

スマートみやぎ 健民通信



令和2年3月発行

宮城県保健福祉部健康推進課

住所：仙台市青葉区本町 3-8-1

電話：022-211-2624

E-mail：kensui-k2@pref.miyagi.lg.jp

2020年(第9号)

スマートみやぎ健民会議

検索

©宮城県・旭プロダクション

受賞キーワードは
「地域とともに」

第4回優良団体表彰 受賞団体が決定

連携が取組を豊かに

県では、健康づくりに関する取組を積極的に進める県内の企業・市町村・地域団体を表彰する宮城県健康づくり優良団体等表彰制度を平成28年度に創設し、

平成30年度までに13団体が受賞されています。令和元年度には、新たに教育・保育部門を新設しました。今年度の大賞には、教育・保育部門か

ら仙台大学(柴田町)が選ばれました。同大は、地域と連携した健康づくり運動サポートセンターを養成認定を受けたサポーターが、地域や企業で質の高い運動教室の実施や被災地での健康支援活動を行うなど、地域密着型の健康づくり支援システム」の取組を続けています。また、企業部門には、ラサ工業(三本木工場(大崎市)、市町村部門には山元町が、それぞれ選ばれました。



桔梗山元町保健福祉課長 小林ラサ工業(株)三本木工場総務課長
伊藤保健福祉部長 遠藤仙台大学学長 辻教授(健民会議顧問)

また同日開催された企業向けセミナーでは、NPO法人健康経営研究会副理事長の平野治氏が「対話からはじめ健康経営〜人資本を創る経営戦略〜」と題して講演。平野氏は健康経営について「従業員の健康維持を『スト管理』ではなく、人的資源を創造する『投資』と捉えることが必要だ」と呼び掛けました。

顧問の講評から

全国的に地域づくりと街づくりとの連携、あるいは地域づくりと特に地域の商店街との連携に、健康づくりをテーマとした取組は、段々と進んできています。

今回表彰された皆様は、まさに企業団体だけでなく、地域と連携した素晴らしい事例であると思います。受賞をきっかけに、更に取組を進展していただくほか、ぜひ横展開を意識して、工夫された点などを発信していただきたいと思えます。



顧問(東北大学大学院教授)辻一郎氏

受賞者の皆様から

仙台大学



このような素晴らしい荣誉にあずかり、心より御礼申し上げます。国の社会保障関係の経費というのは120兆円、その中で医療費は40兆円、介護費は10兆円を占めています。3年間続けて運動をやることで、一人当たりの医療費は9万円削減されるという筑波大学の体操・運動部門のデータがあります。運動をやることで目標としている我が大学の大きな使命であると考えております。大学で養成している運動サポートを企業でも活用していただき、皆さんにもお力を貸していただければと思います。



遠藤学長

ラサ工業(株) 三本木工場



非常に大きな意義のある賞をいただきましてありがとうございます。私たちが健康づくりを始めたのは、健診の再検率が7割を超えており、更に平均年齢がどんどん上がり50歳代が非常に多いという状況で、いかに健康で職場で働いていただくか、当時の産業医の先生の御助言もあって、年3回の体力測定と、就業時間中に週2回30分の運動を始めました。健診の再検率が下がるなどの実績はこれからで恐縮ですが、受賞をきっかけに、さらに運動を含め健康づくりを展開していきたいと思えます。



小林総務課長

山元町



思いがけない受賞に大変感謝しております。ありがとうございます。山元町のウォーキング推進事業は、歩けば歩くほど、その歩数がポイントとなって積み重なる健康ポイント事業と合わせて実施しております。このポイントが貯まると、町内の直売所で使える「お野菜たっぷり券」と引き換えています。また、現役世代の皆様が地元企業を退職された際に、健康で国保に來ていただけのように、地元企業と高血圧対策・減塩対策にも取り組んでおります。今後も地域と連携していきたいと思えます。



桔梗保健福祉課長

令和元年度管理者等セミナー ―基調講演報告―



TKPガーデンシティ仙台で開催された令和元年度スマートみやぎ健民会議管理者等セミナーには、会員の皆様を中心に約120名の方にお集まりいただき、NPO法人健康経営研究会副理事長の平野治氏から基調講演をいただきました。

アンケートの結果、約9割の方から、「とても参考になった」「参考になった」と回答いただきました。

御講演の内容を抜粋し、皆様にもお届けします。

『対話からはじめる健康経営 ～人資本を創る経営戦略～』



NPO法人健康経営研究会
副理事長 平野 治 氏

■なかなか受け入れられなかった「健康経営」

NPO法人として平成18年に設立しました。つまり、健康経営というものを考え始めたのは、もう実は15年くらい前です。予防医学的な視点がほとんどだったので、そこに経営戦略という視点を持つてくると、「何をこの人は言っているんだろう」と言われ、セミナーが終わった後は、「こんなセミナー二度と聴きたくない」という反応でした。

■健康は「会社」が作る

このNPOは、産業医をしていた岡田と始めました。そもそも健康経営を始めた理由が、岡田が「医者だと健康が作れない」って一言、言ったんです。「どういう意味ですか？」と聞いたら、「会社の健康っていうのはだいたい社長あるいは会社の戦略が健康を作る」と。つまり、会社の理念に位置付けられないと健康は作れない。そこで健康経営という戦略を作ろうという話になりました。

■「対話」は「戦略」

今まであまり話していない「対話」ですが、健康経営にも欠かせません。対話がないと、まず自分の会社の事、自社のテーマ、健康経営なら健康経営のテーマというのが見つからない。そのため、対話により自社各社ごとに健康経営のテーマを見つけ出すということが一番大事なのです。

■活気をつくる3つのコツ

生産性が高い会社に共通しているのは「挨拶ができる会社」です。挨拶ができない会社というのはまずダメですね。次に「笑顔で会話ができる会社」という調査もしました。3番目が「対話をする会社」です。会社内で対話をする会社です。この三つは非常に特徴的です。

■健康は「管理」から「投資」へ

「私がこうしてきたから、次にはこうあるべきだ」という積み重ね型で考えるのが「フォアキャスト」。逆に「自分の会社の未来がどんなふうになりたいのか」ということを考えて今を考えるのが「バックキャスト」で、健康経営はこの「バックキャスト」。まず、健康管理から健康経営へという考え方をまずしていただきたいと思っています。ですから、健康管理を引きずるよりも、経営戦略上の一つの戦略が健康経営であるというふうに考えて取り組むとやりやすいと思います。

応援企業展示ブースも設置

同会場では、スマートみやぎ健民会議応援企業の展示ブースが設置され、健康経営を応援する様々な取組などを紹介していただきました。

【出展していただいた応援企業の皆様】

- ・イオン東北(株)
- ・大塚製薬(株)仙台支店
- ・住友生命保険(相)仙台支社
- ・全国健康保険協会宮城支部
- ・SOMPO ひまわり生命保険(株)
- ・第一生命保険(株)仙台総合支社
- ・日本生命保険(相)仙台支社
- ・(株)フィリップス・ジャパン
- ・(株)ベガルト仙台
- ・宮城県ウオーキング協会
- ・雪印メグミルク(株)東北統括支店
- ・宮城労働局



みやぎベジプラスメニュー商品化 一発表会報告一



令和2年3月2日、県庁において、野菜たっぷり、塩を控え目にした「みやぎベジプラスメニュー」の商品化発表会を開催。メニュー提案者である管理栄養士養成施設の学生さん3名、食生活改善推進員さん3名、商品化していただいた4企業の皆様にお集まりいただき、メニューのアイデアや商品化に当たっての工夫など御紹介いただきました。

村井知事は、県が9年連続メタボ全国ワースト3位以内であることに触れ、「県民の皆様のご健康寿命を延ばす意味でも、大変大切な取組であると考えております。」とコメントしました。

商品は各店舗で、3月に販売されます。



協力店県内 320 店舗で販売中！

詳しくはこちら

みやぎベジプラス 100

検索



- イオン東北(株) ■ 小松菜ともやしとしらすのナムル (涌谷町健康推進員協議会)
- イオン東北(株) ■ 大根とパプリカの甘酢漬け (東北生活文化大学)
- イオン東北(株) ■ かぼちゃとオクラのんにく炒め (白石市食生活改善推進員会)
- (株)ウジエデリカ ■ カラフルdeマリネ (宮城学院女子大学)
- (株) 藤 崎 ■ 切干大根とひじきの簡単サラダ (南三陸町食生活改善推進員連絡協議会)
- (株) 藤 崎 ■ 豚肉と野菜の甘酢炒め (大衡村食生活改善推進員会)
- (株) ローソン ■ ごぼう入り豚そぼろごはんと白身魚の野菜あんかけ弁当 (尚網学院大学)

このマークが目印です！



受動喫煙防止対策強化 2020年4月から本格実施

2019年7月から、病院や学校、行政機関で原則敷地内禁煙、2020年4月から、飲食店やオフィス・事業所などでも原則屋内禁煙となるほか、20歳未満の方の喫煙エリアへの立入禁止などを加えた改正健康増進法が全面施行されます。

施設内に喫煙室を設置することも可能ですが、標識掲示の義務、右記3点の技術的基準が設けられているほか、喫煙可能室設置の飲食店においては最寄りの保健所への届出が義務付けられています。

違反した場合には、罰則等が適用される場合もありますので、詳しくは厚生労働省ホームページ、または県ホームページを御確認ください。



多くの施設において
原則屋内禁煙に



屋内での喫煙には
喫煙室の設置が必要に

屋内での
喫煙は
喫煙室限定

20歳未満の方は
喫煙エリアへの立入禁止に



喫煙室には
標識掲示が義務付けに

標識掲示が
義務付け

【参考：技術的基準】

喫煙室を設置する場合は、受動喫煙を防止するために必要な次の3点の技術的基準を満たさなければなりません。

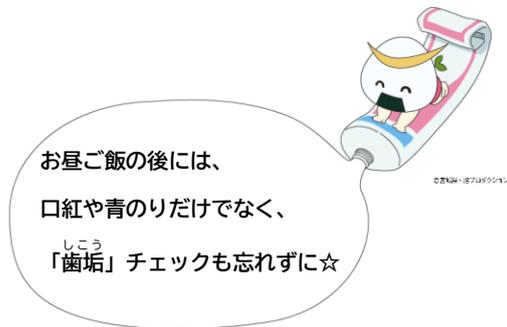
- ・出入口において室外から室内に流入する空気の気流が風速0.2m/秒以上であること。
- ・たばこの煙(蒸気含む)が室内から室外に流出しないように、壁、天井等によって区画されていること。
- ・たばこの煙が屋外に換気すること。

歯と口腔の実態調査 御協力ありがとうございました！

メタボが多い宮城県ですが、12歳児の歯肉異常が全国ワースト5位(H30年)、3歳児のむし歯有病者率や80歳で20本の歯保持者も全国よりも悪い状況です。

そこで、職場での歯科健診等の実施状況を把握するため、会員の皆様に実態調査のお願いをさせていただきました。御協力いただき、本当にありがとうございました。

調査結果は、改めて皆様にも還元させていただきたいと思っておりますので、職場でも「できることから」取り組んでいただけたら幸いです。



【編集後書】

私の周りでも、新型コロナウイルス感染症流行の影響で、送別会などの宴会が中止になっています。寂しいと思う反面、「酒の飲み過ぎ」を回避し、正月太りの体重が少し減ってきました。が！！逆に体脂肪率が増加…。そうです。運動不足です…。

イベントなどには行けなくても、地元の隠れた花々が咲き誇る自然を見つけたり、防災マップを見ながら避難所の位置を確認したり、自分の住む地域を“よく知る”季節にしたいと思います。(キ)

みやぎヘルスサテライトステーション 県内全域に拡大中！

県民の皆様が買い物などの日常生活の中で、健康づくりを实践できる「みやぎヘルスサテライトステーション」が、80施設に増えています(R2.3.1現在)。

ステーションでは、健康づくりに役立つ冊子やチラシの設置、健康チェックや健康相談が受けられるコーナーの整備、又はウォーキングレッスンなどの健康イベントが行われていますので、会員の皆様も御利用ください。

また、ステーションの登録も随時募集中です。取り組んでみたい企業団体の方は、まずはお気軽にお問合せください。



このステッカーが目印！

スマートみやぎ健民会議に関するお問合せは…

担当 宮城県健康推進課 健康推進第二班
TEL 022-211-2624
FAX 022-211-2697
e-mail kensui-k2@pref.miyagi.lg.jp



©宮城県・旭プロダクション