

# 健康寿命日本一に向けた “ふじのくに”の挑戦

静岡県健康福祉部長 山口 重則

# 静岡県健康寿命

- 静岡県は男女ともに健康寿命がトップクラス

男性			女性			男女計		
順位	平成22年		順位	平成22年		順位	男女計	
1	愛知	71.74	1	静岡	75.32	1	静岡	73.53
2	静岡	71.68	2	群馬	75.27	2	愛知	73.34
3	千葉	71.62	3	愛知	74.93	3	群馬	73.20

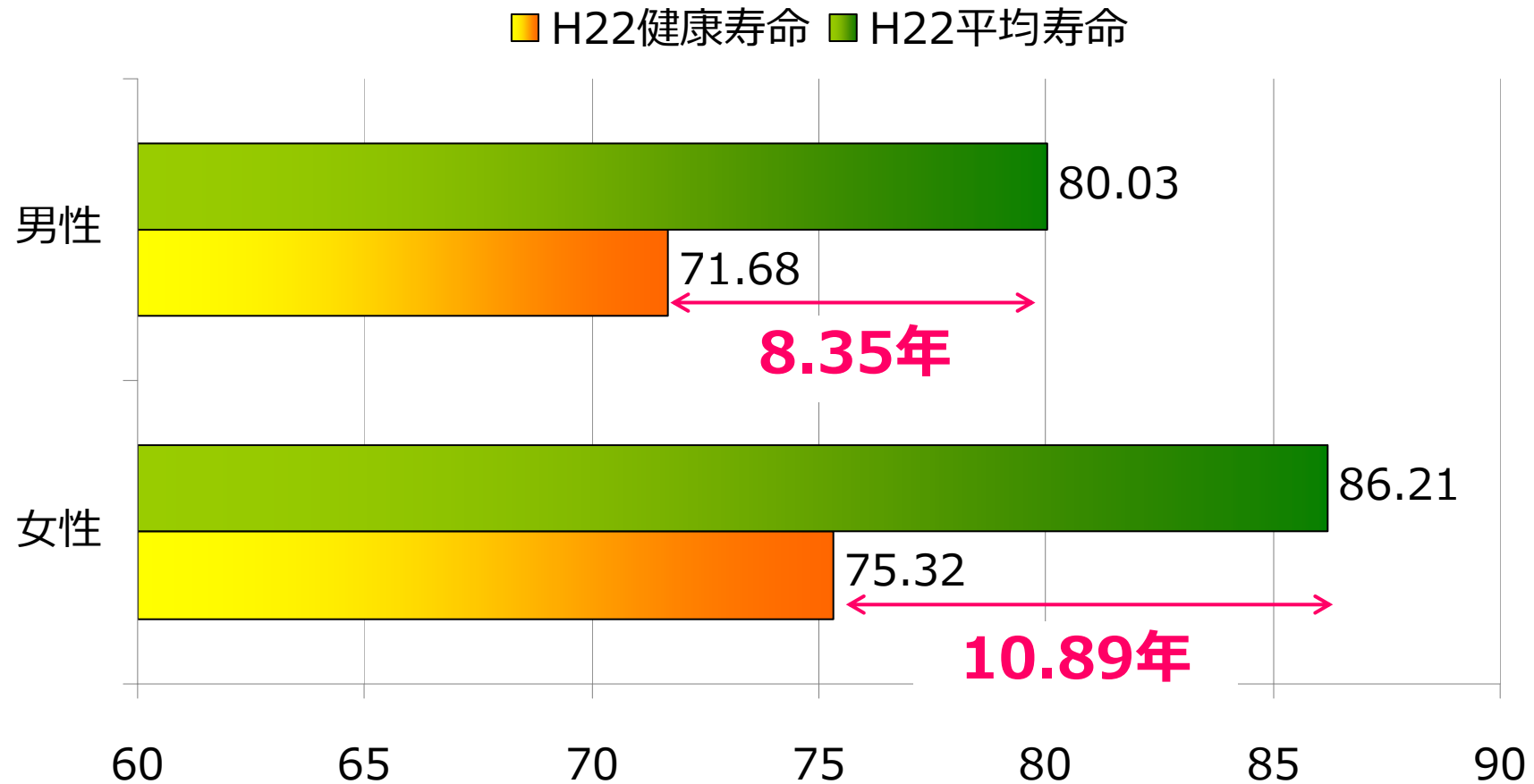
  

平成25年			平成25年			男女計		
順位	平成25年		順位	平成25年		順位	男女計	
1	山梨	72.52	1	山梨	75.78	1	山梨	74.19
2	沖縄	72.14	2	静岡	75.61	2	静岡	73.90
3	静岡	72.13	3	秋田	75.43	3	宮崎	73.67

出典：H22,25厚生労働省公表値。男女計は県で独自算出（単位：年）

# 静岡県 averages 平均寿命と健康寿命

平均寿命の伸びを上回る「健康寿命の伸び」を目指す



資料：厚生労働科学研究費補助金「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」

<静岡県概要>

人口 3,689,318人 (平成28年4月1日推計人口)

高齢化率 26.8% (平成27年4月1日現在)

要介護認定率 15.8% (全国44位) (平成26年10月現在)

健康寿命 男性72.13歳 (全国3位)、女性75.61歳 (全国2位)  
(平成27年12月厚生労働省公表) (健康寿命は全国トップクラス!!)

しかし… 健康長寿県でも課題は多数あった!!

<課題>

○2025年問題

2025年には、3人に1人が65歳以上

ひとり暮らしの高齢者の介護給付費は10年前に比べて増加

○市町の健康増進政策の格差 (無関心層 7割くらい)

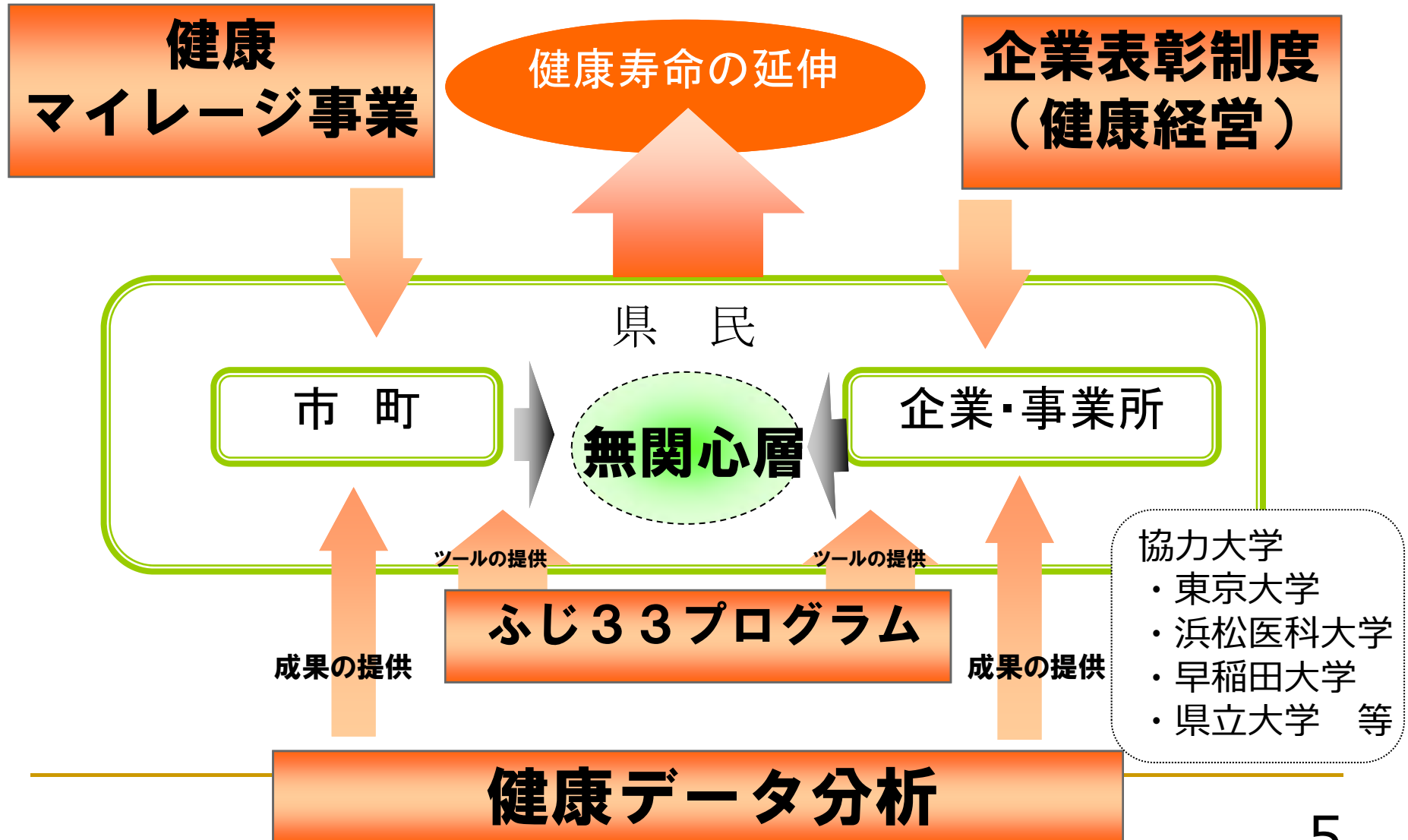
○オール静岡で健康・予防体制を行う必要性 (行政のみでは対策ができない。)



【基本的な考え方】

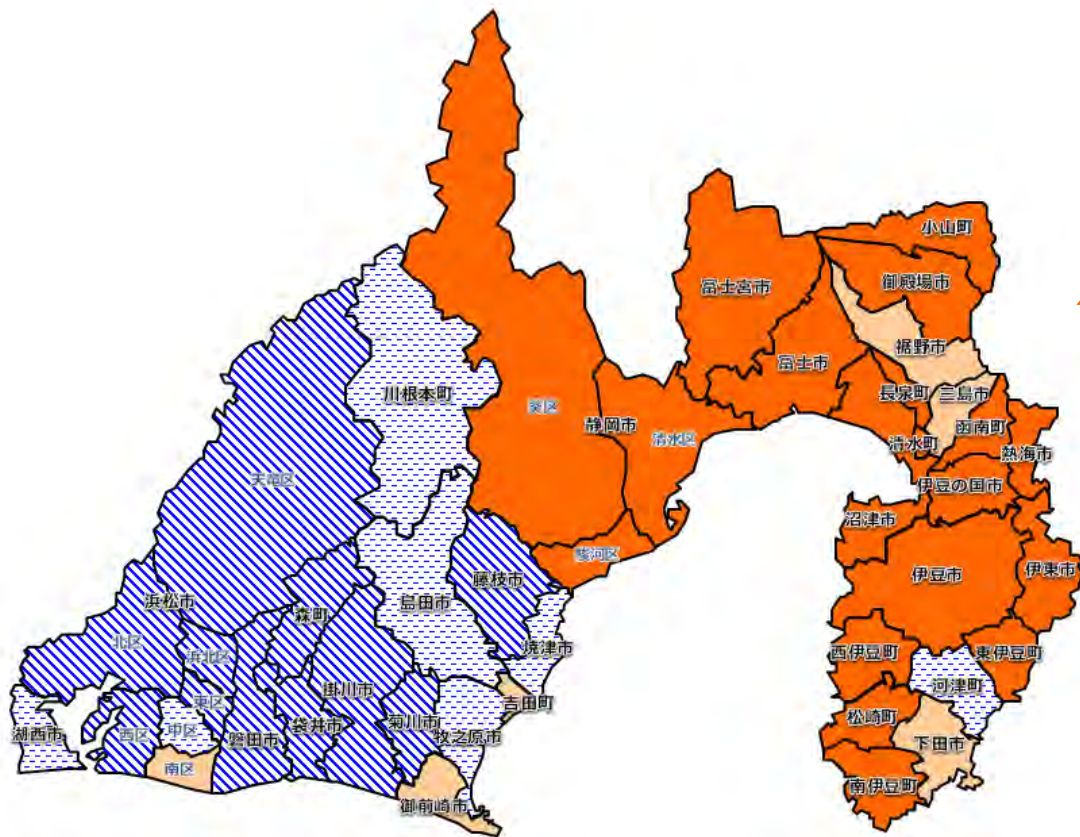
- 1 オール静岡体制により市町、医療保険者の健康・予防事業を支援
- 2 市町医療保険者毎の健康課題を抽出し、健康・予防事業に反映
- 3 大学との連携により、継続的な研究を実施し、成果を出す仕組みを構築

# 健康長寿プロジェクトをH24から開始



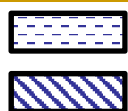
# ①-1 健康課題の“見える化”

- 市町の健康課題がひと目で分かる
  - 特定健診データ61万人分を活用



県東部の市町においてメタボ該当者が多い

H24静岡県特定健診データ分析  
メタボ該当者の状況（男性）



有意ではないが、県全体に比べて少ない

県全体に比べて、有意に少ない



県全体に比べて、有意に多い

有意ではないが、県全体に比べて多い

## ①-2 健康課題の“数値化・ランキング”

- 市町版健康寿命である「お達者度」を算出、公表

順位	男性（年）		女性（年）	
1	森 町	19.49	森 町	22.05
2	川根本町	18.79	南伊豆町	21.95
3	河津町	18.49	吉田町	21.89
4	浜松市	18.05	川根本町	21.89
5	磐田市	18.01	裾野市	21.46
合計	静岡県	17.50	静岡県	20.79

上位を讃え  
下位を激励

話題性アップ°

出典：H24市町別「お達者度」（静岡県）

※ 計算方法は、厚生労働研究班のガイドラインによる

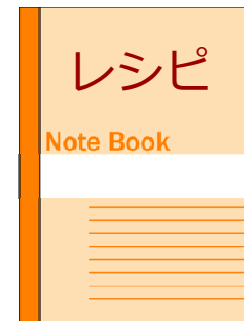
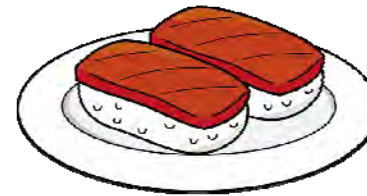
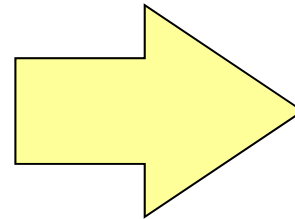
## ②-1 健康マイレージ事業

- 県と市町が協働して実施する健康づくりの特典

カード提示により、協力店舗で特典



1ヶ月の健康づくりを実施すると市町からカードが発行される

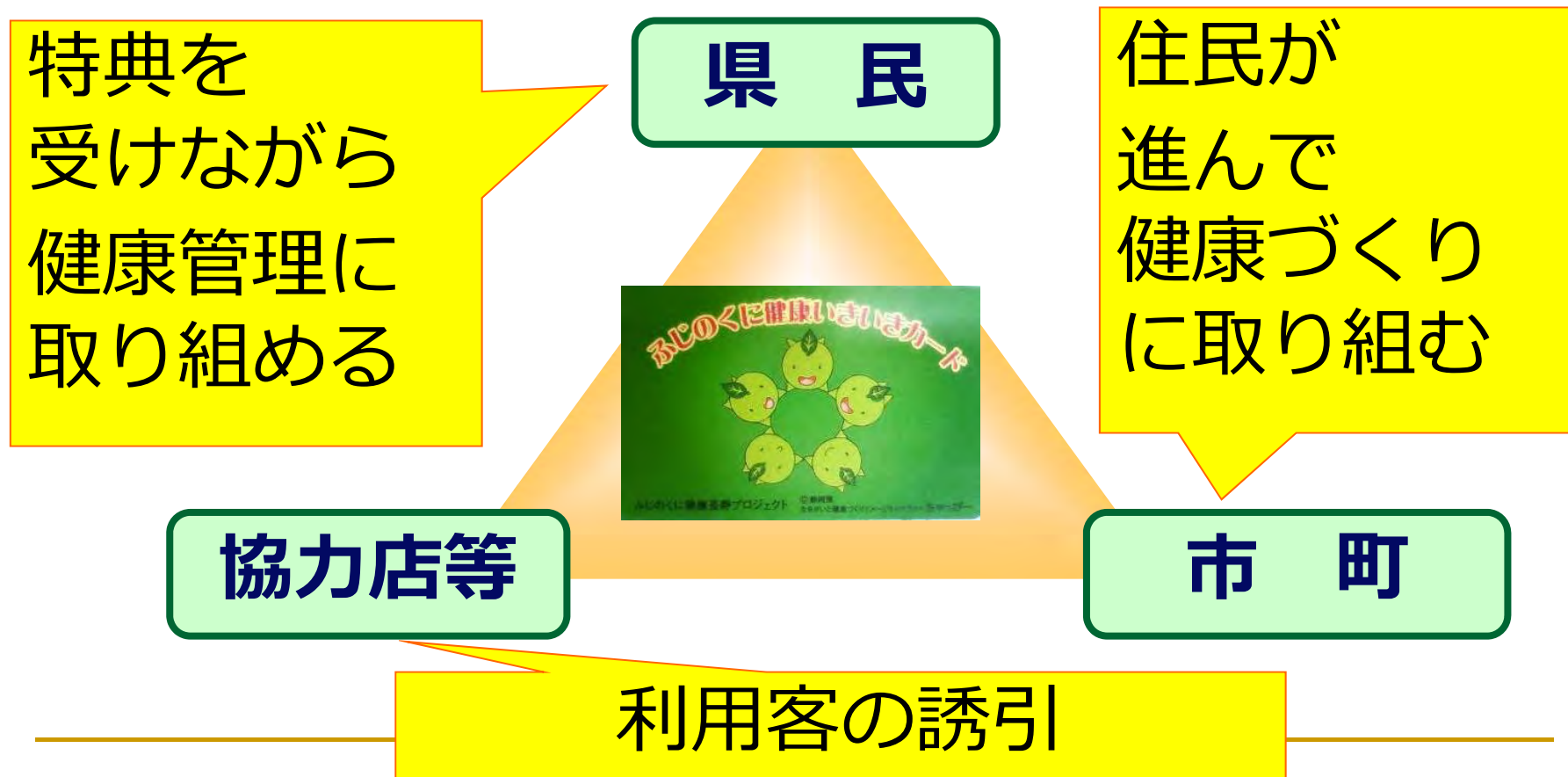


すし、クーポン券、レシピ本、お菓子、ポイントサービスなどの特典



## ②-2 健康づくりインセンティブ

お得、面白い、おいしいがキーワード

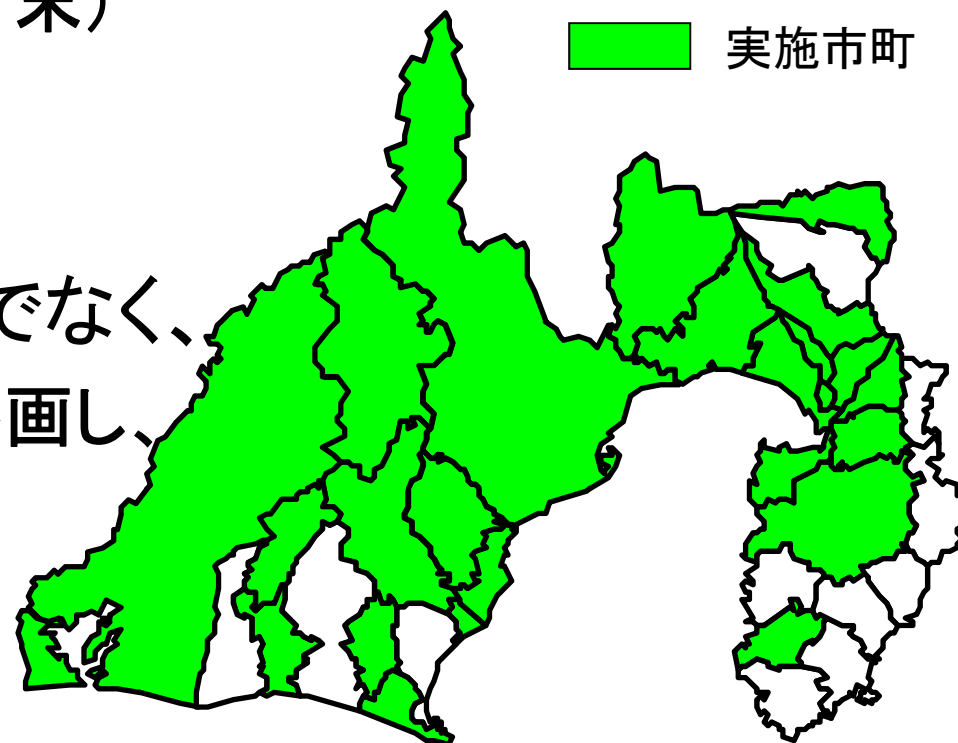


## ②-3 健康マイレージ事業の広がり

- 25年度は7市町→28年度は24市町
  - 健康いきいきカード取得者は約20,000人(H27年12月末)
  - 協力店舗数は800箇所(H27年12月末)
- 各市町の健康部門だけでなく、  
商工・企画・観光部門も参画し、

健康づくりを

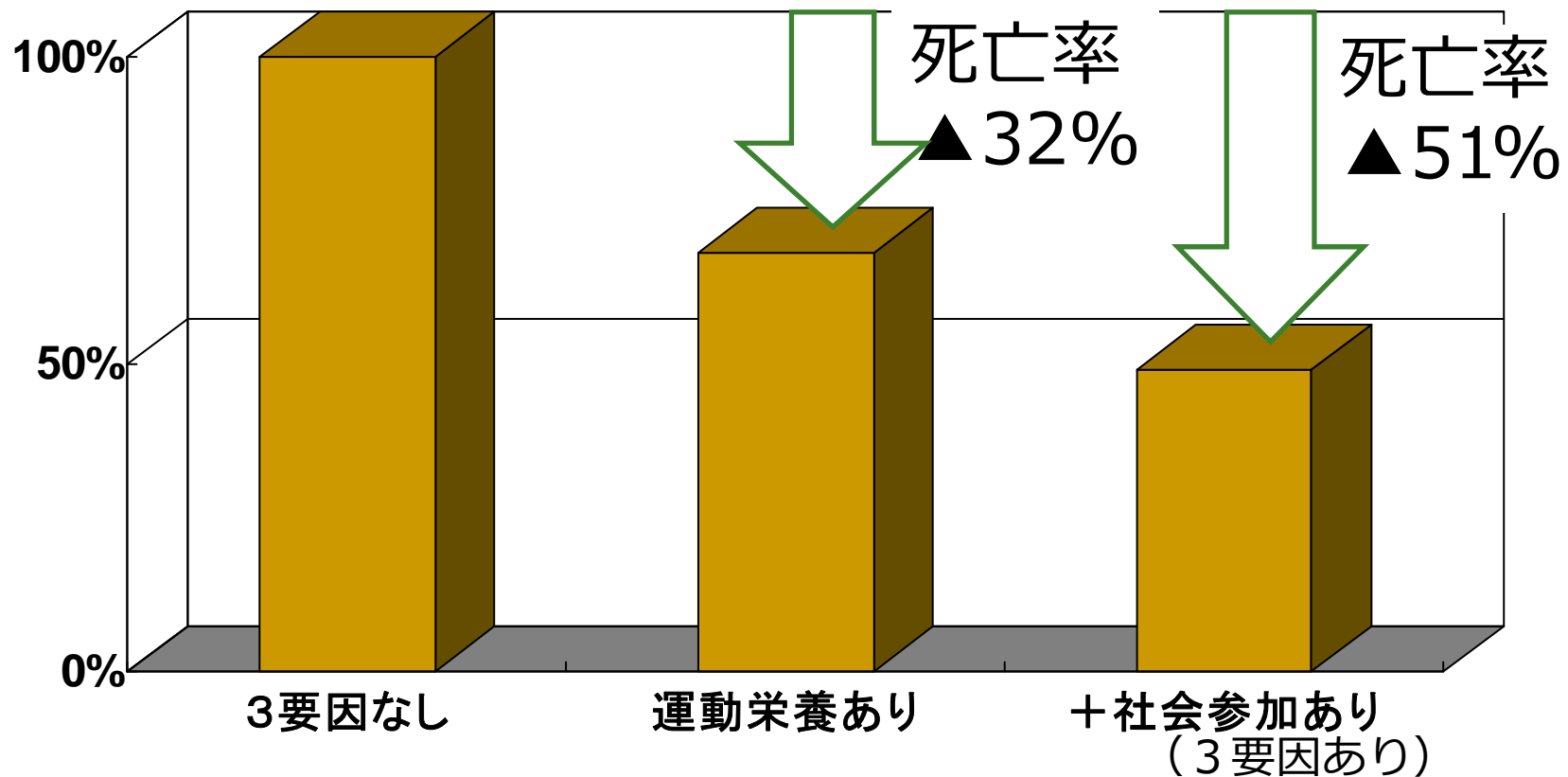
地域づくりに



## ③-1 社会参加に着目

平成11年から高齢者コホート調査の実施  
(14,000人の方を10年間追跡調査)

運動,食生活,社会参加で良い習慣がある人は長生き



※ 性別、年齢、体格指数、喫煙状況で調整したハザード比

出典：H24.7.21東海公衆衛生学会にて発表（高齢者1.4万人の追跡調査）

# ③-1 いつでもどこでも行える健康づくり サンサン 「ふじ33プログラム」とは

ふ	普段の生活で
じ	実行可能な
3	「運動」・「食生活」・「社会参加」 3つの分野の行動メニューを
3	3人一組で、まずは3か月間 実践により

いつでも どこでも  
 気軽に実践ができる

継続率  
 93.6%



## ④ 社会通念・意識の転換

- 新たな年齢区分の考え方を県から発信

ふじのくに型「人生区分」

呼 称		年齢区分	説 明
老 年	百寿者	100歳以上	白寿後（100歳）以上
	長 老	88 - 99歳	米寿（88歳）白寿（99歳）まで
	中 老	81 - 87歳	傘寿後から米寿前まで
	初 老	77 - 80歳	喜寿（77歳）から傘寿（80歳）まで
壮 年	<b>壮年熟期</b>	<b>66 - 76歳</b>	<b>経験を積み、様々なことに熟達し、 社会で元気に活躍する世代(働き盛り世代)。 (健康寿命 男性71.68歳、女性75.32歳)</b>
	壮年盛期	56 - 65歳	
	壮年初期	46 - 55歳	
青 年		18 - 45歳	社会的・生活的に成長・発展過程であり、 活力みなぎる世代。 (農水省事業や地区商工会議所で45歳まで青年扱い)
少 年		6 - 17歳	小学校就学から選挙権を有するまでの世代。
幼 年		0 - 5歳	命を授かり、人として発達・発育する世代。

---

# 本県の取組（まとめ）

- ① 健康づくりの大切さを認識する  
（健康課題の「見える化」）
- ② 健康づくりを楽しんで行う  
（健康マイレージ事業）
- ③ 健康づくりをいつでもどこでも行う  
（ふじ33プログラム）
- ④ 健康づくりの成果を実感する  
（ふじのくに型人生区分表）