

健康長寿日本一に向けた ふじのくに の挑戦 ～民間企業と連携した健康づくり～

平成26年9月17日

静岡県 健康福祉部健康増進課

課長 土屋厚子

スライド無断転載禁止

静岡県概要①



静岡県の特徴

- ・世界文化遺産に登録された富士山
- ・日本一の茶の産地
- ・日本一の深さを誇る駿河湾
- ・1年を通じて温暖な気候

静岡県概要②

	静岡県
人口	373万5千人
面積	7,255.48km ²
市町村数	35市町
高齢化率	24.9%
要介護認定率	14.5% (低い方から5番目)

※人口、高齢化率は、総務省「人口推計(H24.10.1)」

※面積は、国土地理院「全国都道府県市区町村別面積調(H24.10.1)」

※要介護認定率は、厚生労働省「平成22年介護保険事業状況報告年報」

静岡県における健康寿命の現状

厚生労働省が初めて算出した健康寿命を、平成24年6月公表

男性		女性	
1位	愛知 71.74	1位	静岡 75.32
2位	静岡 71.68	2位	群馬 75.27
3位	千葉 71.62	3位	愛知 74.93
4位	茨城 71.32	4位	沖縄 74.86
5位	山梨 71.20	5位	栃木 74.86

※「健康寿命」とは

生活の質を重視する考え方に基づき、平成12年にWHO（世界保健機関）が提唱した指標。今回は「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」と定義。

静岡県における健康寿命の現状

本県が独自に公表した、男女合計の健康寿命

男女合計(県独自試算)		
1	静岡県	73.53歳
2	愛知県	73.34歳
3	群馬県	73.20歳
4	茨城県	72.98歳
5	宮崎県	72.95歳

男女合計で
**静岡県は、
健康寿命日本一**
(県独自試算)

- 厚生労働省が算出した平成22年の男女毎の健康寿命を基に、同年の国勢調査で公表された男女の人口を掛け合わせ合算
- 上記の合計値を男女の総人口で割戻し総人口ベースの健康寿命を試算

静岡県における健康寿命の現状

全国トップクラスの健康寿命の要因

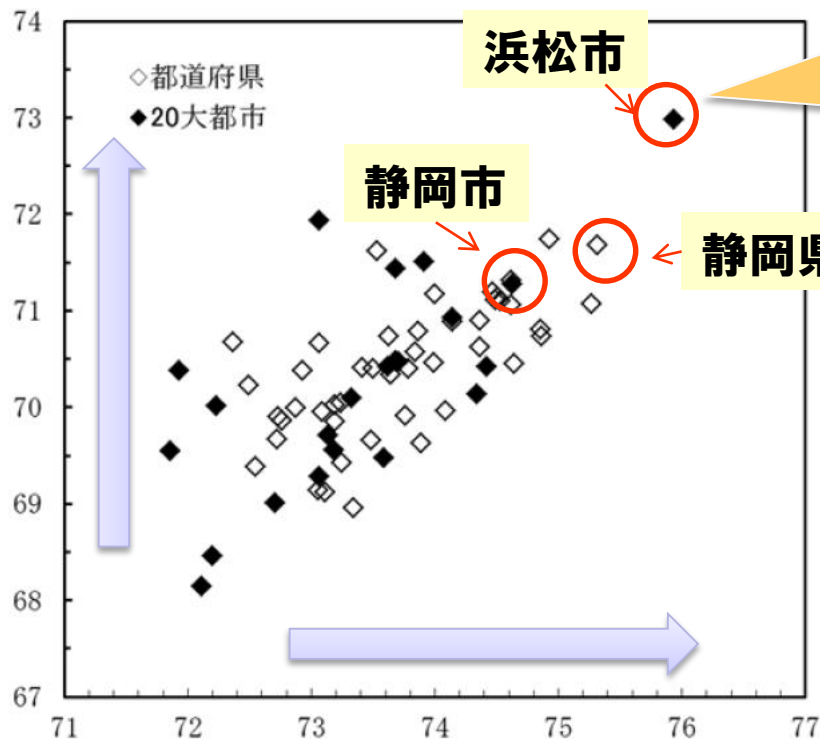
項目	静岡県	データ
地場の食材が豊富 (農水産物の生産品目数219品目)	全国1位	静岡県調べ
緑茶の1世帯当たり年間支出金額 及び購入量	静岡市1位、浜松市2位 (支出金額、購入量同順位)	※H20～H22
メタボ該当者の割合	低い方から1位	H23
県民所得が高い (一人当たり県民所得)	高い方から3位	H22
働いている人が多い (就業している高齢者の割合)	高い方から4位	H24
医療費が低い (1人当たり後期高齢者医療費)	低い方から3位	H23
温暖な気候	暖かい方から13番目	気象庁発表資料

※出典：総務省家計調査（県庁所在市及び政令指定都市が対象、H20～22の平均値）等

H22大都市別健康寿命(H26.5公表)

浜松市、静岡市ともに上位にランクイン

男性



20大都市の中で
浜松市は、男女ともに1位
静岡市は、男性5位 女性2位

	男性	女性
静岡県	71.68 年	75.32 年
静岡市	71.28 年	74.63 年
浜松市	72.98 年	75.94 年

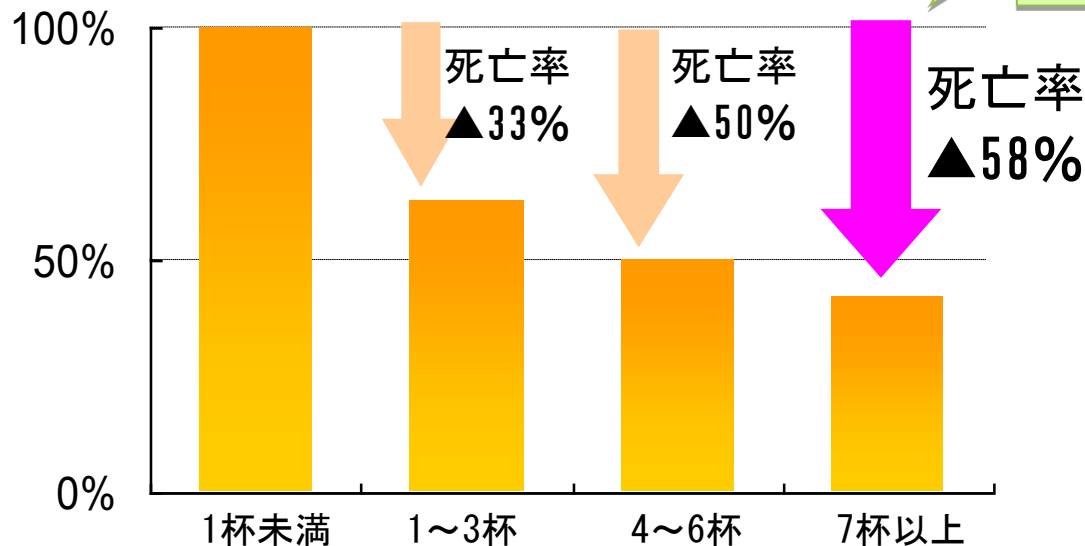
女性

多く緑茶を飲む高齢者ほど、長生き

Q(この1ヶ月で)緑茶を1日に何杯くらい飲みましたか？

緑茶を「1日に7杯以上」
飲む人は長生き
死亡が半分に!!

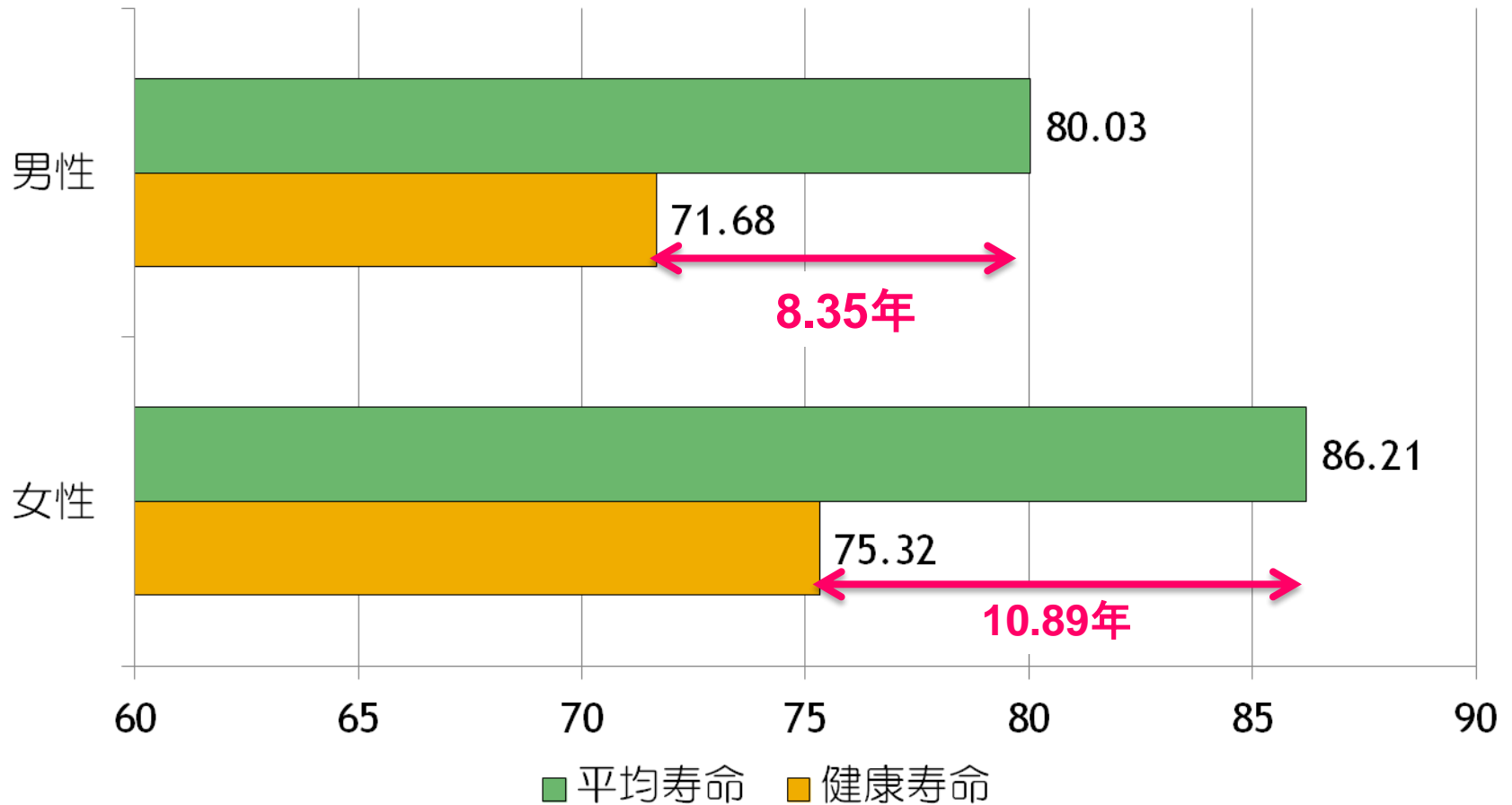
緑茶の摂取頻度と死亡状況



出典: 静岡県高齢者コホート調査
Suzuki(2009) Annual Epidemiology

静岡県における健康寿命の現状

平均寿命の伸びを上回る「健康寿命の伸び」を目指す



資料：厚生労働科学研究費補助金「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」

静岡県はメタボ最少県

- 静岡県は、H22年度に引き続き、
2年連続でメタボが最も少ない県となった

平成23年度

順	都道府県	該当者%
1	静岡県	12.92%
2	山梨県	12.95%
3	佐賀県	13.27%
4	岐阜県	13.28%
5	新潟県	13.49%
	全 国	14.59%



平成22年度

順	都道府県	該当者%
1	静岡県	12.70%
2	山梨県	12.92%
3	佐賀県	12.99%
4	岐阜県	13.07%
5	神奈川県	13.16%
	全 国	14.42%

※ H23.10 厚生労働省医療費適正化推進室提供データ

「第1回健康寿命をのばそう！アワード」

第1回の「厚生労働大臣 最優秀賞」を受賞

■ 表彰制度

- 平成24年度、厚生労働省が創設
- 健康増進・生活習慣病予防に対する優れた啓発・取組を表彰
- 第1回の応募総数は、自治体部門40件、団体部門59件、企業部門67件、計166件の応募

■ 主な受賞内容

- 県高齢者コホート研究の実施
- 「ふじ33プログラム」の開発
- 市町健康マップ(49万人の特定健診データ分析)の作成
- 市町別「お達者度」の算出
- 健康マイレージ事業の実施



「第1回健康寿命をのぼそう！アワード」



健康寿命をのぼす取組について表彰する「第1回健康寿命をのぼそうアワード」において、“**厚生労働大臣最優秀賞**”を受賞

(H25.3.6に開催された表彰式の様子)

H26年版 厚生労働白書 で紹介

- 「健康長寿の延伸に向けた最近の取組み」において都道府県で唯一掲載された

第2節 自治体の取組み

1 静岡県

【ポイント】

- 県内の市町と医療保険者から、若い世代を含む約50万人の特定健診データを入手。「健康マップ」を作成して県内の生活習慣病に関する状況を「見える化」。
- 日々の運動や健康診断の受診など健康づくりに取り組んだ住民が各協力店の用意する特典を受けられる「健康マイレージ」を実施。

①健康課題の
見える化

②住民・企業と
進める仕組みづくり



健康寿命日本一に向けた ふじのくにの挑戦

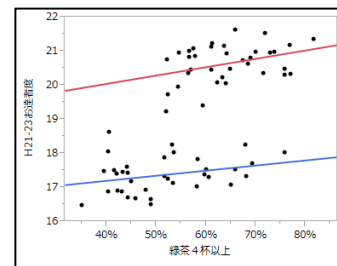
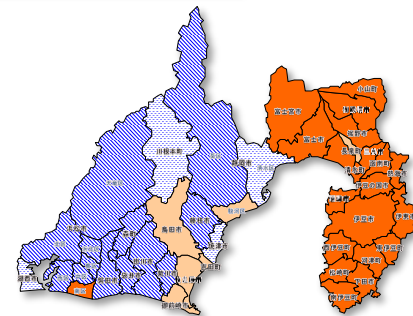


① ふじ33プログラムの実施

② 健診マップによる「見える化」

③ 市町ごとに「お達者度」を算出

④ 健康マイレージで健康促進



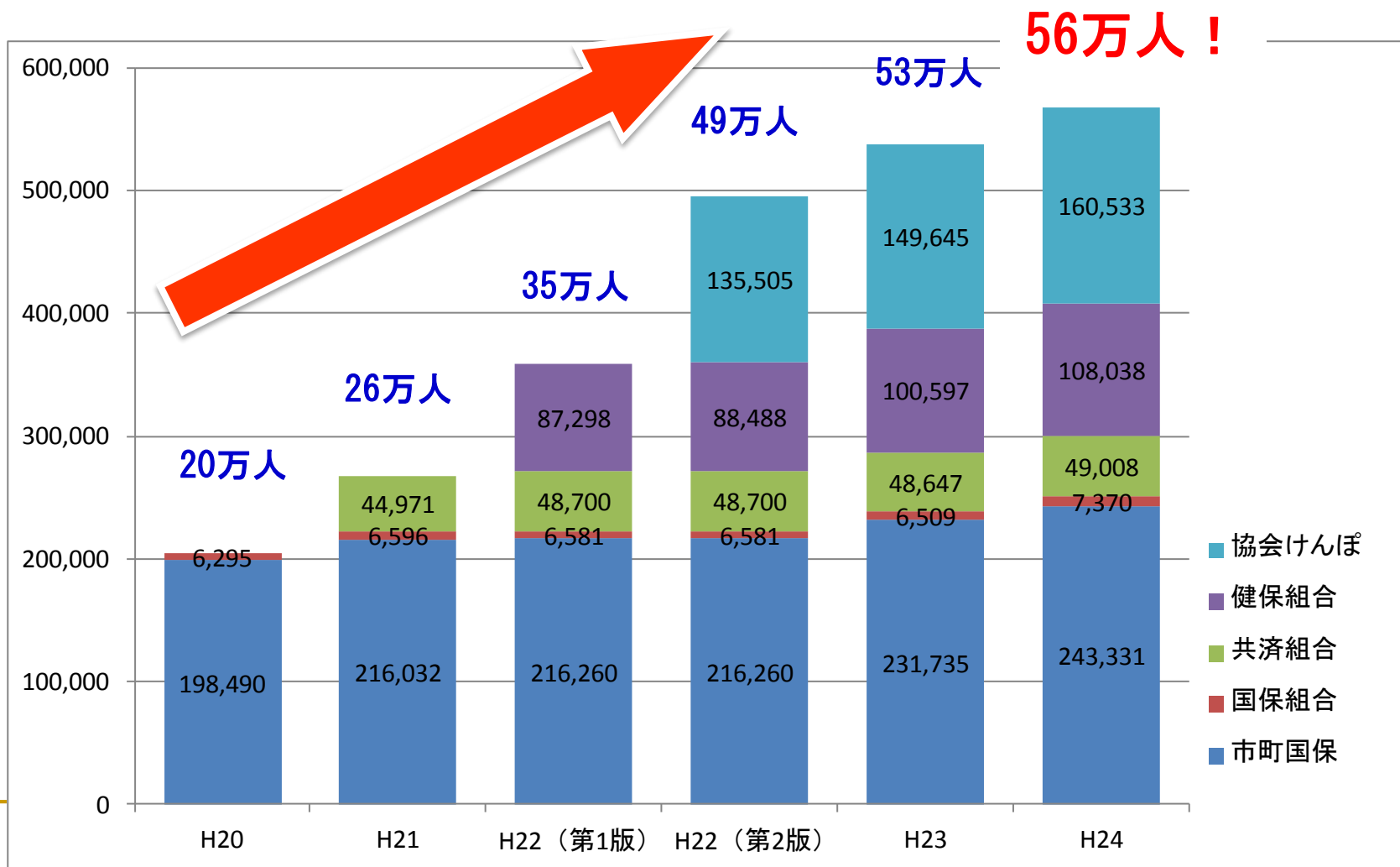
②-1 健康課題の見える化の推進

- 静岡県総合健康センター
 - 平成8年度から、県民の健康づくりの中核として健康データ分析、健康長寿研究、研修事業を実施



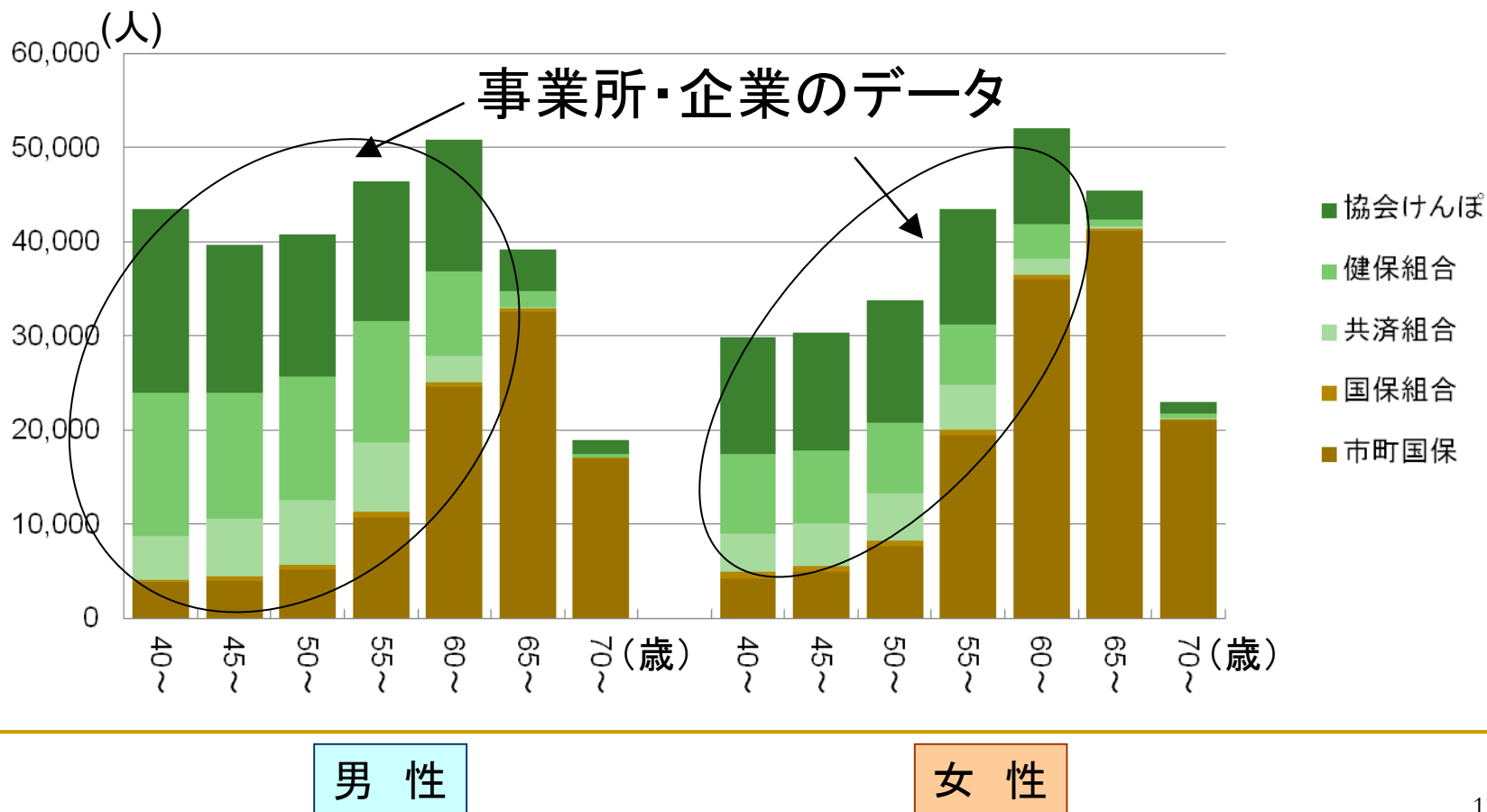
②-2 特定健診データ分析

■ 受診率向上、協力医療保険者の増加によりデータは増加



②-3 53万人の特定健診データ分析

- 平成23年度、協会けんぽ、健保組合等のデータ提供により、若い世代を大きく補完



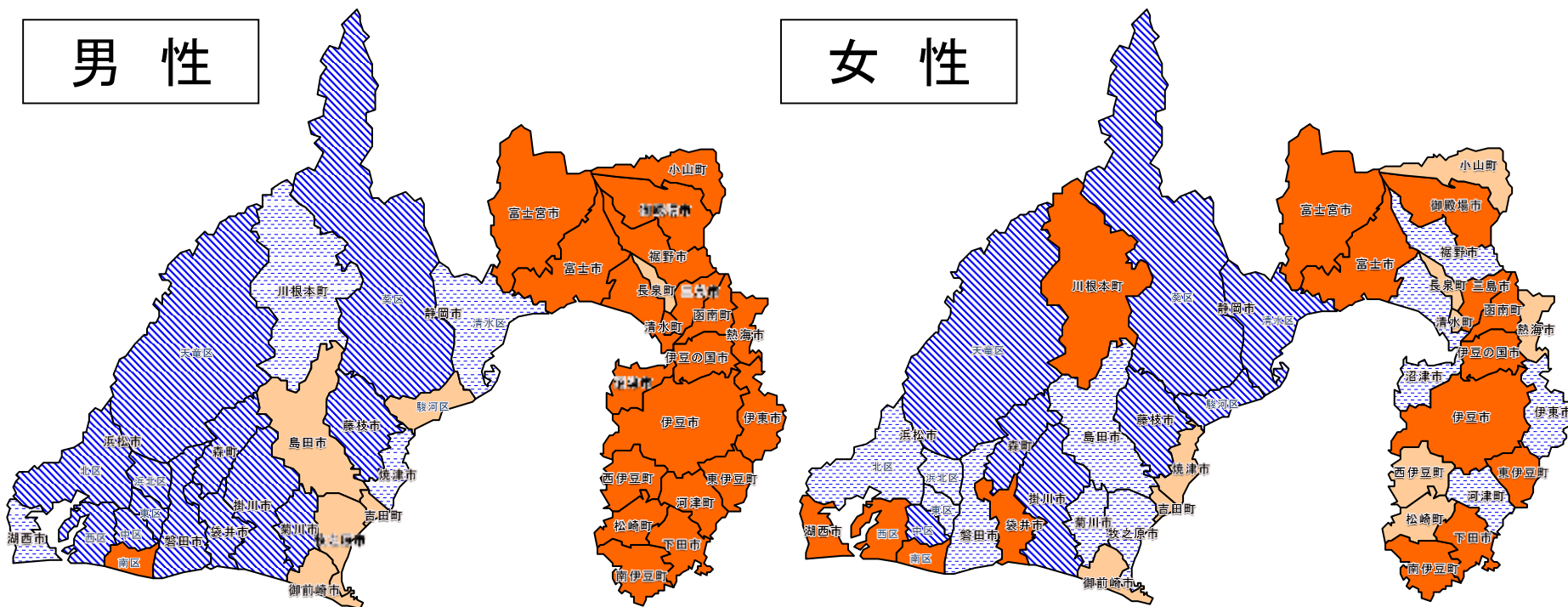
特定健診等データ分析報告書を作成

高血圧有病者(男性:平成23年)

保健所単位	市町	該当者数	期待者数	該当比	信頼区間		結果
					下限値	上限値	
賀茂	下田市	719	585.0	122.9	116.8	129.3	▲▲
	東伊豆町	493	401.3	122.8	115.5	130.6	▲▲
	河津町	274	221.0	124.0	114.2	134.6	▲▲
	南伊豆町	369	287.5	128.3	119.9	137.4	▲▲
	松崎町	253	228.5	110.7	101.3	121.0	▲▲
	西伊豆町	367	295.4	124.3	116.3	132.8	▲▲
熱海	熱海市	963	850.3	113.2	108.3	118.4	▲▲
	伊東市	2197	2132.1	103.0	100.0	106.2	▲
東部	沼津市	5744	5340.2	107.6	105.5	109.6	▲▲
	三島市	3107	2925.8	106.2	103.5	109.0	▲▲
	裾野市	1395	1323.2	105.4	101.4	109.6	▲▲
	伊豆市	1285	1138.7	112.8	108.6	117.3	▲▲
	伊豆の国市	1734	1522.3	113.9	110.2	117.7	▲▲
	函南町	955	900.9	106.0	101.2	111.0	▲▲
	清水町	930	828.5	112.3	107.0	117.8	▲▲
	長泉町	1099	1020.5	107.7	103.1	112.5	▲▲
御殿場	御殿場市	2178	1952.0	111.6	108.3	115.0	▲▲
	小山町	556	534.0	104.1	98.0	110.7	▲
富士	富士宮市	3718	3438.4	108.1	105.6	110.7	▲▲
	富士市	6884	6424.1	107.2	105.3	109.0	▲▲

②-4メタボ該当の見える化

- 県東部において、メタボ該当者が多い

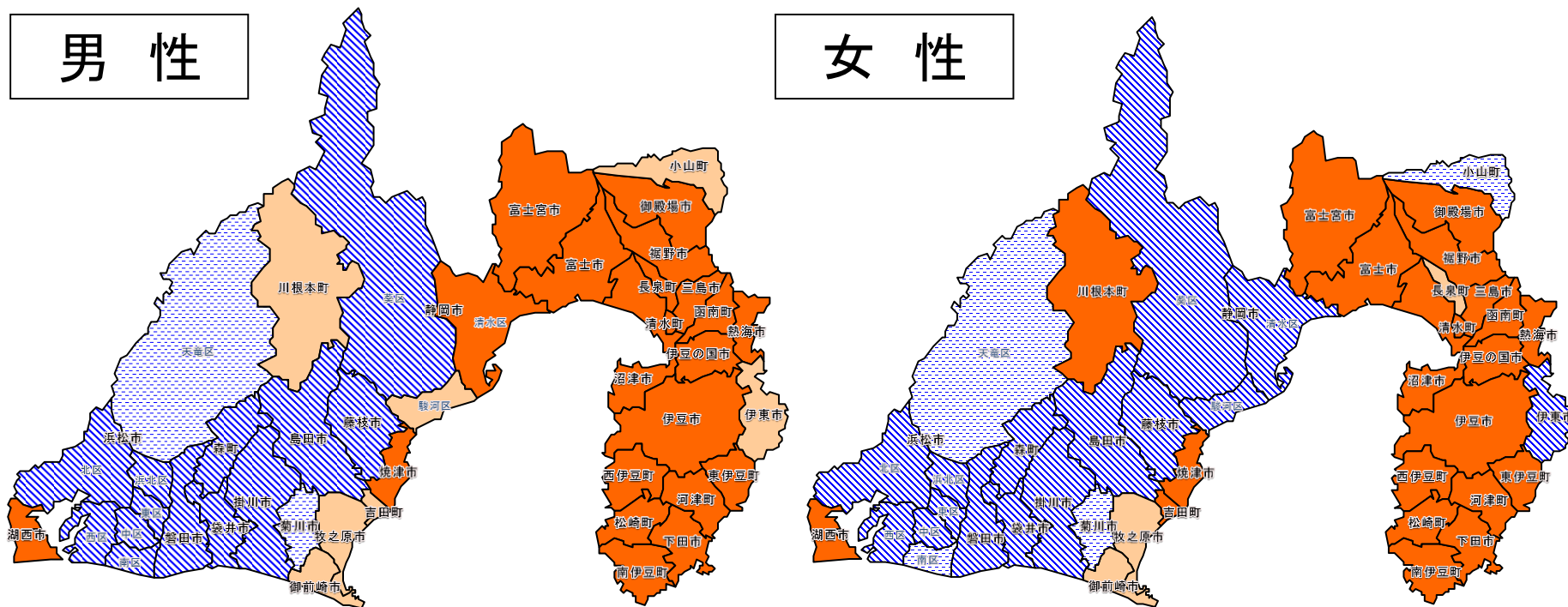


有意ではないが、県全体に比べて少ない
 県全体に比べて、有意に少ない

県全体に比べて、有意に多い
 有意ではないが、県全体に比べて多い

②-6 高血圧該当の見える化

- 県東部において、高血圧症有病者が多い



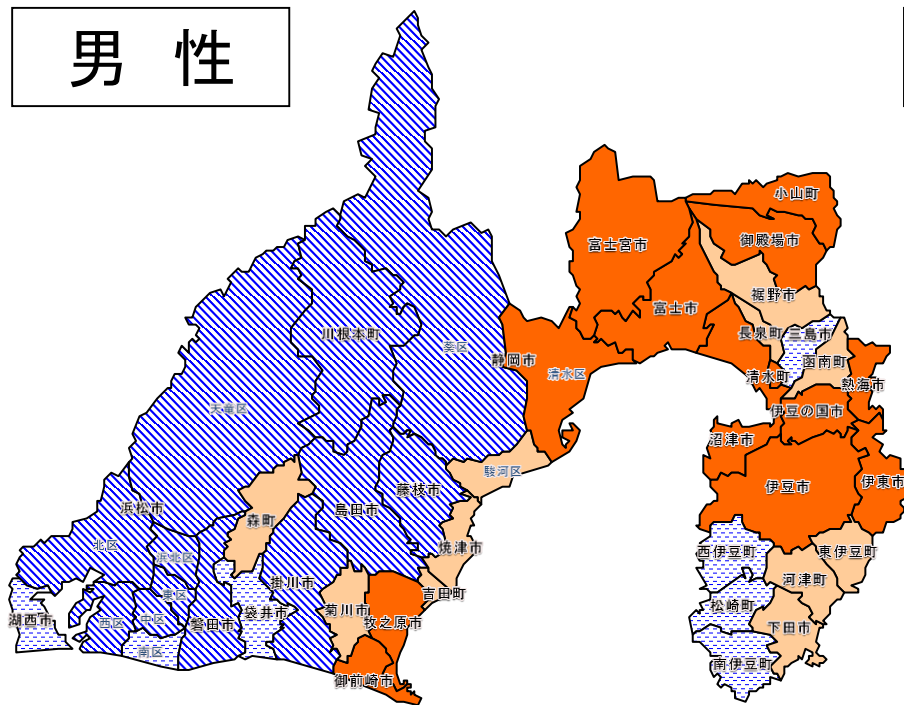
有意ではないが、県全体に比べて少ない
県全体に比べて、有意に少ない

県全体に比べて、有意に多い
有意ではないが、県全体に比べて多い

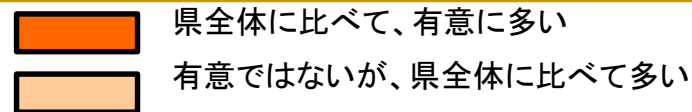
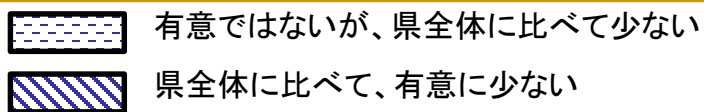
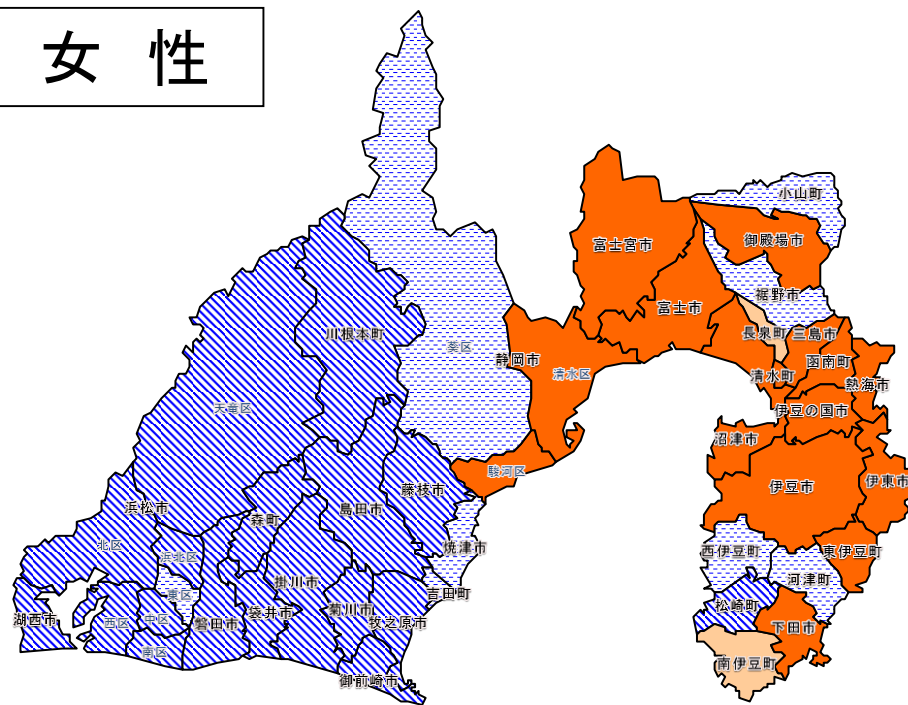
②-7喫煙者の見える化

- 県東部において、習慣的喫煙者が多い

男性



女性

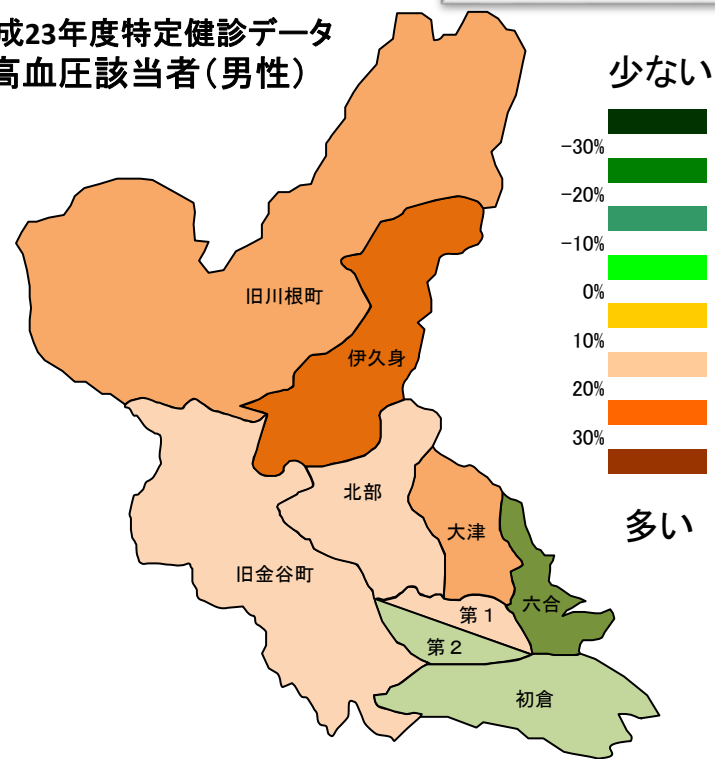


②-8地区別分析の例(島田市)

- 市健康増進計画の検討資料に使用
- 地区別の住民向け健康指導に活用



平成23年度特定健診データ
高血圧該当者(男性)

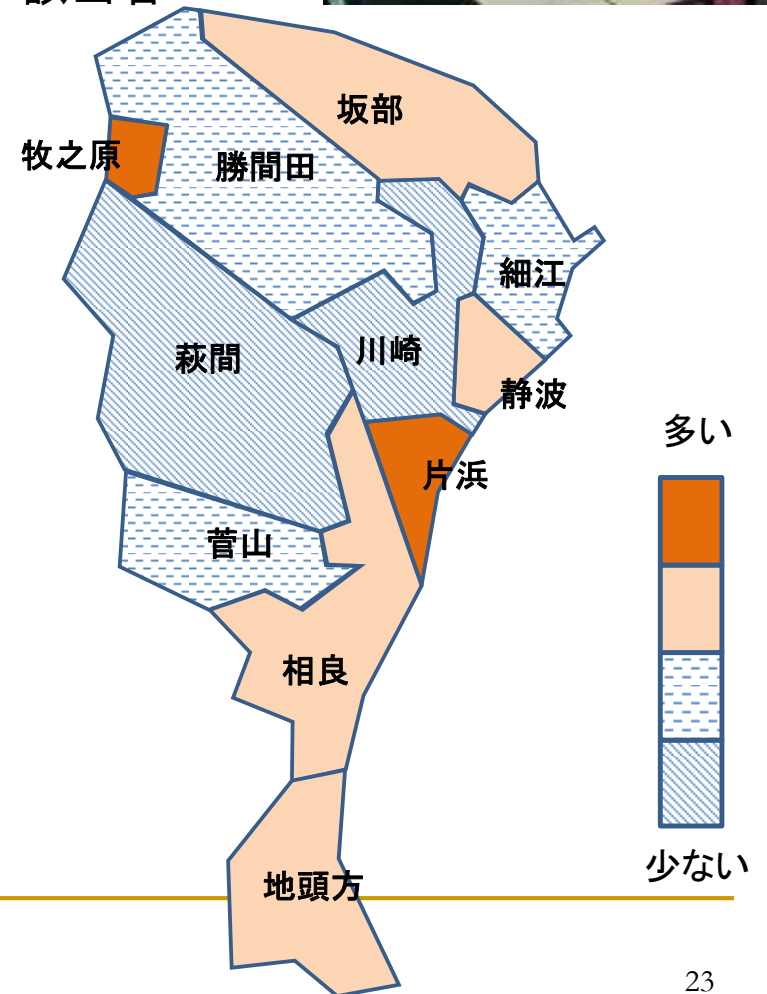


②-9地区別分析の例(牧之原)

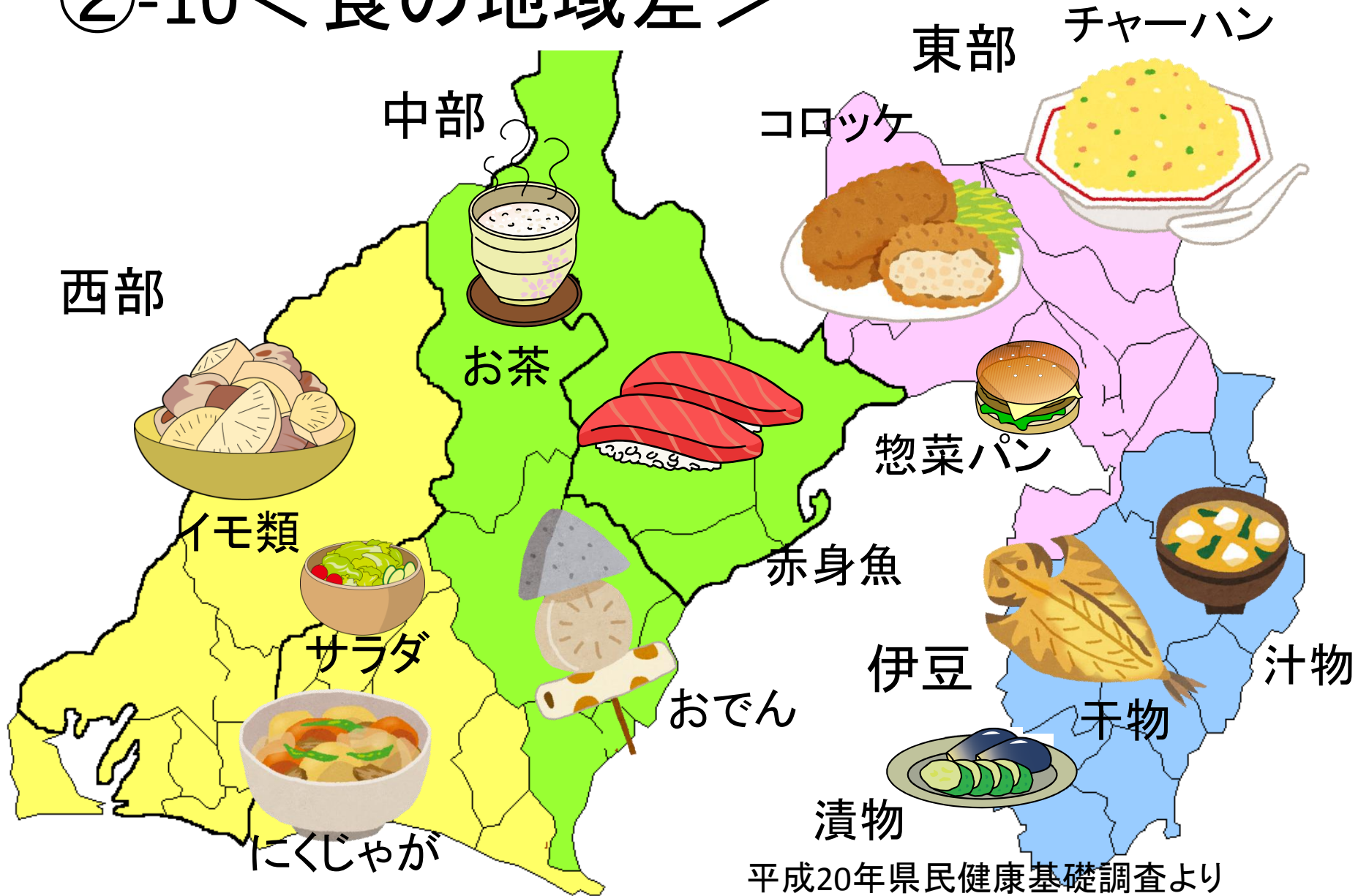
■ 地区別の住民向け健康指導に活用



メタボ該当者
男性



②-10 <食の地域差>



平成20年県民健康基礎調査より

③-1 お達者度の算出

- 市町版健康寿命として、独自に「お達者度」を算出

項目	国・健康寿命	県・お達者度
健康の定義	日常生活に支障がない (国民生活基礎調査)	要介護度2未満
基準年齢	0歳から	65歳から
公表間隔	3年ごと H25をH27公表	1年ごと H23をH26公表
市町別の算出	×	○

大都市以外は
算出不可

定期的な
進捗が把握可能

③-2 H23お達者度の算出

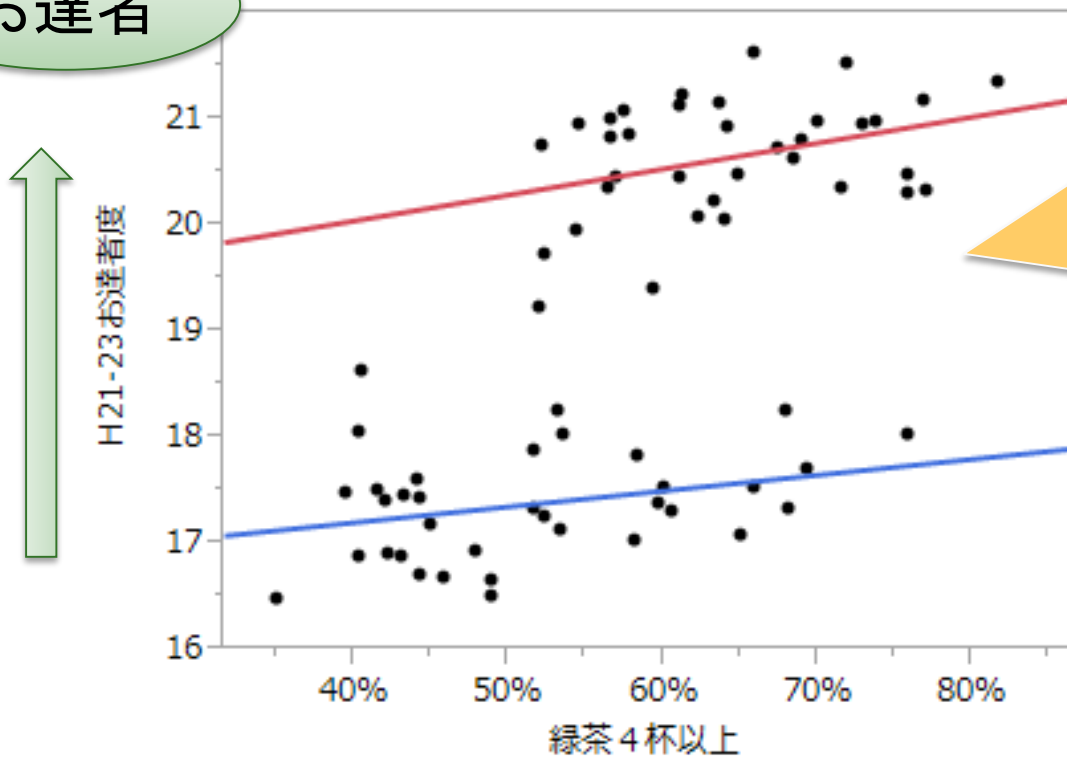
- 男性は、森町が最も長く 18.78年
- 女性は、川根本町が最も長く 21.93年

順位	男性 (年)	女性 (年)
1	森町 18.82	川根本町 21.84
2	河津町 18.67	吉田町 21.78
3	川根本町 18.37	南伊豆町 21.58
4	磐田市 18.10	森町 21.44
5	長泉町 18.08	牧之原市 21.39
合計	静岡県 17.41	静岡県 20.64

③-4お達者度に影響する要因

- 「週2回以上のボランティア活動実施割合」と「お達者度」

お達者



週2回以上ボランティアを実施が10%増えとお達者度は計算上で約0.2年長くなる



ボランティア

④健康無関心層のハートをつかむ 三つのキーワード



お得！

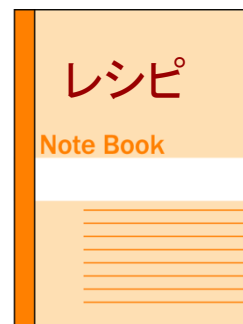
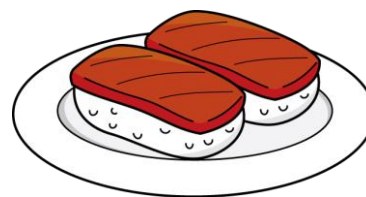
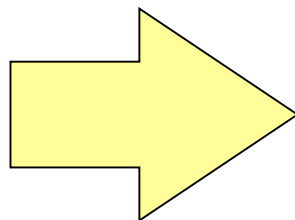
美味しい！

おもしろい！

④-1 健康づくりマイレージ制度

- 県と市町が協働して実施する健康づくりの特典

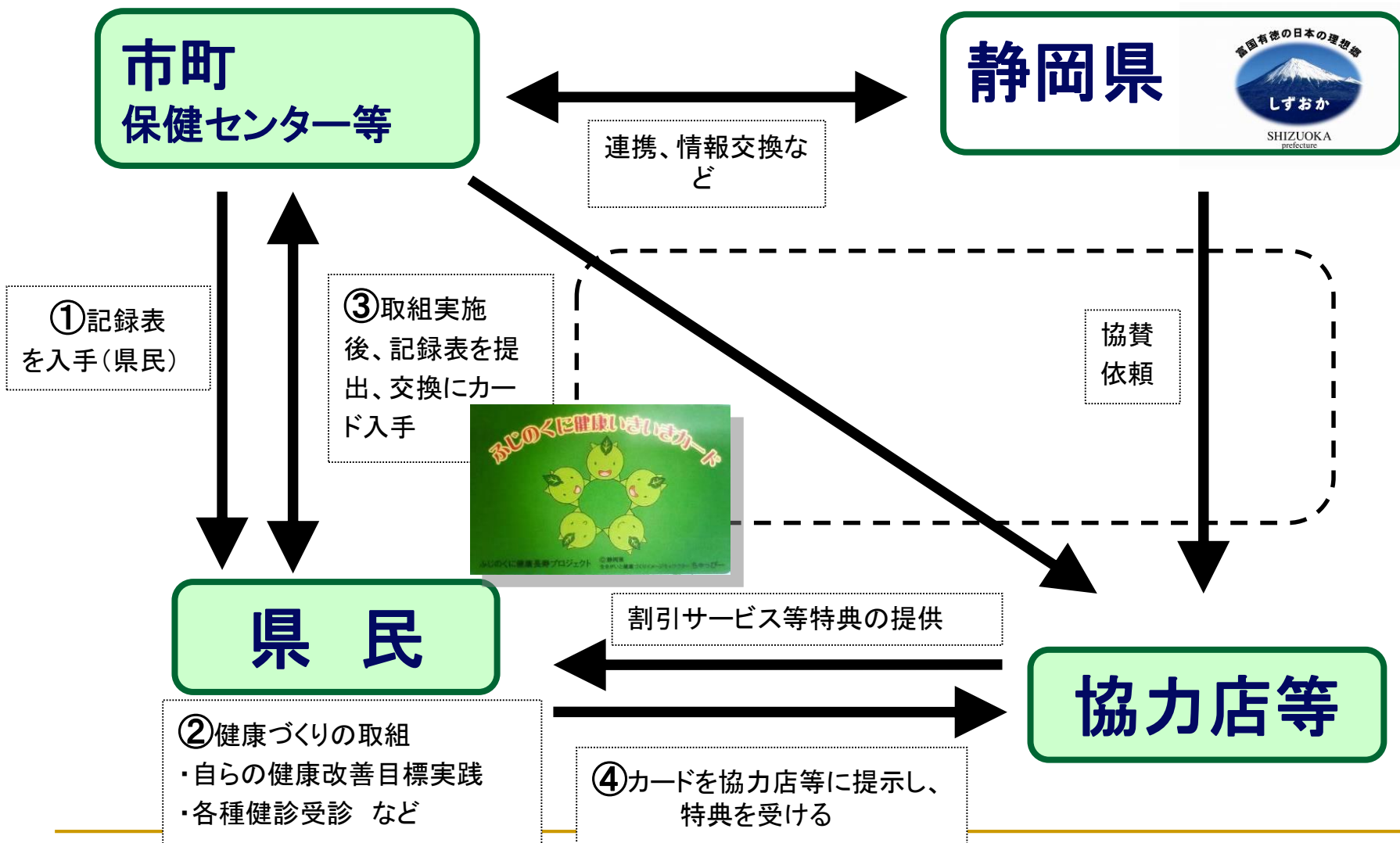
カード提示により、協力店舗で特典あり



1ヶ月の健康づくりを実施すると市町からカードが発行される

すし、クーポン券、レシピ本、お菓子、ポイントサービスなどの特典

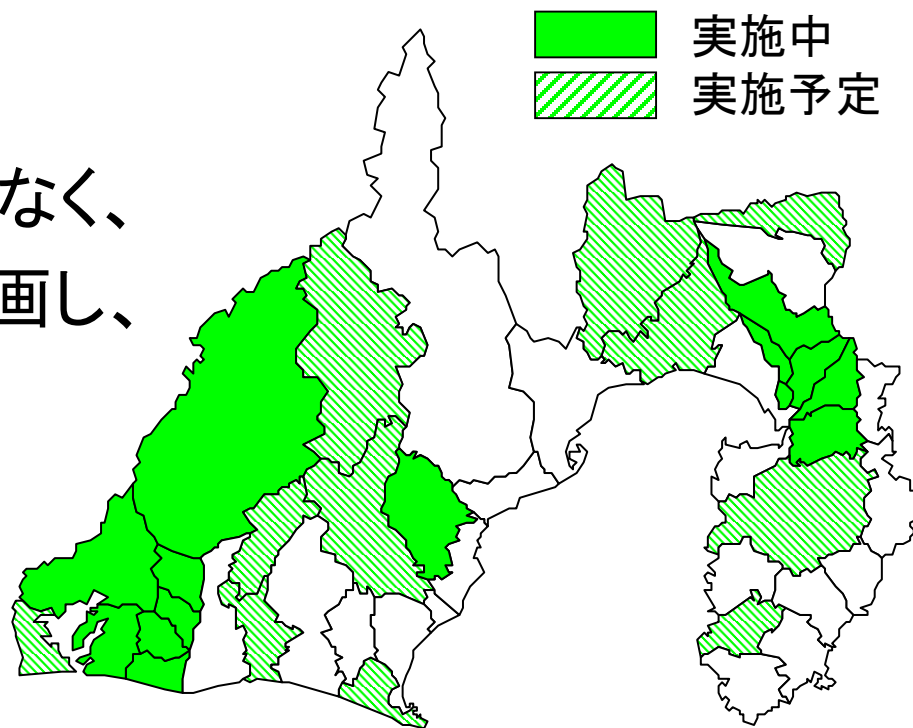
④-2 制度の仕組み



④-3 健康づくりマイレージ制度の広がり

■ 25年度は8市町→26年度は17市町

- 健康いきいきカード取得者は約4,000人
- 協力店舗数は592箇所
- 各市町の健康部門だけでなく、商工・企画・観光部門も参画し、**健康づくりを地域づくりに**



①-1 ふじ^{サンサン}33プログラムとは

ふ	普段の生活で
じ	実行可能な
3	「運動」・「食生活」・「社会参加」 3つの分野の行動メニューを
3	3人一組で、まずは3か月間 実践により

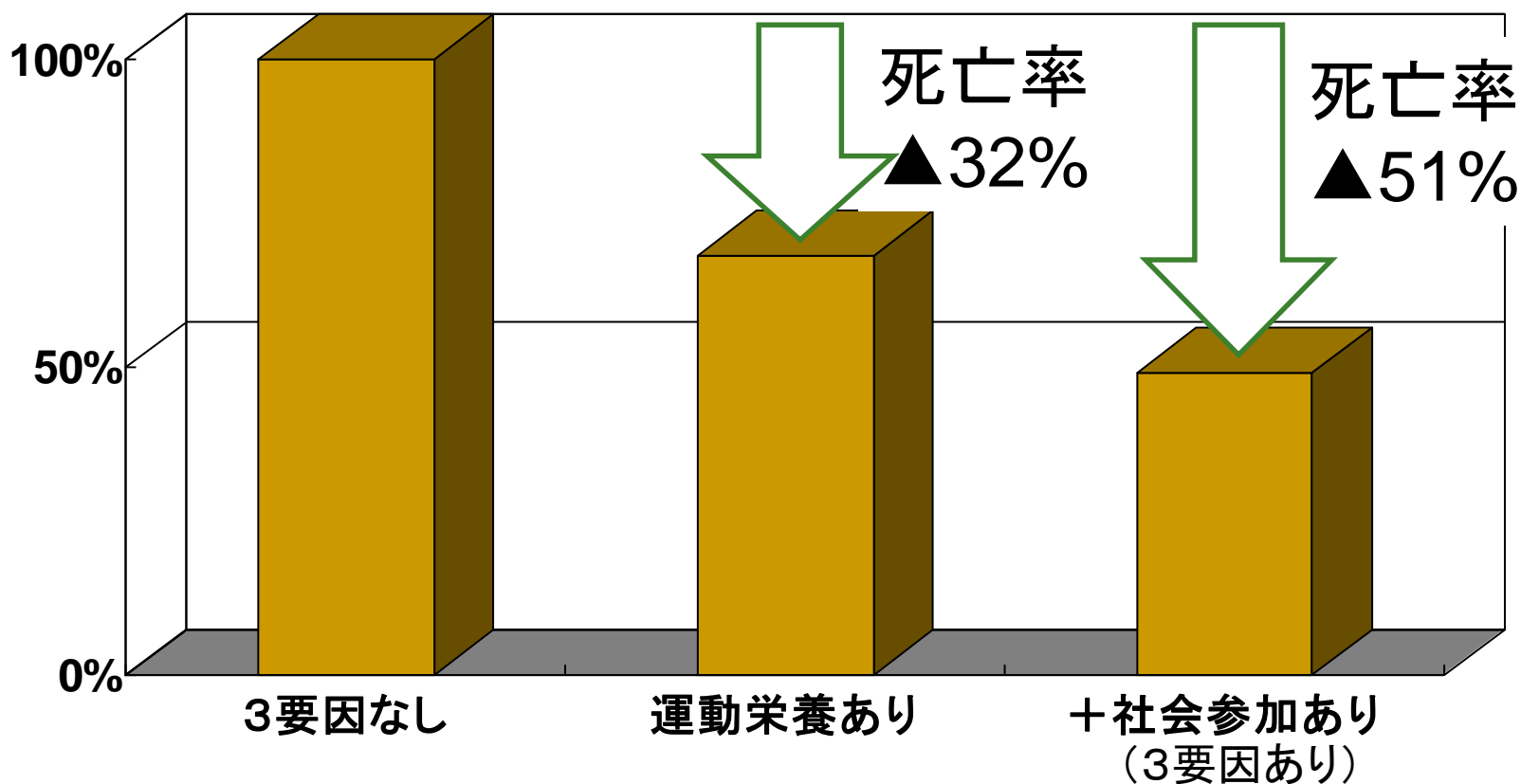
望ましい生活習慣の獲得を
目指すプログラムです



①-2 長生きにつながる3分野

■ 高齢者14,001人の追跡結果

- 運動・栄養・社会参加について良い習慣がある人は長生き



- 性別、年齢、体格指数、喫煙状況で調整したハザード比
- H24. 7. 21東海公衆衛生学会にて発表

①-5働き盛り世代(企業)へ普及

■ 企業社員に紹介

共通メニューの「1日6000歩以上」を達成できました！



ふじ33アプリをダウンロード。今日からスマホに日々の記録をしてみます



①-6若い世代へ普及

- 県立大学の学生さんに紹介(アプリの活用)



LONG HAPPY
LIFE PROJECT



3人グループ
でチャレンジ
してみます!!

企業との連携

- 花王(株)と協働で食育ポスターを県内全小学校(516校)の各クラスに配布



静岡県 更なる挑戦



健康寿命のさらなる延伸を目指して

- 一体となって進める健康づくり
 - 市町や企業、保険者、地域が一体となり、住民の健康づくりを支援する仕組みづくりを推進
- すべての人に健康を
 - 子どもから高齢者まで、ライフステージに応じた健康づくりを推進

- H27公表予定の都道府県別健康寿命でも
引き続き、健康長寿日本一を！

