

日常の「健康」を拡大し、
町がにぎわうきっかけを
生み出すプロジェクト

(女川町健康プロジェクト)

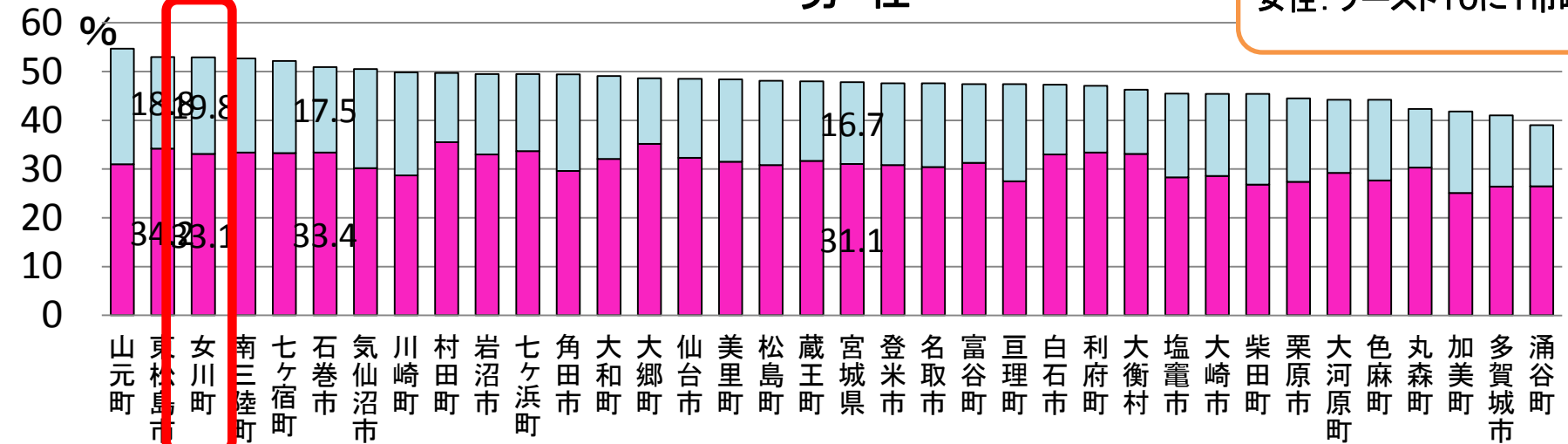
これまでの取組とこれから

市町村別メタボ該当者・予備群割合

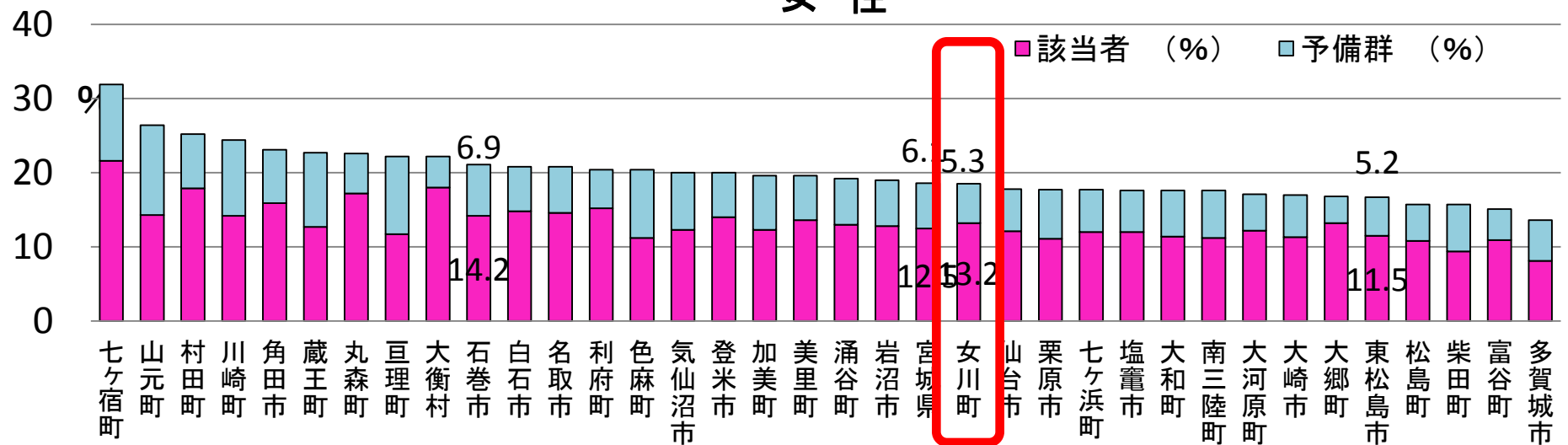
(平成24年度国保特定健診の結果)

男性:ワースト10に3市町
女性:ワースト10に1市町

男性



女性



女川町の健康の状況って...

①特定健診の結果編

(総計) 健診受診率

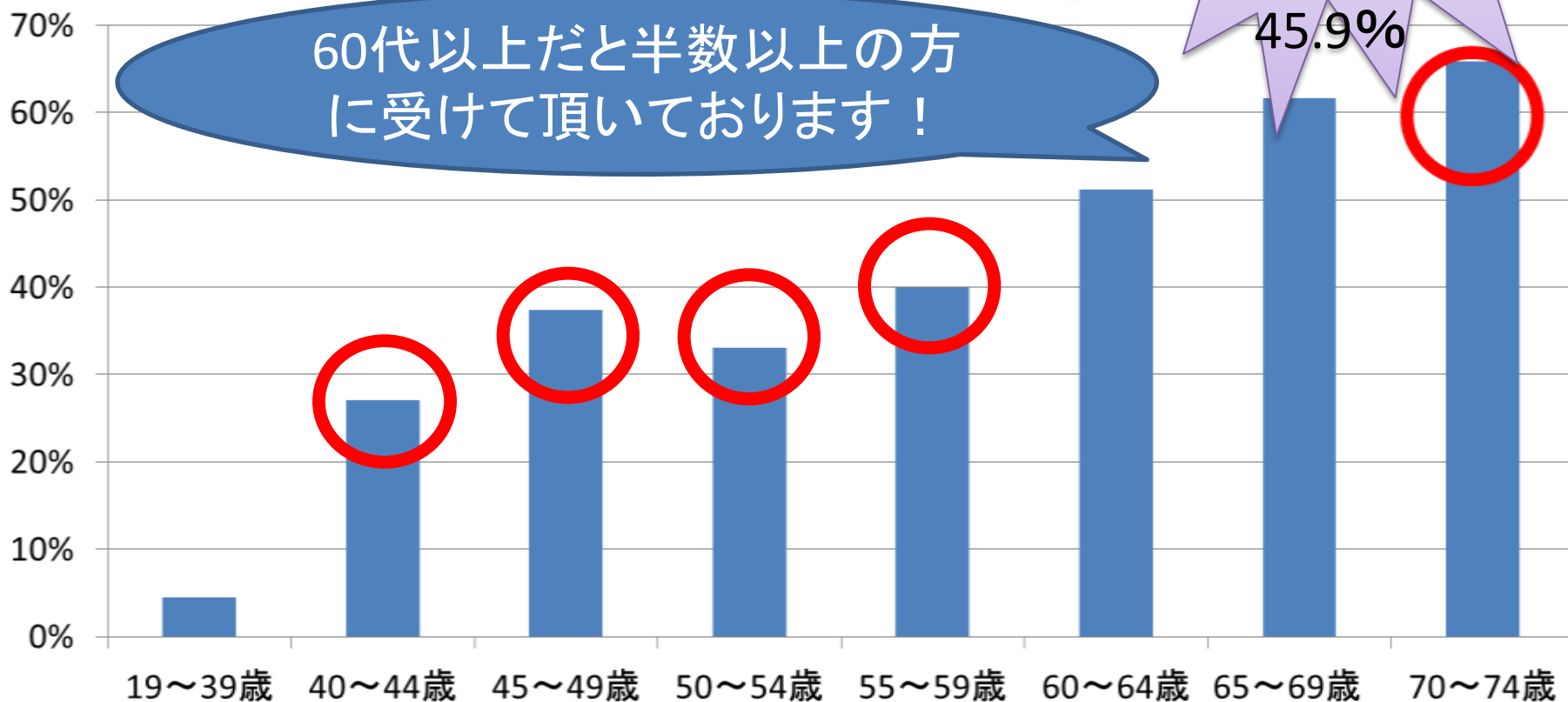
受診率

53.8%

宮城県平均

45.9%

60代以上だと半数以上の方に受けて頂いております！

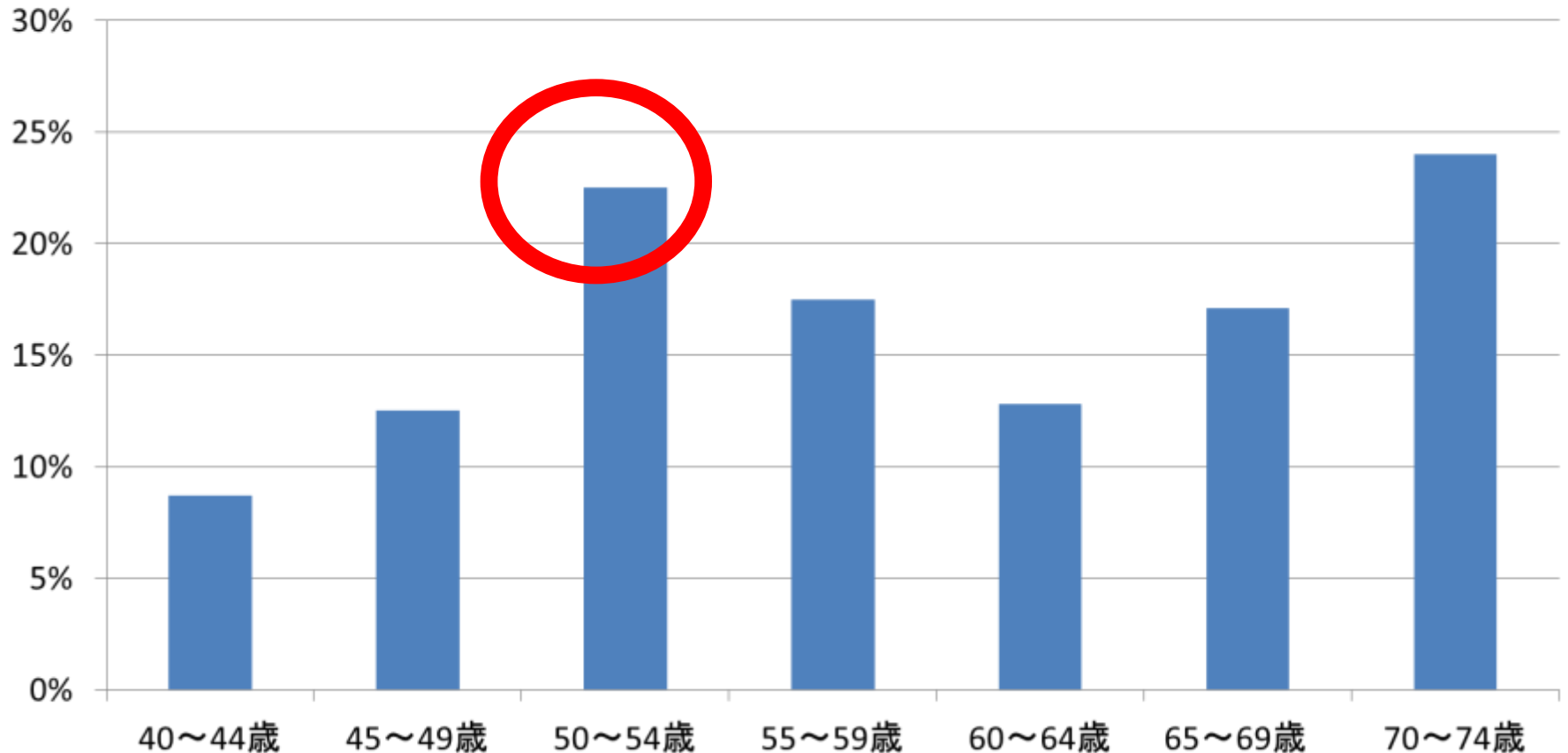


- 平成26年度特定健診・特定保健指導実施結果より

女川町の健康の状況って…

①特定健診の結果メタボ該当者割合

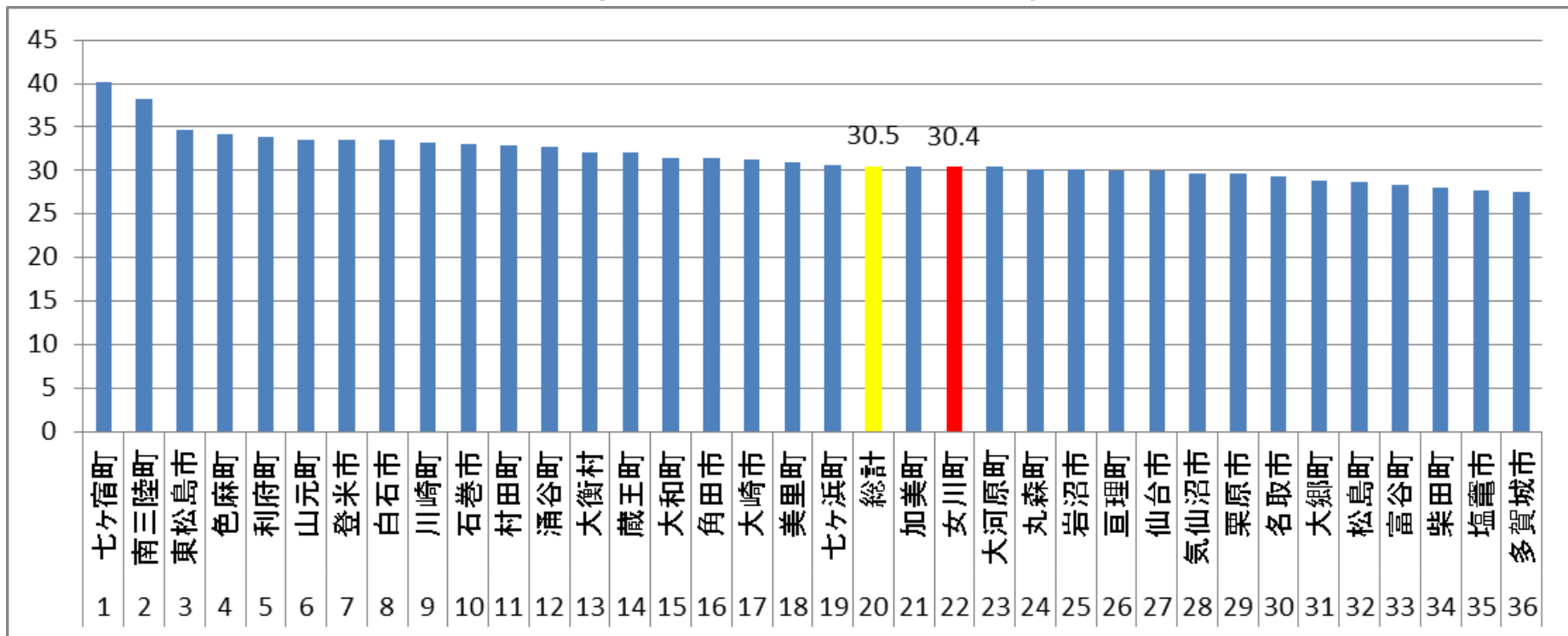
(総計)年代別メタボ該当者割合



- 平成26年度特定健診・特定保健指導実施結果より

市町村別メタボ該当者・予備軍割合

(平成27年度法定報告)



平成24年度特定健診結果

メタボ・メタボ予備軍該当者割合：宮城県内男性第3位 女性第22位

平成27年度特定健診結果

メタボ・メタボ予備軍該当者割合：宮城県内 男女併せて第22位

※保健指導実施率 75.4%(宮城県内第1位)



ちなみに・・・大人のメタボ (平成20年度と27年度の比較)

		H20年度	H27年度
メタボ 該当者	男	28.8%	33.0%
	女	13.0%	9.8%
メタボ 予備軍	男	17.8%	15.8%
	女	9.2%	5.5%

女川町の健康の状況って…

①小児生活習慣病予防健診の結果編

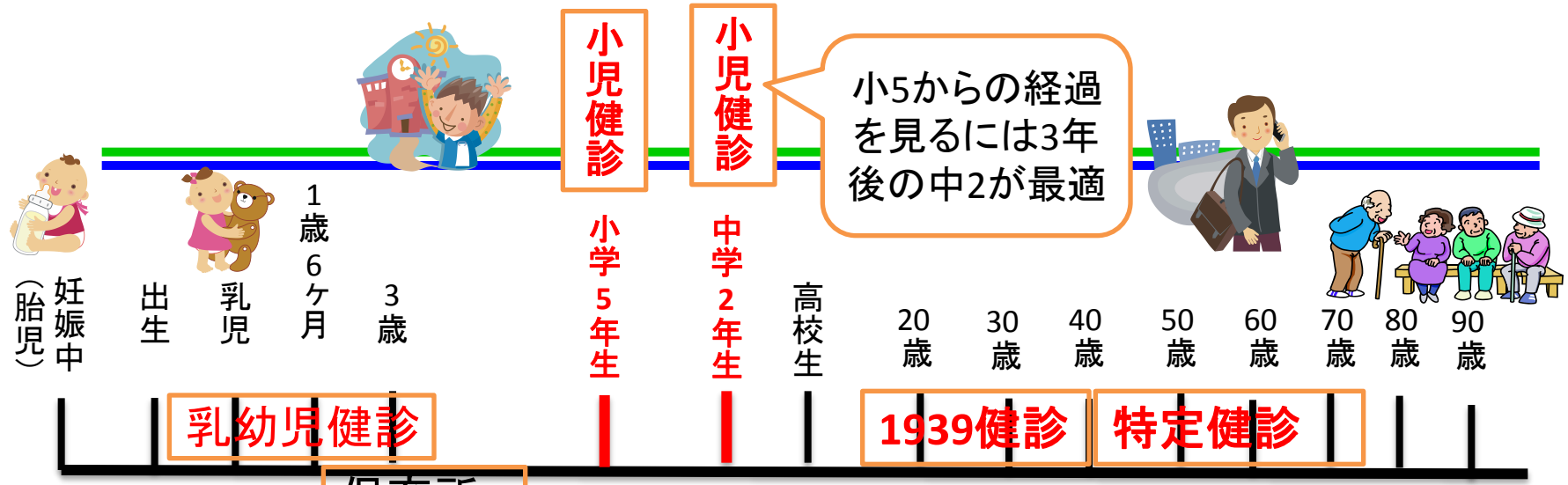
- 対象は？

女川小学校・中学校に在籍し、保護者の申し込みがあった小学校5年生、中学校2年生に特定健診と同じような健診を行っています（平成7年より行ってきました）。

平成28年度の受診率は

小学校5年生 87.1%

中学校2年生 83.3%



町の所管

町健康福祉課
 保育所
 教育委員会、小・中学校

妊娠期～5歳児まで大切なことは？

小5と中2の間の3年間で何ができるのか？

- ・保険者としての務め
- ・重症化予防対策
- ・社会保険加入者の保健指導
- ・国保、社保の未受診者対策

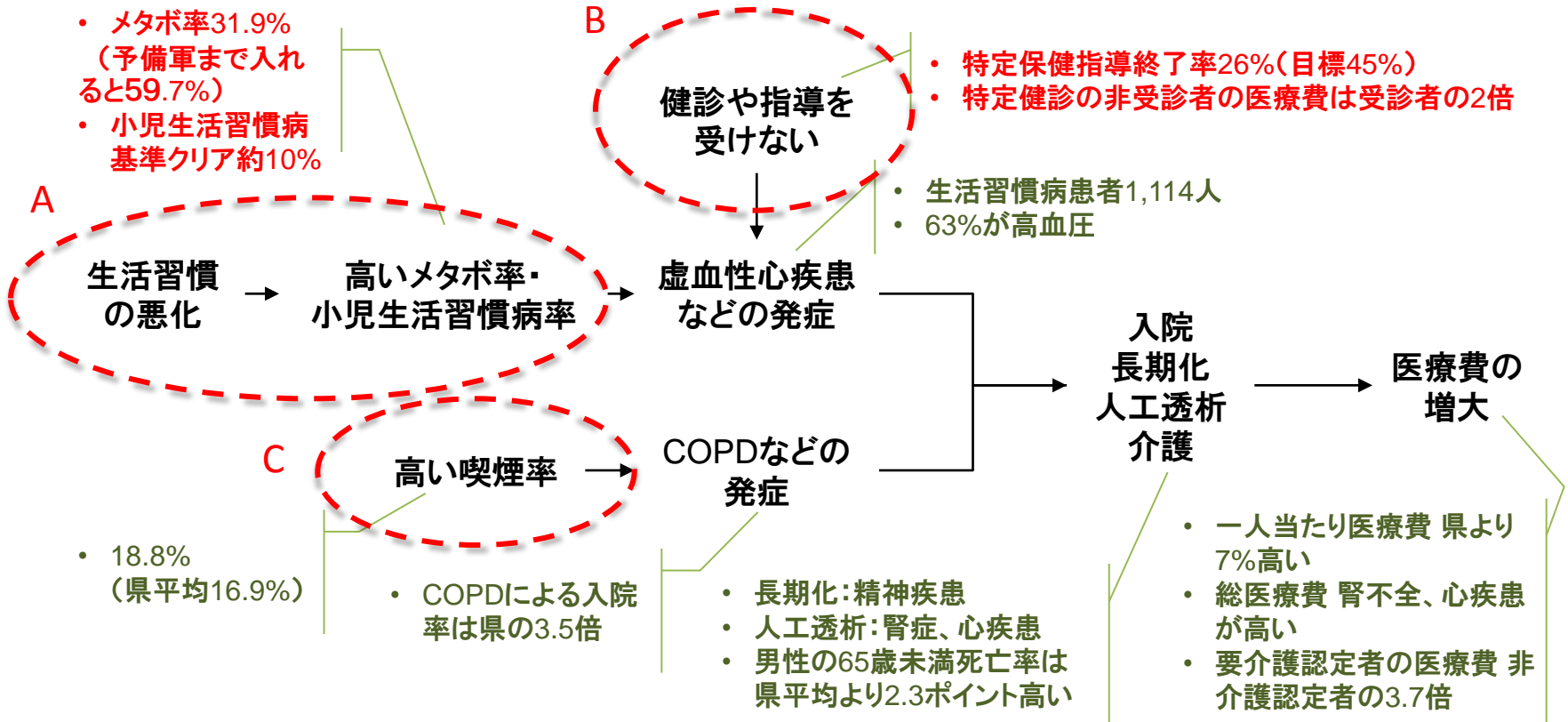
地域保健活動として
 胎児期～乳幼児・学童期・青年期・成人期まで全体を通して見ていく必要がある





生活習慣の悪化が医療費の増大を招く

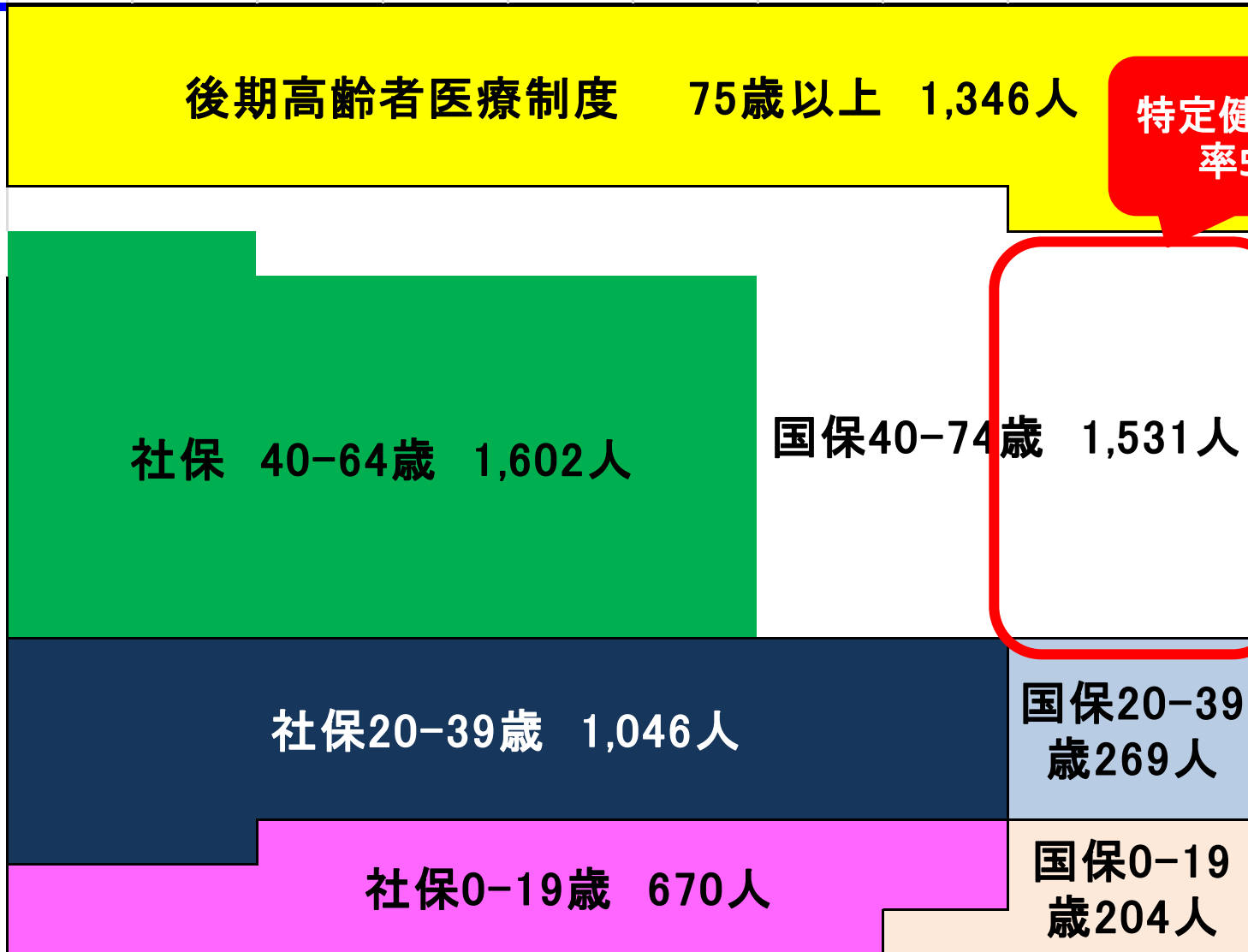
生活習慣の悪化、高い喫煙率によって心疾患、肺疾患が発症し、保健指導の未終了によって治療開始が遅れ入院・長期化・透析・介護となり、その結果医療費が増加する



平成26年度NPO法人アスヘノキボウ作成資料
地方創生:ビックデータを活用した「地域経済分析システム」

女川町の人口の年齢別国保・社保分類

H29.9.30現在



特定健診受診率50%



人口6,668人

左記マス1ヶ約31.7人

目を背けられない重要な課題

必要なことは、
病気になる前の段階の改善。



病気の予防が重要！

目を背けられない重要な課題

こどもたちの健康課題の原因は
生活環境・習慣を生み出している
現役世代の現状（健康状態・意識）



こどもたち+現役・親世代への
アプローチが重要！

女川町健康プロジェクト発足（2016年夏）

毎日新聞

女川町

住民みんなで健康に 今秋から公民連携プロジェクト
／宮城

毎日新聞 2016年6月29日 地方版



協定書を取り交わした（左から）須田善明・女川町長、ロート製薬の吉野俊昭社長、アスヘノキボウの小松洋介代表＝女川町女川町のフューチャーセンターで

住民の健康を向上させようと、女川町は今秋から、大手製薬会社やNPOと連携したプロジェクトを始める。地元の海産物を使った料理教室や豊かな自然を生かしたイベントなどを企画し、町民の体質改善を図りながら地域経済の活性化も目指す。

同町によると、県内のメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）該当者の割合は全国ワースト2位。同町は県内の他の自治体比べて割合が高く、特に50代の男性に目立つという。今も仮設住宅で暮らす被災者が多く、子供や高齢者の運動不足を心配する声もある。東日本大震災からの復興を健康づくりを通じて後押ししようと、「公民」が連携してプロジェクトを進めることを決めた。

参加するのは、同町のNPO法人「アスヘノキボウ」と復興支援を続けるロート製薬（大阪市）。28日に同町であった調印式で、同法人の小松洋介代表は「料理教室などを通じ地元食材を食べてもらい、地域の経済も動かしたい」、ロート製薬の吉野俊昭社長は「子供がバス通学で歩く機会がないと聞いた。若い人も年寄りも一緒に健康の維持を考えられたら」と話した。「メタボ」を自認する須田善明町長は「私がやせれば外から注目される。俺みたいな人を動かすプロジェクトにしたい」と力を込めた。【百武信幸】

2016年6月28日、

『健康な町、女川町』の実現に向けた連携協定締結。

9月には議会からも『健康なまち宣言』が決議。

地域一体 女川 健康な町に

町・NPO・製薬会社が協定 イベントめじろ押し

活動や従業員の健康に配慮する「健康経営」の勉強会などを想定。関係者は「中長期的にさまざまな世代や分野と連携し、『健康な町女川』を実現したい」と意気込む。

小松代表は「公民連携の復興まちづくりが進む女川でも、地域が一体となって健康づくりを推進し、経済を動かしたい」と期す。

町の高齢化率は約37%以上。14年度は町内の40～70代の人を視察したアスヘノキボウの小松洋介代表（33）は、2005年にハリケーンで大きな被害を受けた。須田善明町長、小松代表



協定に調印した（左から）須田善明町長、小松代表

東日本大震災で被災した女川町で、地域ぐるみの健康プロジェクトが始動した。町のNPO法人「アスヘノキボウ」と町、ロート製薬が28日に協定を締結。海の幸を使ったメニュー開発や料理教室、健康を考える催しなどを今秋以降、順次実施する。3者は食に関する取り組みのほか、地域での軽登山を進める

「健康なまち宣言」の決議

町、NPO・製薬会社が協定イベントめじろ押し

小松代表は「公民連携の復興まちづくりが進む女川でも、地域が一体となって健康づくりを推進し、経済を動かしたい」と期す。

町の高齢化率は約37%以上。14年度は町内の40～70代の人を視察したアスヘノキボウの小松洋介代表（33）は、2005年にハリケーンで大きな被害を受けた。須田善明町長、小松代表

町民の健康状態が改善され、地域経済が活性化したという。

「健康なまち宣言」を宣言します。

○「健康なまち宣言」の決議

私たちの願いは、恵まれた自然と風土の中で、心身ともに健康で、一人ひとりがいきいきと輝いて幸福に暮らすことです。私たちは「心身ともに健康な生活を支え合うおながわ」を基本とし、誰もが生涯、健康で明るく生活できるまちづくりを目指して、お互いに助け、支え合いながら「健康なまち」を宣言します。

女川町健康プロジェクトの主な役割



データや先行事例を活用しながら、総合的なビジョンの構築や地域内外のプレイヤーと接続等、また、各アクションのプロジェクトマネジメントを担う。

トータルヘルスケア企業として、ヘルスケア等の領域における最先端のノウハウ・テクノロジーを用いることを含め、課題解決を推進する手法や事業連携等の提案及びアクションの実行を担う。

女川町健康増進計画等に基づく町民の健康づくりを推進するとともに、女川町健康プロジェクトのアクションを実行し、健康な町づくりに関する取組みについて包括的に推進することを担う。



【中期的に目指すもの】

- ・健康のつどい以外にも、健康につながるアクションが地域主体者と生み出す
- ・本格的に健康経営を推進し、従業員の健康管理・改善に取り組む事業者が誕生
- ・個人の健康意識も変わり、健康診断など健康管理にきちんと取り組む人が増加

2017年度の取り組み

地域版健康100日プロジェクト対抗戦

○気づき & 学び & 実践の場



期間中に自らが健康になるための取り組みを行い、健康になる過程で「健康」について学んでいく。

⇒盛り上げるために対抗戦形式で実施

個人ではなく、チームで取り組める！

日々の取り組みで、健康実感と数値の改善！

組織内の活性化を実感！



健康100日プロジェクト対抗戦！

「健康な町、女川町」に向けて、健康を体感し、考えるきっかけ。

期間中に自らが健康になるための取り組みを行い、
健康になる過程で「健康」について学んでいく実践的対抗戦！

期間：2017年6月5日～2017年9月12日 11チーム参加

女川向学館
チーム

生涯学習課
チーム

上5区
チーム

ほのぼのお散歩
チーム

我が社協
with Bチーム

大原南区
チーム

女川町議会
チーム

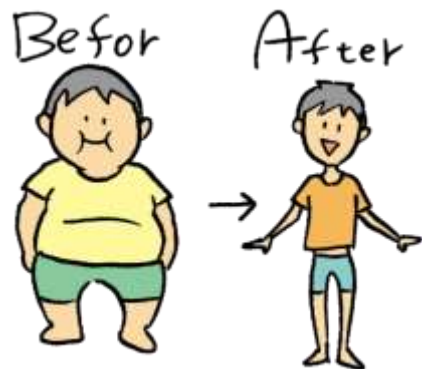
女川南区
チーム

マザーズリング
チーム

商工会青年部
チーム

オーテック
チーム

健康100日プロジェクト対抗戦！ 個別編



100日間での体重&体脂肪の変化
BMI範囲外の方の97%が数値改善
うち、20%は適正範囲内に

周囲への波及効果が発生

職場でのラジオ体操が定例化
参加者以外も運動の輪の中に



共通言語が出来、会話が增加
毎日の取り組みの様子や
自分自身の変化が話題に

2017年度の取り組み

スマート10事業

○気づきの場

自らのカラダチェックを行い、自分自身の身体の状態を知り、日常生活や習慣変容を考える気づきの場。

9月3日、4日実施

後期実施

身体チェック（身長計、X-me）

血液検査（HbA1c、総CoL、HDL・HDL、中性脂肪）

健康相談



忙しいけど、健康が気になるあなたへ

20～59歳の町民限定
10分無料カラダチェック開催！

かんたん！ 予約なし、もちろん無料で受けられます
はやい！ 10分で結果がわかります
あんしん！ 保健師・管理栄養士が結果を分かりやすく説明します

平成29年 9/3日(日)・9/4日(月)
午前10:00～午後8:00
場所：まちなか交流館ホール

検査内容・検査項目

- 血液検査 (HbA1c、総コレステロール、HDLコレステロール、LDLコレステロール、中性脂肪)
- 体組成測定 (体脂肪率、体脂肪量)
- 身長測定

※身長の方は以下の検査も実施できます

- 血圧
- 血管年齢 (血管年齢は年齢より若くても高齢でもかまいません)

※予約制です。お申し込みが必要です。

まちなか交流館ホール

2017年度の取り組み

第34回 健康をつくる町民のつどい

○気づき&学び&実践の場

中長期的に実施しているイベントを、楽しく健康について考える機会へと転換し、健康意識を高めるきっかけに。



2017年度の取り組み

食育プログラム・公教育

○気づき&学び&実践の場

「食べ物」や「美容」、「ダイエット」や「運動」などちょっと気になる日常な悩みを楽しく学び、明日の自分につなげるためのセミナーを開催予定。



2017年度の取り組み

健康経営プログラム

○気づき&学び&実践の場

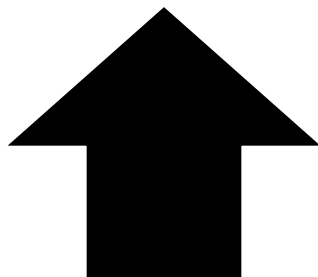
女川町内を職場から元気にしていくために、スマート10や健康100日プロジェクトなど、お仕事中の時間の中から始められる小さな取り組みをご提案しています。



健康プロジェクトの目指すところ

<健康プロジェクトのビジョン>

地域に生きる一人一人が主人公として活動し、
地域全体が活気に溢れ、
進化し続けられる社会の実現を目指す。



<健康プロジェクトの役割>

「健康」を土台に、活動的で幸せな住民を増やす。

⇒ 「予防医療」のアクションを推進

⇒ 「気づき・学び・実践」の場を生み出す

健康プロジェクトをさらに未来へ



健康への取り組みを通じて、女川町の明日へ。
町民の方々同士の、人と人とのつながりを。
そして、健康にとらわれない、多様な未来へ。

これからも様々な「架け橋」として。

健康プロジェクトをさらに未来へ

