



資料2

市民の健康づくり計画  
第2期健康横浜21  
— 中間評価報告書（原案） —

平成30年3月

横浜市

## 第 2 期健康横浜 21 中間評価に関する市民意見募集の実施結果について

今年度は、横浜市の健康づくりの指針として策定した「第 2 期健康横浜 21」(平成 25～34 年度)の計画期間の中間地点となることから、目標の達成状況や取組の進捗状況等を取りまとめ、市民意見募集を実施しました。

このたび、市民意見募集の実施結果と計画後半(平成 30～34 年度)の取組の方向性の考え方をまとめましたので、その概要について報告します。

### 1 実施概要

#### (1) 意見募集期間

平成 29 年 10 月 10 日(火)～11 月 10 日(金)

#### (2) 周知方法

ア 中間評価冊子の配布(3,000 部)

区役所、市民情報センター、行政サービスコーナー、健康福祉局保健事業課

イ 関係団体(健康横浜 21 推進会議委員等)への説明

ウ その他

広報よこはま 10 月号、本市ホームページでの周知

#### (3) 意見提出方法

郵送、FAX、電子メール

### 2 実施結果

#### (1) 意見総数

ア 人数 75 人

イ 意見数 139 件

#### (2) 意見提出方法

提出方法	人数(意見数)
郵送等	59 人(108 件)
FAX・電子メール	16 人(31 件)

(3) 項目別意見数 (139 件)

項目		意見数	
1	中間評価全体	13 件	
2	分野別・ライフステージ別	運動	17 件
		食生活	15 件
		歯・口腔	12 件
		休養・こころ	24 件
		がん検診・特定健診	8 件
		喫煙	8 件
		育ち・学びの世代	3 件
		働き・子育て世代	7 件
		稔りの世代	9 件
			小計
3	その他	つながり	10 件
		その他	13 件
		小計	23 件

(4) 提出された意見への対応状況 (139 件)

項目	意見数
1 素案にご賛同いただいたもの	24 件
2 意見の趣旨が素案に含まれているもの	5 件
3 ご意見をふまえ、原案に反映するもの	27 件
4 取組の際の参考とするもの	75 件
5 その他	8 件

### 3 主な意見の内容と対応の考え方

(1) 中間評価全体に関する主な意見

	意見の内容	対応の考え方(案)
1	中間評価は良い結果と考える。また、市でこの様な計画を立てていることを初めて知った。もう少しPRしても良いのでは。	第2期健康横浜21について市民の皆様幅広く知っていただけるようよう取組を進めてまいります。
2	健康については、数字ですぐに現れるものではない様に思う。	健康についての行動変容が起きるまで長い時間がかかると考えています。指標項目だけでの評価ではなく、区や市の取組、中間評価検討部会等のご意見を踏まえて評価を行っていきます。

3	育ち学び、働き子育て世代に分けるのではなく、例えば学生、20代、30代など年代別に対象者を分けるのも取り組みやすいのでは。	世代で区切らず、企業・事業所にお勤めの方やそうでない方など、それぞれの方にあつた働きかけを進めていく必要性もあると考え、ご意見の趣旨を踏まえ、「重点取組方針 働き・子育て世代」に反映します。
---	---	---

(2) 分野別・ライフステージ別に関する主な意見

	意見の内容	対応の考え方(案)
1	「 <u>休養・こころ</u> 」を「 <u>睡眠</u> 」に絞って調査しているが、 <u>睡眠のみならず心の安定や、心の満足、不安の解消等に広げてはどうか。</u>	睡眠のみならず、心の健康づくりや地域とのつながりの視点も重要と考え、「重点取組方針」へ反映します。
2	「 <u>休養・こころ</u> 」については、すべての世代において遅れが見えるため、具体的に課題を上げ、取組強化が必要と考える。	全ての世代において共通した課題として、取組を強化する必要があると考え、「重点取組方針」へ反映します。
3	<u>よこはまウォーキングポイントの取組は、歩数計を持ち歩いて日々話題になっており、市民の間では普及が進んでいるように感じている。その他、健康体操の推進も必要だ。</u>	ウォーキングをはじめとした運動習慣の定着や、身近な地域で参加しやすい運動の取組等の推進について、「重点取組方針」へ反映します。
4	朝食抜きの根本原因は親の朝食抜きもあり得るのでは。若年層の朝食摂取を増すよう改善していく必要がある。	朝食欠食について、食育の観点からも、子どもとその親を含めて啓発を進めていくよう反映します。
5	育ち学びの世代のむし歯は減少しているが、口呼吸や異常な嚥下の癖などお口の機能の低下が問題となっているので、検討が必要ではないかと思う。	むし歯だけではなく、口腔機能の低下等、歯・口腔に関する新たな課題に対応した取組も必要と考え、検討を進めていくよう反映します。
6	受動喫煙防止には育ち・学びの世代から啓発が大切。歩きながら喫煙している者がまだ多く、今後の対策が必要。	育ち・学びの世代から受動喫煙防止啓発を進めていきます。歩きたばこについては、関係部署と連携をとり喫煙マナーについても啓発を進めてまいります。
7	健診を怠らないよう若い時から積み重ねていくことが大事。検診を増にしていくには、「危機感」を周知することが重要。発信方法を検討されてはいかがか。	若い世代からの生活習慣病の早期発見が重要と考え、「重点取組方針」へ反映します。

8	子ども世代は、両親が共働きの世帯が増える中、一人で過ごす時間が多い。ここでも、地域での見守りが大切だと思う。	地域のつながりづくりに向けた今後の取組の参考とさせていただきます。
9	<u>「それぞれの世代には連動性」があるので、「働き・子育て世代」の重要性を再確認した。また、若いうちからのロコモも大事だ。</u>	ご意見の趣旨を踏まえ、本計画を着実に進めてまいります。ロコモについては、若いうちからの啓発が重要と考え、「重点取組方針」へ反映します。
10	健康に気を付けている高齢者が多くなっている一方、認知症も増えており今後の課題。元気づくりステーションは良いと思う。	介護予防関連分野と連携し、目標の達成に向け計画を推進していきます。

(3) その他

	意見の内容	対応の考え方(案)
1	<u>地域でのつながりを生かした健康づくりが必要。健康への意識は大切だが、個々で取り組むのは難しいので、学校、職場、地域全体で取り組みを進めていかななくては、意識は高くないと思う。</u>	学校、職場、地域等で連携し、横断的な視点で取り組めるよう「重点取組方針」へ反映します。
2	市民に対しての健康づくりへの意識向上の働きかけや、講演会やイベント等多く行われていると思う。今後もきめ細やかな働きかけを続けてほしい。	今後もきめ細やかな働きかけを続け、本計画を着実に進めてまいります。

4 中間評価報告書(案)

別添資料 参照

5 今後のスケジュール(予定)

平成30年 1月 中間評価報告書(原案)確定  
2～3月 平成30年 市会第1回 定例会 中間評価報告書(原案)報告  
3月 健康横浜21推進会議 中間評価報告書(原案)報告  
中間評価報告書 確定・公表

## よこはま健康アクション ステージ2 取組内容

## 1 趣旨

「よこはま健康アクション ステージ1」に掲げた、よこはまウォーキングポイント等の10事業で得られた成果を活用し、4つの強化分野と重点取組を取りまとめました。これらを「+1(プラスワン)」のキャッチフレーズのもと、「よこはま健康アクション ステージ2」として推進していきます。

強化分野	重点取組内容【下線部:計画前半の取組から発展させた項目、新たに強化する項目を示す】
生活習慣病対策の強化	(1)ーア <b>特定健診受診率向上対策</b> : 国保特定健診は、多くの人が受けることができるよう <b>健診費用を無料化</b> 。地域で活動する市民とともにがん検診や特定健診などの啓発を実施。
	(1)ーイ <b>がん検診受診率向上対策</b> : がん検診の重要性をお知らせする個別勧奨や検診開始年齢の方に無料クーポン券を送付するなどし、受診を勧奨。
	(2) <b>健康経営の推進:働きやすい職場づくりの取組(ワークライフバランスの推進等)と連携し</b> 、「横浜健康経営認証制度」等を通じて、健康経営を実践する事業所を増やす。また、民間企業や関係機関とのネットワーク強化を図り、働き世代をはじめ市民の健康づくりを推進。
	(3) <b>糖尿病等の重症化予防</b> : 生活習慣病を悪化させない取組として、 <b>特定健診の結果等に基づく保健指導を行う</b> などし、糖尿病の重症化予防を実施。また、国保加入者については、人工透析の導入の開始時期を遅らせることなどを目的に、医療機関等と連携し、糖尿病性腎症の重症化予防を推進。
	(4) <b>啓発・健康教育</b> : 子どもの頃から健康な生活習慣を獲得できるよう、健康教育を推進。特に、 <b>休養・睡眠などの重要性を普及するなどし、こころの健康を保つための啓発を推進</b>
生涯を通じて自立した生活を送るための体づくり	(5) <b>健康格差を広げない取組</b> : 生活保護受給者等の健康支援について、 <b>年齢要件を撤廃し、対象者を拡大する</b> とともに、横浜市健康診査受診による生活習慣の改善を促すほか、生活習慣病を悪化させないよう保健指導を実施。
	(6) <b>よこはま健康スタイル(よこはまウォーキングポイント、スタンプラリー等)</b> : ウォーキングなどを楽しみながら継続して健康づくりに取り組むことができる仕組みを推進。よこはまウォーキングポイントについては、来年度からは <b>スマホアプリを導入</b> し、働き世代の健康づくりを強化。
	(7) <b>地域活動を通じた健康づくり</b> : 地域関係団体や民間企業等と連携し、こどもから高齢者まで全世代を対象とした地域活動に取り組む。こころの健康づくりや介護予防につながるよう、 <b>元気づくりステーションなどの活動を通じた社会参加の取組を拡充</b> 。
受動喫煙の防止	(8) <b>ロコモ対策/フレイル・オーラルフレイルの啓発</b> : 地域で活動する市民とともにロコモティブシンドロームの啓発を進め、フレイルに加えて、 <b>オーラルフレイルなどの新たな考え方を普及</b> 。また、若い世代から運動習慣の定着化を目指し、それを通して介護予防につながるよう推進。 ※フレイル: 加齢に伴い心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながりなど)が低下した状態をいい、「虚弱」を意味する。フレイルはロコモより広い概念として捉えることができる。 ※オーラルフレイル: 滑舌機能の低下や、食べこぼし、わずかのむせ、噛めない食品の増加など、歯や口腔機能が低下した状態。
	(9) <b>受動喫煙防止の取組</b> : 健康増進法の改正を踏まえ、 <b>屋外喫煙も含め、望まない受動喫煙のない環境づくり</b> を推進。また、子どもの周囲でたばこを吸うことのないよう、啓発を実施。
データ活用	(10) <b>データ活用の推進</b> : <b>大学等と連携を強化し</b> 、保健医療に関する様々なデータを分析し、健康課題の把握等の現状分析や施策の評価等に活用。

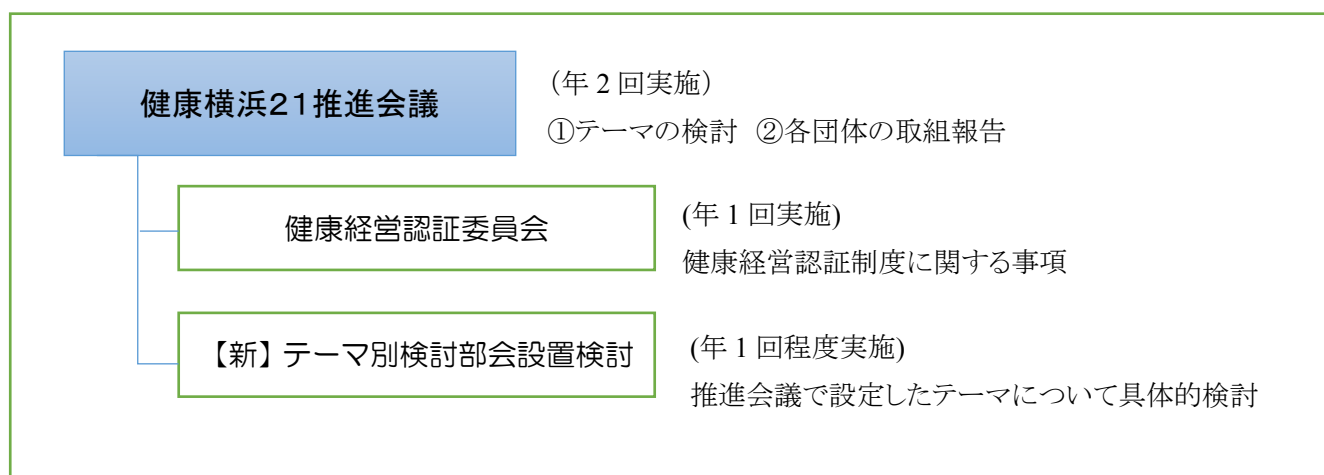
## 健康横浜21推進会議 今後の進め方(案)

## 1 趣旨

第2期健康横浜21を推進し健康寿命を延伸していくために、よこはま健康アクションステージ2として重点取組をまとめ、計画後半5年間取り組んでいきます。

計画を推進していくために、市民一人ひとりの健康づくりを支える関係機関・団体の皆様が相互に関わりながら、サポートしていくことが重要です。健康横浜21推進会議では、それぞれの関係機関・団体の取組の進捗状況を確認し、課題の共有や取組の方向性を検討する場としています。計画後半は、さらにテーマごとの検討を深めていけるよう、部会を設置します。

## 2 健康横浜21推進会議の持ち方



## 3 検討テーマ(案)

年度	2018	2019	2020	2021	2022
健康横浜21	後半期スタート		健康寿命 算出予定	最終評価	次期計画策 定
検討部会テーマ (推進会議で主 要テーマを決め 部会で検討)	○運動習慣定着化 ○健(検)診受診率 向上	○地域活動の推進 (ロコモ・フレイル・オ ーラルフレイル等)		○最終評価 について	○次期計画 について
本市の健康づくり 施策 主な動き	スマホアプリ導入 特定健診無料化				
社会背景、動向	健康増進法改正法 案(受動喫煙防止 対策)		法施行予定 オリンピック・パラリン ピック		



## 「横浜健康経営認証2018」認証事業所決定！

～認証数が倍増！市内事業所の健康経営が加速しています～

横浜市では、従業員の健康保持・増進の取組が、将来的に収益性等を高める投資であるとの考えのもと、健康増進等を経営的視点から考え、戦略的に実践する「健康経営」を市内の事業所の皆様に勧めています。この取組は、生産性向上、人手不足解消など多くの効果が期待できます。

昨年度創設した「横浜健康経営認証制度」について、今年度、10月13日まで募集を行った結果、昨年度を大きく上回る63事業所の方々から御応募をいただきました。（昨年度応募数34事業所、昨年度比1.85倍）

このたび応募総数63事業所から、認証事業所57事業所が決定しました。（昨年度認証事業所28事業所、昨年度比2.04倍）また、次の通り、認証式を行いますので取材をお願いします。

### 1 横浜健康経営認証2018事業所(57事業所) 五十音順

クラスAAA <8事業所>	旭硝子(株)技術本部商品開発研究所／(株)キクシマ／ 特別養護老人ホームしょうじゅの里三保／ パナソニック(株)コネクティッドソリューションズ社横浜事業場／ パナソニックモバイルコミュニケーションズ(株)／(株)PFU横浜本社／(株)ファンケル／ (株)富士通ワイエフシー
クラスAA <15事業所>	(株)アイネット・データサービス／(株)NSP／KOA(株)新横浜事業所／ (株)ジェイエスピー／(株)JVCケンウッド・エンジニアリング／大和リース(株)横浜支店／ (株)高島屋横浜店／(株)T&S／土志田建設(株)／日舗建設(株)／(株)ファーストステージ／ (株)ベストワン／(公財)横浜市体育協会／横浜商工会議所／ (福)横浜市リハビリテーション事業団
クラスA <34事業所>	(株)アイネット本社／あおい社会保険労務士法人／曙建設(株)／浅井建設(株)／明日の(株)／ (有)一建テック／NSMコイルセンター(株)横浜事業所／(株)岡村製作所／ (医)活人会／金港交通(株)／グランコーヨー(株)／(株)コモド／サン建設(株)／ 山陽印刷(株)／(株)春峰園／(株)新世／(株)ソフテックス／(株)ダイイチ／ (株)ダイエー港南台店／(株)大相建設／東京海上ミレア少額短期保険(株)／ (株)トライプランニング／日総びゅあ(株)／日本データスキル(株)／日之出産業(株)／ (株)プレジャー／(株)マインズクリエイト／(有)マルニ商店／ メディカルフードサービス(株)／(株)ヤマヤ土建／横浜環境保全(株)／(公財)横浜YMCA／ (福)横浜YMCA福社会／(株)ヨコレイ

### 2 認証式概要

日時：平成30年1月18日（木）午後2時00分～午後3時00分（受付 午後1時15分～）

会場：横浜市長公舎（住所：横浜市西区老松町2番地）

式次第（予定）：①認証状授与 ②式辞 ③写真撮影

出席者（予定）：認証事業所

横浜市 副市長 柏崎 誠

※認証式の取材をご希望の方は、1月12日（金）午後5時までに下記にご連絡をお願いいたします。

健康福祉局健康安全部保健事業課 健康経営認証担当（Tel 045-671-2454 /E-Mail [ke-partners@city.yokohama.jp](mailto:ke-partners@city.yokohama.jp)）

裏面あり



## 【参考】「横浜健康経営認証制度」概要

### 1 制度の開始

平成 28 年度から（今年度の募集が第 2 回）

### 2 対象の事業所

市内事業所（市内に本社・本店、支社・支店、営業所等を有する事業所）であること（NPO 法人、公益法人等も含む）

### 3 認証区分

クラス A の要件を満たしていないと判断される場合は、「認証外」となります。

#### (1) 経営者の理解と関与【クラス A】

経営者が健康経営の概念を理解し、健康経営宣言等で明文化しているもの

#### (2) 健康経営の推進【クラス AA】

クラス A の要件を満たし、さらに健康経営の推進体制の整備、従業員の健康課題の把握及び健康課題に即した取組を行っているもの

#### (3) 取組結果の評価【クラス AAA】

クラス AA の要件を満たし、さらに健康課題に即した取組の結果を評価し、次の取組につなげているもの

### 4 認証期間

応募の翌年度の 4 月 1 日から 2 年間とします。

※認証期間中に認証区分のレベルアップを目指し、再度応募することも可能です。

※認証期間が満了する年度に、再度申請、審査を受けることで継続することができます。

### 5 認証メリット

#### (1) 認証マークの付与・認証状の発行(全ての認証事業所)

#### (2) 横浜市ホームページ等で PR (全ての認証事業所)

#### (3) 活動支援(クラス A、クラス AA が中心)

健康経営の取組のステップアップや継続を支援するため、保健師・栄養士・中小企業診断士・社会保険労務士・産業カウンセラー等による訪問相談等を行います。

#### (4) 融資制度の優遇(クラス AA、クラス AAA)

横浜市中小企業融資制度において、金利優遇や保証料助成があります。



<クラス AAA の認証マーク>

お問合せ先		
健康福祉局保健事業課健康づくり担当課長 横森 喜久美		Tel 045-671-3376
経済局ライフイノベーション推進課担当課長 森田 伸一		Tel 045-671-4600

※経済記者クラブへも同時発表しています。

※「健康経営」は、特定非営利活動法人 健康経営研究会の登録商標です。

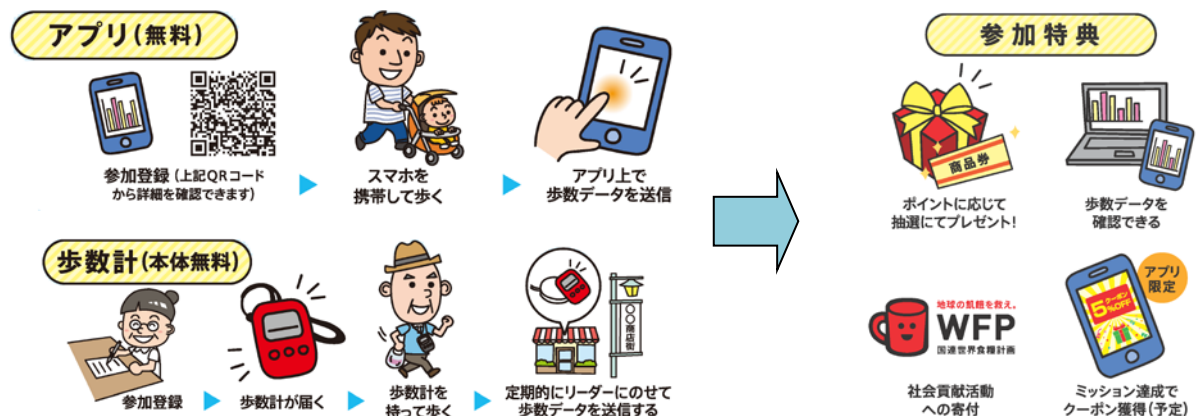
平成 30 年 3 月 28 日  
健康横浜 21 推進会議 説明資料  
健康安全部 保健事業課

## 「よこはまウォーキングポイント事業」について

### 1 事業概要

健康寿命の延伸を目指し、日常生活の中で気軽に楽しみながら歩数計を持ち歩き、ウォーキングを通じた健康づくりに取り組んでいただくために、平成 26 年 11 月に事業を開始しました。30 年 2 月末時点で、30 万人を超える方にご参加いただいています。

30 年 4 月 5 日には、スマートフォンでも参加可能となる歩数計アプリを導入し、幅広い世代の参加につなげていきます。



※現在、歩数計でご参加の方は、歩数計で参加し続けることも、歩数計アプリでの参加に切り替えることも可能です。

### 2 平成 29 年度の実績

#### (1) 「働く世代」「若い世代(20・30歳代)」の参加促進

参加事業所は 900 事業所 を超え、40 歳未満 の参加者も 27,000 人 を超えました。

参加者の年齢構成は、65 歳以上 が 51%、64 歳以下 が 49% となり、「働く世代」「若い世代(20・30歳代)」の参加割合が増えています。

平成 28 年度末時点の参加者の年齢構成割合：65 歳以上 54%、64 歳以下 46%

平成 27 年度末時点の参加者の年齢構成割合：65 歳以上 61%、64 歳以下 39%

#### (2) インセンティブ等の実施状況

- 参加者限定の商店街催事に連動した交換用電池キャンペーン  
平成 29 年 10 月～12 月に、リーダー設置にご協力いただいている、市内 15 か所の商店街 で実施し、11,000 人を超える方が来場されました。
- Wチャンス抽選  
昨年度より当選本数の多い総計 10,000 名様分の景品(JCB ギフトカード・協賛商品)をご用意して平成 30 年 1 月に実施しました。
- 民間企業と連携したイベント開催  
よこはまエンジョイウォーク 2017 を 11 月に開催しました。(参加者 1,666 人)
- 寄付  
平成 26 年 11 月から平成 29 年 2 月までの 40 か月間のうち、34 か月間で目標を達成し、寄付実績は 680 万円となっています。

○ 動物園との連携

市内3つの動物園で、歩数計を提示すると、特製ポストカードやシールがもらえるキャンペーンを、平成30年4月以降も引き続き開催します。

(3) 平成29年度事業検証

平成29年12月に、「平成29年度「よこはまウォーキングポイント」利用状況調査報告書」を公表しました。「運動するつもりがなかった」方など、健康づくりを始めて欲しい層の参加が増え、健康づくりの裾野が着実に広がっています。

今回初めて調査した、メタボリックシンドロームやロコモティブシンドロームでは、参加者に改善が見られました。また、参加者の健康感が向上しています。

3 平成30年度について

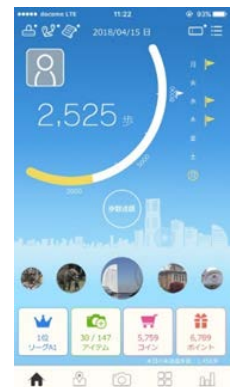
30年度以降も、第2期として事業を継続していきます。皆様の活動の中で、よこはまウォーキングポイントの歩数計や新たに導入するアプリをご活用ください。

(1) スマートフォンの「歩数計アプリ」を導入

アプリのダウンロードは、平成30年4月5日(木)9:30~を予定しています。歩数計の紛失や故障で中断している方も、歩数計アプリに切り替えて再開できます。歩数計アプリでは、歩数計と同程度のサービス利用に加え、スマートフォンならではの機能を活用し、地域の活性化につながる事業も展開します。

<歩数計アプリの主な機能>

- ◇画面に表示された市内の魅力スポットを巡ることで抽選用ポイントを獲得できるGPSスタンプラリーの実施
- ◇お勧めのウォーキングコースの画面への表示
- ◇参加者から写真やコメント投稿で情報発信が可能
- ◇協賛企業提供による健康づくりやスポーツなどのクーポンの配信も予定



<アプリ画面イメージ>

(2) 歩数計の新規参加申込受付を再開

歩数計での新規参加は、平成30年5月1日(火)から再開します(先着5,000個予定)。申込み方法は、郵送受付のみとなりますので、申込書を記入し、下記郵送先までお送りいただきます。(送料負担あり)。

**申込書配布場所**

区役所(広報相談係、福祉保健課)、市役所(市民情報センター)、  
地域ケアプラザ、各区スポーツセンター  
※配布開始は4月末頃を予定しています。

**郵送先**

〒231-0017 横浜市中区港町1-1  
横浜市健康福祉局保健事業課 ウォーキングポイント担当



<歩数計イメージ>