

# 1 南檜山地域・職域連携推進連絡会について

## 設置目的

住民の健康づくりを推進するため、地域保健と職域保健が連携を図り、健康情報の共有や保健事業の共同実施、社会資源の相互活用、生涯を通じた継続的な保健サービスの提供体制の整備を図ることを目的に平成18年に設置。

## 南檜山圏域における重点的な取組について

「10年後、20年後を見据えた健康づくり」

～若い世代（小中学生～親世代）、働く世代（～40代）へのアプローチ～



小中学生～親世代  
へのアプローチ

働く世代（～40代）  
へのアプローチ

糖尿病対策の強化

# 目的・課題・目標（令和3～5年度）

## 目的

各町、医療機関、関係団体、保健所等の相互の連携体制強化（情報共有、検討、実施）により、若い世代（小・中学生～親世代）及び働く世代（～40代）に対する生活習慣改善（特に減塩）の重要性について普及啓発を進め、生活習慣病（糖尿病、高血圧）の発症予防・重症化予防を図る。

## 課題

### 【課題1】～健康課題～

- 糖尿病リスク因子であるHbA1cの健診有所見者率が全道より高い。
- 収縮期血圧の健診有所見者率が全道より高い。
- 腹囲、BMIの健診有所見者率が全道より高い。小・中学生においても肥満傾向がみられる。

### 【課題2】～連携体制～

- 若い世代（小・中学生～親世代）及び働く世代（～40代）の生活習慣病予防を図るため、各関係機関（町、医療機関、教育、職域、保健所）の連携強化（情報共有、検討、実施）が必要。
- 糖尿病（重症化）リスクがある者に対する支援において、更なる連携強化（南檜山糖尿病重症化予防プロジェクトの再周知、活用促進、指導のブラッシュアップ）が必要。

## 目標

### 【目標1】

- 職域団体、各町、医療機関、関係団体、保健所が連携を強化（情報共有、課題の明確化、取組の検討、実施）し、働く世代（～40代）に対する生活習慣病対策（糖尿病、高血圧（減塩））に向けた取組の推進を図る。

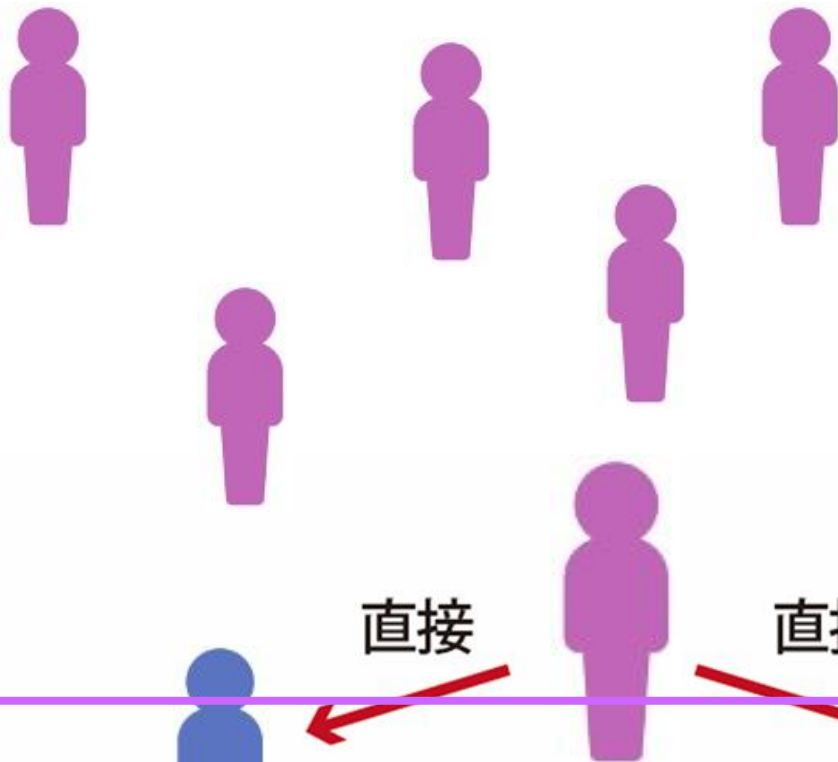
### 【目標2】

- 教育局、教育委員会、学校（養護教諭、栄養教諭）、各町、保健所が連携を強化（情報共有、課題の明確化、検討、実施）し、生活習慣改善（減塩）に向けた取組を一体的に推進することで、小・中学生～親世代に対する減塩の意識付け・行動変容へアプローチする。

### 【目標3】

- 糖尿病（重症化）リスク者を適切なタイミングで拾い上げ、必要な支援を実施することができる。
- 治療効果を高めるため、減塩指導を強化（対象者の食塩摂取状況の確認、指導媒体の作成等）する。

各団体の健康管理担当者



南檜山地域・職域  
連携推進連絡会



直接

直接

健康管理担当者

各部署のリーダー

間接

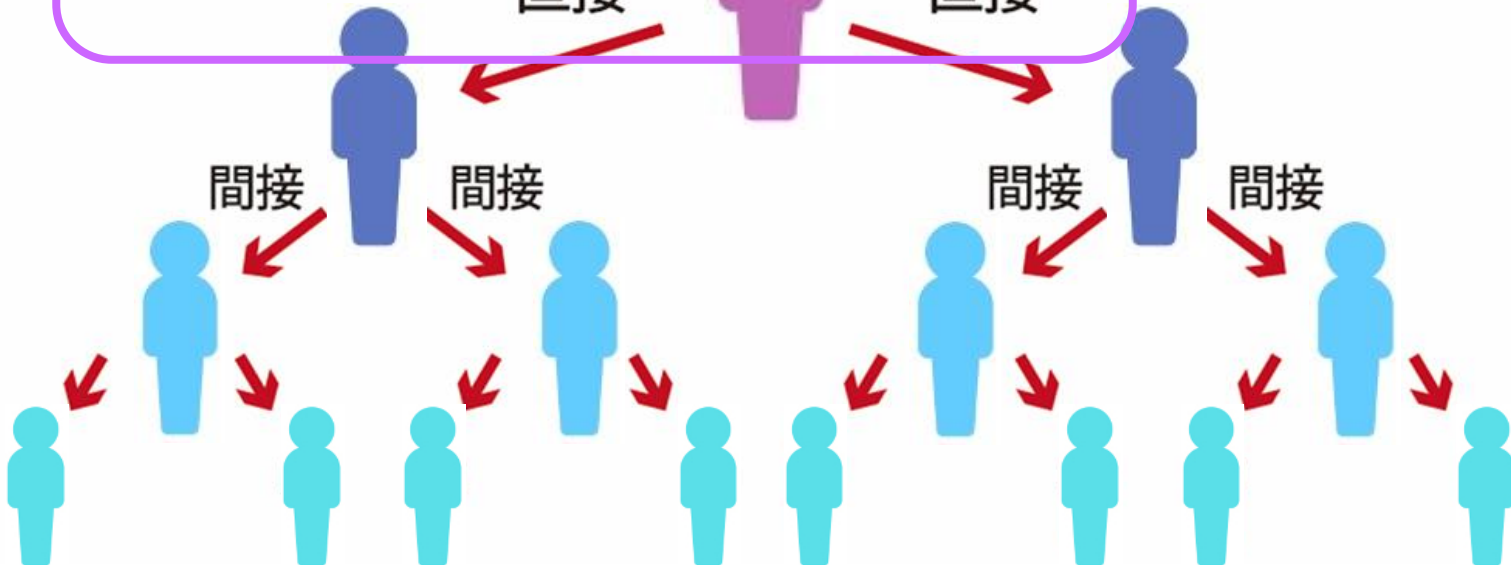
間接

間接

間接

働く人たち

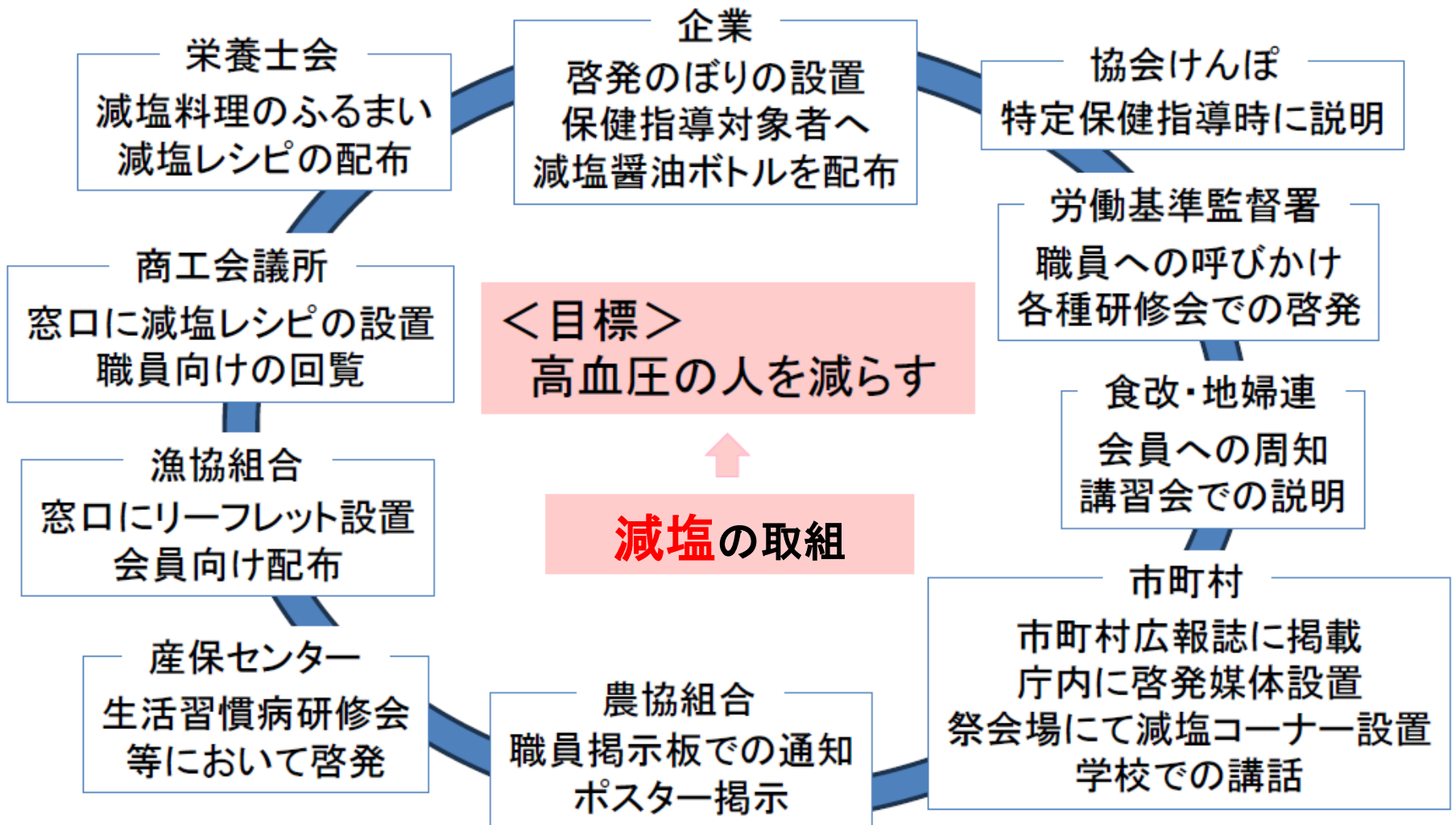
その家族



# 地域・職域連携構成団体の取組

例

- 目標に対して各構成団体が自らの取組を計画・実施
- 協議会において情報共有



## ■□■職場で取り組む健康づくりのヒント■□■

あなたの職場・従業員が、できることからはじめてみましょう！  
職場全体で取り組めるような体制づくりが大切です。

### 【食事・栄養】

- 社員食堂における栄養素やカロリー情報の表示。
- コンビニ等で弁当や惣菜を購入する際の選択ポイントの周知。
- 事業所内の自動販売機の商品を、無糖・特定保健用食品へ変更。

### 【身体活動・運動】

- 朝礼や休憩時にラジオ体操や、ストレッチの実施。
- スポーツ大会の実施や参加。
- ウォーキングラリーを企画し、完走者に表彰及び記念品贈呈。

### 【禁煙・受動喫煙対策】

- 事業所内での禁煙や、喫煙場所や喫煙時間の設定。
- 禁煙チャレンジ週間等の事業所内イベントの実施。
- 来客者等の非喫煙者へ配慮した喫煙場所の設定。
- 禁煙宣言書や継続宣言書の提出による社員の禁煙支援。

### 【メンタルヘルス対策】

- 従業員間の挨拶、声かけ等によるコミュニケーション促進。
- 業務調整等による長時間労働要因の是正。
- メンタルヘルスに関する相談窓口（外部機関含め）の周知。
- 職員に対するメンタルヘルス教育。

身体活動・運動

**株式会社ディーボ**（札幌市北区北7条西4丁目17-1 KDX札幌北ロビル8F）  
 【業種】SEO(検索エンジン最適化)サービス業 【従業員数】22名  
 【電話】011-708-0200 【URL】http://devo.jp



リレーマラソンへの参加

【取組きっかけ】

IT業界は、長時間のデスクワークにより、運動不足になり、仕事のパフォーマンス低下が生じやすい状況でした。これを解消するために、日常からだを動かす機会を「誰でも気軽に」、「少しの努力で」増やす、モチベーションの向上の喚起を行いました。

【取組内容】

「健康増進手当制度」を新設し、月間1日あたりの平均歩数をスマートフォンで計測し、歩数により手当を支給しています。他、地域で開催されるリレーマラソンやチャリティ・ラン&ウォークへ参加（希望者のみ）しています。

【取組成果・感想】

平均して約6~7割の従業員が1日8,000歩を達成。休日も含めた取り組みとすることで、意識的にかからだを動かす機会を生活に取り入れるようになりました。

メンタルヘルス対策

**日本ハムマーケティング株式会社**（札幌市手稲区富丘2条2丁目10番1号）  
 【業種】食品卸売業 【従業員数】81名 ※前「日本ハム北海道販売株式会社」2019年4月1日付で変更。  
 【電話】011-686-4168 【URL】http://www.nh-hanbai.co.jp/company/hokkaido/index.html



ストレッチ体操の実践

【取組きっかけ】

健康経営の理念のもと、従業員が働きやすい環境を構築することを目的に、健康づくりの取組を行っています。なかでも、メンタルヘルスは平成27年に労働安全衛生法が改正され、社員の長時間労働問題の改善が求められるなか、当社としてもメンタルヘルス対策が重要課題と考え、取組を始めました。

【取組内容】

スポーツ大会等による、従業員間のコミュニケーション促進や、ストレッチ体操&ストレス耐性の講義等の予防的な取組だけでなく、メンタル不調者がいた際の対応に係るDVD勉強会の実施や、対応・復職マニュアルの整備をしています。また、安全衛生委員会や責任者対象の会議で全従業員の時間外勤務状況を確認しています。

【取組成果・感想】

行事実施は、従業員間のコミュニケーション促進に繋がっており、勉強会等を通して、メンタルヘルス対策に関する知識を得ることが出来ています。時間外勤務は2017年度前期より16%削減されています。今後も継続した知識取得機会の確保が必要だと考えています。

禁煙・受動喫煙防止対策

**北ガスフレアスト株式会社フレアスト西**（札幌市西区二十四軒2条7丁目2-21）  
 【業種】サービス業（ガス機器販売・修理・メンテナンス等） 【従業員数】87名  
 【電話】011-618-2010 【URL】www.kitagas-fureasuto.jp/west/store/



喫煙者の禁煙タイムお知らせ札

【取組きっかけ】

社員の健康診断結果から、肥満・脂質異常者の割合や、喫煙者の割合が高く、産業医からの指導もあったため、会社全体での生活習慣改善へ向けた取組を実施することとなりました。

【取組内容】

喫煙時間を減らすために、午前・午後の各2時間ずつ、「禁煙タイム」を設けました。禁煙外来受診制度を設けて、受診を希望する社員に対して就業時間内の受診を許可しています。また、ストレスや運動不足解消の機会となるよう、スポーツジム利用料金を会社側が半額負担することで、利用促進を図っています。

【取組成果・感想】

3年前に取組を開始した当初は、喫煙率低下等のそれなりの改善がありましたが、近年は横ばい傾向です。ただ、「禁煙タイム」導入にあたり、社員からの不満や反対は一切なく踏み切れたのはよかったです。

歯・口の健康

**日本軽金属株式会社苫小牧製造所**（苫小牧市晴海町43番地3）  
 【業種】非鉄金属業（アルミニウム製品の製造） 【従業員数】438名  
 【電話】0144-55-7151 【URL】http://www.nikkeikin.co.jp/



歯科セミナーの様子

【取組きっかけ】

生活習慣病の悪化に繋がる歯周病を防ぐために、口腔衛生に着目した歯科健診（歯周病検診）や、出前講座を実施することで、定期的な歯科受診へ繋げる取組を、日本軽金属健康保険組合で実施しています。

【取組内容】

（一財）サンスター財団による出前講座（歯科セミナー）を実施しました。苫小牧製造所では、2日間に分けて107名が参加し、歯の仕組みや歯周病について学び、正しいブラッシング方法の教育も受けました。また、歯周病検診も実施しています。

【取組成果・感想】

出前講座の実施により、歯の大切さや歯周病と生活習慣病の関係について、従業員の理解が深まり、歯周病予防の意識を高めることができました。また、歯周病検診実施により従業員が自身の歯や口腔状態を認識する機会となりました。

1 健診を受けていない層へのアプローチ

2 圏域特有の健康課題対策

（高血圧、糖尿病）

3 地域側と職域側の課題共有

# 地域・職域連携推進事業の推進要因

推進要因のまとめ	取組が進んだ要因	
都道府県による事業展開を可能にする場・条件・事業の設定	健康増進計画への位置づけ	
	保健医療計画に重点事項として位置づけ	
	県が取り組みの枠組みを構築	
	県全体の取組との連動	
	協会けんぽとの覚書	
データ分析、調査等による実態把握と情報活用	地区別のデータ分析	
	データ解析と課題の明確化	
	ワーキンググループでの検討	
	分かりやすい情報提供	
産業保健の実態把握	事業場の実態把握	
	中小事業場の実態調査	
	早い段階からの地域・職域連携事業による実態把握	
	管内事業場の実態を把握	
協力機関・キーパーソンの活用	協議会の構成員の協力	
	キーパーソンの存在	
市町村との協働	市町村と協働した事業展開	
	活用できる市独自の職域の健康づくりネットワーク	
成果が見える工夫と横展開	取組の広報活動	
	具体的評価ができる活動の実施	
	構成員がメリットを認識できるよう工夫	
	好事例の横展開と継続意識の醸成	
事務局の体制整備	事務局担当者による関係機関訪問	
	会議開催前の準備と仕掛け	
	庁内調整と活動目標の設定	