

令和6年10月25日(金)

資料7

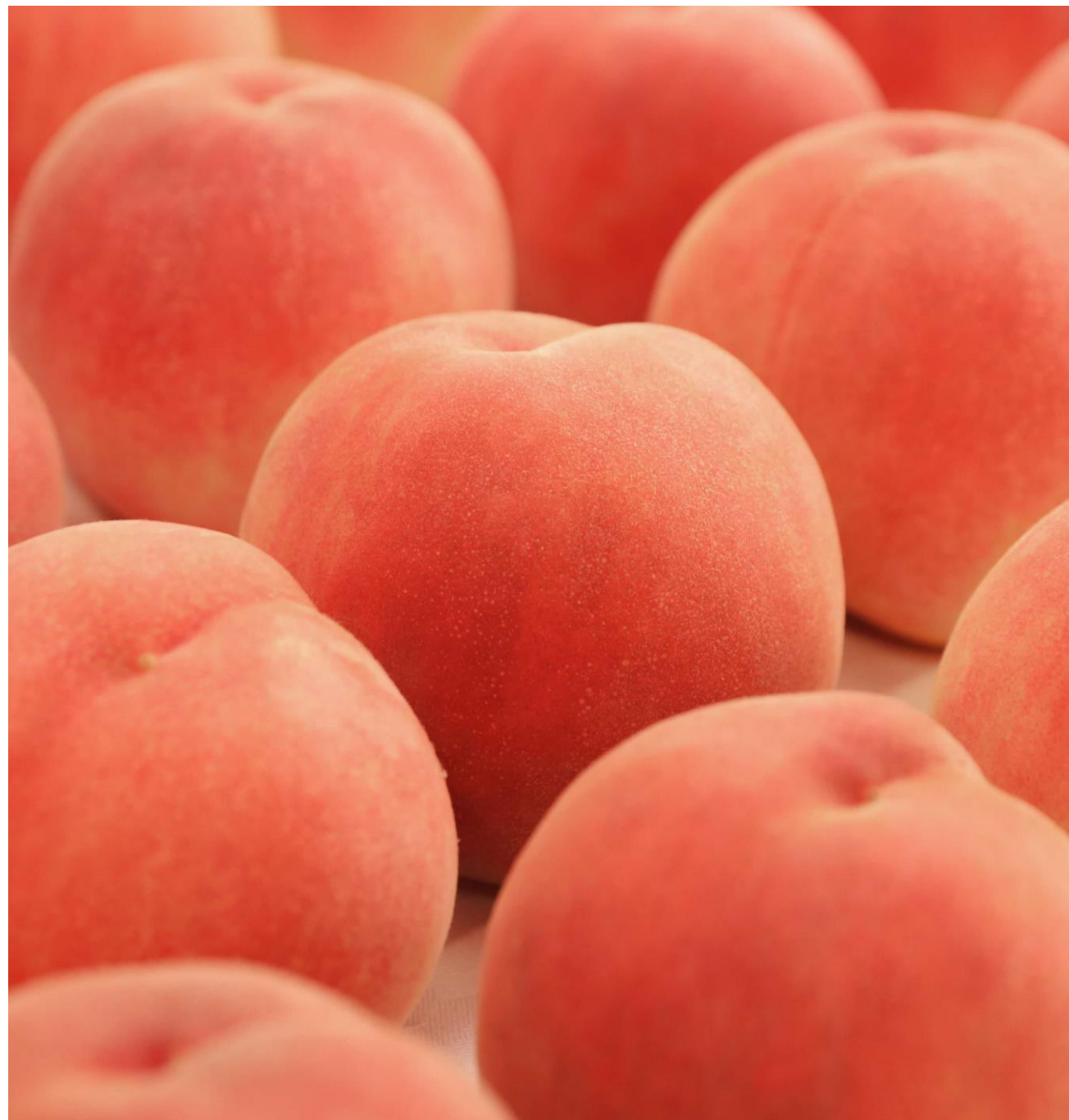
令和6年度地域・職域連携推進関係者会議

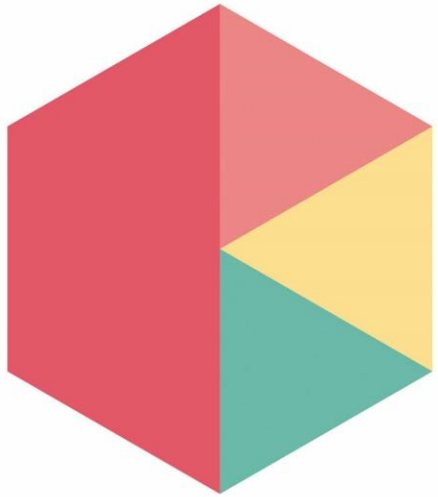
# 桑折町における 健康づくり事業の取組み について

桑折町役場 健康福祉課

課長補佐 佐久間 ミチル

主査 鴨田 智早





献上桃の郷®  
**桑折町**  
こおりまち

- **桑折町（こおりまち）**
- **人口 11,008人**
- **世帯数 4,670世帯**
- **男性 5,376人**
- **女性 5,632人**
- **高齢化率 37.7%**

令和6年9月1日現在  
(住民基本台帳)



春のもも畑



桑折町の主力品種「あかつき」

# 桑折町役場 健康福祉課

**佐久間 ミチル**      MICHIRU SAKUMA

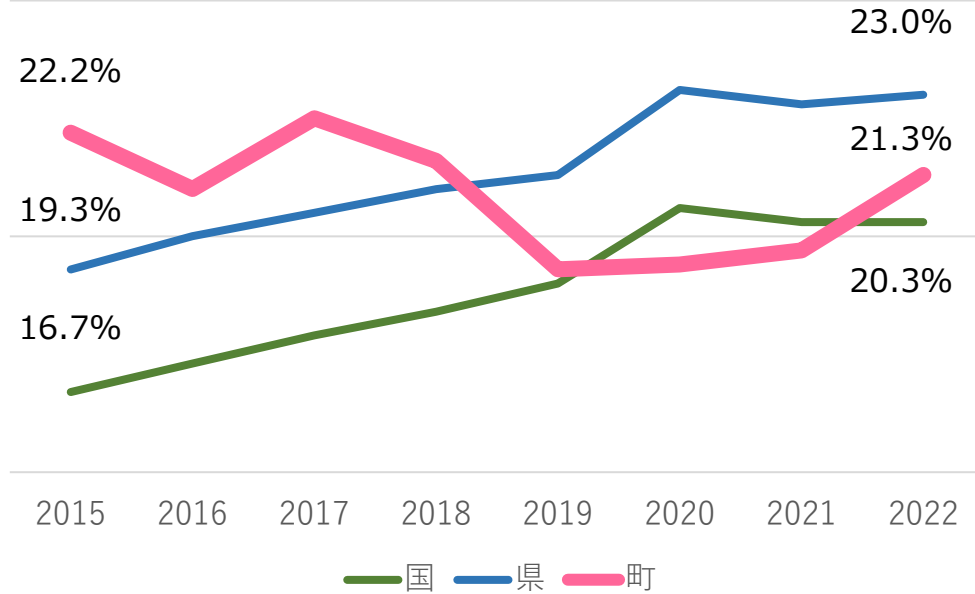
- 1992(平成4)年入職 管理栄養士
- 町立保育所、保健福祉課（現健康福祉課）  
兼原発事故対策課を経て現職

**鴨田 智早**      CHIHAYA KAMOTA

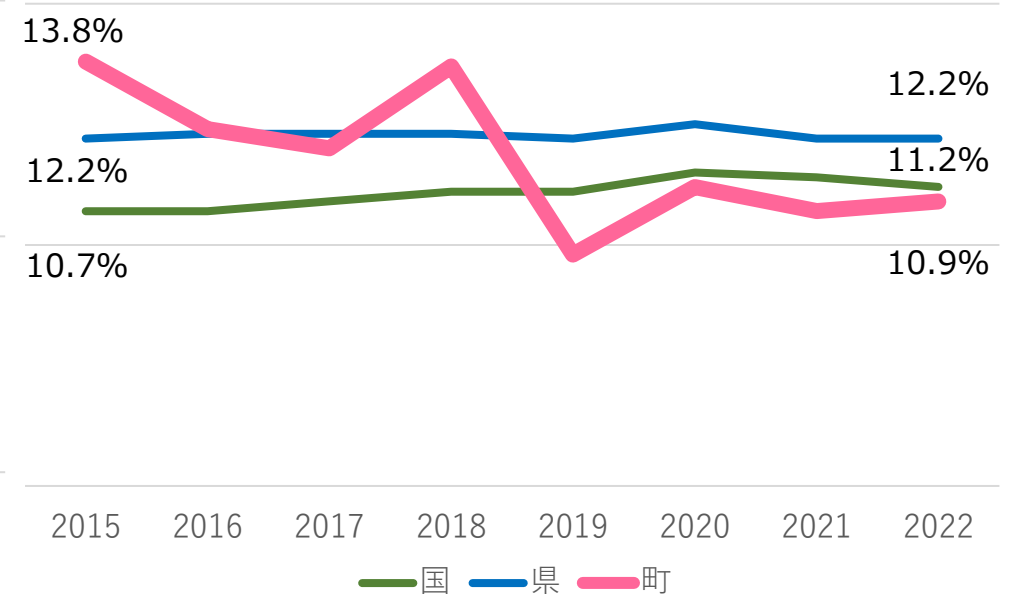
- 2020(令和2)年入職
- 総務課 ～ 現職

# 町民の健康状況 1

## メタボ率



## メタボ予備群率

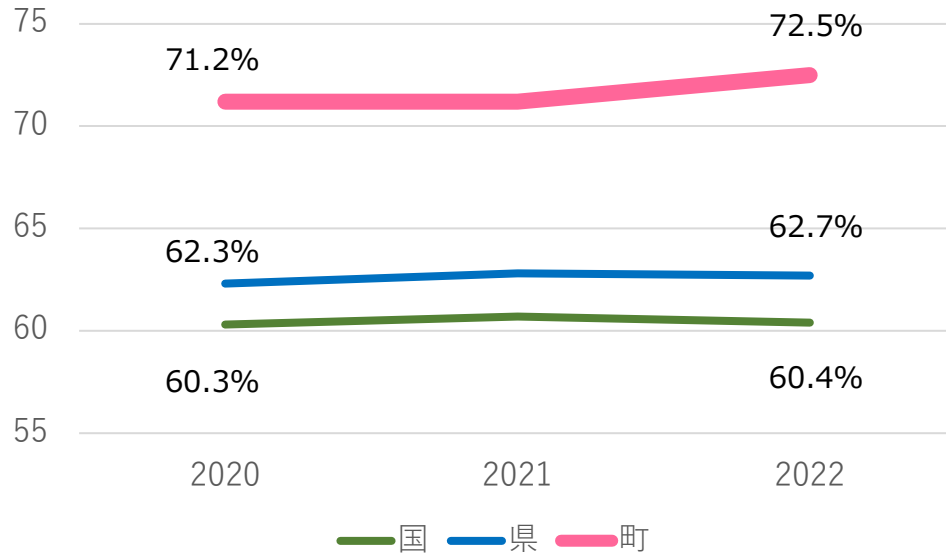


KDBシステムより

- 2015（平成27）年当時、町のメタボ率は22.2%と国（16.7%）・県（19.3%）よりも大きく上回る結果であった。
- 特定保健指導の強化、健康づくりコンソーシアム「こおり健康楽会」の設立などにより、一時は減少に転じたものの、新型コロナウイルス感染症の流行後、メタボ率・メタボ予備群率共に右肩上がりとなっている。

# 町民の健康状況 2

1回30分以上の運動習慣なし



町民の推定食塩摂取量 (g)

	2022	目標量
男性	10.2 g	7.5 g 未満
女性	9.4 g	6.5 g 未満

KDBシステムより

- 運動習慣（1回30分以上）がない町民が、国・県と比較しても大幅に上回る結果であった。
- 町民の推定食塩摂取量についても、目標量よりも上回る結果となっている。

⇒ **自治体として町民の生活習慣改善に取り組む必要性**

「福島県市町村先駆的民間プログラム活用事業」  
の活用

## 町の取組み

福島県市町村  
先駆的民間

プログラム活用事業

2018

食生活分析

【大塚製薬株式会社】

2019

ウォーキングチャレンジ

【タニタヘルスリンク株式会社】

2020

ウォーキングチャレンジ

【花王株式会社】

2021

ウォーキングチャレンジ

【花王株式会社】

2022

血糖変動チェックプラン

【日本生命相互会社】

2023

血糖変動チェックプラン

【日本生命相互会社】

2024

健康寿命測定

【エムスリー株式会社】

# ウォーキング チャレンジ

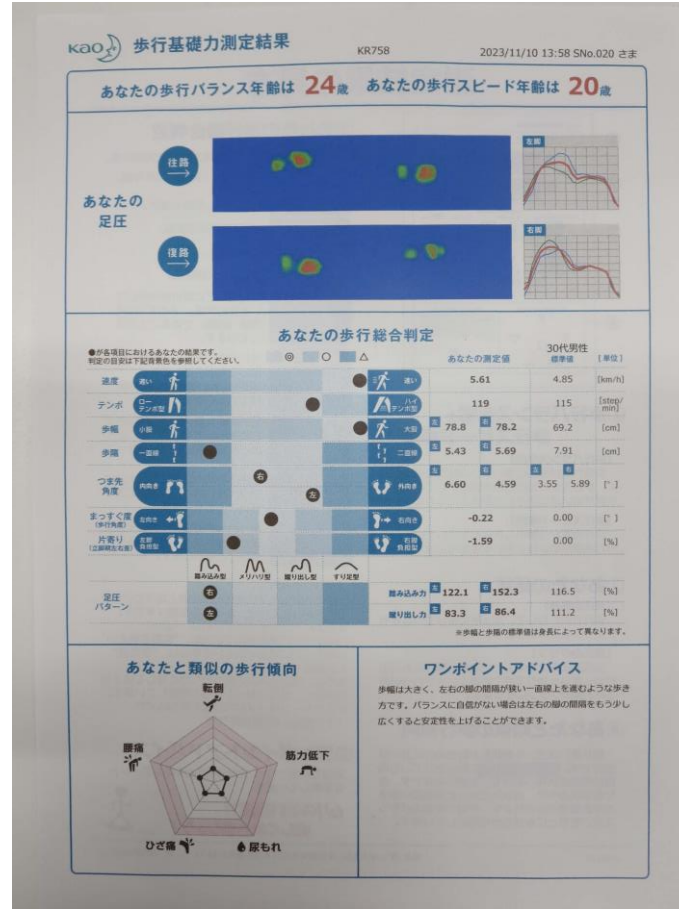
- 提携先：花王株式会社
- 実施年：2020（令和2）年  
2021（令和3）年
- 事業内容：専用歩行計（ホコタッチ）  
を装着しながら日常生活を送り、  
「歩行年齢」を算出。



専用歩行計「ホコタッチ」

- 「歩行力」の現状を知り、  
課題を意識して運動して成果を確かめる。
  - 成果を「見える化」し、次のモチベーション  
へつなげる。
- ⇒ 「歩行の若返り」を目指す。

# 歩行測定会の様子 (ウォーキングチャレンジ)



・測定会では圧力シート上を歩行し、個人の歩き方を把握。

・測定結果では、スピードやバランス、歩幅や歩隔など細かく分類され、「歩き方の癖」が表示される。

・花王（株）スタッフが歩行結果をその場で説明。それぞれに見合った歩行アドバイスを受けられる。



# 参加者の取組み（ウォーキングチャレンジ）



■ 初回測定会后、ホコタッチ（専用歩行計）を着けて生活。月に1回、ホコタッチステーション（役場）で歩行結果を出力。

■ 歩行結果には、日ごとの「活動結果」や「歩行生活年齢」、「歩行安定・脳活性」などの数値が出力される。

■ 桑折町では、参加者へホコタッチを6ヶ月着用を依頼。最終月に測定会を再度実施し、「歩行の若返り」ができたかを測定。

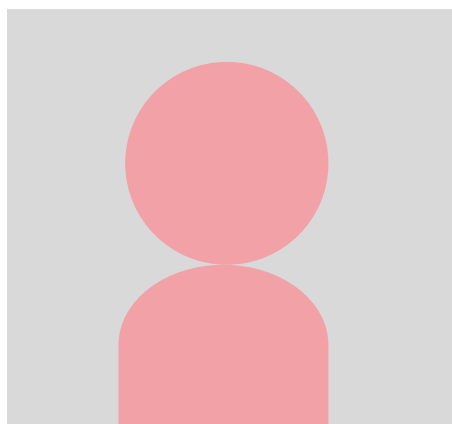
ホコタッチに記録された1カ月間の歩行データ

## ■ 令和5年度ウォーキングチャレンジ参加者の平均結果 参加者78名

### 事業成果

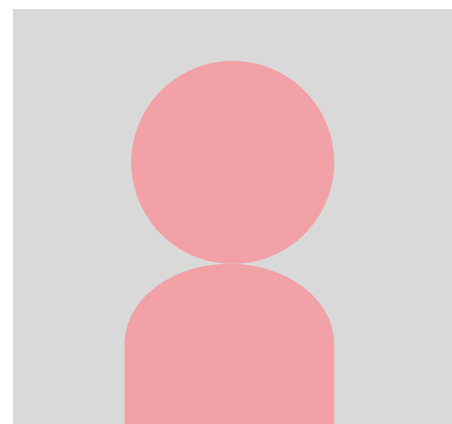
項目	開始時	終了時	評価
歩行 バランス 年齢	50.1歳	42.5歳	7.6歳 若返り
歩行 スピード 年齢	32.9歳	26.3歳	6.6歳 若返り
膝痛 リスク	19.0%	8.6%	10.4% リスクダウン
腰痛 リスク	17.2%	8.6%	8.6% リスクダウン

## 参加者の声



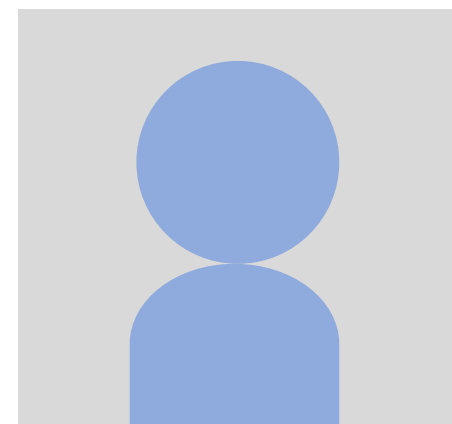
50代・女性

ホコタッチを付けて生活するだけで負担がなかった。



70代・女性

3年連続で参加し、ウォーキングの習慣ができた。



40代・男性

半年間の装着は辛かったが、体調の変化が現れた。

■福島県市町村先駆的民間プログラム活用事業終了後も、取り組み結果・参加者の声を受け、**2022（令和4）年度より町の主要事業の一つとして現在も継続。**

# 健康づくり 事業継続の ポイント

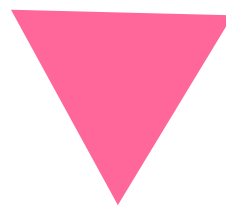
- 参加者が継続しやすい・  
わかりやすい事業  
⇒ 事前準備不要・老若男女  
誰でも手軽に開始できる。
- イベントの開催  
⇒ 参加者の取組み事例共有  
⇒ 事業の目的を再確認
- 参加者のモチベーション維持  
⇒ 結果の「見える化」
- 民間事業者が培った科学的  
知見・ノウハウを活用したプロ  
グラムを採用  
⇒ 町が抱える健康問題への  
解決に繋がる。



町主催イベント「Café de Aruku」

桑折町  
健康づくり  
今後の展望

- 若者世代から生活習慣病予防
  - ⇒ 働く世代を健康面からサポート
  - ⇒ 地域職域との連携
  - ⇒ 長期的な健康づくり事業の実施
- より効果的な健康施策
  - ⇒ ポピュレーションアプローチ・ハイリスクアプローチ



「みんなが幸せを実感できる元気なまち こおり」  
を目指して

ご清聴、  
ありがとうございました。

献上桃の郷 桑折町

検索

桑折町観光大使  
ホタピー

