

1 活動名

北海道岩見沢市 健康経営都市宣言について

2 調査の目的

(1) 本市における課題

健康経営都市の推進

(2) 調査の必要性

人もまちも元気で健康という健康経営都市が取り組んでいる内容を本市に生かすこと

(3) 調査項目

いわみざわ健康ひろば（健康教育・体操・相談事業）

3 調査地選定理由

(1) 岩見沢市

健康寿命延伸都市を発信している本市が、全国の自治体で初めての健康経営都市宣言が認定された岩見沢市の取り組みを参考に更なる促進につなげたいため。

4 調査結果

(1) 実施日 2019年 10月 4日

(2) 出席者 4名 上條美智子、近藤晴彦、勝野智行、内田麻美

(3) 岩見沢市

健康経営都市について

・健康経営とは・・・企業が従業員の健康に配慮することによって、経営面においても大きな成果が期待できるとの基盤に立ち、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践することを意味しています。

・健康経営都市宣言・・・平成28年6月 全国の自治体では初めての認定

・岩見沢市が目指す健康経営都市とは

①医療や介護等の公的サービス、健康診査やがん検診などの「まもる」健康

②市民自ら健康づくりを進める「つくる」健康

③環境づくり・人・地域・企業や啓発などを通じてこれらを「つなぐ」健康

→人もまちも元気で健康

健康経営都市推進に向けた具体的な取り組み

・いわみざわ健康ひろば・・・西友の旧地をリノベーションして利用、健診バススペース2台あり（レントゲン・バリウム検査）

①まもる健康：疾病の予防や早期発見に努めよう

1) 母子保健推進事業・・・妊娠～乳幼児期の子育てを応援！

2) 疾病予防推進事業・・・感染症の発生や拡大を予防します！

3) 不妊・不育症治療費助成事業・・・治療費助成で妊娠・出産を応援！

4) AED 設置施設登録制度推進事業・・・AED の普及啓発を推進しています！

5) 健康診査・がん検診事業・・・受けて安心！各種検診！→検診料が道内トップレベルの低料金である。

6) 介護予防・日常生活支援総合事業・・・自分らしく自立した生活を送ろう！

7) 認知症総合支援推進事業・・・住み慣れた地域で生活するために！

8) 認知症サポーター育成事業・・・みんなで認知症を理解しよう！

②つくる健康：自ら健康づくりに取り組もう

1) 健康教育事業・・・食や運動について学ぼう！

- ・市民対象に運動教室やフードデイを開催し、地元食材を使ったアイデア離乳食や生活習慣病予防などをテーマにした講話・レシピ紹介など
- ・町会・自治会、事業所等対象にお茶の間健康教室（希望のテーマ：食生活、運動等に基づく講話や実技）を開催

2) 健康体操事業・・・ひゃっぴい体操で健康づくり！

- ・体操教室の開催、体操指導員（サポーター）の養成、普及啓発（動画配信、DVDやCDの配付など）

3) 健康相談事業・・・保健師等に相談してみよう！

4) 北大 COI（食と健康の達人拠点）との連携・・・北海道大学と一緒に健康づくり！

※COI(センター・オブ・イノベーション)とは、文部科学省・科学振興機構が実施しているプログラムであり、10年後、どのように社会が変わるべきか、人が変わるべきか、その目指すべき社会像を見据えたビジョン主導型の研究開発を支援。北大 COI の目指す将来の姿：プレママから、子育て、高齢者の健康を守り、病後も美味しい食と、楽しい運動で笑顔のあふれる社会をめざす。

・健康づくり推進に向けた活動・・・健康イベントにおける健康チェックや健康講座の開催、健康関連データの蓄積・分析

・母子健康調査・・・低出生体重児の減、出生率の向上を目的とし、妊婦～学童期までの生活環境。健康状態の調査をご協力いただける方に行う。

・家族健康手帳アプリ・・・(平成28年5月～) 育児記録の家族での共有、健康・子育て情報の配信、予防接種スケジュール管理→インストール数 483、相談件数 78

・クチトレ（くちびるの内側に装着してトレーニングする専用器具）・・・表情筋を効果的にトレーニング→ぐっすり眠る、表情が豊かになるなどの効果が期待できる。→モニター調査による効果検証・・・対象/小中学生と高齢者 調査期間/1年～1年半 体力テストや、げんき発見ドックによる評価をクチトレの使用前後の比較や未使用者との比較などにより効果を検証する。→クチトレのエビデンス（科学的根拠）を確立→クチトレの更なる推進

・げんき発見ドック・・・従来の管理のための健康診断から自分のげんきを発見する、ポジティブな健康づくりのための取組み

プログラム：オーラルフレイル、立ち上がり筋力、採血・血圧、指タック、ペグアモーレなど 参加特典：軽食（アイス、パン、お茶等）健康ポイント/5ポイント

③つなぐ健康：気軽に楽しんで健康づくりをしよう

1) 健康ポイント事業・・・楽しみながら健康づくり！

・18歳以上の市民対象で特典として50ポイントで1000円分の商品券

例：ふれあいポイント（健康関連サークル活動/1ポイント）

受けてポイント（各種がん検診、乳幼児検診等/5ポイント）

2) 健康まつり事業・・・健康づくりを学び体験しよう！

3) 保健推進会運営事業・・・地域で健康づくりを推進！

・保険推進員の活動（地域との連携役）→がん検診などの周知、地域健康講座の開催、健康広場の運営協力、乳幼児健診の協力、健康に関する普及・啓発など

4) いわみざわ健康ひろば・・・気軽に健康チェックをしよう！

・例：実施日・/毎日 アール・ブリュット展示 主に障がい者の芸術作品を常設展示→市でセミナーの開催など

実施日・/毎週火曜日 健康チェックの日 健康測定及び保健師、管理栄養士、歯科衛生士による健康相談→血管年齢、骨健康度、体組成、血圧を測定。食と健康の達人カードというカードがあり、スマートフォン・PC からも結果の参照が可能。自身の過去のデータと比較も出来る。

実施日・/毎週木曜日 北大 COI の日 北大 COI による乳幼児の健康測定、カラオケ機器（カラオケ DAM）を使った介護予防体操など、子どもから高齢者までを対象としたイベントを実施→当初は 5～6 人集まる程度だったが、現在は 80 人ほど集まる。100 人までは対応出来るスペースだが、みんなが外出出来るようにとの狙い。ピラティスやヨガも取り入れている。

(4) 成果・所感等

「健康経営都市宣言」の認定が全国で初めてということもあり、細やかな実施内容を組まれており、なかでも北海道大学との連携で高齢者がひきこもらず、家から外に出てもらおうような取組みが進んでいる。げんき発見ドックという名称はポジティブに楽しく体のことを気づけるようにとの願いというのもいいアイデアだと思います。

子育て世代や高齢者だけでなく、働き盛りの年代も来てもらえるようにと肌年齢測定器も設置したそうで、市の努力も感じられます。

クチトレの装具は 1 個 1 万 4 0 0 0 円で現在市の負担もあり 7 0 0 0 円で購入だがエビデンスを確立するためにもう少し単価を下げるには時間がかかりそうです。カラオケ DAM を使った介護予防体操は、私たちも笹部方面の地域づくりでの取組みで体験させてもらいましたが、体操の種類なども多いことからそれぞれの地域や年齢層に合わせて推進出来ることを願います。

本市の健康寿命延伸都市の取組みも、地域で差があるように感じますので、市からの発信で、市全体で市民の健康を守っていく取組みを考えていきたいです。

5 政務活動費

- | | |
|----------|--------|
| (1) 使途項目 | 調査旅費 |
| (2) 支出額 | 函館市に同じ |