

## 健康づくり・スポーツ推進特別委員会行政視察概要

1 視察月日 令和6年11月6日（月）～11月7日（火）

2 視察先及び視察事項

（1）愛媛県

第3次県民健康づくり計画について

（2）愛媛県松山市

松山市における健康づくりの取組について

3 視察委員

委員 二井くみよ

## 視察概要

1 視察先  
愛媛県

2 視察月日  
11月6日（水）

3 対応者  
保健福祉部健康衛生局健康増進課担当係長 （挨拶）  
保健福祉部健康衛生局健康増進課主幹 （説明）  
保健福祉部健康衛生局健康増進課管理栄養士 （説明）  
保健福祉部健康衛生局健康増進課保健師 （説明）

## 4 視察内容

### （1）第3次県民健康づくり計画について

#### ア 健康づくり計画と他施策との連携状況について

横浜市では健康づくり計画を歯科保健や食育と統合した形で策定している。一方、愛媛県では健康づくり、歯科、食育をそれぞれ別個に計画立案し、それぞれの領域に特化した取組を推進している。この違いにより、計画の柔軟性や施策の実施体制に独自の工夫が見られる。

#### イ 健康寿命延伸のための独自施策について

愛媛県では、健診・医療・介護のビッグデータを活用し、健康寿命延伸の課題に取り組んでいる。また、県健康アプリ「ケンコム」を開発し、健康意識を高めるインセンティブ制度を導入した。アプリ利用者の健康行動をデータ化し、行動変容の成果を分析している。

#### ウ 地域特性に応じた健康づくりの取組と地域間格差の是正について

愛媛県では、県内20市町の地域特性に応じた健康づくり計画を推進している。例えば、地域特性に合わせた減塩推進の実施など生活習慣の改善に向けた多様な取組が行われている。

#### エ 災害時の健康維持対策について

南海トラフ地震を想定した対策として、災害時における栄養管理や避難所での感染症対策の重要性が指摘された。長期化する避難生活においても健康を守る体制づくりが進められている。

#### オ 質疑概要

Q 健康アプリの普及状況と課題について教えてほしい。

A 健康アプリ「ケンコム」は令和2年度から国保加入者向けに導入され、今年度から19歳以上の県民全体へ対象を拡大した。利用者の健康行動への効果を測る仕組みを強化しており、利用率向上が課題となっている。

Q 地域住民の健康意識向上への具体的施策について教えてほしい。

A 地域コミュニティーや自主防災組織と連携し、ウォーキングイベントや健康講座を開催している。また、減塩推進キャンペーンを通じて生活習慣病予防に向けた意識改革を図っている。

Q 高血圧対策の取組について教えてほしい。

A 高血圧リスクの高い住民への受診勧奨を市町保健師が行うとともに、データを活用した地域別の健康指導プログラムを実施中である。

## (2) 委員所見

愛媛県の健康づくり計画は、地域特性を踏まえた独自の取組が特徴的であった。特に、ビッグデータや健康アプリを活用した施策は横浜市でも応用可能であり、大変参考になった。また、災害時の健康維持への視点を含めた防災対策の工夫も印象的で、今後の施策検討において多くの示唆を得ることができた。



(会議室にて説明聴取)



(愛媛県庁入口)

## 視察概要

### 1 視察先

愛媛県松山市

### 2 視察月日

11月7日（木）

### 3 対応者

保健所健康づくり推進課長 （挨拶）

保健所健康づくり推進課主査 （説明）

保健所健康づくり推進課副主幹 （説明）

保健所健康づくり推進課保健師 （説明）

### 4 視察内容

#### （1）松山市における健康づくりの取組について

##### ア 健康づくりにおける地域特性の活用について

###### （ア）ウォーキングイベントの推進

松山市では地域密着型のウォーキングイベント「松山スマイルウォーキング」を年間4回実施している。地元ボランティア団体が主体となり、地域住民が参加しやすい規模とルート選定を行うのが特徴である。また、プラス10分ウォーキングや全コース制覇を目指すインセンティブ制度により、継続的な健康づくりが促進されている。

###### （イ）地域ごとのコース選定と工夫

地域の公民館や地元組織と連携し、地元住民のニーズに応じたウォーキングコースを設定している。山や海辺、島嶼部などの特色を生かしたルートが人気を集めている。さらに、ウォーキングマップは持ち運びやすいデザインが好評で、地域での交流促進にも役立っている。

##### イ 独自の健康づくり施策とその周知について

###### （ア）健康マイレージ事業

松山市ではアプリではなく紙媒体を中心に、健康づくりへの参加を促す健康マイレージ事業を実施している。一定のポイントを集めると、地元企業が提供する商品が抽選で当たる仕組みである。アプリを利用できない層にも配慮した取組で、多世代にわたる参

加を目指している。

(イ) 松山市独自の体操プログラム

まつイチ体操と名づけられた高齢者向け体操プログラムが、理学療法士の監修の下につくられた。地域住民が自主的に運営する体操会で使用され、週1回の集まりを通じて健康維持と地域のつながりを強化している。この取組は参加者同士の交流促進にも寄与している。

ウ 質疑概要

Q ウォーキングマスター達成者の増加状況について教えてほしい。

A 現在12名が全コースを制覇しウォーキングマスターとなっている。参加者が多い一方、島嶼部のルートなどの難易度が高いため、達成には時間がかかるケースが多い。

Q 健康マイレージの参加者層と課題について教えてほしい。

A 主に高齢者が参加し、地域企業との協力により幅広く認知されているが、働く世代への普及と継続率の向上が今後の課題となっている。

Q まつイチ体操の普及率と高齢者への影響について教えてほしい。

A 現在3000人が参加し、90歳以上の高齢者も実践している。フレイル予防や介護予防の効果が見られ、認知症リスクを早期に発見するきっかけとしても活用されている。

(2) 委員所見

今回の視察を通じ、松山市が地域特性を生かした健康づくりを推進していることに感銘を受けた。特にスマイルウォーキングのような住民参加型のイベントや、健康マイレージ事業に見られるアナログとデジタルを組み合わせた工夫は、横浜市でも応用可能と考える。また、高齢者を対象としたまつイチ体操は、フレイル予防と地域交流を両立させる好例であり、大いに参考になった。これらの取組を横浜市の健康づくり計画にどう活用するか検討していきたい。



(会議室にて説明聴取)



(松山市保健所の外観)