

おかやま健康づくりアワード2025～日本健康会議 in 岡山～ 開催実績等

1 目的

9月の「おかやま健康づくり月間」に、様々な健康づくりに関連する行事等を実施するとともに、職場や地域で、健康づくり活動に積極的に取り組む団体を表彰する健康づくりアワードを開催する。

健康づくりに取り組む企業や、地域の健康づくりボランティアの表彰を実施するほか、健康づくりに関する講演や運動指導を行うことで、県民や企業などが健康づくりに積極的に取り組む気運の醸成を図り、多様な担い手による健康づくりの県民運動が展開されるようアワードを実施する。

2 開催日程

令和7（2025）年9月30日（火） 13：30～16：00

3 開催場所

岡山県医師会館 三木記念ホール
(岡山市北区駅元町19番2号)

4 内容

- ・おかやま健康づくりアワード表彰（職場部門 5社 地域部門 3団体）
- ・講演 「日本健康会議の取組みについて」
講師 日本健康会議事務局 村松 俊樹 氏
- ・講演 『『身体活動・運動ガイド2023』と『アクティブガイド2023』のポイントと活用方法』
講師 早稲田大学スポーツ科学学術院 教授 澤田 亨 氏

おかやま健康づくりアワードの今後について

1 アワードについて

(1) 経緯

職場や地域で、健康づくり活動に積極的に取り組む団体を表彰するほか、健康づくりに関する講演等を行うことで、県民や企業などが健康づくりに取り組む気運の醸成を図るため、県と健康おかやま21推進会議の事業として平成30年度から実施している。

(2) 目的

- ① おかやま健康づくり月間で県が実施する健康づくりに関する普及啓発
- ② 職場、地域（組織）での健康づくりの機運醸成
- ③ 健康づくりに関する情報発信

2 アワードの現状

- ・アワード表彰の応募件数の減少

		2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
		(H30)	(R1)	(R2)	(R3)	(R4)	(R5)	(R6)	(R7)
職場部門	応募数	27	11	中止	13	6	4	7	8
	授賞数	5	5		5	2	2	3	5
地域部門	応募数	55	18	中止	15	10	9	6	6
	授賞数	5	5		6	5	5	4	3

- ・類似の表彰事業がある。

全体・健康寿命をのぼそうアワード（厚生労働省）

職場・健活企業表彰（協会けんぽ）、健康経営優良法人認定（日本健康会議）

地域・栄養改善・愛育（知事部長表彰）

3 対応案とスケジュール

- ・過去7回にわたり積極的に取り組む団体を表彰し、一定の役割を果たしており、廃止
- ・健康づくりの代替事業として、「いざ、健康づくり先進県岡山へ向けた分析調査事業」による実証事業や民間企業と連携した健康づくりのセミナー開催等を実施する。

	R7	R8	R9
案	・推進会議	<ul style="list-style-type: none"> ・ おかやま健康づくりアワードの廃止 ・ 代替事業検討・実施  	

「いざ、健康づくり先進県岡山へ！」推進事業

現状・課題・必要性

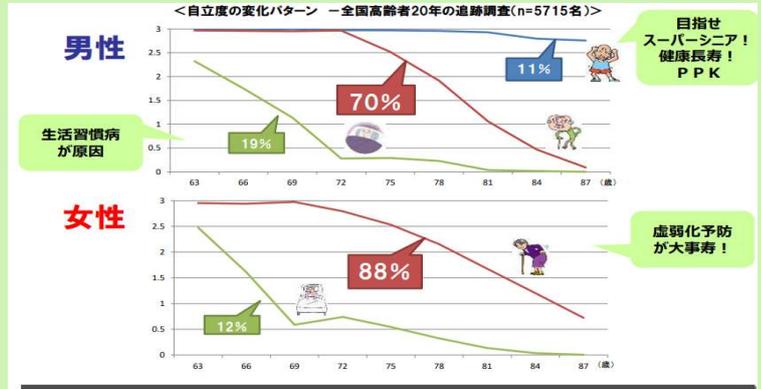
【現状】

- ・岡山県では、健康寿命は平均寿命より全国順位が低い。
- ・健康寿命の延伸を阻害する主な要因は生活習慣病及びフレイルと考えられる。

	健康寿命（日常生活に制限のない期間の平均） （令和4（2022）年）	平均寿命 （令和2（2020）年）
男性	72.29歳（全国26位）	81.90歳（全国10位）
女性	75.67歳（全国18位）	88.29歳（全国1位）

【課題・必要性】

- ・健康増進に関連する分野は、食生活、運動、飲酒、喫煙など広範囲に及ぶが、健康寿命の延伸のためには、各分野において、正しい知識の普及や健康づくりの実践を促す啓発を行い、健康づくりに取り組む県民の増加を図る必要がある。
- ・特に、効果的に健康寿命の延伸を図るには、岡山県において健康寿命延伸を阻害している要因、また、その要因毎の健康寿命への関与度を分析し、関与度の高い要因に重点化して対策を実施する必要がある。



【出典】厚生労働省第144回市町村対象セミナー（2019年7月3日）
「高齢者の就業機会の確保に向けて」資料

取組

1 健康づくり実践促進事業【事業費：500千円】

健康づくりに取り組む県民の増加を図るため、第2次健康おかやま21の最終評価結果等を踏まえ設定したテーマについて、最新の科学的知見に基づく正しい知識や健康づくりの実践方法等に係る啓発資料を作成、活用する。

2 健康づくり先進県岡山へ向けた分析調査事業

【事業費：5,808千円】

(1) 健康寿命延伸を阻害している要因の分析調査

- ①健康寿命の延伸を阻害している要因は何か。
(課題抽出)
(ex) 栄養・食生活、運動等
- ②その要因はどの程度、健康寿命に影響するのか。
(関与度の測定、優先度の順位付け)
(ex) 栄養・食生活(0.20年延伸)等
- ③課題解決のために、どのような対策が必要か。
(具体的な対策の検討)
(ex) バランスのよい食事、運動習慣の定着等

(分析①②のイメージ)

統計での推計

ステップ4 推計から、健康指標の改善※で健康寿命と関連の強い健康指標が明らかになった

男性			女性		
順位	健康指標（延びる健康寿命）		順位	健康指標（延びる健康寿命）	
1位	喫煙率	(0.19年)	1位	塩分摂取量	(0.06年)
2位	塩分摂取量	(0.10年)	2位	身体活動	(0.04年)
3位	飲酒量・頻度	(0.04年)	3位	血圧	(0.03年)
4位	身体活動	(0.04年)	4位	喫煙率	(0.02年)
5位	血圧	(0.02年)	5位	飲酒量・頻度	(0.01年)
6位	野菜摂取量	(0.02年)	6位	野菜摂取量	(0.00年)
7位	果物摂取量	(0.01年)	7位	脂質異常症有病者割合	(0.00年)
8位	脂質異常症有病者割合	(0.00年)	8位	果物摂取量	(0.00年)
9位	糖尿病有病者割合	(0.00年)	9位	糖尿病有病者割合	(0.00年)
10位	肥満	(0.00年)	10位	肥満	(0.00年)

【出典】奈良県「健康寿命に寄与する要因等の研究結果（概要）」

(2) 分析結果に基づく実証事業（令和8（2026）年度実施）

分析結果を踏まえた効果的な介入方法の検討、その介入方法による実証事業の実施

期待される効果

- 健康づくりに取り組む県民の増加により、生活習慣病やフレイルの予防、さらには健康寿命の延伸につながる。
- 分析結果に基づく優先度の高い要因への対策の実施により、効果的に健康寿命の延伸を図ることができる。
- 分析結果等を市町村や医療保険者、健康づくりボランティア等に共有し、それぞれの取組への反映をしてもらうことにより、県施策との相乗効果が得られる。

「第3次健康おかやま21」における企業等との連携

第1章 計画の概要

【計画策定の趣旨】

- ・社会構造が大きく変化し、少子高齢化が進む中で、生活環境の改善や医療の進歩などにより、平均寿命が延びている一方で、肥満や糖尿病などの生活習慣病も増加している。
- ・子どもから高齢者まで、すべての県民が、健やかに心豊かな生活を送るために、主に保健施策の観点から、県や市町村、県民、関係者が、目指すべき方向と基本的施策を明示する計画を策定する。

【計画の期間】

令和6(2024)年度から令和17(2035)年度まで(12年間)
(中間年の令和11(2029)年度に必要な見直しを行う)

第2章 基本方針

基本理念 **すべての県民が健康で生きる喜びを感じられる長寿社会の実現**

○基本目標 平均寿命の延伸を上回る健康寿命の延伸〔令和17(2035)年度〕

○岡山県の現状

日常生活に制限のない期間の平均 : 男性72.28歳(81.90歳) 女性76.04歳(88.29歳)
(国民生活基礎調査) ※ ()内は平均寿命(令和2(2020)年完全生命表)

【基本的な方向】

(1) 個人の行動と健康状態の改善

県民の健康増進のため、規則正しくバランスの取れた食生活や運動習慣の定着、適正体重の維持、禁煙の促進、適正飲酒の普及など一次予防に関する施策を推進する。併せて、これらの生活習慣の定着による生活習慣病の発症予防及び合併症の発症や症状の進展等の重症化予防の取組を推進する。

(2) 社会環境の質の向上

健康な食環境や身体活動・運動を促す環境をはじめとする自然に健康になれる環境づくりの取組を実施し、健康に関心の薄い者を含む幅広い対象に向けた健康づくりを推進する。

また、多くの関係団体とこうしたヘルスプロモーション活動を展開し、ソーシャルキャピタルが豊かになるような取組を活性化させ、人々が心身の健康づくりに取組む施策を推進する。

(3) ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

現在の健康状態は、これまでの自らの生活習慣や社会環境等の影響を受ける可能性や、次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があることから、ライフコースアプローチの観点を踏まえた健康づくりの取組を推進する。

第3章 個人の行動と健康状態の改善

協会けんぽ 健活企業へ健康づくり全般情報提供

1 生活習慣の改善

(1) 栄養・食生活

- ・適正体重の維持(肥満・若年女性のやせの減少)、適切な質と量の食事をとる、食塩摂取量の減少、野菜と果物の摂取、共食の推進 等

(2) 身体活動・運動

- ・日常生活における一日の歩数の増加、運動習慣者の増加、運動やスポーツを習慣的にしている子どもの増加、高齢者の日常生活の活発化 等

住友生命 vitality運動支援アプリの提供

(3) 休養・こころの健康

- ・ストレスへの対応、睡眠による休養の普及啓発、自殺対策(声かけ、見守りによる心のケア) 等

セイエル セミナー開催

(4) 飲 酒

- ・生活習慣病リスクを高める飲酒の防止、アルコール依存症の予防、20才未満者・妊婦等の飲酒防止 等

(5) 喫 煙

- ・20歳以上の者の喫煙率の減少、20歳未満の者の喫煙をなくす、妊娠中の喫煙をなくす
- ・COPD(慢性閉塞性肺疾患)の普及啓発 等

(6) 歯と口の健康

- ・定期的に歯科健(検)診を受けている者の増加
- ・口腔機能の維持向上 等

2 主要な生活習慣病の予防

(1) がん(胃がん、肺がん、大腸がん、子宮がん、乳がん等)

- ・がん検診の受診率、がん検診の質の向上
- ・喫煙問題、生活習慣の改善、感染症対策 等

(2) 糖尿病

- ・糖尿病の発症予防
- ・糖尿病の早期発見と適切な治療による合併症の予防 等

(3) 脳血管疾患・心疾患等

- ・高血圧の改善、脂質(LDLコレステロール)高値の改善 等

その他の分野

熱中症

大塚製薬×セブンイレブン×
ファミリーマート
熱中症予防対策の広報

アレルギー

大塚製薬 セミナー開催

第4章 社会環境の質の向上

(1) 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上

- ・地域の人々とのつながりが強いと思う者の増加
- ・社会活動を行っている者の増加
- ・地域の支え合い

(2) 自然に健康になれる環境づくり

- ・食環境の整備
- ・住民が運動しやすいまちづくり、環境整備
- ・受動喫煙の防止

イオン 減塩商品の取り扱い

(3) 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤整備

- ・職場や地域での健康づくり活動の推進
- ・利用者の健康課題に対応した給食施設指導の推進

第5章 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

- ・幼少期からの生活習慣や健康状態は、成長してからの健康状態にも大きく影響を与えることや、妊婦の健康が子どもの健康にも影響します。
- ・高齢期に至るまで健康を保持するためには、若年期からの取組が重要です。
- ・女性については、ライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化する特性を踏まえ、人生の各段階における健康課題を解決を図ることが重要です。