

令和4年3月10日(木)

令和3年度地域・職域連携推進関係者会議

人口減少に打ち勝ち、笑顔で暮らせる島根をつくる

島根*創生
SHIMANE SOUSEI

島根県における 地域・職域連携の取組について



健康長寿しまね推進キャラクター
「まめなくん」

島根県健康福祉部健康推進課
健康増進グループ 林 はづき

島根県の概要



総面積	6,708.26km ²						
市町村数	19市町村 (8市10町1村)						
二次医療圏	7圏域						
総人口※ ¹	666,941人						
65歳以上※ ¹	228,349人 (34.7%)						
県内事業所数※ ²	35,476事業所						
従業者規模別※ ²	<table border="1"> <tr> <td>5人未満</td> <td>60.4%</td> </tr> <tr> <td>5～9人</td> <td>19.4%</td> </tr> <tr> <td>10～19人</td> <td>11.3%</td> </tr> </table>	5人未満	60.4%	5～9人	19.4%	10～19人	11.3%
5人未満	60.4%						
5～9人	19.4%						
10～19人	11.3%						

※¹ しまね統計情報データベース (R2)

※² 経済センサスー活動調査 (H28)

島根創生計画(2020-2024年度)

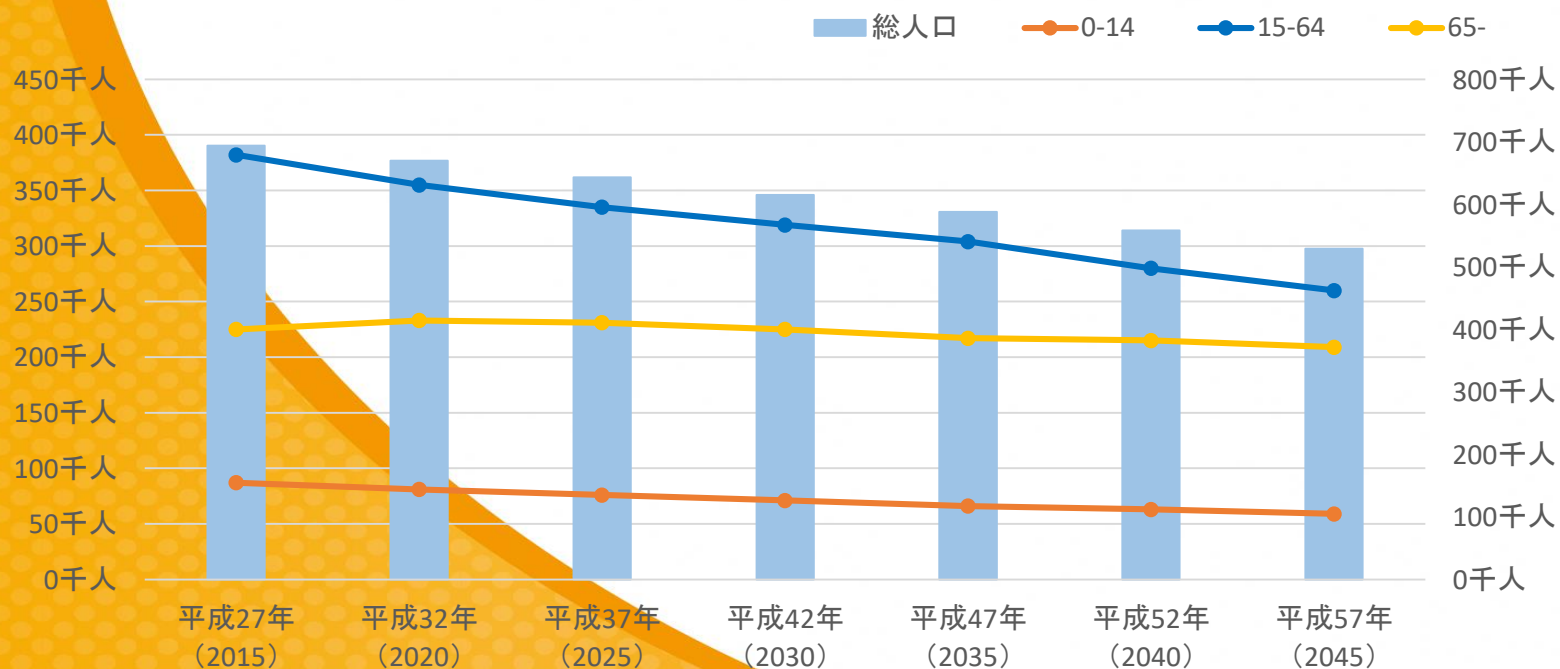
「人口減少に打ち勝ち、笑顔で暮らせる島根をつくる」

3つの柱

- ・人口減少に打ち勝つための総合戦略
- ・生活を支えるサービスの充実
- ・安全安心な県土づくり

「島根を創る人をふやす」ことを目指す取組の1つとして健康づくりが位置づけられています
目標は『健康長寿日本一』!!

島根県の将来推計人口(2018年推計)

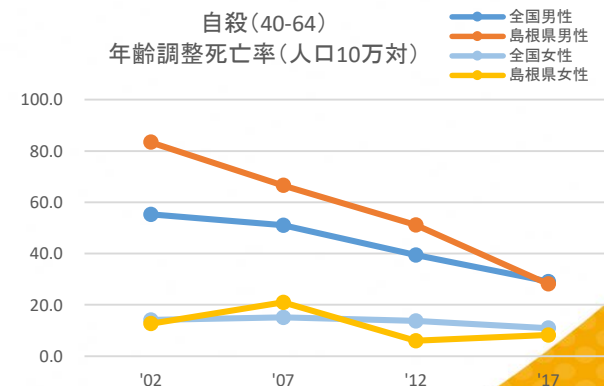
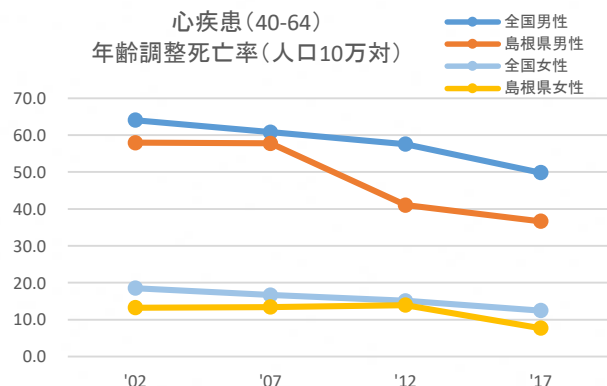
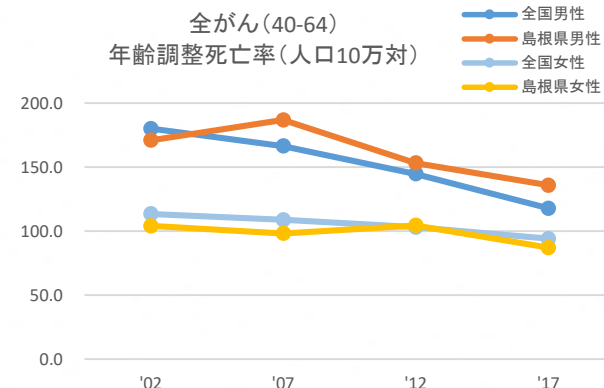
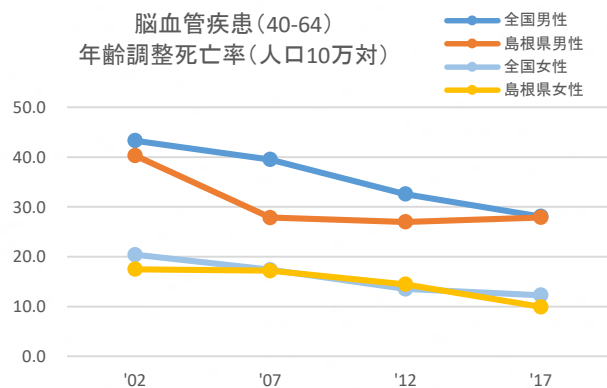
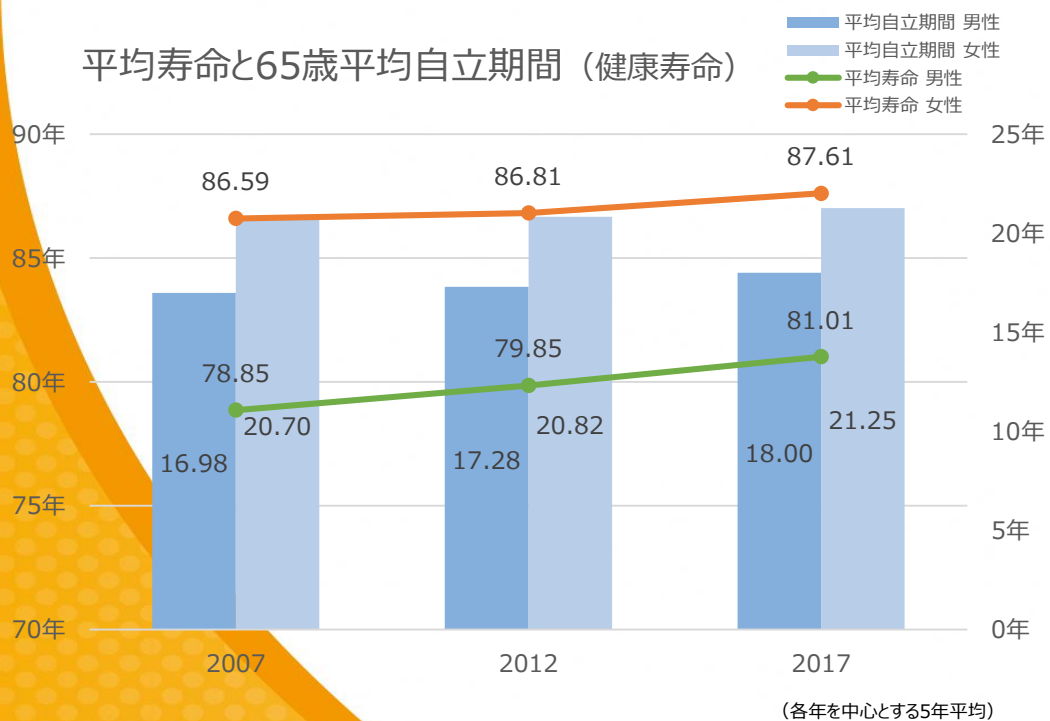


生産年齢人口の減少に伴い、
労働力人口の減少も見込まれる

働ける(働いている)人に、
長く元気で働いてもらうことが、
事業所にとっても益々重要になる!

島根県の特徴

- 平均寿命、健康寿命（平均自立期間）ともに延伸しているものの、男性の健康寿命は全国と比べると短い
- 働き盛り世代において、がん及び脳血管疾患による死亡が多い
- 高血圧の者が多い



(年齢調整死亡率は、国は単年、島根県は各年を中心とする5年平均で算出)

これまでの壮年期対策

年度	動き
H8	壮年期保健対策に向けた「平均寿命に関する調査・研究事業」の実施
H9	壮年期対策を重点的に展開 …圏域単位；関係機関と連携して研修会・連絡会等の開催
H10	「健康長寿しまね推進計画」策定 （健康日本21地方計画）
H11	「健康長寿しまね推進会議」を設置 二次医療圏単位に「圏域健康長寿しまね推進会議」を設置
H12	各圏域において「圏域健康長寿しまね推進計画」を策定
H14.15	「地域・職域連携共同モデル事業」（国）を受け、働きざかりの健康づくり事業を実施（浜田圏域）
H15	各圏域へ働きざかりの健康づくり事業が波及 …協議会設置、研修等の共同実施等
H16	県協議会設置に向けた準備会の開催
H17～	「島根県地域・職域連携健康づくり推進協議会」の設置 事業所健康づくり調査の実施…事業所の現状・課題を把握し、取組の検討
H30	県・圏域協議会の 体制の見直し …県協議会と圏域協議会の役割の整理、ワーキングチームの設置

「健康長寿しまね推進計画」の推進母体。すべての県民が健康で明るく、生きがいを持って生活できる社会の実現をめざして、県民、関係機関・団体、行政が三位一体となった**健康づくり県民運動**。

健康長寿しまね推進計画の**壮年期部分の推進母体**として、地域保健と職域保健の**広域的な連携**及び継続的な健康管理**支援体制の整備**を図る

県協議会設置に向けて…(H15年頃～)

1. 地域・職域連絡会の開催
2. 地域・職域連絡協議会設置準備会の開催
3. 関連会議に参加し、協議会設置の趣旨説明
 - ・産業保健センター連絡協議会
 - ・産業医研修連絡協議会
 - ・労働関係協議会
 - ・社会保険健康づくり事業推進協議会
 - ・島根産業看護部研修会

連携体制構築にあたって...

- 現状・課題・目標の共有を図り、共通意識をもつことが必要
- 各団体が主体性をもって取組に関わってもらうための体制づくり、意識の醸成が必要
- 行政機関を含め、各団体内において、協議会における役割や取組の引継ぎ、共有が図られることが必要
- 様々な関係団体・関係課との情報共有や連携した取組を地道に継続していくことが必要
- まずは行政側が何ができるか（何をするのか）を示すことが必要

島根県地域・職域連携健康づくり推進協議会構成団体

島根県医師会	健康保険組合連合会島根連合会	アクサ生命保険株式会社
島根県歯科医師会	全国健康保険協会島根支部	島根県商工労働部雇用政策課
島根県看護協会	島根県国民健康保険団体連合会	島根県健康福祉部障がい福祉課
島根県栄養士会	島根県環境保健公社	島根県健康福祉部感染症対策室
島根県経営者協会	島根県厚生農業協同組合連合会	島根県保健環境科学研究所 (兼 事務局)
島根県商工会議所連合会	島根県中小企業団体中央会	島根県健康福祉部健康推進課 (兼 事務局)
島根県商工会連合会	島根労働局労働基準部	
島根県労働者福祉協議会	島根産業保健総合支援センター	

島根県地域・職域連携健康づくり推進協議会の位置づけ

健康長寿しまね推進会議

県民の健康づくりの推進母体
…県民、行政、団体が三位一体となった県民運動を展開

連携

県地域・職域連携健康づくり推進協議会

働き盛り世代における健康課題の明確化及び共有化を図り、各機関が連携し働き盛り世代の健康実態改善のための具体的な取組を推進する

- 健康長寿しまね推進会議の中で**特に働き盛り世代と関連が強い団体により構成**
- 働き盛り世代の健康づくりを中心に取組みを推進する母体

ワーキングチーム

県協議会における検討事項の相談、具体的な連携事業の調整、圏域協議会連携事業の調整等
(県協議会コアメンバー+保健所で構成)

- ・都道府県の重点方針等の提示・共有
- ・各圏域の事業や課題の把握、情報交換・共有
- ・全国的な好事例等の情報提供・共有

- ・県協議会等への参画
- ・広域的な調整依頼
- ・事業や課題等の報告

島根県地域・職域連携健康づくり推進協議会

- 地域・職域連携のメリットの共通認識
- 協議会の効果的な運営
- PDCAサイクルに基づいた具体的な取組の展開
- しまね健康寿命延伸プロジェクトと連動した取組の強化

圏域協議会

松江

出雲

浜田

隠岐*

雲南

県央

益田

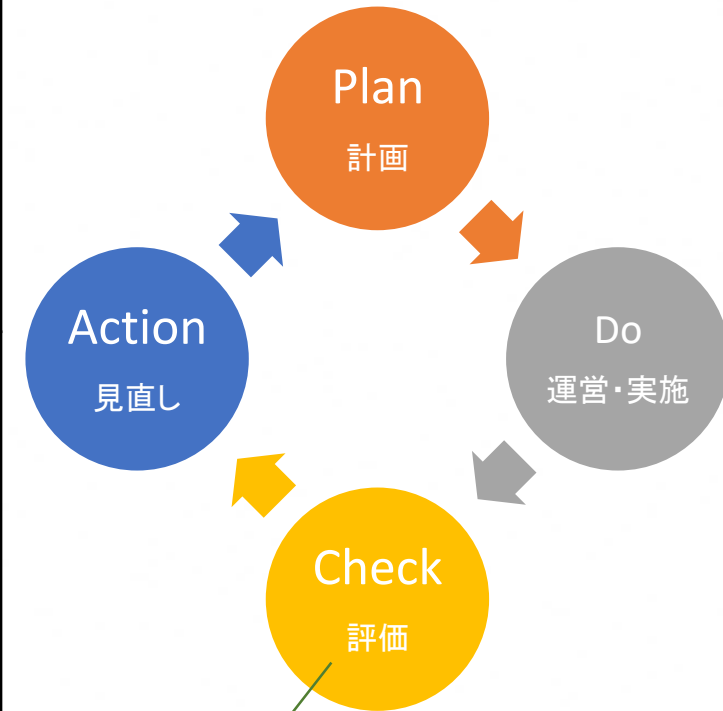
市町村

- ・産業保健部会等会議
- ・壮年期対策事業等

*圏域協議会は未設置だが、各町村産業保健部会等との連携により取組を実施

県と圏域の役割 (H30年度の整理)

<p>県</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 県協議会として全体の方向性を定める (P・C・A) • 県全体の底上げを図るため、圏域協議会における取組実施に向けた広域調整 (D・A) • 県協議会における連携事業の実施 (D)
<p>圏域</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 県協議会が示す方針を受けて、PDCAサイクルに基づいた事業の実施 (P・D・C・A) • 圏域固有課題の解決に向けた連携事業の実施 (D) • 県協議会へ圏域広域調整に関する要望を提示 (C・A)



事業所における取組の現状・課題を把握し、取組の評価及び全体の方向性や事業展開につなげるため、「事業所健康づくり調査」を実施

現状把握と評価：事業所健康づくり調査

【目的】

県内の事業所の健康づくりに関する取組状況把握し、健康長寿しまね推進計画の評価及び次期計画の資料とするとともに、事業所における環境づくり等、今後の取組に反映する

【実施主体】

島根労働局、島根県、島根県地域・職域連携健康づくり推進協議会

【調査内容】

- ①基本情報
- ②各種健診（検診）の実施
- ③メンタルヘルス対策
- ④過重労働対策
- ⑤たばこ対策



本調査や県民健康調査等の結果をもとに、県・圏域協議会において現状・課題の共有、今後の取組についての検討を行う

協議会における取組の柱

- 関係機関と協働し、事業所における健康づくり・健康経営を**重層的に支援**
- 県民運動と連動した、**地域全体での取組の展開**
- 島根創生計画に位置づく「**しまね健康寿命延伸プロジェクト**」の柱の1つとして
事業所における健康づくりを強化
- 事業所（働き盛り世代）が**情報収集しやすい環境づくり**

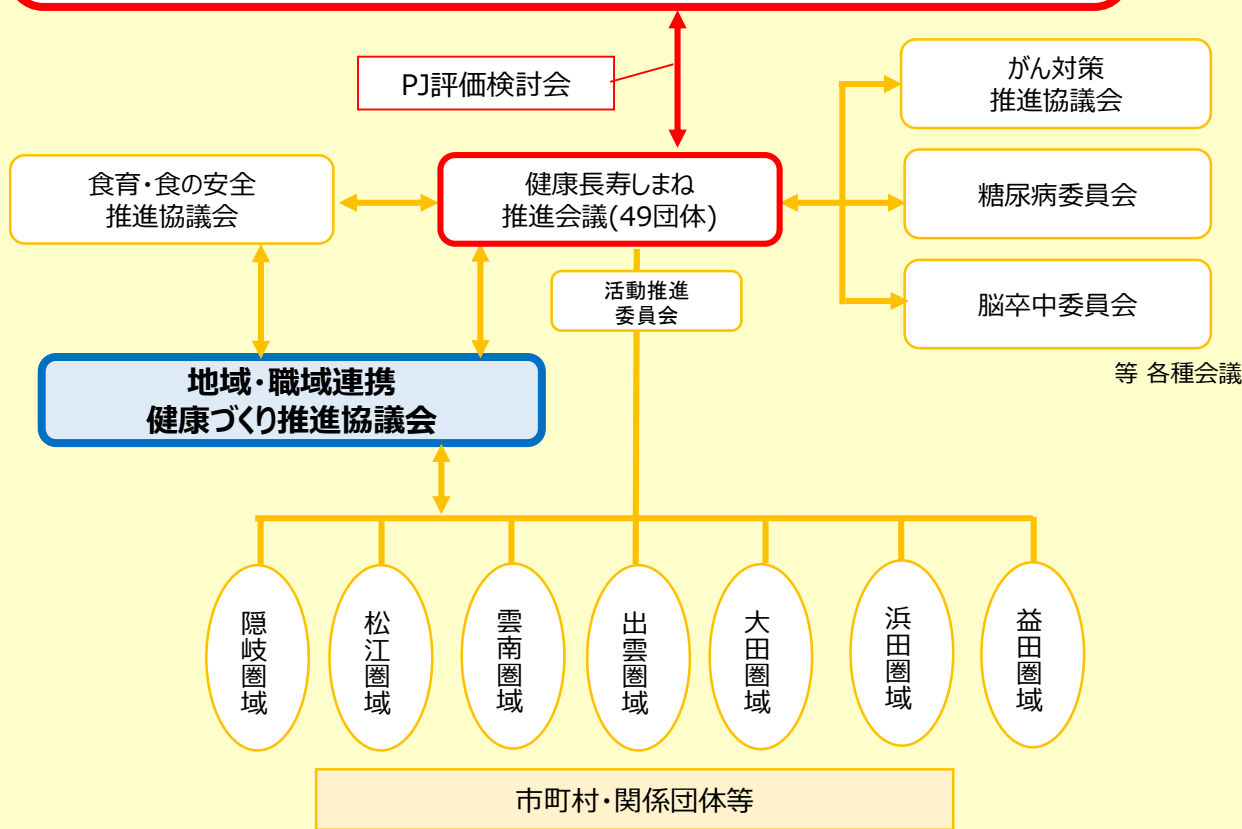
しまね健康寿命延伸プロジェクト

生涯にわたり、いきいきと健康で暮らし、地域で活躍していくことは、県民誰もの願いであり、地域の活力の維持や活性化のために重要～県民自ら健康づくりに取り組めるよう環境の整備を進め、**健康長寿しまね県民運動**として健康寿命の延伸を図り、健康長寿日本一を目指します～

健康長寿「+1」活動の展開

●しまね健康寿命延伸プロジェクト推進本部の設置

- 健康寿命の延伸を目指し、知事をトップに、庁内関係部局が連携して施策を推進
- 推進本部の下に、推進連絡会議を設置
- 「しまね健康寿命延伸取組宣言」を行い、県民へアピール、全県で取組実施



●健康寿命延伸強化事業

●働き盛り世代の健康づくり強化事業

●健康な食環境づくり事業

生活習慣病予防対策
(がん、脳卒中・循環器疾患、糖尿病等)

たばこ対策

歯科保健

食育推進

フレイル（虚弱）予防、介護予防対策 など

各部局における取組

健康寿命を延伸！



働き盛り世代の健康づくり強化事業

- ・職場や家庭で健康づくり活動に積極的に取り組んでもらうための**きっかけづくり、環境づくり**
- ・協議会だけではなく、**地域や各団体からも広く周知**

9月は しまね★健康づくりチャレンジ月間

～ **+1** で健康長寿を目指そう ～

島根県は、全国と比べて運動習慣を持つ方の割合が低く、また1日の平均歩数も少ない状況にあります。
 (全国順位…運動習慣を持つ者の割合 男性41位、女性45位 / 1日平均歩数 男性39位、女性24位)
 働きざかり世代の皆さんに、職場や家庭で運動などの健康づくり活動に積極的に取り組んでいただき、
「健康長寿日本一(健康寿命の延伸)」を目指すため、9月を「しまね★健康づくりチャレンジ月間」と決めました！

令和3年度のテーマ

歩数アップにチャレンジしてみよう！

ウォーキングなどの有酸素運動を行うことで、生活習慣病の予防や改善解消、足腰の筋力アップによる腰痛予防やストレス解消が期待できます。まずは、普段どのくらい歩いているかチェックしてみましょう！

【目標】
男性 9,000歩/日
女性 8,500歩/日

まずは、今より10分(1,000歩)多く歩くことを目指しましょう

万歩計や歩数計アプリを活用してみましょう

通勤や休憩時間、買い物など意識して歩いてみましょう

同歩を伸ばして胸を大きく揺る

視線を遠く、あごを引いて

つま先で踏み出し、かかとから着地する

歩幅を広く

歩幅を広く

歩幅を広く

普段の生活に、健康づくりを +1 してみませんか？

島根県では、今よりひとつ多く健康づくりに取り組む「+1」活動を推奨しています！
 職場で、家庭で、無理なくできる「+1」に取り組んでみませんか？

運動での +1

- ◆職場での「+1」
 - ・休憩時間に、近くを10分歩く
 - ・エレベーターやエスカレーターより階段をたづな
 - ・時間を決めて、ラジオ体操やストレッチをする
- ◆家庭での「+1」
 - ・買い物に行くときは、速く車を止めて歩く
 - ・10分早起きしてラジオ体操をする
 - ・家事をしながら、テレビを見ながらストレッチをする

食事での +1

- ◆普段の食事で「+1」
 - ・しょう油は、「かける」より「つける」
 - ・1日の食事で、野菜を1皿(約70g)増やす
- ◆コンビニや外食での「+1」
 - ・野菜がの多い弁当やメニューを選ぶ
 - ・栄養成分表示を確認して、食べ方を工夫する
 - ・「メガサイズ(大盛り)」より「普通盛り」
- ◆テイクアウトでの「+1」
 - ・単品よりも定食を選ぶ
 - ・単品を購入するときは、サラダも一緒に注文する
 - ・商品に付属のソース・ドレッシングはまず半分で試見

その他の +1

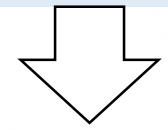
- ・毎日、体重や血圧を測定してみる(記録をつけてみる)
- ・禁煙、節煙にチャレンジする
- ・地域の健康づくりイベントに積極的に参加する
- ・健康づくりに関する情報を、家族や周りの人へ発信する

普段、どんなことに取り組んでいるかな？

何か一つ、できることからチャレンジしてみよう！

令和3年度実績

- 取組報告
 - 事業所 24社 (約1,700人)
 - 個人 219名
- 平均歩数が増加した者の割合 **49.8%** (増加率>0)



取組を継続してもらうために、10月には他団体が実施するウォーキングイベントへ参画！

県協議会における取組② 健康づくり・健康経営の支援

しまね☆まめなカンパニー登録事業/ヘルス・マネジメント認定制度

目的

県民が生涯現役で健やかに自分らしく暮らしていけるよう、事業所において健康づくりに取り組むことは、**県の目標である「健康寿命の延伸」につながる。**
また、従業員が元気でいきいきと働くことにより、**事業所の生産性やイメージ向上などの効果が期待できる。**以上のことから、健康づくりに取り組む事業所を認定し、**健康経営の推進を図る。**

事業所の健康づくり・健康経営に取り組みませんか？
しまね☆まめなカンパニーを募集します

県民の皆様は、従業員の健康づくり・健康経営に取り組む事業所や来客者等への健康情報発信に協力いただける事業所に「しまね☆まめなカンパニー」へ登録していただくことをお勧めしています。

Q しまね☆まめなカンパニーはどんなことをするの？
A メニューの中から事業所が無理なく取組めることをすればOK!

取組メニュー（選択制）

- ★たばこ対策
- ★生活習慣の改善（食生活・運動・歯と口腔の健康・アルコール）
- ★心の健康づくり
- ★がん検診・各種健診の啓発
- ★従業員の治療と仕事の両立支援

取組数に合わせて★を差し上げます！
目指せ5つ星★！

登録の手順と実施・報告

- 1 申込書に記入し（画由様式1）、保健所等へ提出
- 2 県庁健康推進課で申請書の内容確認、登録
- 3 各事業所で選択したメニューに取り組む
- 4 年度末に活動内容を県庁健康推進課に報告

★県内すべての事業所を対象に、
島根県が認定・登録している事業

＜5つの取組の柱＞

- ① たばこ対策
- ② 生活習慣の改善
- ③ 心の健康づくり
- ④ がん検診・各種健診の啓発
- ⑤ 治療と仕事の両立支援

登録事業所；239事業所（R3.12時点）

令和 年 月 日

貴社従業員の健康づくりへの積極的な取り組みに対し「ヘルス・マネジメント認定事業所」に認定したことを証します

事業所名 様

認定証

全国健康保険協会
島根支部長 石原 貞

島根県知事 丸山 達也

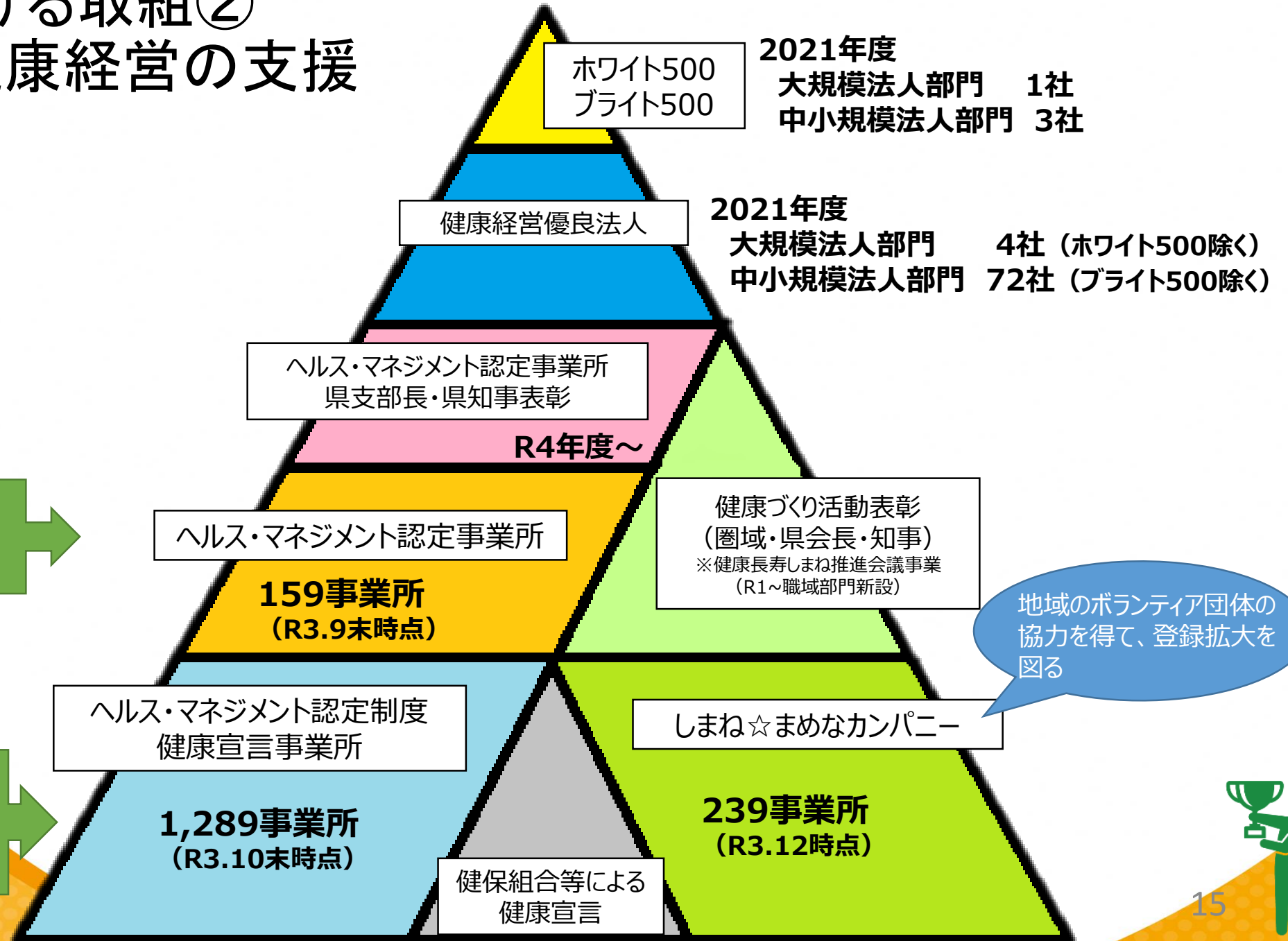
★全国健康保険協会島根支部、山陰中央新報社及び島根県が連携して実施している事業

- ・5年連続認定かつ直近で認定基準をクリアすれば、協会けんぽ島根県支部長及び県知事から表彰

健康宣言事業所；1,289事業所（R3.10末時点）
認定事業所；159事業所（R3.9末時点）

県協議会における取組②

健康づくり・健康経営の支援



健康づくりの継続・
 ステップアップ

事業所における
 健康づくりの体制・環境づくり



県協議会における取組③

事業所（働き盛り世代）が情報収集しやすい環境づくり



しまね働く人と職場の健康づくり応援サイト

- ・情報の一元化を図るためにホームページを開設（H30～）
- ・各機関が実施する研修・イベント情報、協議会構成機関による健康づくりコラムや啓発媒体、事業所の取組事例など、事業所（働き盛り世代）の健康づくりに関する情報を集約して発信

トップ > くらし > 健康 > 健康 > しまね働く人と職場の健康づくり応援サイト
<https://www.pref.shimane.lg.jp/medical/kenko/kenko/kyogikai/index.data/sougoutaitoru.png>

A screenshot of a website page titled "事業所の健康づくり・健康経営に取り組みませんか？ しまね☆まめなカンパニーを募集します". The page features a cartoon character and a QR code. It includes a Q&A section: "Q しまね☆まめなカンパニーはどんなことをするの？" and "A メニューの中から事業所が無理なく取組めることをすればOK!". Below this is a "取組メニュー（選択制）" section with bullet points: "★たばこ対策", "★生活習慣の改善", "★心の健康づくり", "★がん検診・各種健診の啓発", "★従業員の治療と仕事の両立支援". A note says "取組欲に合わせて★を差し上げます！ 目指せ5つ星★！". At the bottom, there is a "登録の手順と実施・報告" section with a 4-step process: 1. 申込書に記入し（郵便形式）、保健所へ提出, 2. 保健所に届いた申込書は申請書と併せて保健所へ提出し、保健所健康推進課で申請書の内容確認・登録, 3. 保健所（スタッフ）より発行された健康経営から保健所を抽出して事業所へ配布, 4. 年度末に活動内容を保健所健康推進課に報告. The footer contains contact information for the Shimane Prefectural Health Promotion Center.

メールマガジンを活用した情報発信

- ・しまね☆まめなカンパニー登録のメリットの1つとして、メールマガジンによる健康づくり情報を配信（R1～）
- ・月1～2回、季節や各週間・月間に関する健康づくりをテーマにしている
- ・担当者が自ら健康づくり情報にアクセスしなくても、情報が入ってくる仕組み

圏域協議会における取組 「事業主セミナー」の開催

- **圏域の健康課題の解決に向けた連携事業**の1つとして、各圏域において「**事業主セミナー**」を毎年実施（労働基準監督署・産業保健総合支援センターと共催）
- 対象は、**事業主や健康づくり担当者**など、**事業所の健康づくりに関わる方**
- 最近では、**地域の方にも事業所の取組を知ってもらおうと、圏域健康長寿しまね推進会議の場などで事業所の表彰や取組発表を行っている圏域もある**

お酒を楽しく飲んでますか？
～豊岐圏域働き盛りの健康づくりセミナー～

あなたのお酒の飲み方は大丈夫？

あなたは5年後・10年後健康ですか？

講演 「健康を守るための上手なお酒の飲み方について」
講師：東海電子株式会社

参加費 無料

申し込み 不要

視聴方法 動画配信【YouTube】
<https://m.youtube.com/watch?v=UjE-g0mLjks>

配信期間 2021年11月18日(木)～
2022年3月31日(木)

対象 事業所専業主・衛生管理者・従業員、各町保健づくり推進協議会委員、協丁会関係者、健康づくりに関心のある方 など

アンケート 動画視聴後、アンケートにご協力をお願いします。
上面アンケート用紙または、QRコードから回答してください。

主催：関係機関：松江労働基準監督署、島根県産業保健総合支援センター

快適な職場を目指して 参加費無料

令和元年年度 **職場の健康管理研修会**

今年度のテーマは…
こころの健康づくりから始めよう！健康経営

講演 「明日から使える！メンタルヘルス対策」(※)
講師 島根産業保健総合支援センター
産業保健相談員 塩飽 邦憲 氏

事業所の活動報告(発表者調整中)
その他 情報交換の場もあります

※実施趣意は、NPO法人健康経営研究会の登録規程です。

日 時 令和元年12月5日(木) 13:30～16:00
会 場 豊岡合同庁舎501会議室(豊岡市大塚町4-931-1)
対象者 事業主、衛生管理者、職場の健康づくりに関心のある人
申込み 11月22日(金)までに豊岡保健所へご連絡ください

主 催 松江労働基準監督署、出雲労働基準監督署、島根県労働保健課、島根県産業保健総合支援センター
後 援 豊岡労働工会、美出雲労働工会、新南町労働会
(協)合(会)社) 豊有会等 協賛等場 障 障 障 障 TEL:0854342-0636 FAX:0854342-0654

貴団体の働き盛り世代の健康づくりの推進のため、ご出欠の有無に関らず、アンケートにご協力をお願いします。



圏域協議会における取組 事業所訪問・圏域独自の取組

事業所訪問

- 登録・認定事業所、地域の事業所への訪問
→島根産業保健総合支援センター、商工会議所・商工会、市町村等と連携して実施

圏域独自の取組（一部）

- 圏域課題解決に向けた「血压測定普及事業」
- 事業所での取組を推進する「職場等で健康にいいことやってみよう大作戦」
「手ぬぐい体操 + 1」
- 事業所の健康づくりの手順例を示した「職場の健康づくりのためのアクションプラン」の策定 等

これまでの成果

- 目標や方向性を関係機関と一緒に検討・決定することにより、共通意識をもって取組を展開、推進することができている。
- 関係機関・団体との連携・協力体制の構築により、事業所に対して多方面から情報提供やアプローチすることができている。圏域単位でも取り組みを進めることにより、事業所や職域保健関係者の地域課題の理解と取組促進につながっている。また、市町村や関係機関と一緒に事業所へ訪問するなど、地域でも連携した働きかけができている。
- しまね☆健康づくりチャレンジ月間の実施により、事業所での健康づくりのきっかけ、継続に向けた意欲の向上につながっている。
- 県民運動の1つとしても取組を推進することにより、地域での生活と連動した取組として推進することができている。

課題と今後の方向性

課題

関係機関との関係づくりと継続 → 担当者交代に伴う影響
連携事業の評価方法 → 果たして本当に連携できているか？
対象者と課題の明確化 → 働く人の年代・課題は広がっている

方向性

協議会において、各機関の役割の明確化と共有を図る
ガイドラインを参考に、ストラクチャーやプロセスの評価も検討
協議会で重点とする課題、他事業で展開を図る課題の整理
これまでの取組のブラッシュアップ（時代に合った事業展開の検討）

今後に向けて

- 「人口減少に打ち勝ち、笑顔で暮らせる島根」を実現するためには、県民に地域や産業の担い手として元気で活躍してもらうことが重要
- 引き続き、商工団体・保険者・労働機関及び行政機関等が協働して保健事業を実施するとともに、職場・家庭・地域でいきいきと自分らしく過ごせるよう、生涯を通じた取組を目指して、体制整備・環境整備を進める

人口減少に打ち勝ち、笑顔で暮らせる島根をつくる

