

【実践報告】

二次医療圏単位で進める 地域職域連携推進事業について

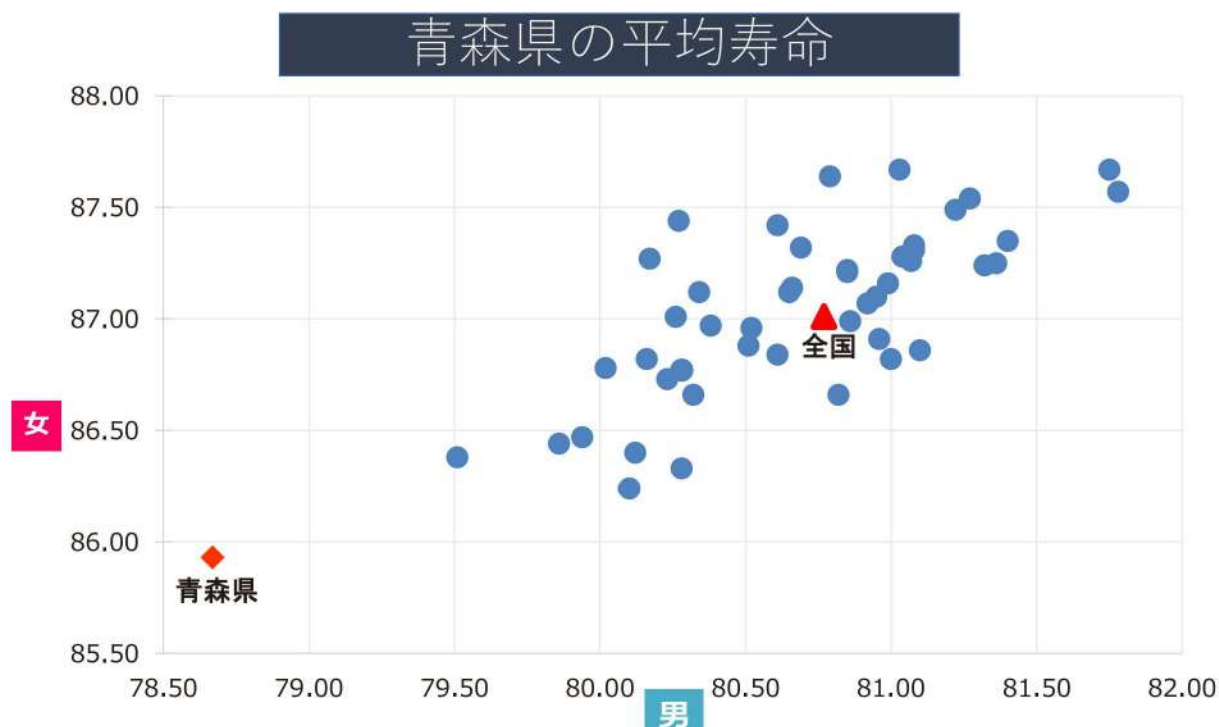
(三八地域・職域連携で働く人の健康づくり推進事業実践報告)



三戸地方保健所
働く人の健康づくり関係HP

青森県三八地域県民局地域健康福祉部
保健総室（三戸地方保健所） 健康増進課
課長 北田 純代

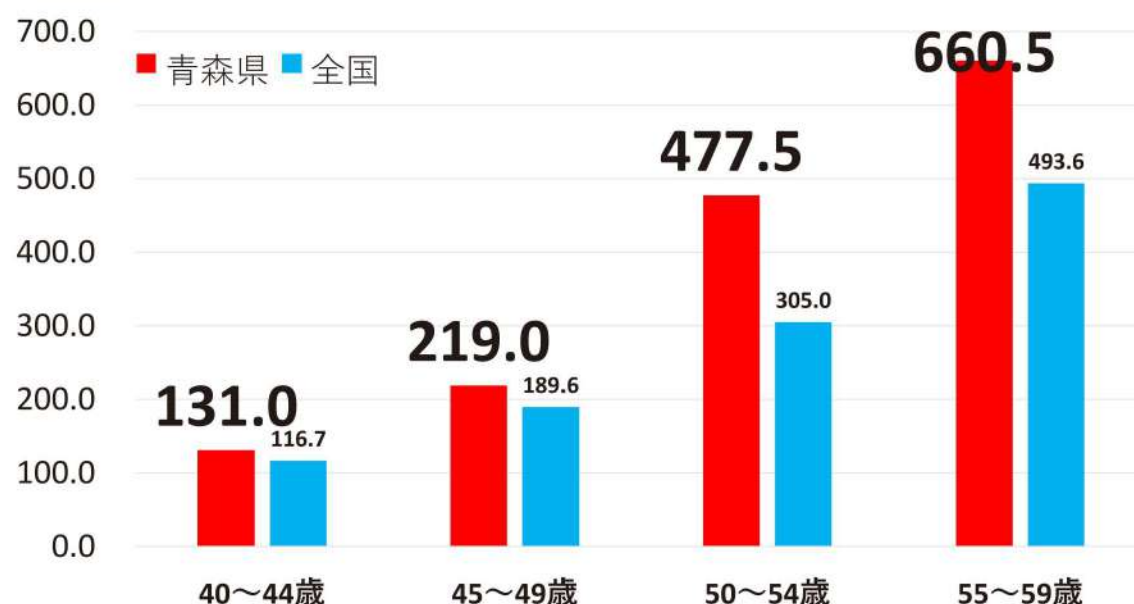
1. 青森県民の健康の現状と課題



本県の平均寿命は全国最下位であり、全国との差が大きい。

40～50代の男性人口10万人当たりの死亡数

(総数)



出典：平成29年人口動態統計

本県の平均寿命は働き盛り世代の死亡の多さが影響している。

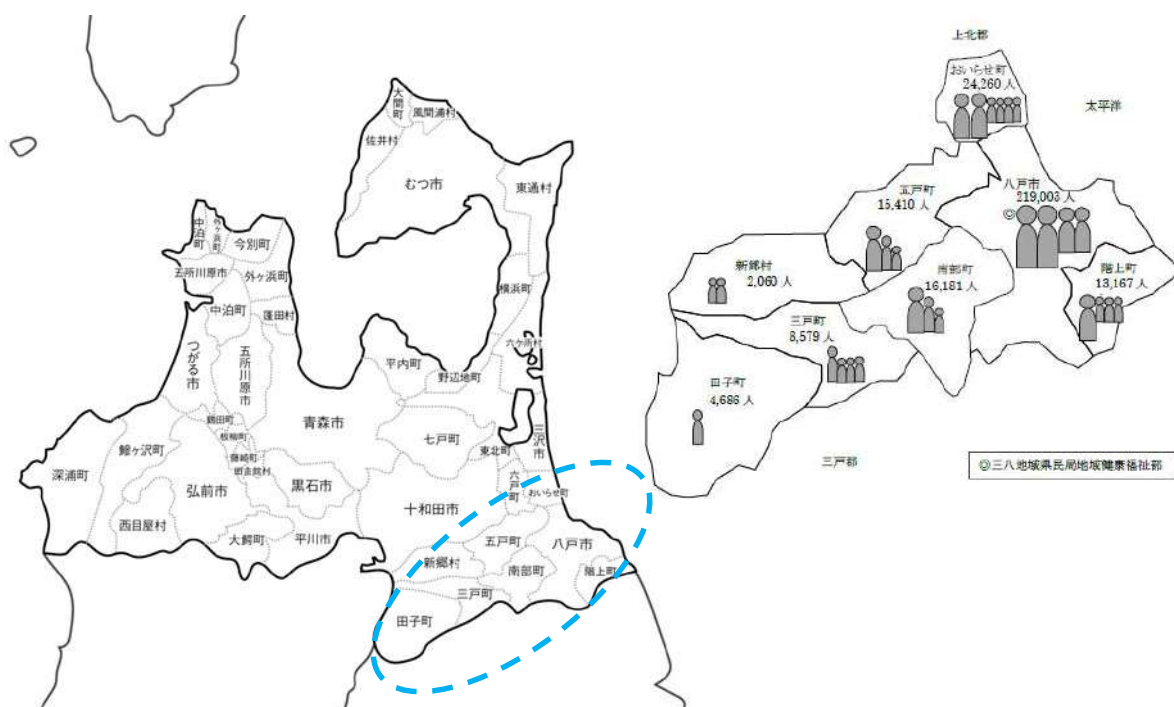
主な死因別死亡数の割合

死因	平成29年				平成28年			
	順位	死亡数	死亡数の割合	全国順位	順位	死亡数	死亡数の割合	全国順位
悪性新生物	1	4,986	28.4%	2	1	5,033	29.1%	2
心疾患	2	2,621	14.9%	13	2	2,566	14.8%	11
脳血管疾患	3	1,700	9.7%	4	4	1,610	9.3%	9
肺炎	4	1,407	8.0%	8	3	1,759	10.2%	5
老衰	5	1,178	6.7%	22	5	1,122	6.5%	21
不慮の事故	6	568	3.2%	9	6	539	3.1%	12
腎不全	7	376	2.1%	5	7	416	2.4%	3

出典：人口動態統計（厚生労働省）

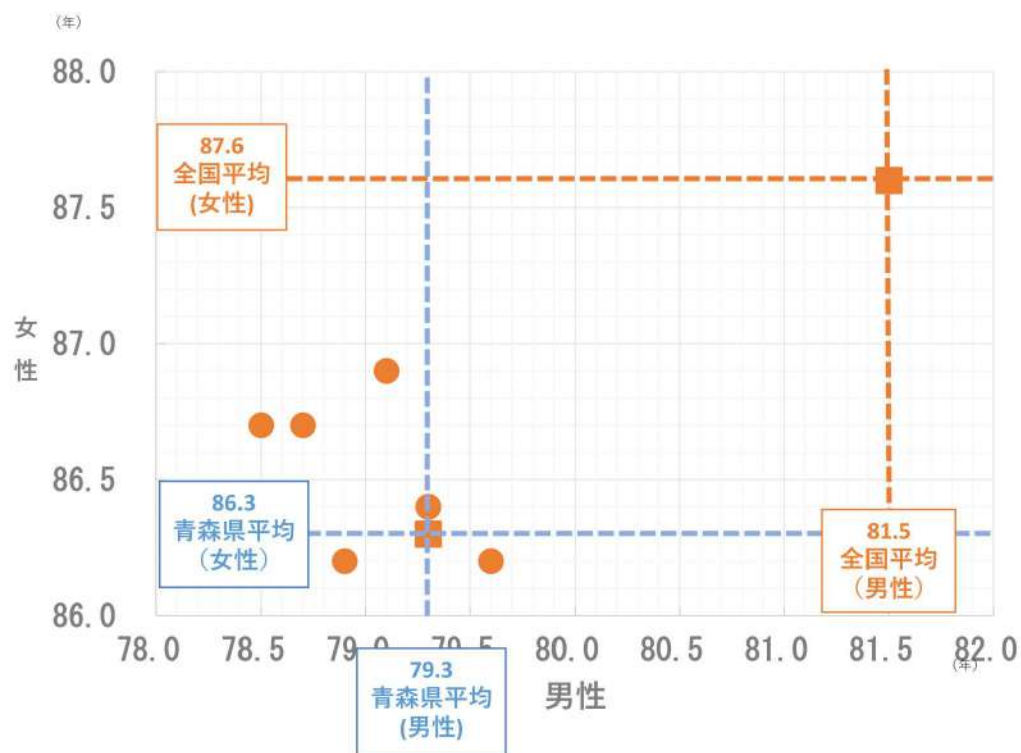
生活習慣病に関連する死亡が全国と比較しても多い。

2. 青森県三八地域の概況



三八地域保健所の管轄地域は、
八戸市（中核市）を除く7町村

管内市町村別平均寿命（2020年）



3. 事業の経過

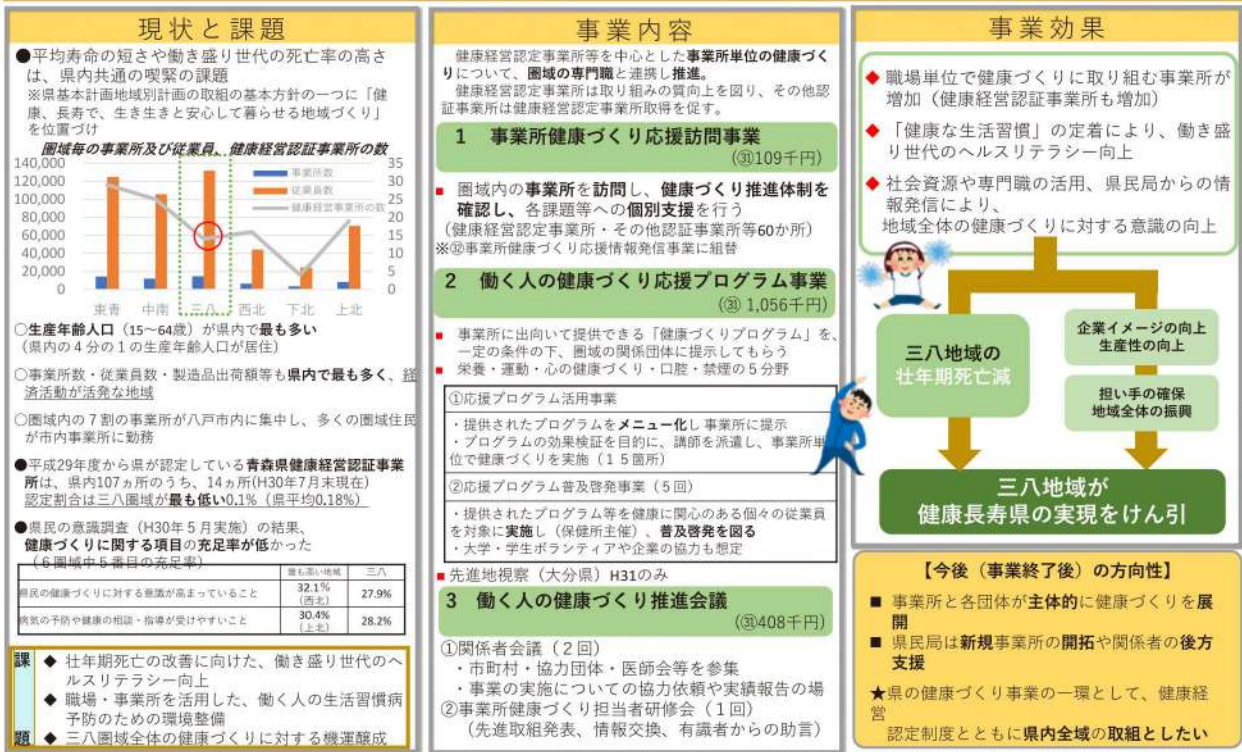
- 県基本計画地域別計画の主な取り組み方針を実現する施策
＝県民局重点事業として、令和元年度から「働く人の健康づくり」に関する事業を実施。
- 本県は平均寿命が全国ワースト1位が長らく続いており、
その要因の一つに壮年層の死亡率の高さが挙げられている。
- 県内6県民局のうち、当地域は生産年齢人口及び事業所数が最も多く、
事業所単位で健康づくりを進める仕組みづくりが壮年層の死亡率改善の一つの方策
と捉え、令和元年度から5年間事業を継続してきた。
- この5年間で、関係機関との連携体制が整い、本事業の認知度も高まり、
本事業は体制整備の観点では一定の役割を果たしたと考えるが、
一方では平均寿命の延伸は実現していない現状がある。



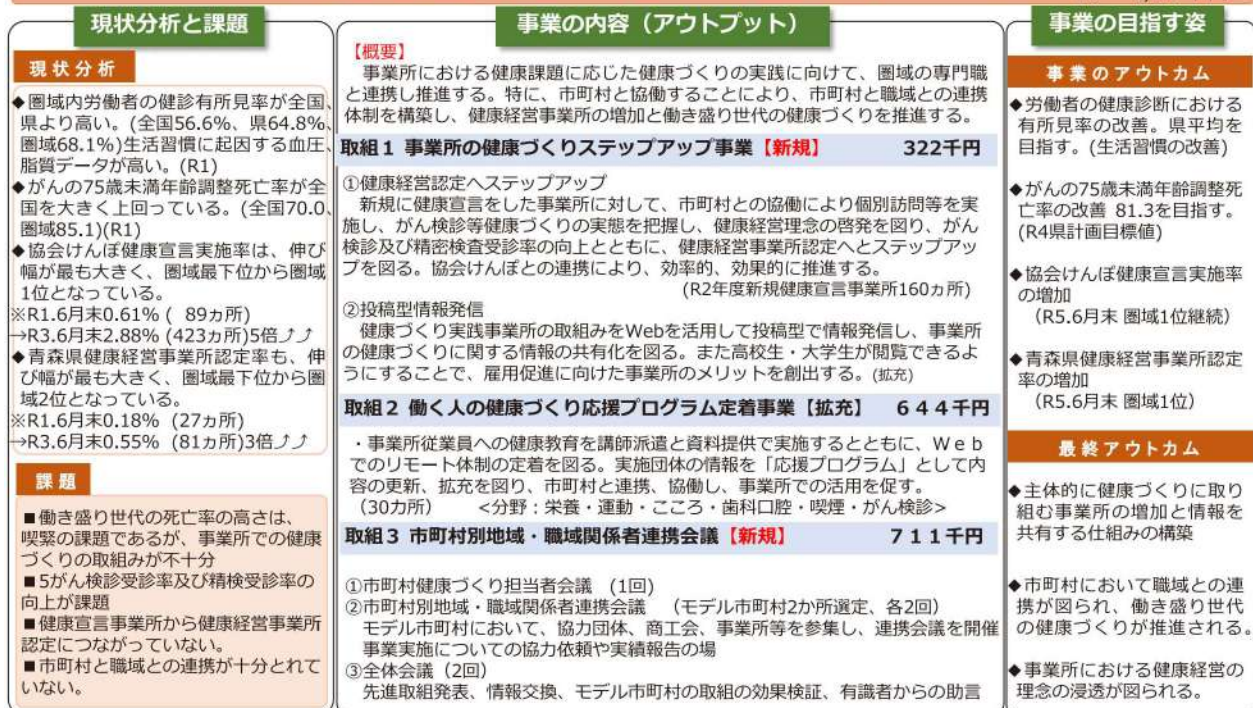
事業内容の推移

	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度
県重点事業名	三八地域働く人の健康づくり応援事業			三八地域・職域連携で働く人の健康づくり推進事業		
事業所訪問	事業所実態把握 →			健康経営ステップアップ →		
情報発信		事業所紹介レター →	SNS (Twitter・Instagram) →			→
応援プログラム	講師派遣21回	講師派遣1回 資料提供4回	講師派遣2回 資料提供3回	講師派遣7回 (うちオンライン1回) 資料提供2回		→
研修会	健康づくり応援研修会 →		事業所の健康づくりセミナー →			→
会議	全体会議2回 実務者会議3回	全体会議1回 実務者会議1回	実務者会議2回 (書面開催)	全体会議1回	全体会議2回	→
市町村モデル				おいらせ町 実態調査・連携 会議・研修会 →		

三八地域働く人の健康づくり応援事業【新規】



三八地域・職域連携で働く人の健康づくり推進事業（R4～R5）

R4 1,677千円
R5 1,677千円

投稿型情報発信について

☐ Twitter

【Twitter】

☐ Instagram

【Instagram】



働く人の健康づくり応援プログラムについて

令和5年度 三八地域働く人の健康づくり応援プログラム

事業所募集！

職場単位での健康づくり実践に向け、従業員一人一人が健康の大切さについて知り、考えていけるように、具体的にに取り組んでいただきたいことを、三八地域の専門職が事業所に出向いたりオンラインを活用しながら、従業員一人一人に健康に関する講話や実践指導をしたり、健康に関する情報提供をさせていただきます！ 詳細は、裏面へ

■青森県はなぜ平均寿命が低い？

40歳以上の5歳刻みの年代別死亡率を比較すると、青森県は全国的に死亡率が高い＝早死にが多いことが影響していると考えられています。死に原因としては、生活習慣に起因する疾患が最も多いため、生活習慣（健康状態）を見直す必要があります。

令和4年度の利用者の声（参加後アンケートより）

運動

- ・ポイントをおさえて体操すること、体の使われる筋肉も全く違い、前向きや後ろ向きになることが分かった。
- ・体の冷えからくるデメリットが分かった。運動を日常的に行いたい。
- ・簡単にできるトレーニングを自宅や職場で実践し、仕事でのリフレッシュにも活用したい。

口腔

- ・歯周病菌により様々な病気になるかもしれないということにびっくりした。日頃からメンテナンスに気をつけたい。
- ・歯間ブラシ、デンタルフロスをこれからは使っていきたい。
- ・歯みがきのしかたを見直し、1本でも自分の歯を残せるようにしたい。

こころ

- ・自分の思考の癖があることをじめて知った。思考の癖を改めて知り、メンタルヘルスの不調を予防したい。
- ・相手のストレスに気付いてあげられるようにしたい。相手の変化に気が付いたら声をかけ話を聞きたい。
- ・傾聴する時のポイントが参考になった。今後、職場の仲間と話をする時に実践したい。

従業員の健康づくりについて地域の専門職と一緒に考えてみませんか？

<目的>

事業所が具体的に従業員の健康づくりの取組を進めていくことや、従業員の健康教養（ヘルスリテラシー）を高めるために、事業所に出向いて講義や実技を実施できる団体等を一覧表（プログラム）にし、事業所が活用しやすい環境を整える。

<プログラムの内容>

健康あおもり2 1八戸圏域版（第2次）に基づき、栄養、運動、心の健康づくり、喫煙、口腔の5分野、及びがんを主に、とりまとめる。

事業所がイメージしやすいように、講義や実技のテーマについていくつか例示を挙げるが、実際に支援に入る際には、希望する事業所と具体的な内容を詰めて決定する。

申し込みから講師派遣までの流れ

- 1 申込書の提出（様式第1号）
- 2 日程調整等の結果連絡待ち（様式第1号）
- 3 保健所や市町村職員による聞き取り
- 4 講師への連絡（参考資料）
- 5 講師を迎えての当日、アンケート回収

希望日の1ヵ月前までが申込の目安です。保健所が事業所と講師間の調整をするので、気軽にお問合せ・申し込みください。

※当日の準備物や流れを講師と調整
オンラインの場合はテスト接続時に確認することも可能

※当日は原則、保健所が事業所で同席します
（オンライン対応の場合、簡単な操作サポートは可能）



お申し込み方法	講師派遣の申し込み	資料等提供の申し込み
郵送、FAX、持参の場合	実施要領 様式第1号	実施要領 様式第4号
「青森県電子申請・届出システム」によるWeb申請の場合	【URL】 https://apply.e-tumo.jp/pref-aomori-u/offer/offerList_detail?tempSeq=10172 	【URL】 https://apply.e-tumo.jp/pref-aomori-u/offer/offerList_detail?tempSeq=10179 

●お問い合わせ・申し込み先● ※資料提供の場合は様式第4号を用いて申し込み、同様の流れとなります。
〒039-1101 八戸市尻内町鴨田7 三戸地方保健所健康増進課
TEL：0178-27-5111（内線287） FAX：0178-27-1594

実施希望日の**1ヵ月前まで**を目安にお申し込みください。

初めての活用の場合、無料で体験できる場合もありますので、事前にお問い合わせください。

令和5年度 三八地域働く人の健康づくり応援プログラム メニュー一覧

[illegible]

※1「がん」分野の医師は事業所の所在地の自治体保健師等になります。また、オンライン対応可能な自治体は限られておりますので、御確認ください。
※2オンライン対応を希望する場合、事業所内のインターネット環境は、会費で整えてくださるようお願いいたします。

事業所での 健康教育の状況

齒科口腔



運動



榮養・運動



こころ(オンライン)



	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (9月末)
応援 プログラム	講師派遣21 回	講師派遣1回 資料提供4回	講師派遣2回 資料提供3回	講師派遣7回 (うちオンライン1回) 資料提供2回	講師派遣4回 16



あ
お
元
気
魅
力
い

会議について

	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度
県重点事業名	三八地域働く人の健康づくり応援事業			三八地域・職域連携で働く人の健康づくり推進事業		
会議	全体会議2回 実務者会議3回	全体会議1回 実務者会議1回	実務者会議2回（書面開催）	全体会議1回	全体会議2回	

- 事業開始当初から、毎年関係者を参集して会議を実施（2次医療圏域地域職域連携推進協議会併催）
- 令和3年度までは応援プログラム提供団体のみを参集する実務者会議も併せて実施していたが、令和4年度からは全体会議のみ実施している

<全体会議参集範囲>

八戸労働基準監督署・八戸地方労働基準協会・全国健康保険協会 青森支部

八戸地域産業保健センター・八戸商工会議所・各町村商工会・市町村

健康づくり応援プログラムの提供団体（7か所）

（南部町健康増進公社「バーデパーク」、青森県理学療法士会八戸支部、五戸町スポーツ振興公社、青森県公認心

理師・臨床心理士協会、八戸薬剤師会、青森県歯科衛生士会三八支部、青森県栄養士会八戸地区会）

<協議内容>

- ・当該年度の事業の全体像の説明
- ・当該年度の応援プログラム実施の依頼
- ・過年度の事業実施報告
- ・事業の枠組みや応援プログラムの修正、見直しの検討
- ・県重点事業終了後の事業継続の可否の検討 等



4. 令和6年度以降の定着に向けて

	令和4年度	令和5年度	令和6年度
県重点事業名	三八地域・職域連携で働く人の健康づくり推進事業		
事業所訪問	健康経営ステップアップ →		
情報発信		→	(2)
応援プログラム	講師派遣7回 (うちオンライン1回) 資料提供2回 →		(1)
研修会			→
会議	全体会議1回 →	全体会議2回 →	(3)
市町村モデル	おいらせ町 実態調査・連携 会議・研修会 →		

●令和6年度以降、既存の事業やその予算を活用し、以下の取組について継続予定

●2年毎に事業継続の可否について全体会議で検討を行う

(1) 働く人の健康づくり応援プログラム事業

(2) SNSを活用した情報発信

(3) 全体会議

(県事業：地域・職域連携推進協議会と併催)

(4) 事業所向けの研修会

(数年に1回、保健所事業：地域保健関係者研修として開催)

<課題>

応援プログラムの事業所周知の費用の捻出がネック



全体会議出席団体と検討予定

健康日本 21（第二次）最終評価報告書

令和4年10月

厚生科学審議会地域保健健康増進委員会
健康日本 21（第二次）推進専門委員会

日ごろ健康づくりに携わる機会の少ない職域団体には、経営的視点での健康づくりの必要性の理解を促すことが重要

（青森県三八地域県民局地域健康福祉部保健総室（三戸地方保健所）健康増進課）

令和元（2019）年度は、圏域内に所在する青森県健康経営事業所、及び健康宣言事業所を66カ所訪問し、健康づくりの取り組み状況を把握しながら、他事業所の取り組み等を紹介。

また、働く人の健康づくり応援プログラム事業として、「栄養」「運動」「こころ」「喫煙」「口腔」の5分野において、講師派遣による健康教育等を実施。事業所への講師派遣は、地元の職域団体等5団体の協力と、保健所職員による7つのメニューで応援プログラムを作成し、希望事業所を募集し実施した（1回無料）。

※ 令和2（2020）年度の新規取組として、健康づくりに関する内容を含む事業所の魅力紹介レターを年2回発行。働く人の健康づくり応援プログラム事業の講師派遣や資料提供を活用した3事業所の活用状況と活用後の事業所内の取組内容を掲載した。事業所の魅力紹介レターは、事業所間の情報共有だけでなく、高校・大学生向けにも発信することで地元就職の雇用促進につながるよう、事業所のメリットを創出するという視点も考慮した。