

働き盛り世代の 健康づくりについて

みんなでめざそう！
生涯現役、
健康長寿の島根県！

島根県健康福祉部健康推進課
健康増進グループ 保健師
遠藤まどか



「健康経営」とは？

社員の健康は重要な経営資源と捉え、
健康増進に積極的に取り組む
企業の経営スタイル

社員同士がコミュニケーション
を密に図り、健康に配慮する
文化を企業に創造していくこと
により、組織の健康と生産性を
維持していく

【参考】大田圏域働く人の健康づくり講座
島根産業保健総合支援センター
松江記念病院健康支援センター
春木宥子先生 講義資料

健康経営

事業主が社員の健康づくりを積極的にサポート

健康状況(リスク)の把握

健康づくりの推進

社員が心身ともに元気で働ける企業に

生活習慣病の予防・改善

メンタルヘルス不調の予防・改善

社員の健康づくりへの投資は

業績にも良い影響をもたらす！

企業のメリット

生産性向上

モチベーションの向上
欠勤率の低下
業務効率の向上

負担軽減

疾病予防による
疾病手当の支払い減少
長期的に健康保険料負担の抑制

イメージアップ

企業ブランド価値の向上
対内的・対外的イメージの向上

リスクマネジメント

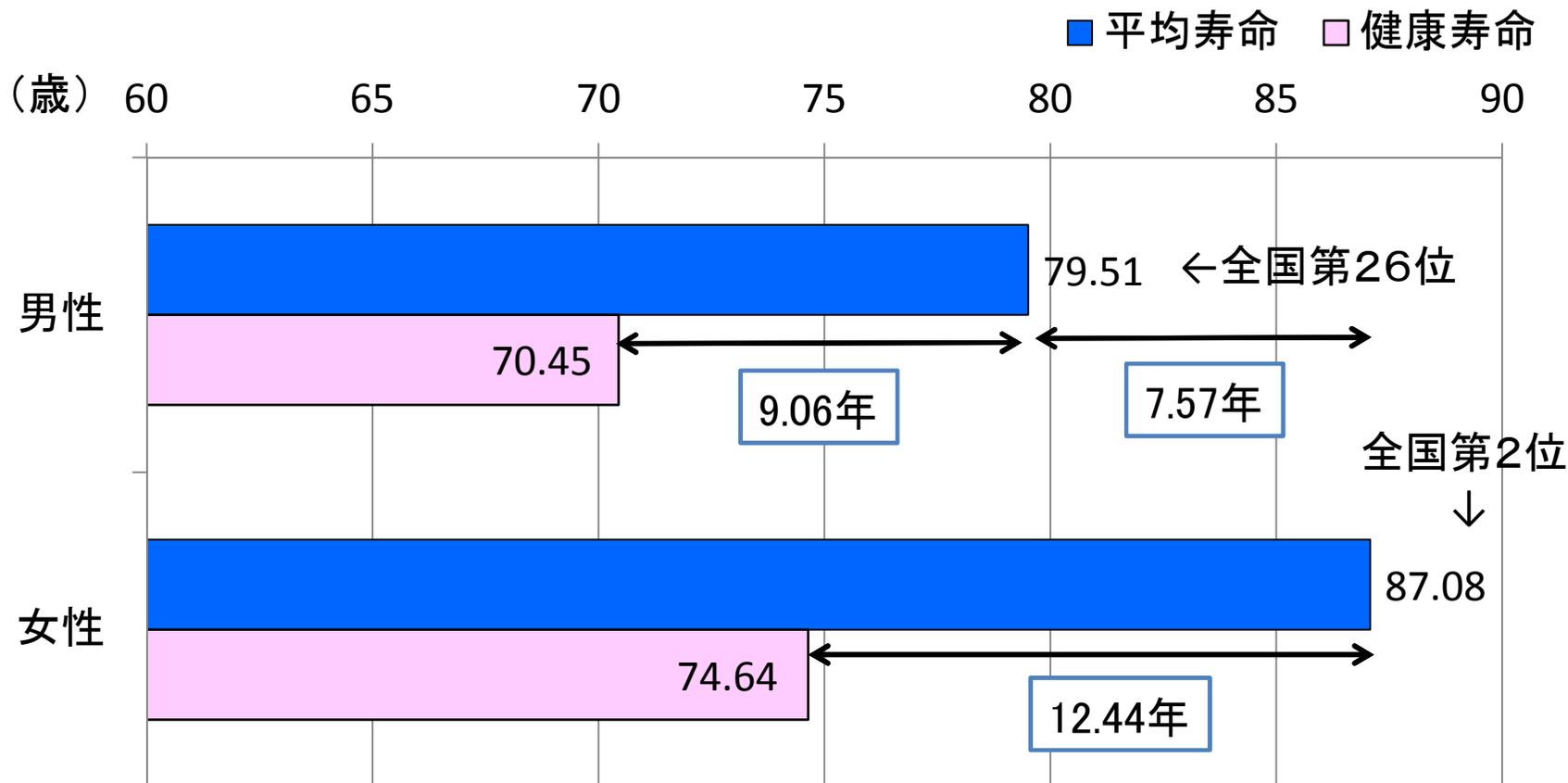
事故・不祥事の予防
労災発生の予防

【参考】大田圏域働く人の健康づくり講座
島根産業保健総合支援センター
松江記念病院健康支援センター
春木宥子先生 講義資料

島根県の働き盛り世代の 健康課題は？



平均寿命と健康寿命の差



出典: 平均寿命(平成22年)厚生労働省「平成22年都道府県別生命表」
健康寿命(平成22年)厚生労働科学研究費補助金による「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策費用対効果に関する研究」

▼平均寿命

0歳児が何歳まで生きられるかという値

▼健康寿命

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機関

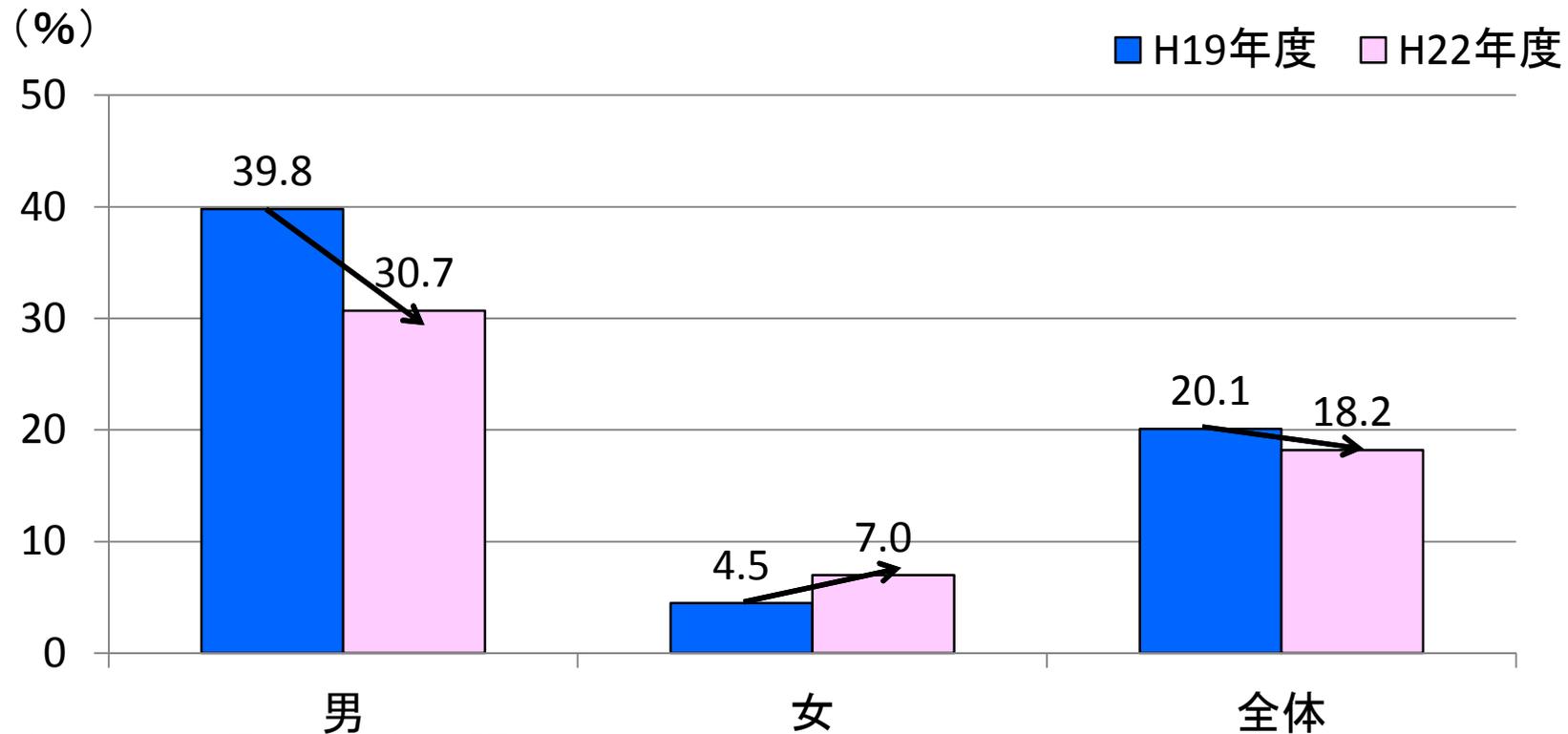
平均寿命は、男性と女性とで約8年の差がある。

平均寿命と健康寿命の間には、男性で約9年、女性で約12年の差がある。

★健康長寿しまね推進計画(平成25年度～平成34年度)

平均寿命の目標: 男性79.95歳、女性87.17歳

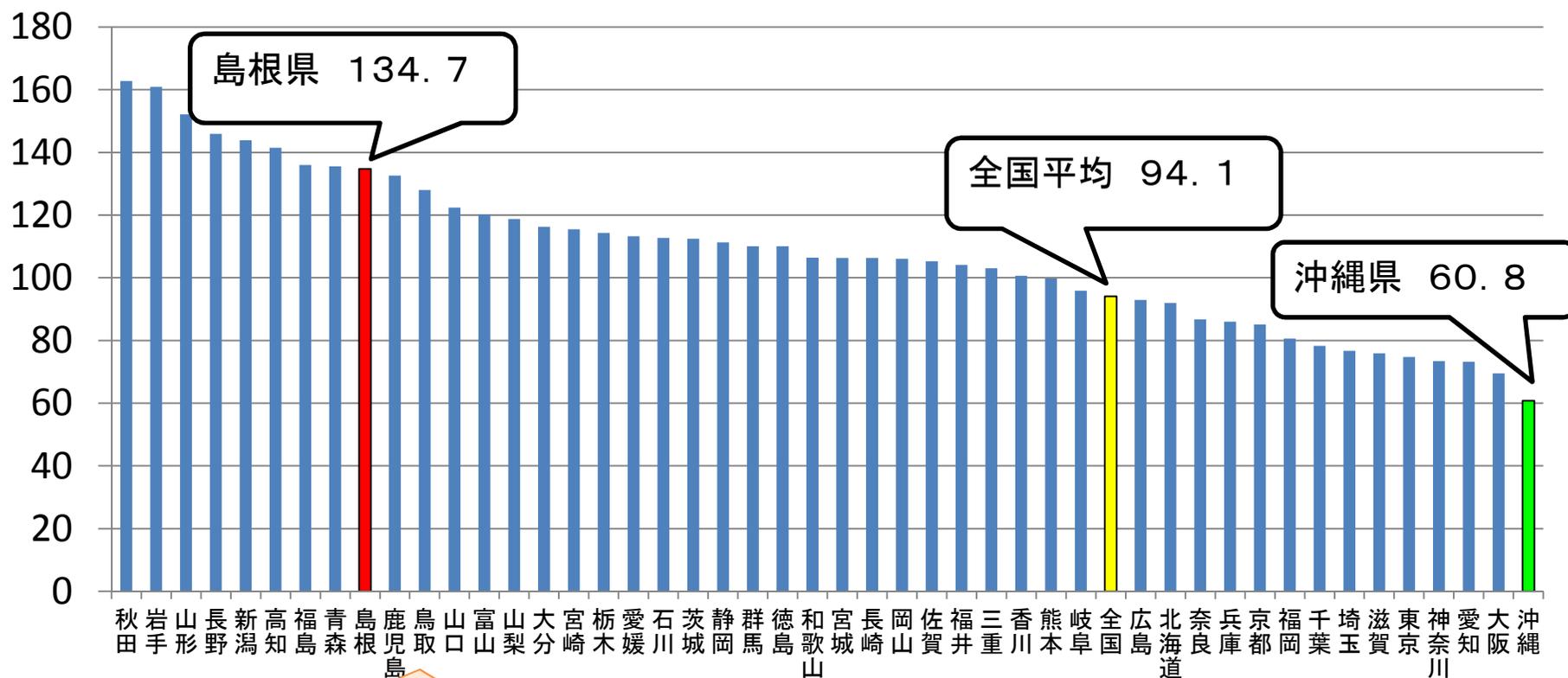
習慣的に喫煙している者の割合 (20~79歳)



出典：島根県健康・栄養調査

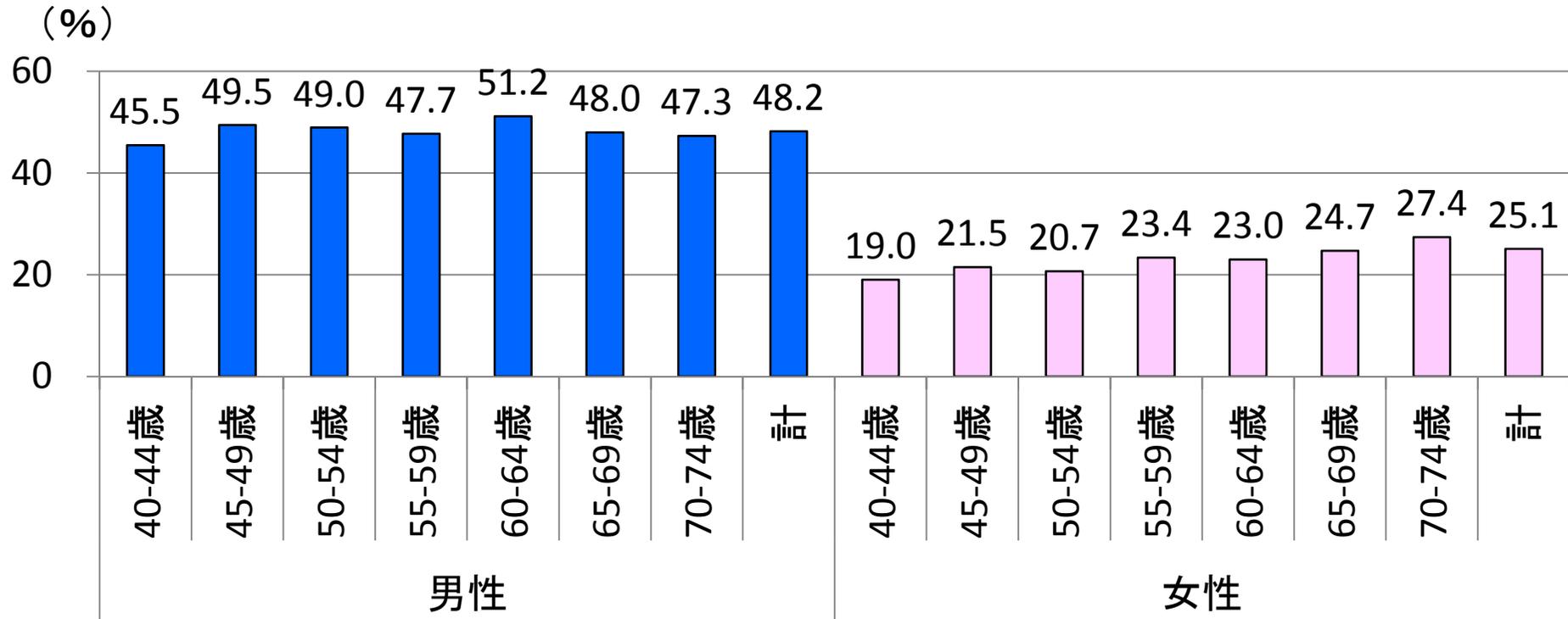
ちなみに、20~39歳の喫煙率は、男性46.0%、女性11.3%。
男性は、喫煙率が減少しているが、女性は、上昇している。
★健康長寿しまね推進計画(平成25年度~平成34年度)
目標：男性12.3%、女性：3.2%

脳卒中による死亡率の全国順位 (平成25年人口動態統計 人口10万対)



島根県は、全国平均よりも高く、全国第9位の脳卒中死亡率。

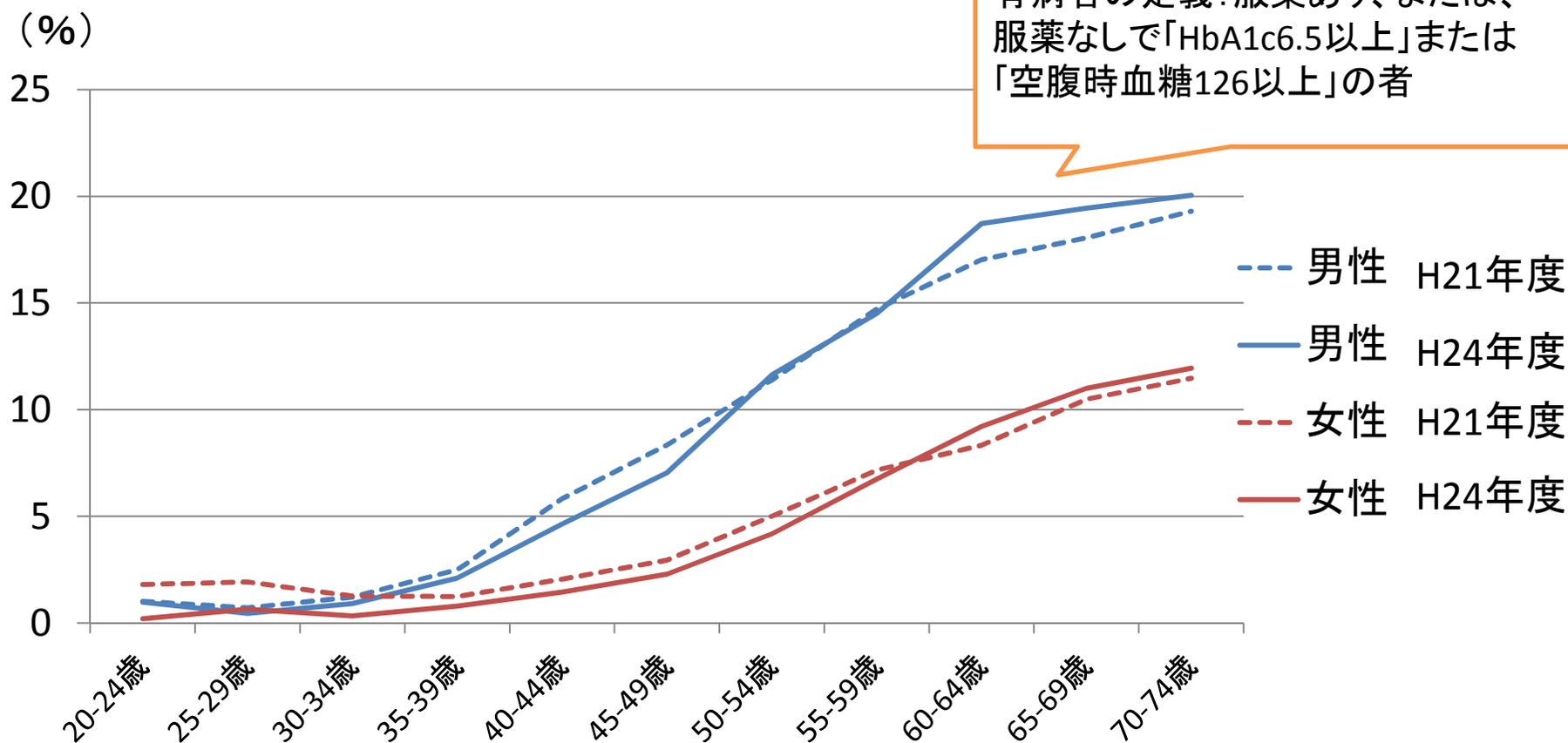
性別、年齢階級別、肥満者割合 (平成26年度)



出典:平成26年度市町村国保特定健康診査結果

男性は、各年齢階級で40%を超えている。
女性と比較して、どの年齢階級も肥満者の割合が高い。

年齢階級別 糖尿病推定有病率 (平成21年度、平成24年度)



出典: 市町村国保特定健診と事業所健診(島根県環境保健公社・島根県厚生農業協同組合連合会実施分)

男性は、女性よりも推定有病率が高い。男女ともに40歳代頃より上昇し始める。
平成21年度と平成24年度を比べると、60歳以降の男性で微増傾向。

働き盛り世代への 健康づくりの取り組み



御協力いただきたい取組①

＜健康づくり全般＞ ▶募集します！

しまねいきいき健康づくり実践事業所

- 事業所を対象に、従業員の健康管理のために実施する、たばこ対策、運動、健診等、継続性のある健康づくりの取組を計画・実施する事業所を募集します。
- 取組内容を届出書に記載いただき、所在地を管轄する保健所に届け出ていただくと、健康推進課より届出済証を交付します。また、県ホームページ等にて、広く県民に周知します。

今年度新規事業です！
実践事業所を大募集しています！



しまねいきいき健康づくり 実践事業所 参加事業所募集

働きざかり世代の健康づくりの一環として、従業員の健康づくりに取り組んでみませんか？
島根県では、**事業所**における健康づくりの取組を推進しています。

内容 ①それぞれの事業所で、従業員の健康管理のために実施する、継続性のある健康づくりの取組を計画する。
②その取組内容を届出書に記載により届出する。
③その届出内容に基づき、健康づくりの取組を推進する。
※計画する取組項目は、たばこ対策、運動、健診、その他から選択（複数選択も可）

取組例 たばこ対策-事業所の建物（敷地）内を禁煙にする。
運動-ウォーキング大会の開催や、運動教室を定期的に開催する。
健診-従業員のがん検診受診率を100%にする。
その他-従業員向けの健康レシピの料理教室を開催する。 等々

対象者 県内の企業などの事業所

届出方法 取組を計画し、届出用紙（裏面）に必要事項を記載のうえ、各事業所の所在地を管轄する保健所まで届出する。 ※届出にかかる費用は、申請者の負担とします。

届出後の 届出事業所の全てに届出済証を交付します。
取組内容等は、健康推進課等に届出済証を添付していただき取組を推進してください。

保健所	〒	番	町	支	所	HPアドレス	電話番号
松江保健所	〒690-0011	松江	1-1-1	松江保健所	松江保健所	http://www.shimane-hp.jp	0852-29-1314
浜田保健所	〒690-0001	浜田	1-1-1	浜田保健所	浜田保健所	http://www.shimane-hp.jp	0854-49-9837
出雲保健所	〒690-0011	出雲	22-1	出雲保健所	出雲保健所	http://www.shimane-hp.jp	0853-21-8790
島根保健所	〒694-0041	島根	長門町1-7-1	島根保健所	島根保健所	http://www.shimane-hp.jp	0854-84-8821
石見保健所	〒693-0041	石見	大田町1-1-1	石見保健所	石見保健所	http://www.shimane-hp.jp	0853-29-5553
益田保健所	〒699-0007	益田	1-1-1	益田保健所	益田保健所	http://www.shimane-hp.jp	0856-31-9547
隠岐保健所（島根）	〒695-8801	隠岐	島根県庁裏1-24	隠岐保健所	隠岐保健所	http://www.shimane-hp.jp	0852-2-8711
隠岐保健所（島根）	〒696-0005	島根	宇佐町1-1-1	隠岐保健所	隠岐保健所	http://www.shimane-hp.jp	0854-3-8121

島根県健康福祉部健康推進課健康増進グループ 電話:0852-22-5685 FAX:0852-22-4320

御協力いただきたい取組②

<たばこ対策>

▶宣言に御協力ください！

島根県たばこ対策取組宣言

- ・島根県では、第3次島根県たばこ対策指針の策定にあわせ、「島根県たばこ対策推進宣言」を行いました。
- ・この宣言を関係団体それぞれの立場から宣言してもらい、**具体的かつ主体的**に取り組むことができるよう推進していきます。宣言書は、県ホームページに掲載し、広く県民にPRします。

島根県食生活改善推進協議会たばこ対策宣言

私達、食生活改善推進員は、自分の、家族の、地域の人たちの健康を守るため、本日、ここに次のことを誓います。

1. 未成年者や次世代を生み育む若い女性の禁煙を推進します。
2. たばこの煙から健康を守る受動喫煙防止対策を推進します。
3. 健康長寿しまね推進会議や関係団体が実施するたばこ対策に全面的に協力していきます。

平成27年5月21日

島根県食生活改善推進協議会

代表 島根県代表子

現在、関係団体や保健所、社会福祉法人など、
13団体が宣言しています！
事業所の皆様の宣言を大募集します！



御協力いただきたい取組③

<たばこ対策>

▶募集します！

たばこの煙のない飲食店・理美容店



- ・終日禁煙の飲食店・理美容店を募集・登録しています。
- ・登録した飲食店・理美容店へは、ステッカーを送り、各飲食店・理美容店でPRしていただきます。また、県ホームページに飲食店・理美容店を掲載し、広く県民にPRします。

★飲食店は、261件の登録があります！ ★理美容店は、129件の登録があります！

松江圏域：71件

浜田圏域：47件

松江圏域：28件

浜田圏域：27件

雲南圏域：21件

益田圏域：32件

雲南圏域：11件

益田圏域：8件

出雲圏域：59件

隠岐圏域：7件

出雲圏域：40件

隠岐圏域：6件

大田圏域：24件

大田圏域：9件

終日禁煙の飲食店、理美容店の登録を
大募集しています！



御協力いただきたい取組④

<食育>

▶募集します！

家庭での育児を支える育メン推進事業

- 子どもを持つ又は今後持つ予定の男性従業員を対象に、健康的な食に関心をもつ、自分で調理する力を養うなどを目的に実施する料理教室等、事業所が企画し実施する活動に補助金を交付します。

今年度新規事業です！
育メン推進事業を実施する事業所を大募集しています！



補助金 申請事業所 募集中! 家庭での育児を支える育メン推進事業

交付対象者 県内に所在する事業所であって、知事が選出と認めるもの

対象となる活動 事業所が企画し実施する活動であること。
◆対象—子どもを持つ又は今後持つ予定の男性従業員
◆内容—健康的な食に関心をもつ、自分で調理する力を養うなどを目的に実施する料理教室等

交付決定期間 交付決定のあった日から平成28年3月31日まで
※交付決定後に着手した経費については、対象となりませんのでご注意ください

交付額 1事業所あたりの交付額は、事業費総額（申請事業所内の人員費は交付対象）の2分の1以内とし、上限を148千円とします。

申請方法 補助金交付要綱をご参照の上、申請書類一式を下記窓口へ提出してください。要綱や申請書類の様式は、下記のホームページからダウンロードできます。

審査交付手続 審査結果は所定の手続きを経て、11月中旬までに、各申請事業所に通知します。
なお、審査に関するお問い合わせはお答えできません。

交付決定後 平成28年3月31日までに、下記窓口へ提出してください。
なお、取組内容については、県ホームページなどで取組をすることがありますのでご了承ください。

窓口-問い合わせ先
県庁事務課生涯健康課生涯健康推進課 3-F
住所：長野県長野市中央1-1番地
電話：0265-22-6131
FAX：0265-22-6132
Eメール：shoyu@pref.nagano.lg.jp

申請期間 一次締め切!
平成27年10月19日(月)
※申請書類の提出期限は、申請書類の提出期限を過ぎると受付できません。

御協力いただきたい取組⑤

＜がん検診＞
▶募集します！

がん検診啓発協力事業所

- ・がん検診の啓発に御協力いただける事業所を「がん検診啓発協力事業所」として募集・登録しています。
- ・登録した事業所へは、ステッカーを送り、各事業所でPRしていただきます。また、県ホームページに事業所名を掲載し、広く県民にPRします。

★現在、563件の登録があります！

松江圏域：86件	浜田圏域：51件
雲南圏域：80件	益田圏域：45件
出雲圏域：96件	隠岐圏域：150件
大田圏域：55件	

がん検診の啓発に御協力頂ける
事業所を大募集します！



「一緒に取り組みませんか?」
がん検診啓発協力事業所を募集します

鳥取県では、がん検診啓発活動の場を拡大見直しとしていますが、登録事業所は全国平均と比べてとても低い現状です。がん検診の啓発活動に協力いただける事業所を「がん検診啓発協力事業所」として募集・登録し、がん検診啓発活動の場を拡大見直し活動の場を確保してまいります。

がん検診啓発活動を増やすための啓発活動への協力をお願いします！

Q「がん検診啓発協力事業所」はどんなことをするの?
A 協力事業所が数多く取り組める啓発活動でOK!

例えば...
・県庁所在地に啓発チラシを配布する、または県庁にチラシを届ける。
・県庁管内、県庁所在地に啓発チラシを配布する。
・県庁管内の各自治体等に啓発チラシを配布する。
・県庁管内の各自治体等に啓発チラシを配布する。

登録の手順と費財・報告

- 1 申込書に記入し(添付書類あり)、事務局へ提出
申込書を事務局から鳥取県健康推進課へ提出
- 2 鳥取県健康推進課で内容確認、登録
費財もしくは鳥取県から事業所へステッカーを配布
- 3 登録完了でがん検診啓発の啓発
活動から鳥取県健康推進課へ報告(添付書類あり)
- 4 年度末に活動内容を事務局に報告

お問い合わせ先 鳥取県健康推進課 がん対策推進室 TEL:0852-22-6701
詳しい情報は「しまのび」10月号

御協力いただきたい取組⑥

<セミナー>

▶ご参加ください！

事業主セミナー

・島根産業保健総合支援センター等との連携により、各圏域の課題に応じたテーマで実施しています。

★各圏域で開催しました！

大田圏域（10月23日）、松江圏域（11月4日）、浜田圏域（11月6日）
益田圏域（11月11日）、雲南圏域（11月18日）、隠岐圏域（11月20日）

今後の
開催予定

「働く人の健康づくりセミナー」

日時：平成28年1月26日（火）13：30～16：00（受付13：00～）

会場：朱雀会館 1階 ホール （出雲西新町2丁目2456番地4）

対象：出雲市内の事業所事業主、安全衛生担当者等

内容：事例発表「ストレスチェック制度の取組」ヒカワ精工株式会社

講演「メンタルヘルス管理・監督者の役割とは？」

メンタルヘルス対策促進員 岡淳一 氏

ミニ講話「職場でできるロコモ対策」

健康運動指導士 勝部恵子 氏

【問い合わせ先】

島根県出雲保健所
健康増進課

TEL0853-21-8785