

平成29年度第1回健康寿命日本一おおいた創造会議 次第

日 時：平成29年8月24日（木）

13：30～15：00

場 所：レンブラントホテル

2階 二豊の間

1 開 会

2 優秀健康経営事業所表彰式

3 議 事

（1）県民健康意識行動調査結果の概要説明

（2）各団体の取組

（3）健康アプリの概要説明

4 意見交換

5 閉 会

平成29年度 第1回 健康寿命日本一おおいた創造会議



資料1	優秀健康経営事業所一覧	1頁
資料2	健康寿命日本一おおいた県民運動推進条例	2頁
資料3	「県民健康意識行動調査結果」の概要	6頁
資料4	調査結果の各課題に対する取組	
	(1) 全国農業協同組合連合会 大分県本部	10頁
	(2) 大分県保育連合会	11頁
	(3) カゴメ株式会社	15頁
	(4) 大分県レクリエーション協会	20頁
	(5) 大分県ノルディックウォーク連盟	23頁
資料5	健康寿命推進月間の取組	
	(1) 大分合同新聞社	別紙
	(2) 株式会社テレビ大分	24頁
	(3) 大分県立看護科学大学	25頁
	(4) 株式会社大分放送、NHK大分放送局、 総合型クラブおおいたネットワーク	26頁
	(5) 平成29年度健康寿命延伸推進月間の取組	27頁
資料6	健康アプリ「おおいた歩得」の概要	30頁

平成29年度 優秀健康経営事業所

▶ 新共栄鋳業株式会社 （津久見市・鋳業・従業員数6人）

「社宅まで1km」、「会社から〇〇までは1.5km」など、具体的なメッセージを提示し、昼休みの軽運動の習慣化につながった。そこには、『定年までの健康を守るのではなく、健康で地域に戻すこと、地域の貴重な人材として健康で地域の発展に寄与してもらうことが地域企業の役割』というリーダーの高い意識が感じられる。

▶ 有限会社 東浜陸運 （中津市・運輸業・従業員数37人）

『東浜陸運健康2017』を策定し、職員一人一人が年間健康目標を立て取り組む「結果にコミット大作戦」を展開。各自の目標を掲示板で共有している。担当者が毎月面接するフォローアップ体制に加え、職員間の励ましなど健康目標達成に向けた職場ぐるみの取組として着実に成長している。

▶ 株式会社 キキメック （中津市・製造業・従業員数44人）

県主催の歩いて健康No1決定戦のほか、県内各地で開催される健康イベントに社員、家族で参加するなど事業所ぐるみの健康づくりに積極的。その結果、風邪で休む人が減り、急なシフト変更が少なくなっただけでなく、職員の一斉休暇取得日の確保につながるなど、好循環が生まれている。

▶ 株式会社 日出ハイテック （日出町・製造業・従業員数85人）

労働局の補助金を活用して建物内禁煙を実現したり、協会けんぽや保健所から他企業の取組について情報収集し、実施可能な支援や制度を積極的に取り入れている。ホコタッチ（歩行計）を活用した健康づくりでは、成績に応じて、短期間入院で有給休暇を使わずに済むよう利用できる休暇制度を独自に設定するなど、職員からも好評を得ている。

▶ 濱田重工株式会社大分支店 （大分市・製造業・従業員数135人）

毎日実施しているラジオ体操や腰痛体操は、参加記録をつけ実施率を把握している。

また、職員の年齢構成が二極化していることもあり、年間を通じた各種レクリエーションによりコミュニケーションの活性化に努めている。新採用者の定着率もよく、健康経営の取組が人材確保、定着につながっている。

健康寿命日本一おおいた 県民運動推進条例

○健康寿命

「健康寿命」とは、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期間のことです。健康寿命を延伸し、QOL（生活の質）を維持することにより、幸せな生活を送ることにつながります。

○健康寿命の延伸

健康寿命を延伸するためには、県民自らによる健康づくりの実践と、地域社会全体で健康を守り支えるための環境整備が必要であり、健康づくりを県民運動として展開することが求められています。

○条例の制定

大分県議会では、健康づくり運動の基本理念や、県民、県、健康づくり関係者、事業者の役割等を明らかにするとともに、県の施策の基本となる事項を定めることによつて、県民による主体的な健康づくりと社会全体による支援を更に促進するため、議員提案によつて本条例を制定し、平成29年3月14日から施行しています。



←このQRコードをスマートフォンやタブレットのバーコードリーダーで読み込んでいただくと、本条例のページにアクセスできます。

健康寿命日本一おおいた県民運動推進条例 [検索](#)



目指せ!
健康寿命日本一



おおいた

「目指せ！健康寿命日本一おおいた」
ロゴマーク

大分県議会

条例の概要①

【県民運動の基本理念】

- ① 県民一人ひとりが、健康づくりの重要性を深く理解するとともに、生涯にわたって生き生きと安心して暮らせるよう、主体的に取り組みます。
- ② 県、市町村、健康づくり関係者、事業者など地域社会の構成員が、県民の健康寿命を延伸するための各々の役割を自覚するとともに、相互に連携協力し、地域社会全体として、必要な支援や社会環境の整備に取り組みます。

【県民の役割】

県民の皆様は、次の取組を中心として、積極的に県民運動に参画し、自らの心身の状態等に応じた健康づくりに取り組むよう努めてください。

- ① 各種健診等による健康状態の把握
- ② 適切な栄養情報の取得及び食生活の改善
- ③ 身体活動及び運動の実施
- ④ 適切な休養の取得及びこころの健康づくり
- ⑤ 喫煙及び飲酒による健康被害の防止
- ⑥ 歯と口腔の健康づくり
- ⑦ 生活習慣病の発症予防及び重症化予防

【県の責務】

- ① 県民運動の推進に関する計画及び施策を策定し、実施します。
- ② 県民運動の推進に関する計画及び施策の策定及び実施にあたっては、広く県民の意見が反映されるよう努めます。

【県と市町村の協力】

県民運動の推進に関する計画及び施策が円滑に実施されるよう、相互に連携を図りながら協力します。

【健康づくり関係者の役割】

- ① 県民に対する健康づくりに関する十分かつ的確な情報の提供に勤めます。
- ② 県民が健康づくりを行いやすい社会環境の整備に努めます。

【事業者の役割】

- ① 使用する労働者が健康づくりを行いやすい職場環境の整備に努めます。
- ② 県民が健康づくりを行いやすい社会環境の整備に努めます。

【健康寿命日本一おおいた創造会議の設置】

県は、県民運動を推進するため、その推進組織として、保健医療福祉関係団体、経済団体、学識経験者等で構成される健康寿命日本一おおいた創造会議を設置します。

条例の概要②

【県による支援】

県民運動を推進するため、県民、健康づくり関係者、事業者、市町村等に対し必要な情報を適切に提供するとともに、助言、交流の機会の提供その他の必要な支援を行います。

【推進月間】

県民運動の推進について県民の関心と理解を深めるとともに、県民一人ひとりが自ら健康づくりを実践する契機とするため、10月を県民運動の推進月間とします。

【事業者の公表及び表彰】

知事は、積極的に健康づくり活動を行うなど、県民運動の推進に寄与している事業者を公表・表彰します。

【調査等の実施】

県は、県民運動の推進に関する施策を策定・実施するために必要な調査・研究を行います。

【財政上の措置】

県は、県民運動の推進に関する施策を策定・実施するために必要な財政上の措置を講ずるよう努めます。

県民総ぐるみの健康づくり



健康寿命を延ばすために

健康寿命の延伸に向けた「3つの鍵」

県民の健康状態を調査した結果、健康寿命を延ばす「3つの鍵」があることがわかりました。個人、家族、会社、学校、地域で「3つの鍵」を実践していきましょう。



「目指せ！健康寿命日本一おおいた」キャッチコピー

- いつまででん たべち あるいち 笑おうえ
- すべてころばぬ大分県 ~食べて歩く 笑顔の体づくり~
- 次は日本一の「けんこう県おおいた」、狙います！

お問い合わせ先

【この条例について】

- 大分県議会事務局政策調査課 〒870-0022 大分市大手町3-1-1
TEL : 097-506-5033 FAX : 097-506-1785 MAIL : a21000@pref.oita.lg.jp

【健康寿命の延伸を目指す取組について】

- 大分県福祉保健部健康づくり支援課 〒870-8501 大分市大手町3-1-1
TEL : 097-506-2666 FAX : 097-506-1735 MAIL : a12210@pref.oita.lg.jp

県民健康意識行動調査結果概要

- 調査期間:平成28年6～7月
- 対象者数:成人男女 19,624人(性・年代別に均等に抽出)
- 有効回答:11,822人 (回収率61.3%)
- 詳細な食事調査:3,687人

食塩摂取量が多い

- 国の示す目標(男性8g, 女性7g)を達成できている者の割合は, 男女とも1%台と極めて少ない
- 男性は若いほど多く, 女性は年代による差が少ない

平成24年国民健康栄養調査
 摂取塩分 男性(21位)
 少ない順 女性(13位)

野菜・果物摂取量が少ない

- 国及び県の目標450g(野菜350g 果物100g)を達成できている者の割合は, 男性27.6%, 女性29.9%
- 男性はいずれの年代も総じて少なく, 女性は20歳代が最少

平成24年国民健康栄養調査
 野菜 男性(全国24位)
 多い順 女性(全国30位)

運動習慣がある人が少ない

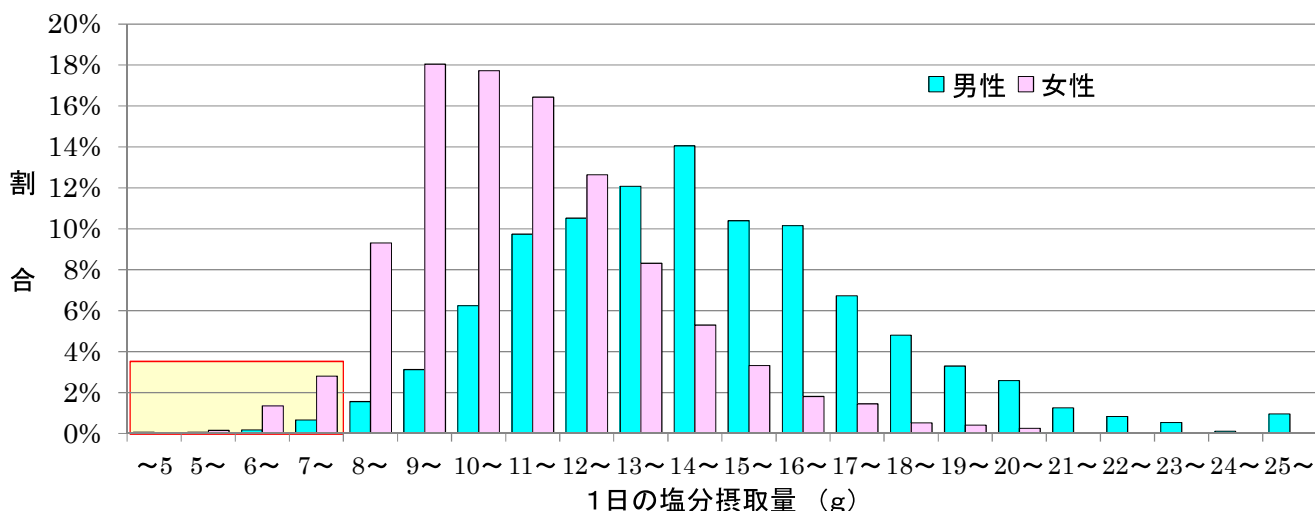
- 県の目標(男性56%, 女性50%)に対して, 運動習慣がある者の割合は, 男性41.2%, 女性32.3%
- 男性は40歳代が最低で, 女性は30歳代が最低

平成28年社会生活基礎調査
 スポーツ 男性(19位)
 多い順 女性(23位)

1日の塩分摂取量

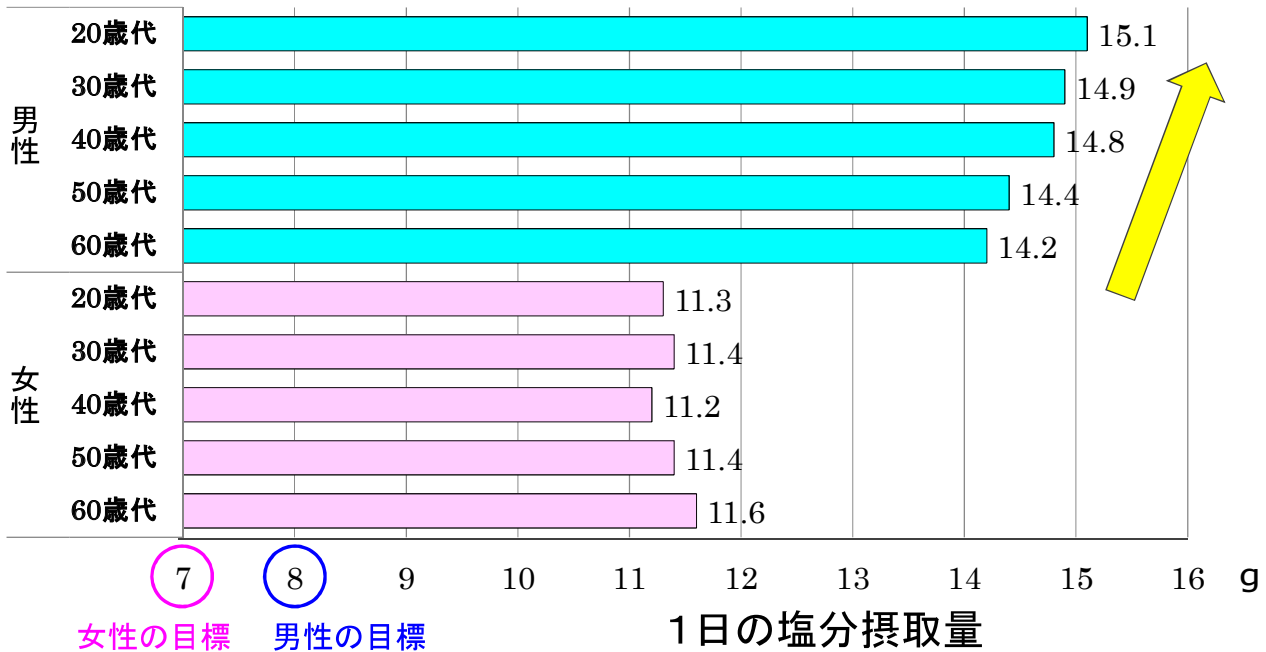
最新の研究に基づく知見

1日の食塩摂取量が7.9gの者は, 3gの者に比べて, 脳出血死亡リスクが 1.6倍, 脳梗塞死亡リスクが 2.0倍で, さらに塩分摂取が増えるほど, そのリスクは大きくなる。



男性の目標8g未満を達成しているのは 1.0%
 女性の目標7g未満を達成しているのは 1.4%

1日の食塩摂取量（性年齢階級別）



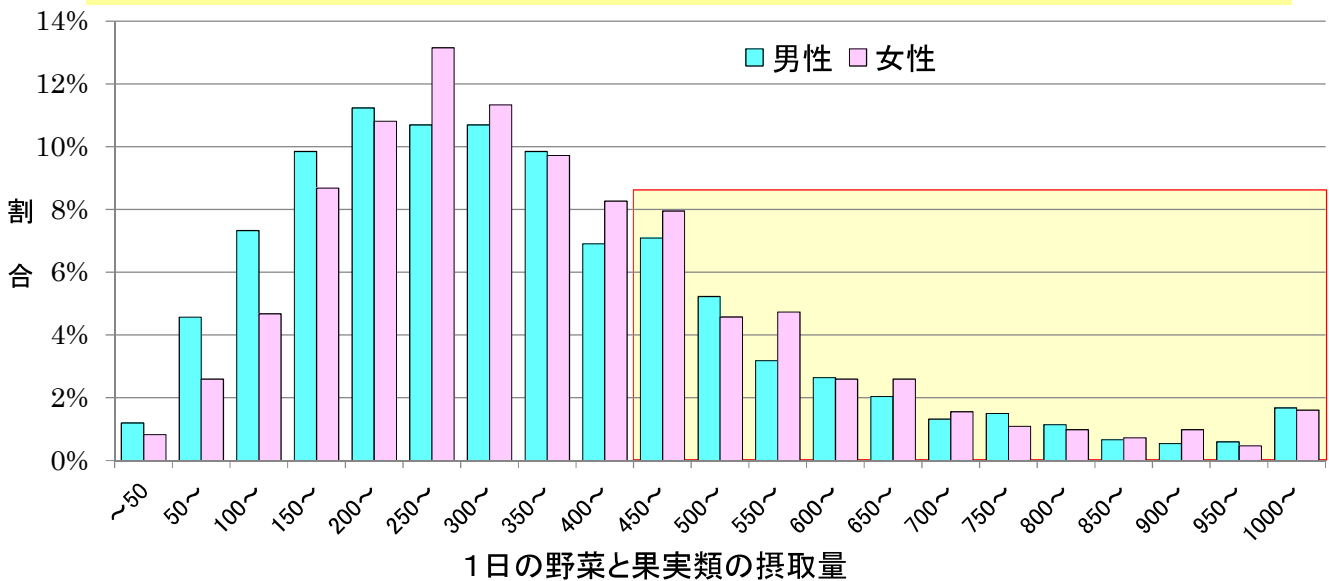
男性は若いほど塩分摂取量が多く、女性は年代による差が少ない。

市町村別: ベスト 1位: 12.4g(日田市) 2位: 12.5g(竹田市) 3位: 12.5g(大分市)
 ワースト 1位: 13.4g(日出町) 2位: 13.4g(姫島村) 3位: 13.4g(九重町)

1日の野菜と果物類の摂取量

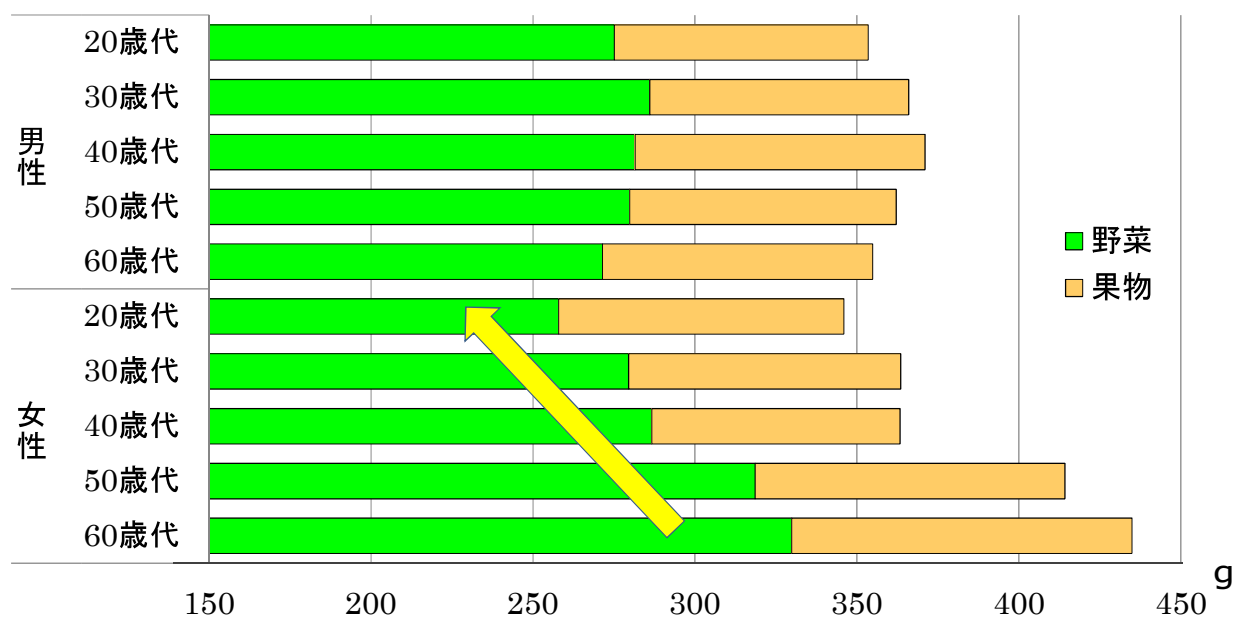
最新の研究に基づく知見

野菜350g 果物100g 合わせて、450g 以上 食べる人では、総死亡のリスクが29%低かった。



450g以上摂取しているのは 【野菜】 男性280g 女性293g 【果物】 男性83g 女性88g
 男性で 27.6%, 女性で 29.9% プラス70g プラス20g

野菜と果物類の摂取量（性年齢階級別）



男性は、いずれの年代も少ない。女性は、若い世代ほど少ない。
20代女性は、どの種類の野菜もおしなべて摂取量が少ない。

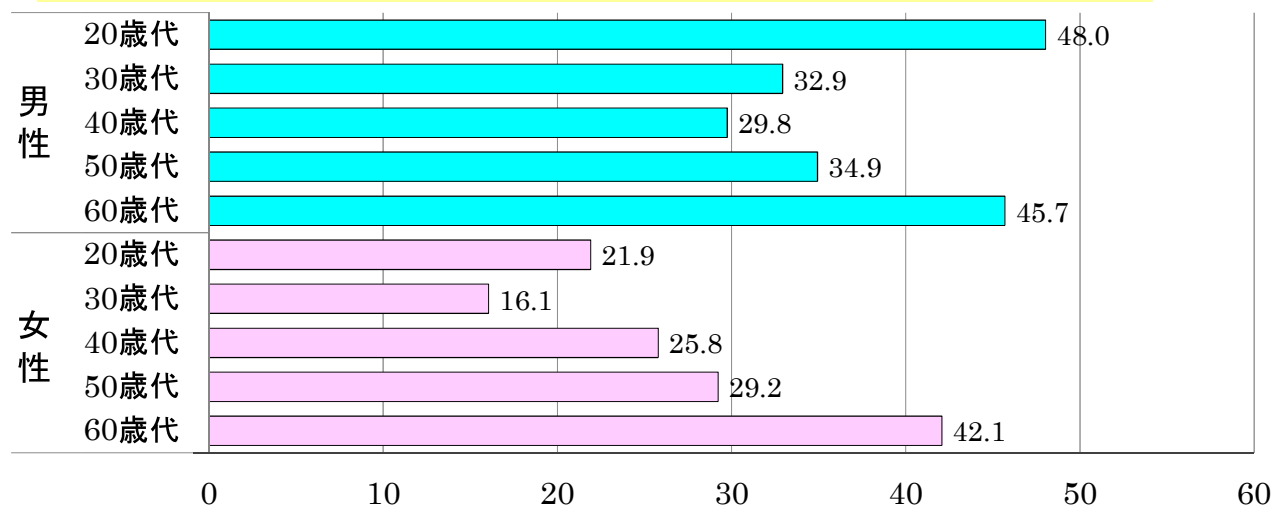
市町村別: ベスト 1位: 410g(宇佐市) 2位: 399g(竹田市) 3位: 397g(別府市)
ワースト 1位: 321g(姫島村) 2位: 342g(日田市) 3位: 348g(国東市)

定期的な運動習慣[※]

最新の研究に基づく知見

※ 1回30分以上, 週2回以上

運動習慣は、高血圧発症を30%, 糖尿病発症を25%減らし、
がんの発症を14%, アルツハイマー型認知症を45%減らす。

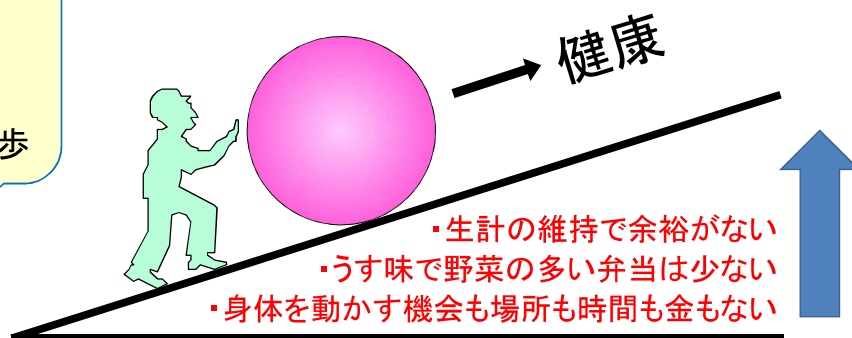


男性は働き盛りの世代で、女性は若い世代で、運動習慣が少ない

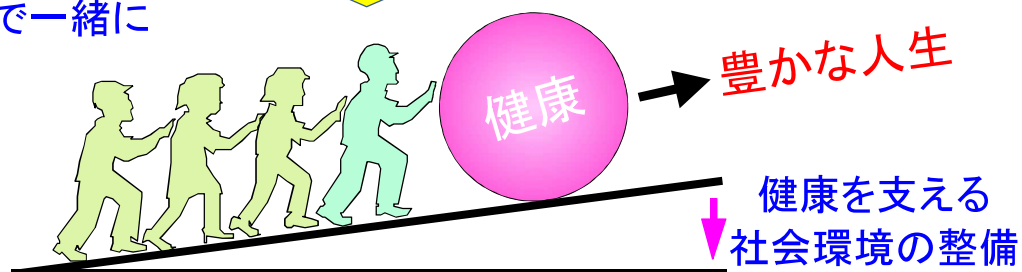
市町村別: ベスト 1位: 36.3%(大分市) 2位: 36.3%(日出町) 3位: 33.3%(玖珠町)
ワースト 1位: 21.3%(姫島村) 2位: 23.1%(日田市) 3位: 23.3%(豊後高田市)

健康づくりを容易にする地域・職場の実現を

減塩マイナス 3g
野菜プラス 70g
果物プラス 20g
歩数プラス 1,500歩



地域や職場と一緒に
取り組もう！



大分市公設市場「市民感謝デー」 大分県産青果物の販促

開催日：平成29年7月8日 場所：大分市公設地方卸売市場



大分県野菜・果実消費拡大推進協議会 料理教室



食育の大切さ

大分県保育連合会
会長 佐藤 成己



大分県保育連合会 加入園 276園

保育所・保育園 195 園

認定こども園 78 園

子育て支援センター 3 園

食育についての研修や研究を重ねて、
家庭や地域と連携した食育活動を行っています。



宮田保育園の取り組み ～給食～

保育園の給食に
地元の食材を取り入れる



地産地消・CO2の削減



生産者に野菜の収穫時期をたずね、
収穫時期に合わせて献立を作成

幼い頃から旬の味を覚え、味覚の
発達を促し、安全で安心できる給食



由布市「由布有機農業研究会」の
無農薬・有機栽培の野菜を利用



現在

久住町の「野中ファーム」より
有機肥料で育った野菜を利用



畑での収穫体験



給食に 地元で採れた旬の食材 を使用し、献立を作成

もくもくだより

8月 宮田保育園
宮本 涼 秋西留任 坂本和香乃

夏野菜が平気でとれる日が減っています。熱中症を予防するために、日中の長い日陰の外では食べるだけけて、水分をこまめに取るように心がけましょう。外出時は、帽子をかぶり、涼しいタオルを着せかける。緑の土まが人気です。

～お泊り保育カレー作り～

保育園で収穫した夏野菜を使って、たんぽぽ組（5歳児）が、お泊り保育を行いました。初めてお泊りしたので、1日1日を各組名入れのずは組の手のように大切に」とお祈りをしながらお泊りしました。

食の記念日

★ハムの日★（8月6日）
「ハ（8）ム（6）」の組合わせから、日本ハム・ソーセイ工業団体の協賛で開催された記念日。日本ハムづくりは、1918年（大正7年）にスタートした。
★パイナップルの日★（8月17日）
「ハ（8）イ（1）7」の組合わせから、株式会社ドールの協賛。

お知らせ
8月22日（日）は、5歳児が休園となります。エプロンと三角巾を忘れずに持ってきてください。この日は、3、4、5歳児も朝より午後まで預かりますので、お預かりの旨をお知らせします。

★夏野菜の収穫体験★
子どもたちは、収穫した野菜を調理し、お泊り保育で食べていただきました。夏野菜の収穫体験は、子どもたちの食育活動の一環として、毎年実施しています。収穫した野菜は、保育園で収穫した野菜を使って、たんぽぽ組（5歳児）が、お泊り保育を行いました。初めてお泊りしたので、1日1日を各組名入れのずは組の手のように大切に」とお祈りをしながらお泊りしました。

★お泊り保育★
お泊り保育は、子どもたちの生活リズムを整えるための大切な活動です。お泊り保育では、子どもたちが、お泊り保育の楽しさを体験し、生活リズムを整えることができます。お泊り保育は、子どもたちの生活リズムを整えるための大切な活動です。お泊り保育では、子どもたちが、お泊り保育の楽しさを体験し、生活リズムを整えることができます。

坂本和香乃
秋西留任

8月の予定献立表

月	日	献立	備考
8月	1日	※夏の特別献立 ※7月31日～ ※サウダ ※じゃが芋のフック ※果物	※肉類と野菜の ※肉類 ※豆腐の煮つけ ※肉類
8月	2日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	3日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	4日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	5日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	6日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	7日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	8日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	9日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	10日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	11日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	12日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	13日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	14日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	15日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	16日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	17日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	18日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	19日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	20日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	21日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	22日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	23日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	24日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	25日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	26日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	27日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	28日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	29日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類
8月	30日	※肉類のステーキ ※肉類	※肉類と野菜の ※肉類

保育園で使用しているお米は時松地区のものです。（地元産を紹介）

おいしい給食♪



宮田保育園の取り組み ～地域のお年寄りとのふれあい～

園児と交流 幸せ実感

由布市 丹生 和馬(85)

△近くにある保育園の園児と地域の高齢者が交流する「なかよしクラブ」に入って2年になる。昨年12月の行事では、餅つきで交流した。

△終了後、保育士が「絵馬を作りましょう」と全員に厚紙を配った。願い事が思い浮かばないのか、愚案している子どもがいたので段式ロケットの絵を描いてあげた。すると、「アレもは大喜びして噴射する炎や煙を描き加えた。その他の園児からも絵を描いてとせがまれた。

△以来、子どもたちから「ロケットおじいちゃん」と呼ばれるようになった。散歩などで出会ったときや、朝夕の送迎車の中から声を掛けてくれる。手を振ってくれることもある。行事に足を運び、園児と触れ合った際に寿命が延びるようだ。「子どもは王」を実感している。

△園児が無邪気な笑顔で駆け寄り、モミシのような手とハイタッチをするとき、日本一の幸せだと思ふ。触れ合いを励みに長生きをしたい。



交流の様子



仲良く梅シロップ作り

大分合同新聞への投稿がありました。

園児らと遊ぶ健康法

由布市 西郷 昭(71)

△わが市は、健康立市宣言をしている。そこで私は、いろんなスポーツにチャレンジしているが、浅く広くて秀でたものは一つとしてない。ところが最近、導く健康法を見つけた。

△孫たちは成長し、なかなか相手をしてくれない。そんな折、地域の保育園の「なかよしクラブ」に誘われた。それは月に一度、園児たちの歌や踊りを見学し、一緒に昼食を取ったり話をしたりするものだ。

△隣接する児童館には、放課後になると70人余りの小学生が集って勉強し、楽しく遊んでいる。私は、居ても立ってもいられず仲間に入れてもらう。そうやって私は、子どもたちからパワーをもらっているのだ。

△私は、子どもたちに「コリさん」と呼んでもらっている。いつまでも、そう呼んでもらいたいと思う。

未来につながる心とからだの健康のために



大分県 & カゴメ うま塩メニューの広がり



うま塩メニューが



惣菜・外食に！

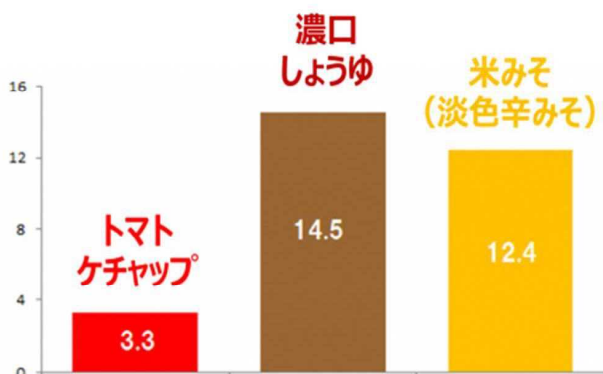


何故トマトケチャップで減塩できるのでしょ

使用するしょうゆや味噌の半量をケチャップに置き換えると、
お安く、お手軽に、**30%以上減塩**になります。

■ 100gあたり食塩相当量 食品成分表2010

トマトケチャップは濃口しょうゆやみそに
比べて塩分が低い！



トマトケチャップでおいしく！減塩【うま塩だんご汁】

みその半量をトマトケチャップに置き換えると
おいしく！38%減塩！！

■ 比較対象 だんご汁
女子栄養大学出版部 家庭の味お助けのカラーガイド
P130参照 塩分パーセントも参照

■ うま塩だんご汁 (大分県庁×カゴメ協働メニュー)



通常メニューとの比較 (一人前)			
	通常	ケチャップ置換	比較
塩分含有量	2.45 g	1.51 g	38%減塩
単価	129円	126円	-3円

※2017年1月時点の一般的な購入価格を元に算出しています (カゴメ調べ)

ケチャップ減塩メニューのポイントは「トマト味」がしないこと。ケチャップの
“黒子としての調味料”提案はシニア層の需要喚起となる新しい提案！

産官学連携のうま塩・地産地消コンテスト事例①

2016年7月 別府大学様で実施



大分合同新聞やポスターで
優秀メニュー情報を拡散



トキハンドストリー様



アムプラザ大分
Natural cafe様



イオン九州・イオンストア九州様

ご後援企業のトキハンドストリー様で惣菜メニュー化、外食でのメニュー化もいただきました。
またイオン九州様・イオンストア九州様全店でうま塩ひじきなどの惣菜メニュー化をいただきました

産官学連携の地産地消・うま塩コンテスト事例②

2017年5月 田北調理師専門学校様で実施



大分トリニータ
の選手が特別ゲスト!



↑大分県内量販店で試食販売実施(8月)

←大分合同新聞様に取材いただき、翌日朝刊に掲載。
また広告掲載により、優秀メニュー情報拡散



主に外食店でのメニュー化に向けて、連携して活動中でございます。

産官学連携のうま塩・学校給食コンテスト事例③

2017年7月 別府大学様で実施



↑大分県内量販店で試食販売実施(11月)

県内の学校給食メニュー化など協働で進行中です。
9/23(祝)健康寿命日本一おおい推進フォーラムでも試食実施いたします。

大分県 & カゴメ うま塩メニューの御紹介

17年度うま塩レンビ集掲載メニュー



田北調理師専門学校 & カゴメ メニュー



別府大学 & カゴメ メニュー



大分県 & カゴメ 小学校での食育活動

トマトジュース専用トマト「凛々子(りりこ)」の苗を活用した食育活動を16年は10校、17年は21校で実施。各年度1校でカゴメ社員が収穫から手作りケチャップ・オムライス調理までの授業を大分県と協働で実施いたしました。

17年度国東市立武蔵東小学校



トマトの苗定植



調理

8/30(水)カゴメ劇場を大分で開催！（食育活動）

カゴメ劇場は45年続いているカゴメオリジナルの子供向けミュージカル。例年九州エリアでは福岡県での開催でしたが、今年九州で唯一大分県で約2500人を集め、開催いたします。（会場：iichiko総合文化センターグランシアタ）当日は大分県・別府大学様と協働で別府大学メニューコンテストブースも設置。児童と保護者に学校給食でのうま塩メニュー化をPRします。



**ご清聴頂き、
真剣感謝しちよります**



カゴメ株式会社