

働く世代の健康づくりのさらなる推進について

健康づくり課

1. 政策等の背景・目的及び効果

市民の健康を脅かす主要な疾患となっている生活習慣病（がん、心臓病、脳卒中、糖尿病等）を予防するためには、個人の主体的な健康づくりへの取り組みに加え、健康教育、健康相談、健康診査等の保健事業により、生涯を通じた健康管理を支援できる体制構築等が必要です。

現在「第3次枚方市健康増進計画」に基づき、さらなる市民の健康寿命の延伸に向け、子どもから高齢者までを対象にライフコースアプローチを意識した様々な健康づくりに取り組んでいます。 「第2次枚方市健康増進計画」で課題となった働く世代の健康づくりについては、個人の主体的な健康づくりの習慣化につながるアプローチに加え、誰もが意識せずに健康づくりが実践できる環境を整備するため、関係機関や関係団体との協働体制を強化し、さらなる推進をはかるものです。



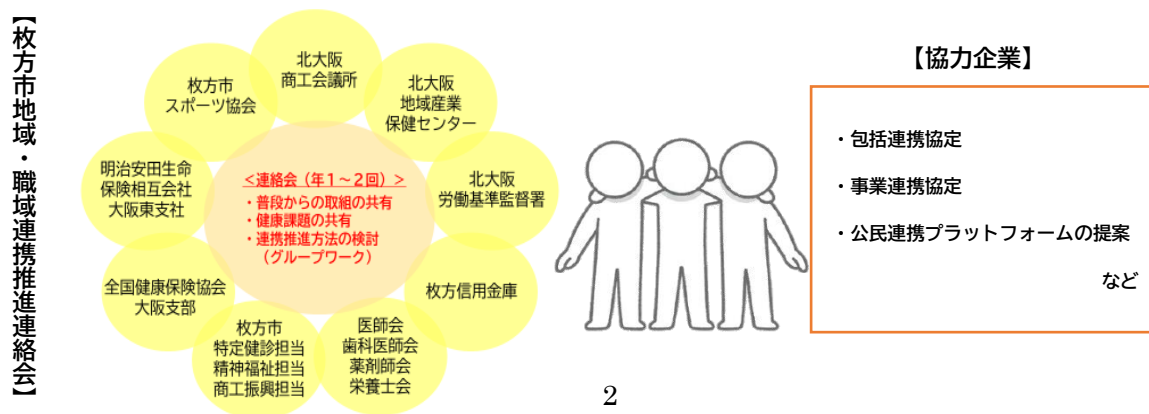
2. 内容

(1) これまでの経過と課題

① これまでの取組

これまで本市では、働く世代の健康づくりを推進していくために、従業員の健康づくりに取り組む意思がある市内企業を対象に、「ひらかた健康優良企業」の登録制度を設け、健康づくり・健康経営に関する情報紙の発行を月1回行うとともに、腰痛予防等の運動や栄養等に関する健康講座の講師派遣やフードモデル等の健康啓発物品の貸出等により従業員の健康づくりに取り組めるようサポートしています。

また、市民の生涯を通じた健康づくりを推進していくために、地域住民に対する健康づくりを担う行政（地域保健）と、働く世代に対する健康づくりを担う関係機関や関係団体（職域保健）が連携し、「枚方市地域・職域連携推進連絡会」（以下、「連絡会」という。）を設置しています。連絡会では、「地域課題の共有」を図るとともに、それぞれの構成団体の「協働」による具体的な取組について検討を行っています。さらに、市民や企業へ幅広く情報を届けられるよう、包括連携協定や事業連携協定を締結している企業等の「協力企業」とも連携しながら、様々な健康づくりの取組を進めているところです。



具体的な取組としては、市が主催するウォーキングイベントにおいて、「連絡会」の構成団体が「姿勢チェック」や「血管年齢測定」などの健康に関する啓発ブースの設置を行うとともに、構成団体や協力企業が実施するイベントなどには、市の専門職による「健康づくりブース」を設置するなど、それぞれが実施するイベントに、各々が保有する「保健医療資源」を、相互活用や共同実施することにより、「協働」による働く世代の健康づくりへの取組を行ってきました。

【市のウォーキングイベントでの啓発ブースの設置】



☞ 姿勢のチェック
(北大阪商工会議所)



☞ 血管年齢測定
(枚方信用金庫)



☞ 野菜摂取量測定
(明治安田生命)



☞ ストレッチボール体験
(枚方市スポーツ協会)

また、国や府が開催する地域・職域連携推進の体制整備の取組等に関する講演会等で、本市の取組及び関係機関や関係団体との「協働」の取組を発表することで、連携体制の強化に加え、新たな協力企業の確保につなげています。

【国や府が開催する地域・職域連携推進の体制整備の取組等に関する講演会等での取組発表】

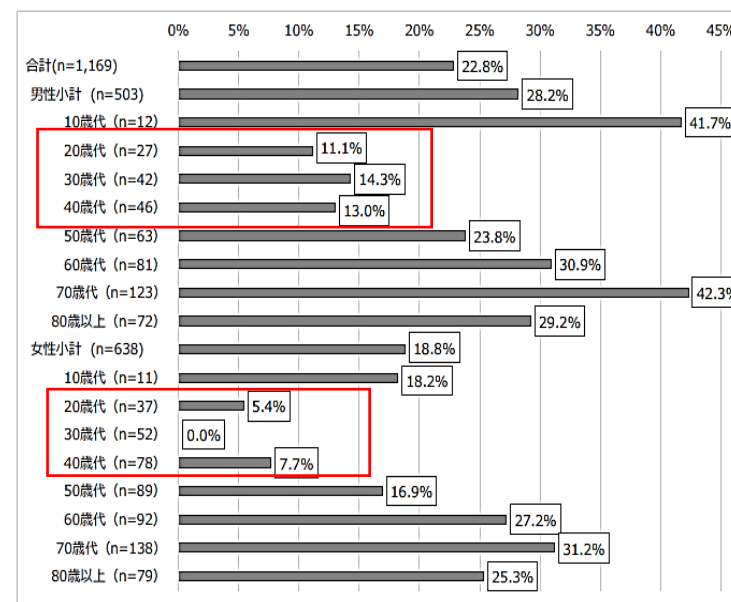
年月日	講演会等の名称	会場
令和6年9月11日	地域・職域連携推進事業研究班ワークショップ	東京都(ZOOM)
令和6年12月19日	健活おおさか推進府民会議 総会	大阪府
令和6年12月23日	ACTION! 健康経営 自治体カンファレンス2024	東京都

②課題

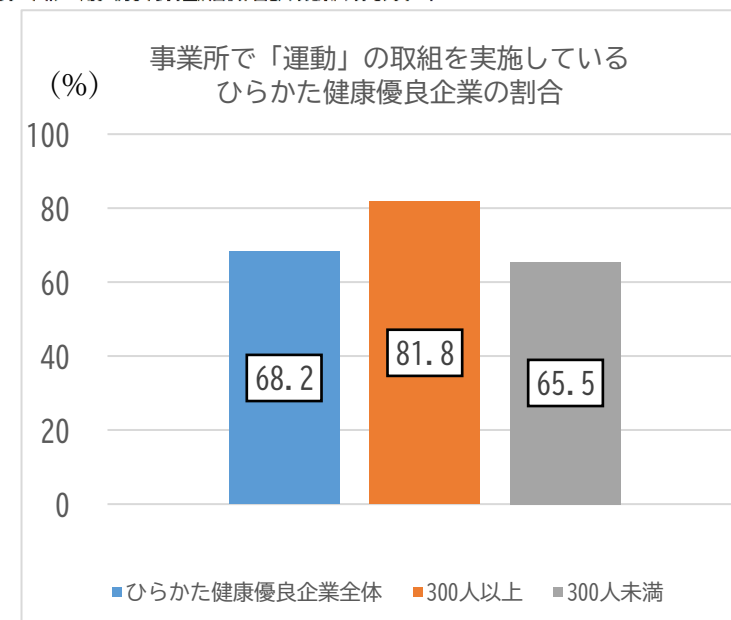
生涯を通じて習慣的に適切な量や質の身体活動と運動を行うことは、生活習慣病などの発症や重症化予防の効果が高まりますが、本市が実施したアンケートでは、20歳代から40歳代では1回30分以上、週2回以上、1年以上運動を行っている「運動習慣者」の割合が著しく低く、働く世代の健康づくりの意識が低い結果となっています。

この20歳代から40歳代の働く世代の健康づくりを推進するためには、個人の主体的な健康づくりの習慣化につながるアプローチに加え、企業が健康づくりに取り組める環境を整えることが重要です。しかし、「ひらかた健康優良企業」のうち、従業員が300人以下の中小企業における従業員の「運動」の取組は、従業員300人以上の大企業に比べ、まだまだ低い状況となっています。

図 運動習慣者の割合（性別・年齢別）



出典：令和4年度 枚方市民の生活習慣や歯と口の健康に関するアンケート



出典：令和4年度 市内企業に実施したアンケート

(2) 今後の取組

さらなる働く世代の健康づくりの推進するためには、企業ぐるみで従業員の健康づくりを進めていくことが重要であることから、「連絡会」の構成団体や「協力企業」と協働により、「ひらかた健康優良企業」の中小企業の従業員をメインターゲットとした取組を拡充し、取組の周知啓発により、働く世代の「運動習慣者」割合の増加を目指します。

①定期的な運動教室の開催（個人の取組支援）

運動が苦手な人や、子育てなどで時間がとりにくい方など、すべての人の「運動」の「きっかけづくりとなる場」の提供を行います。

- ・市内の体育館や協力企業の施設などを活用し、様々な種類のスポーツ内容を提供する。
- ・子育て世代が参加しやすいよう、開催日程の調整や保育を付けるなどの配慮を行う。
- ・運動教室開催時に各種測定会も併せて実施し、健康づくりの意識付けを高める。

定期的な運動教室の開催



- 様々な種類のスポーツを楽しめる教室
- 教室内でレベル分けを行い、運動が苦手な人も参加できる内容
- 子どもと参加できる日や保育ありの日を設定
- 教室の前後で、血圧測定などの各種測定会を実施等

個人の取組支援

②「ひらかた健康優良企業」対抗運動会の開催（企業の実施支援）

企業が、従業員へ「運動」に対する取組をはじめめるためのきっかけとしてもらうため、「ひらかた健康優良企業」による運動会を開催し、成果の見える化を図ることで、企業まるごと「運動習慣者」向上に対する機運の醸成を図ります。

- ・「運動能力」の成果以外に、日ごろからの健康づくりの取組を加点するなど、成果の見える化を図るとともに正しい生活習慣の遂行を促す。
- ・企業の自社PRタイムを設けるなど参加企業同士の交流が深まるようプログラムを工夫します。

「ひらかた健康優良企業」対抗運動会の開催



運動能力で 勝敗が決まらない運動会

- 血圧や野菜摂取量、歩数等の平均値など、日ごろからの健康づくりの取組を加点
- 企業同士の交流ができるプログラムの工夫
- 連絡会構成団体と協力企業の「保健医療資源」を活用し、協働により実施

等

企業の実施支援

個人と企業の 健康づくりの取組をサポート

個人の 取組支援

日ごろの取組の成果を
運動会で発揮



運動会の結果から
取組の継続の
モチベーションへ

企業の 取組支援

バックアップ体制
枚方市地域・職域連携推進
連絡会
協力企業

誰もが意識せずに健康づくり
が実践できる環境づくり

取組内容を市、連絡会構成団体および協力企業
それぞれが積極的に情報発信し、新たな参加企業
や協力企業の確保につなげる。

3. 実施時期等

「定期的な運動教室」は、令和7年5月から開始

「ひらかた健康優良企業対抗運動会」は、令和7年9月頃開催予定

4. 総合計画等における根拠・位置付け

総合計画 基本目標 健やかに、生きがいを持って暮らせるまち

施策目標6 誰もがいつまでも心身ともに健康に暮らせるまち



5. 関係法令・条例等

健康増進法、地域保健法

6. 事業費及びコスト

《事業費》

一般会計 地域・職域連携推進事業費 1,739 千円（令和7年度当初予算計上予定）

支出内訳：運動教室等の運営に関する委託料 1,150 千円

消耗品費、印刷製本費等の合計 589 千円

《財 源》

国庫補助金 地域・職域連携推進事業費（1／2）