

## 旭川市保健所運営協議会における報告事項

担当課 保健指導課

## 【報告事項】

青・壮年期層の市民に対する健康づくり事業について  
(健康づくりプラス1 推進事業)

## 【説明要旨】

青・壮年期層の市民に対する健康づくり事業として、平成30年度から新たに開始した「健康づくりプラス1 推進事業」について報告いたします。

## 1 取組の背景

本市では心筋梗塞などの虚血性心疾患の標準化死亡比が国や道と比較して高く、これらの生活習慣病の多くは若い頃からの生活習慣が深く関与していると考えられている。

これらの実態を踏まえ、青・壮年期層への健康づくりを重要視し、平成24年からの約5年間「健康男子プロジェクト」を実施。

○主要事業である「健康男子コンテスト」の成果

- ・個人の健康意識の向上と生活習慣の改善に伴う血液データの改善
- ・職場全体の健康づくりの取組に発展

○課題

対象者が限定的で効果が小さい

↓

職場を介する手法は活かしつつ、より多くの方を対象とする内容へと再構築

○平成30年度開始「健康づくりプラス1 推進事業」

## 2 事業の概要（資料7別紙1, 別紙2参照）

(1) 対象：市内に所在する事業所又はそれに準ずる団体

(2) 内容 ○健康づくりの各種メニューの提供

- ・90日間体重測定チャレンジ
- ・出前健康講座
- ・階段用の消費カロリーステッカー等の提供
- ・健康づくりプラス1体操DVDの提供

○参加事業所の取組の様子や成果をホームページ等で情報発信

## 3 申込み状況（6月末日現在）

- |                      |     |
|----------------------|-----|
| ・90日間体重測定チャレンジ       | 13件 |
| ・出前健康講座              | 12件 |
| ・階段用の消費カロリーステッカー等の提供 | 6件  |
| ・健康づくりプラス1体操DVDの提供   | 1件  |