループ代表者の送付先情報を入力ください。(入力後はスクリーンショット等で必ず控えを撮ってください)

ミッション参加に関する注意事項 —必ずご一読ください—

グループ参加登録時の注意事項

- ※参加費:本キャンペーン参加費は無料となります(参加費および参加費負担)
- ※ミッションの途中、メンバーの追加や削除は出来ませんのでご注意ください。
- ※アプリIDの入力や重複して登録がある場合、本イベントに参加できません。
- ※当該グループの廃止、廃止について、大分県保険者協議会事務局にて厳正な審査の上、決定いたします。
- ※大分県保険者協議会事務局にて厳正な審査の上、決定いたします。

※当賞の景品は大分県保険者協議会ホームページにてグループ名にて公開し、グループ代表者への景品および景品の送付を行います。(2023年1月下旬予定)

※抽籤結果についてのお問合せには一切お答え出来ませんのでご了承ください。

※当賞抽籤の取り扱いは、個人情報の取り扱いについて、お書き添付した個人情報、当賞抽籤および個人を特定しない抽籤資料の作成の目的で使用させていただきます。また、その個人情報を、同意を得ないで第三者へ開示・提供することはありません。

大分県保険者協議会とは・・・ 大分県内の医療保険保険者が連携・協力し、医療保険加入者等の健康保持、増進および保険者の円滑な事業運営に資することを目的として設置された組織です。

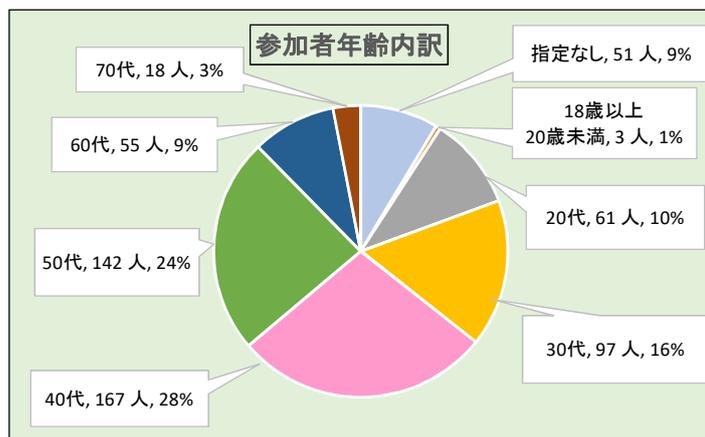
大分県保険者協議会(健康保険組合連合会大分連合会、全国健康保険協会大分支部、大分県市町村国民健康保険、大分県国民健康保険組合、地方公務員共済組合大分県協議会、大分県後期高齢者医療広域連合、大分県国民健康保険団体連合会、大分県医師会、大分県)

おおいたなかよし健歩ウォーキングの取組結果

- 参加グループ数：93グループ
- 延べ参加人数：597名
→うち、110名が参加申し込み期間中に歩得新規登録
- 参加者の一日あたり平均歩数：6,321歩
(アプリ集計歩数)
- 参加者年齢内訳

年齢	参加者数	割合
指定なし	51	8.6%
18歳以上 20歳未満	3	0.5%
20代	61	10.3%
30代	97	16.3%
40代	167	28.1%
50代	142	23.9%
60代	55	9.3%
70代	18	3.0%
80代以上	0	0.0%
計	594	100.0%

※3名はデータ不一致のため集計不可



[事務局(大分県国保医療課)集計]

大分県栄養士会 「栄養ワンダー」の 取り組み

公益社団法人大分県栄養士会
緒方雅子



「栄養ワンダー」？



栄養ってなに？

- 日本栄養士会では、2016年から8月4日を「**栄養の日**」、8月1日から7日間を「**栄養習慣**」と定めている
- 全国でイベントを開き、管理栄養士・栄養士でなければできない**情報の提供**を行う

協賛：ゼスプリ・伊藤園



「健康寿命日本一」の実現

大分県栄養士会ではイベントの開催
それぞれの施設・研修会で実施



「栄養の日」開催

2017~2022

大分県社会福祉介護研修センター



栄養相談



インボディー測定



外部での研修会や教室でも

栄養の日
たのしく食べる、カラダよろこぶ



男性料理教室



外部研修会



各施設でも「食育」として食材や料理を通して**栄養の大切さ**を学ぶ

親子料理教室



県と合同で「栄養ワンダー」+「野菜の日 8/31」



(COOP ふらいる)

「野菜の日」に
野菜の大切さ
を県民に知って
いただく



健康寿命日本一 おおいた 推進フォーラムについて



株式会社トキハインダストリー
代表取締役社長 羽田野 尚志

■ トキハインダストリーヘルシープロジェクトのご紹介



おおいた
健康宣言
トキハインダストリー
ヘルシープロジェクト



トキハインダストリーは大分県の
「目指せ!健康寿命日本一おおいた」活動を
応援します!



減塩
マイナス
3g

「うま塩」をはじめとした
減塩の提案を強化します。



野菜摂取
350g

安心・安全の青果物で健康な
食生活をお届けします。



歩数
プラス
1500歩

お客さまと二人三脚で
運動習慣の確立を目指します。

減塩・うま塩弁当の提案

管理栄養士監修のお弁当です

やわらか健康弁当
1折
本体価格 **450円**
税込価格486円

昭和をイメージした書ながらの具だくさんの
具だくさん 昭和の ナポリタン
1パック
本体価格 **498円**
税込価格538円

動物性原材料不使用の大豆ミートハンバーグに
ラタトゥイユをたっぷりにかけてご賞味の仕立て。
大豆ミートハンバーグのラタトゥイユ丼
1パック
本体価格 **450円**
税込価格486円

1日野菜摂取350G 朝・昼・晩のレシピ提案

毎日、野菜を
350g食べよう!大作戦!

このレシピは
店内に置いてあります
ご自由に持ち帰り下さい

ショッピング+ウォーキング

いつもの買い物に 運動をプラス!

Let's アルクロス
アクロスを歩こう!!

ショッピング + ウォーキング
あけのアクロスタウンは
ウォーキングコースとしてご利用いただけます。

外周コース
1周 約1.5km
約2300歩

内周コース
1周 約1km
約1700歩

健康寿命日本一おおいた推進フォーラム/実施概要

講演会

【会場】あけのアクロスタウン（本館）3階アクロスホール

谷本 道哉氏 「100歳まで歩ける体作り」 11:00～12:30

- 募集人員100名 対面聴講106人 オンライン聴講20名
- 来場者数106名

立松 洋子氏 「科学から健康寿命・ヘルスパンを考えよう」 13:30～14:30

- 募集人員100名 対面聴講 85人 オンライン聴講20名
- 来場者数 85名

開催日
2022年

9/25(日)
10:00～15:00

広報

- TV
5分（生放送×1）
- ラジオ
5分×4
- 折込チラシ
(5万6000枚)
- 地域フリーペーパー
(4万3000枚)
- トキハインダストリー各店舗
HP掲載
ポスター掲示
パンフレット配布

企業ブース

【会場】あけのアクロスタウン 本館1階マルチプラザ、本館1階センターコート、新館1階通路

<健康寿命日本一おうえん企業ブース> 20団体

アサヒ飲料(株)九州支店、味の素(株)九州支店、アフラック大分支店・大分ファミリー(株)、大塚食品(株)、大塚製薬(株)、花王(株)、カゴメ(株)、キッコーマン食品(株)九州支店、キュービー(株)、公益財団法人大分県スポーツ協会・明治安田生命(相)大分支社、公益社団法人大分県言語聴覚士協会、公益社団法人大分県作業療法士協会、(株)サンドラッグ、ハウス食品(株)、原田製油(二豊フーズ)(有)、森永乳業九州(株)、理研ビタミン(株)、(株)ロッテ、(株)PLUS ALOHA、SBI損害保険(株) 【五十音順】

● 来場者数 758名

新聞折り込みチラシ (5万6000枚)

2022年 9/25日 10:00～15:00
開会式10:30～
トキハインダストリーあけのアクロスタウン
（開会式・講演会）本館3階アクロス大ホール
（出展ブース）本館1階マルチプラザ
・本館1階センターコート
・新館1階通路

健康寿命日本一「おうえん」企業ブース
おおいた市民のうらやま（健康寿命）をいよう（笑顔ハラス）
かんきょう（住居環境）等の改善を依頼する企業が、ブースを出展します！

本館1階 マルチプラザ
本館1階 センターコート

株式会社ロッテ/キッコーマン食品株式会社九州支店/原田製油(二豊フーズ)有限会社/アサヒ飲料株式会社九州支店/アフラック大分支店/大分ファミリー(株)共同開発
理研ビタミン株式会社/花王株式会社/公益財団法人大分県スポーツ協会/SBI損害保険株式会社/公益社団法人大分県言語聴覚士協会/公益社団法人大分県作業療法士協会
株式会社 サンドラッグ/株式会社PLUS ALOHA/大塚食品株式会社

健康寿命日本一フォーラム【広報】

地域フリーペーパー
(4万3000枚)

健康寿命日本一「おうえん」企業ブース
おおいた市民のうらやま（健康寿命）をいよう（笑顔ハラス）
かんきょう（住居環境）等の改善を依頼する企業が、ブースを出展します！

9/25日 10:00～15:00
開会式10:30～
トキハインダストリーあけのアクロスタウン
（開会式・講演会）本館3階アクロス大ホール
（出展ブース）本館1階マルチプラザ
・本館1階センターコート
・新館1階通路

【TV】
告知5分
生放送×1

【ラジオ】
告知5分×4

トキハインダストリー
【各店舗】
HP掲載
ポスター掲示
パンフレット配布

【サイン類】ポスター

健康寿命日本一「おうえん」企業ブース
おおいた市民のうらやま（健康寿命）をいよう（笑顔ハラス）
かんきょう（住居環境）等の改善を依頼する企業が、ブースを出展します！

9/25日 10:00～15:00
開会式10:30～
トキハインダストリーあけのアクロスタウン
（開会式・講演会）本館3階アクロス大ホール
（出展ブース）本館1階マルチプラザ
・本館1階センターコート
・新館1階通路

めざせ！健康寿命日本一

1日の野菜摂取量 350g
減塩 -3g

立て看板

長尺ポスター

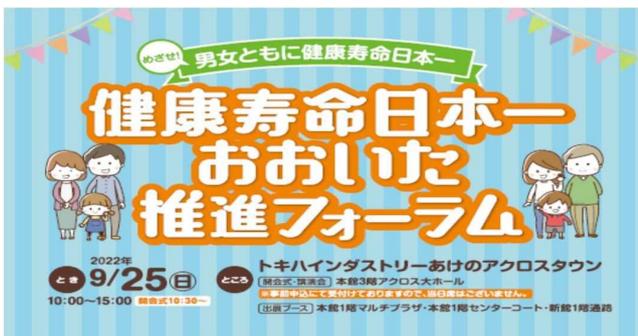
健康寿命日本一「おおいた」推進フォーラム
おうえん企業ブース
おおいた市民のうらやま（健康寿命）をいよう（笑顔ハラス）
かんきょう（住居環境）等の改善を依頼する企業が、ブースを出展します！

9/25日 10:00～15:00
開会式10:30～
トキハインダストリーあけのアクロスタウン
（開会式・講演会）本館3階アクロス大ホール
（出展ブース）本館1階マルチプラザ
・本館1階センターコート
・新館1階通路

健康寿命日本一「おおいた」推進フォーラム
おうえん企業ブース
おおいた市民のうらやま（健康寿命）をいよう（笑顔ハラス）
かんきょう（住居環境）等の改善を依頼する企業が、ブースを出展します！

9/25日 10:00～15:00
開会式10:30～
トキハインダストリーあけのアクロスタウン
（開会式・講演会）本館3階アクロス大ホール
（出展ブース）本館1階マルチプラザ
・本館1階センターコート
・新館1階通路

■健康寿命日本一おおい推進フォーラム（講演会）



開会式 広瀬知事挨拶



健康寿命日本一おおい推進フォーラム



講演（谷本 直哉氏）



演題 「100歳まで歩ける体づくり」

いつまでも若々しく元気に、健康寿命を延ばす簡単な筋トレ法など、運動の効果をわかりやすく解説し、みなさまにも実際に体を動かしていただきながら講演を行います。



講師 順天堂大学 健康スポーツ科学部 専任教授 **谷本 直哉 氏**

演題 「科学から健康寿命・ヘルスパンを考えよう」
～人生の早い段階での食事の選択が重要・病気は直すより防ぐ～

健康的な体重を維持し、栄養要件を満たすことで、多くの慢性疾患のリスクが軽減されます。人生120年時代を迎えようとしている中で、より健康的な食事パターンや健康習慣を考え、実際に減塩・野菜をどのように料理に取り入れれば良いか、お話します。



講師 立松教育研究所 所長 **立松 洋子 氏**

講演（立松 洋子氏）



■健康寿命日本一おうえん企業ブース（20ブース） 食（試供品等の配布）、測定体験（血管年齢）等

<p>カゴメ株式会社 KAGOME ベンチェア測定会 新鮮野菜をチェックします。手のひらで約30秒の検閲にお立ち寄りください。</p>	<p>味の素株式会社 九州支社 1日や健康250gを2つに1つに減らす。おおいに健康な食生活を送りたい！</p>	<p>株式会社ロッテ LOTTE 味の素の健康・チョコレートに含まれるカカオポリフェノールの効果効果の紹介。</p>	<p>キッコーマン食品株式会社 九州支社 アンケートにお答えの方にサンプルプレゼント。</p>	<p>理研ビタミン株式会社 理研ビタミン株式会社 手軽に減塩できる調味料、化学調味料・添加物の削減が！の紹介とサンプルの配布。</p>	<p>原田製油(二重)株式会社 九州支社 自然が育んだ食塩づくり～さらさら食塩～</p>	<p>アサヒ飲料株式会社 九州支社 おおいに健康的な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！</p>	<p>キユーピー株式会社 サツタにたまごで健康な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！</p>	<p>森永乳業九州株式会社 森永乳業九州株式会社 おおいに健康的な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！</p>	<p>アフラック大分支社 アフラック大分支社 おおいに健康的な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！</p>
--	--	--	---	---	--	---	--	---	---



<p>花王株式会社 KAO おおいに健康的な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！</p>	<p>公益社団法人 大分県スポーツ協会 公益社団法人 大分県スポーツ協会 おおいに健康的な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！</p>	<p>SBI損害保険株式会社 SBI損害保険株式会社 おおいに健康的な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！</p>	<p>公益社団法人 大分県言語聴覚士協会 公益社団法人 大分県言語聴覚士協会 おおいに健康的な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！</p>	<p>公益社団法人 大分県作業療法士協会 公益社団法人 大分県作業療法士協会 おおいに健康的な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！</p>	<p>株式会社 サンドラッグ SANDRAGG おおいに健康的な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！</p>	<p>株式会社 PLUS ALOHA PLUS ALOHA おおいに健康的な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！</p>	<p>大原食品株式会社 OHARA おおいに健康的な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！</p>	<p>大原製菓株式会社 OHARA おおいに健康的な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！</p>	<p>ハウス食品株式会社 HAUS おおいに健康的な食生活を応援！おおいに健康的な食生活を応援！</p>
--	---	---	---	---	--	--	--	--	--



きょうの健康『地域の力』大分県 健康長寿大作戦

MC：小山径アナウンサー（初任地は大分）、岩田まこ都アナウンサー

小山：健康寿命が飛躍的に伸びた大分県 その秘訣は？

藤内：大分県は平成 27 年度から健康寿命日本一を目指して取り組んできた。

健康づくりを自然に楽しく継続できるよう県民総ぐるみで取り組んだ。

VTR：明大工業の 3 人の従業員が別府湾岸を楽しくウォーキングしている映像

「おおいた歩得」の機能の紹介 ミッション、抽選で県産品が当たる。

職場のチームで獲得したポイントを競う「対抗戦」で 7 位入賞

VTR：和菓子屋さんでパンを購入して、「歩得カード」を提示すると 100 円引き

同様に、薬局やスイミングクラブでの得られる特典を紹介

VTR：別府の温泉街の遠景から、入浴している従業員の映像へ

5 か所の温泉を巡ると、「おおいた歩得」で 500 ポイントゲット

VTR：3 人が「うま塩 もっと野菜」メニューを提供するレストランで、昼食

ジャンボ乾椎茸の変わりハンバーグステーキ 塩分は 2 g

食後の感想「薄味とは感じない。おいしいですね」

ガーリックシュリンプとさつも芋チップのフレッシュサラダ温玉添え 野菜 250 g

こうした飲食店を 2 店巡ると、200 ポイントゲット

藤内：「おおいた歩得」の魅力で、ウォーキングを始めるきっかけにもなっている。

岩田：温泉を活用しているのも興味深い。

藤内：心の健康は健康寿命の延伸に重要。日本一の温泉で、リフレッシュと休養を。

「おおいた歩得」を利用して、入浴後の感想を記入 → 温泉の効用を分析

小山：「おおいた歩得」に加え、鍵を握る「うま塩・もっと野菜」の取組

藤内：食事をめぐる環境を整えることで、無理なく減塩や野菜摂取できるように。

専門家に加え、学生のアイデアも結集して美味しい減塩メニューを開発した。

ケチャップなどを用いた「うま塩」メニューの紹介

飲食店だけでなく、スーパーのお惣菜、弁当など「中食」も「うま塩」化

配食サービスの「うま塩」化により、高齢者や持病のある人も確実に減塩

岩田：もう一つ大きな戦略が従業員の健康づくりを後押しする「健康経営」の推進

VTR：別府市の建設会社「明大工業」では、朝、従業員がそろってラジオ体操

「体操をすることで、体調もよく、血圧も下がってきた」

VTR：昼休みに、フィットネスマシンやゴルフ、卓球をしている従業員

「子育て中は自分の時間がとれないが、会社と一緒に運動できるのは嬉しい」

VTR：社長が従業員と先日の健診後の経過について面談中

「大切な部下を病気で失った経験から、従業員の健康づくりの取組に参加」

藤内：県下における健康経営の取組の状況を紹介 登録が 2,200 社 認定は 700 社

保健所の保健師が事業所を訪問して、健康経営の実践に向けて助言

理学療法士や作業療法士を派遣して、腰痛や肩こりを予防する職場環境に

小山：こうした事業所と連携することになった背景は？

藤内：大分県の健康寿命が短い要因を分析したところ、50 歳を超える頃から生活習慣

病で仕事や家事に支障をきたす人が急増することがわかり、健康寿命の延伸に

は若い世代が一日の大半を過ごす事業所との連携を考えた。

小山：県全体で大きな盛り上がりを見せている。

藤内：自社の従業員の健康づくりだけでなく、県民の健康づくりを応援してくれる

企業が 100 社以上ある。「健康応援定期」「健康寿命応援ファンド」を紹介。

小山：番組を見ている大分県以外に住んでいる人へ助言を。

藤内：各地域に「おおいた歩得」のような健康アプリがあるので、是非、ご利用を。

一人では長続きしない健康習慣も仲間同士や職場ぐるみだと継続できるので、

家族や友人と声を掛け合って取り組んで欲しい。

小山：これからの取組を楽しみにしている。

藤内：男女とも健康寿命日本一を目指して取り組みたい。

令和4年度「みんなで延ばそう健康寿命」推進月間(10月)

健康づくりイベントの開催 9～11月(3か月間)

令和4年度**1161**回 (健康づくり関連 365回、栄養・食関連 441回、運動・スポーツ関連 470回)
 令和3年度 676回 (健康づくり関連 208回、栄養・食関連 201回、運動・スポーツ関連 274回)

健康づくりの普及啓発

「月間ポスター・のぼり」の掲示、「ポケットティッシュ」の配布
 県庁HP、県政テレビ番組、市町村広報誌等による情報発信



取組

参加

9～11月3か月間 参加合計76,472人 (令和4年度実績)

▼推進月間 参加人数推移

H28年度	H29年度	H30年度	R元年度	R2年度	R3年度	R4年度
83,505	130,370	150,050	164,814	60,674	75,418	76,472



「めざせ！男女ともに健康寿命日本一おいた」 キャッチコピー最優秀・優秀賞作品の決定について

イベント名：健康寿命日本一おいた推進フォーラム

- ・日時：令和4年9月25日(日) ・場所：トキハイナグストリーあけのアクロスタウン
- ・講演会参加者延べ数：231人

キャッチコピー(令和4年度募集)

最優秀賞	元気やけん！健康やけん！おおいたけん！
優秀賞	おおいたん、元気に長生き大作戦！
優秀賞	歯も足も大事にしようえ 取るで 男女健康日本一



【参考】キャッチコピー(平成28年度募集)

- ・いつまででん たべち あるいち 笑おうえ
- ・すべってころばぬ大分県 ～食べて歩く 笑顔の体づくり～
- ・次は日本一の「けんこう県おおいた」、狙います！

概要

- ・応募総数 : 287件
- ・応募期間 : R4.6.20(月)～7.8(金)
- ・一次審査(書面) : R4.7.15(金)～7.22(金)
- ・最終審査 : R4.8.3(水)

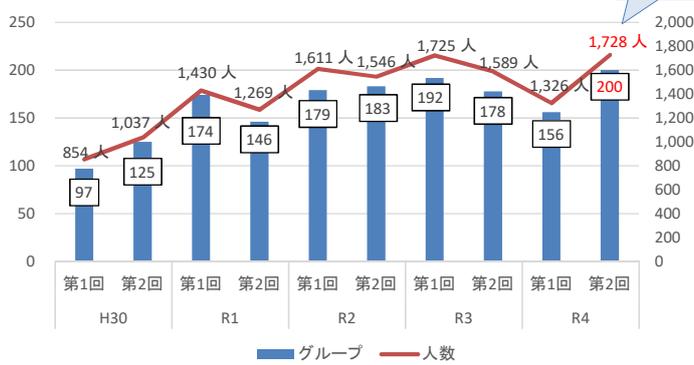
職場ぐるみの健康づくりの促進 - 職場対抗戦 -



のグループ機能を活かした職場対抗戦を実施

● 令和4年度第2回 職場対抗戦授賞式の様子

「おおいた歩得」職場対抗戦 参加グループ・人数 推移



R4第2回
過去最多!



【参加者の声】

- ・ 普段から通勤も歩くようにし、健康により気をつけるようになった
- ・ 部署を超えたコミュニケーションにつなげることができた
- ・ 体重や血圧が下がった
- ・ スタンプラリー機能を活用し、県内の魅力を再発見できた



図表Ⅲ-1-12：大分県の取組

大分県：市町村の実態を見える化・県全体で目指すは健康寿命日本一

● 県として共通の目標のもとで各部署や多様な主体が健康施策に関与できる環境を構築

- 県全体の目標として「健康寿命日本一」を掲げることで、各部署が同じ目標に向かって取り組むとともに、多様な主体による県民総ぐるみの活動を推進した。（健康寿命日本一大分おおい創造会議、健康寿命日本一おうえん企業）
- 分析の結果、「75歳以上」「50代前後」に課題があった。働く世代の無関心層をターゲットにした健康アプリを活用し、市町村や他部署のウォーキングや観光イベント等と連動させ、自然と運動や社会参加活動に結びつけやすい環境をつかった。
- また、健康経営の登録・認定制度を活用し、職場ぐるみの健康づくりを推進した。

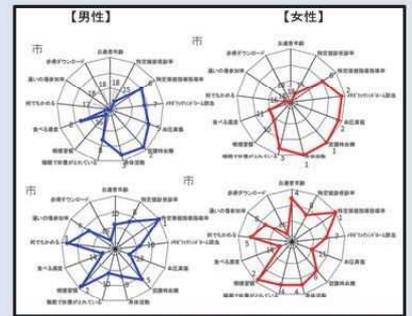


● 各保健所圏域で地域の健康課題にアプローチ

- 県独自で大規模実態調査を実施し、地域ごとの健康課題に応じた取組ができるよう県の予算を確保した。
- 県と保健所、保健所と市町村で協議しながら、各保健所圏域で健康増進計画を作成し、方向性を擦り合わせている。

● 県独自の指標を設定することで市町村に毎年データを還元

- 今後、取組をさらに深化させるため、毎年把握可能なデータから独自の13指標で市町村ごとにデータを作成・還元することで実態に合った取組につながる仕組みを構築した。
- 会議体で市町村の工夫を横展開することで市町村の取組を促している（健康寿命延伸アクション部会）。



出典：(図) 大分県提供資料をもとに作成 (イラスト) 大分県ホームページより引用

新たな評価体系を構築、市町村単位で地域の状況スコア化

【現状】

健康寿命

男性：全国1位(73.72歳)※前回36位
女性：全国4位(76.60歳) // 12位

共通

・わかりやすい3つの鍵 減塩-3g 野菜摂取350g 歩数+1500

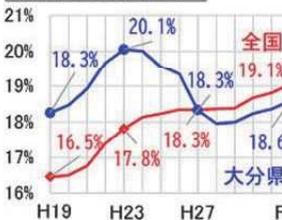
高齢者

・通いの場への参加率：全国1位(13.5%)
要介護認定率18.6%(全国より低く推移)

働き盛り

・糖尿病性腎症重症化予防(大学病院、医師会との連携)
新規透析患者の減(H30：全国7-スト3位→R2：23位)

要介護認定率[%]



新規透析患者数[人/百万人]



【健康寿命の課題・問題点】

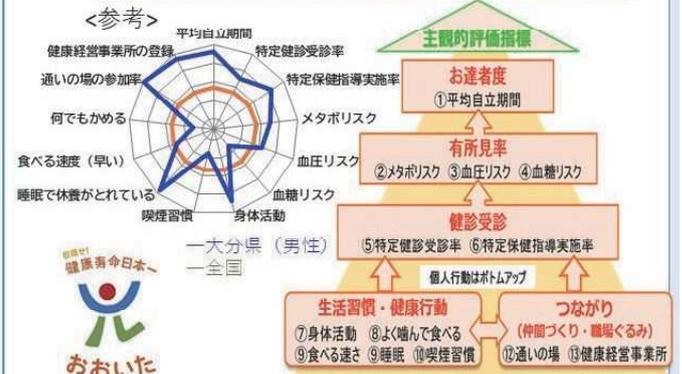
- 自覚的・主観的な健康観から算定
⇒ 課題分析困難
- 調査は3年毎、公表まで2年のタイムラグ
⇒ 毎年評価困難
- 市町村別の算出不可能
⇒ 地域の強み・弱みを踏まえた効果的な対策が打てない

Q「あなたは現在、健康上の理由で日常生活に何か影響がありますか？」

【本県における取組】

◎ 男女とも1位に向けた県民総ぐるみの健康づくり

⇒ 13の客観的補助指標の設定、県下18市町村で競争



⇒ 県下18市町村ごとに見える化し、強み・弱みに応じた対策を推進

出典：大分県提供資料より抜粋

これまでの成果

- 基本的な法制度の整備・枠組みの構築
- 自治体のみならず、保険者・企業など多様な主体が健康づくりの取組を実施
- データヘルス・ICT利活用、社会環境整備、ナッジ・インセンティブなど新しい要素も

課題

- 一部の指標が悪化
- 全体としては改善しているも、一部の性・年齢階級では悪化している指標がある
- データの見える化・活用が不十分
- PDCAサイクルの推進が不十分

予想される社会変化

- 総人口減少、高齢化の進展、独居世帯の増加
- 女性の社会進出、労働移動の円滑化、多様な働き方の広まりによる社会の多様化
- あらゆる分野でデジタルトランスフォーメーションが加速
- 次なる新興感染症も見据えた新しい生活様式への対応

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

① 誰一人取り残さない健康づくりを展開する (Inclusion)

② より実効性をもつ取組を推進する (Implementation)

- 多様化する社会において、集団に加え個人の特性をより重視しつつ最適な支援・アプローチの実施
- 様々な担い手（プレーヤー）の有機的な連携や、社会環境の整備
- テクノロジーも活用したPDCAサイクル推進の強化

出典：厚生労働省「次期国民健康づくり運動プラン（令和6年度開始）策定専門委員会資料」より抜粋

平均寿命について

(上表)

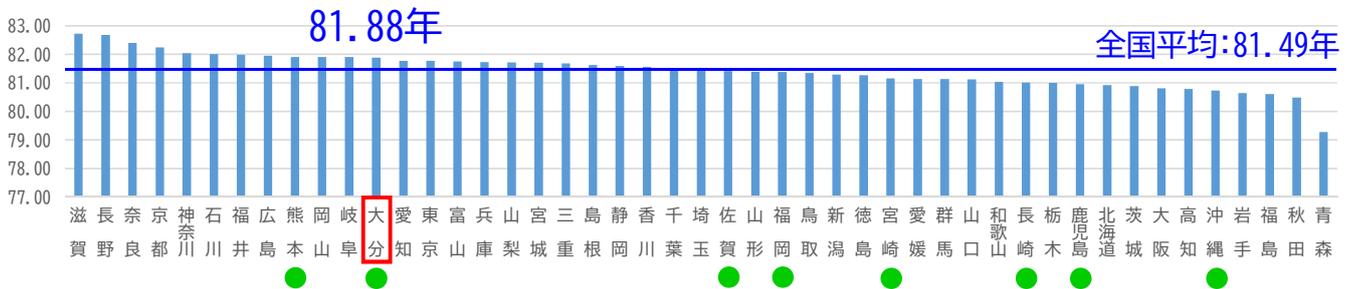
本県男性は全国12位 H22:8位 (80.06年) → H27:10位 (81.08年) → R2:12位 (81.88年)

(下表)

本県女性は全国9位 H22:9位 (86.91年) → H27:12位 (87.31年) → R2:9位 (87.99年)

単位：年

男性



単位：年

女性



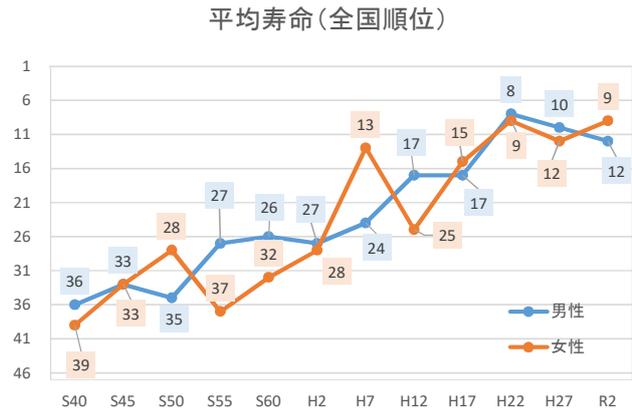
【出典】厚生労働省「令和2年都道府県別生命表」より作成

都道府県別平均寿命の状況(R4.12.23厚労省公表)

1. 大分県の平均寿命(0歳の平均余命)

男性 81.88歳 (全国12位)
女性 87.99歳 (全国9位)

都道府県	男		女	
	平均寿命	全国順位	平均寿命	全国順位
全国	81.49	-	87.60	-
熊本	81.91	9	88.22	5
大分	81.88	12	87.99	9
佐賀	81.41	25	87.88	16
福岡	81.38	27	87.78	20
宮崎	81.15	31	87.70	21
長崎	81.01	36	87.60	23
鹿児島	80.95	38	87.53	26
沖縄	80.73	43	87.41	34



2. 大分県の平均寿命の推移

区分		昭和40年	昭和45年	昭和50年	昭和55年	昭和60年	平成2年	平成7年	平成12年	平成17年	平成22年	平成27年	令和2年
全国	男性	67.74	69.84	71.79	73.57	74.95	76.04	76.70	77.71	78.79	79.59	80.77	81.49
大分県	男性	66.83	68.99	71.03	73.21	74.82	75.98	76.83	77.91	78.99	80.06	81.08	81.88
	順位	36	33	35	27	26	27	24	17	17	8	10	12
全国	女性	72.92	75.23	77.01	79.00	80.75	82.07	83.22	84.62	85.75	86.35	87.01	87.60
大分県	女性	72.07	74.66	76.73	78.54	80.58	82.08	83.61	84.69	86.06	86.91	87.31	87.99
	順位	39	33	28	37	32	28	13	25	15	9	12	9

・ある年齢の者が死亡するまでの残りの生存年数の期待値を平均余命といい、0歳の平均余命を、平均寿命という。現在の死亡状況を反映している。
 ・国勢調査による日本人人口(確定数)や人口動態統計(確定数)を基に作成され、都道府県別は昭和40年から5年ごとに公表されている。