



# 令和元年度 信州ACE(エース)プロジェクト 取組方針及び実施プランについて

健康増進課

## 信州ACE (エース) プロジェクト ～「健康長寿」世界一を目指して～

- ☆ 平均寿命が全国トップクラスである長野県において、世界で一番（ACE）の健康長寿を目指し、県民一人ひとりが自ら健康づくりに取り組みます。
- ☆ 健康づくりに取り組む様々な主体と連携して、県民総ぐるみで取組を展開していきます。



毎日続ける速歩と体操

家族そろって必ず健診

減らそう塩分、増やそう野菜

### 4つの取組方針

<p><b>I 「健康経営」 を推進します</b></p>	<p>○健康経営の普及</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 働き盛り世代の運動習慣の定着 (事業所対抗ウォーキングの全県展開)</li> <li>* 企業における(被扶養者を含めた) <u>健診受診</u></li> <li>* <u>受動喫煙防止対策</u></li> </ul> <p style="text-align: right;">を推進します。</p>
<p><b>II 「健康地域づくり」 を推進します</b></p>	<p>○県と市町村が連携した県民の健康づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 地域の健康課題の「見える化」と市町村が行う<u>保健事業に対する支援</u></li> <li>* <u>長野県 自治力による健康づくり推進会議</u>で県と市町村が課題を共有</li> <li>* <u>糖尿病性腎症重症化予防</u>の体制づくり</li> <li>* <u>フレイル予防</u>をととした高齢者の健康づくり</li> </ul> <p style="text-align: right;">を推進します。</p>
<p><b>III 「健康教育」 を推進します</b></p>	<p>○学びと実践による健康づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 家庭や学校等での<u>減塩</u>や<u>野菜摂取</u>を重点とした食生活改善</li> <li>* 子どもの頃からのよりよい食生活の実践と定着</li> <li>* 幼・保、小中学校における長野県版「<u>運動プログラム</u>」の実施</li> </ul> <p style="text-align: right;">を推進します。</p>
<p><b>IV 「ACE県庁」 を推進します</b></p>	<p>○健診受診や体を動かす取組など、職員が率先して健康づくりを実践する「<u>マイエース</u>」</p> <p style="text-align: right;">を推進します。</p>

# 5つの実施プラン（令和元年度）

## 令和元年度の取組のポイント

- ▶ 新5か年計画の政策推進の基本方針に沿って、「学び」による気づきと、「自治力」による取組で県民の健康づくりを促進
- ▶ 市町村と県が連携し、健康づくりを一体的に推進（長野県自治力による健康づくり推進会議）
- ▶ 庁内関係部局と連携した取組を継続しながら、多様な主体とベクトルを合わせた取組

プラン	主な取組等【関係団体・部局】	取組指標等(H31)
① 働き盛り世代の健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○協会けんぽ等の保険者と協働で、働き盛り世代を対象とした事業所対抗ウォーキングを 全県展開 し参加者を拡大 【協会けんぽ、国保連、健保連、産業労働部】</li> <li>○ACEフォーラムを開催し、健康づくりに取り組む企業（健康ACE企業等）を発信 【サキベジ推進協議会、次世代ヘルスケア産業協議会】</li> <li>○保険者協議会での受診促進方策の検討と関係団体と連携した取組の推進</li> <li>○社員食堂における健康に配慮したメニュー（ACEメニュー）コンテストを実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○健康経営セミナー開催 (H30) 4回⇒4回</li> <li>○健康チャレンジ宣言事業所 (H30) 411⇒増加</li> <li>○健康経営優良法人 (H30) 90⇒増加</li> <li>○ACEメニュー提供店舗 ・社員食堂 (H30) 47⇒50</li> </ul>
② 高齢者の健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○市町村、関係団体によるフレイル予防に関する具体的方策を検討 【保健・疾病対策課、介護支援課】</li> <li>○健康ボランティアがフレイルについて学び、地域での普及を推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○フレイル予防人材育プログラムによる養成研修の実施</li> </ul>
③ 若者世代の健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○栄養士を目指す県内大学生が、若者世代の食生活の課題について学び、同世代への普及啓発方法を検討 【大学】</li> </ul>	
④ 全世代対応（県民の健康課題へのチャレンジ）	<ul style="list-style-type: none"> <li>○薬局(信州健康支援薬局)等、県民に身近な場所での血圧チェックや受診勧奨による健診受診の促進【薬剤師会】</li> <li>○地域課題に応じ、若い世代や子育て世代、高齢期のライフステージ別に食生活等改善事業を実施</li> <li>○飲食店やスーパー等における健康に配慮したメニュー（ACEメニュー）の提供拡大</li> <li>○様々な機会に健康増進法改正内容、たばこの害や禁煙等について説明し、受動喫煙防止を推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食生活等改善事業 学校・事業所10カ所</li> <li>○ACEメニュー提供店舗 ・飲食店 (H30) 132⇒150</li> <li>・コンビニ・スーパー (H30) 717⇒800</li> </ul>
⑤ 市町村の取組支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○医療費や健診データ等を市町村別、業種別などに分析し、地域住民や働き盛り世代の健康状態を「見える化」</li> <li>○県、保健福祉事務所が、市町村の行う保健事業の効果的・効率的な実施を促進</li> <li>○市町村や企業に対し、運動習慣の定着や普及を図るため、運動アドバイザーを派遣</li> <li>○幼・保育園児等を対象とした「長野県版運動プログラム」の普及や「体力向上プラン1校1運動」の推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○保健者相互乗り入れ健診等による受診機会の増加</li> <li>○健診受診率の向上 【参考】特定健診受診率 H29 H30 H31 県 53% 56% ⇒ 59%</li> <li>○ウォーキングコース設置市町村 (H30) 74 ⇒ 77</li> <li>○運動アドバイザーの派遣 (H30) 14⇒増加</li> <li>○プログラムの実施率 小学校(H30)91% ⇒100% 中学校(H30)82% ⇒90%</li> </ul>