

## 令和 7 年度 健康づくり推進協議会 議事概要

開催日時	令和 7 年 11 月 19 日（水） 14：00～15：30
会場	全国健康保険協会新潟支部 会議室
出席委員	加藤委員（議長）、飯濱委員、五百川委員、玉木委員、平岡委員、藤井委員、 村山委員、森田委員（五十音順）
議題	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 第 3 期データヘルス計画の取り組み状況について</li> <li>・ 保健事業の一層の推進について</li> </ul>	
議事概要	
<p>○資料に基づき説明 ～意見交換～</p> <p>○第 3 期データヘルス計画の取り組み状況について</p> <p>【保健医療関係者】</p> <p>新聞記事で新潟県の平均寿命が伸び悩んでいるという記事が出ていた。30 年前は、新潟県の健康寿命は全国 7 位だったのが、現在は 31 位に落ちてしまっているという内容だった。予防医療に取り組んできたが、他県との改善効果と比較すると、新潟県は効果が少なかったということである。</p> <p>【学識経験者】</p> <p>データヘルス計画の取り組みについては素晴らしいと考える。その上で 2 点申し上げる。</p> <p>一点目。「血圧を下げる」「血圧が下がる」という表現がある。血圧を下げるということを目標に取り組みを行うのか、あるいは様々な取り組みを行っていたら自然と血圧が下がっていたということになるのか、結果は同じだが、そのための仕組みや仕掛けが変わってくるのではと思う。様々な分野で、県民がアクセスできる仕掛け作りが重要と思う。</p> <p>二点目。血圧が高い理由を探るとともに、血圧が正常な理由も探る必要がある。資料 7 ページによると、平均収縮期血圧が 116～118mmHg と低い業種もある。こういった生活習慣でなぜ血圧が低いのか</p>	

か分析し、その結果の取り組みを一般の人に広げると良いのではないか。

#### 【事務局】

一点目について。「血圧を下げてください」と言われるのと、「こうすると血圧が下がりますよ」と言われるのでは、受け止める側も意識が変わってくるだろうと思う。協会けんぽから発信する際に、使い分けて効果的に使用したい。

二点目について。血圧が低い理由を探る必要があると考えている。健診結果に生活習慣を回答する問診項目があるため、それを分析して発信していく。

#### 【保健医療関係者】

体重を計ると体重が減るという論文があるが、やはり体重を減らす指導を行わなければ減少しないということが研究の結果であるようだ。測るだけで血圧が下がるかということと実際は難しいため、下げるための指導を含めしっかりと伝えることが大事。

#### 【学識経験者】

多くの人に血圧を意識することの動機付けをするために、言葉の表現や仕組み・仕掛けの工夫が必要と思うので、ぜひお願いしたい。

このプロジェクトで感じたのは、関係者と一致団結して進めているということで、とても重要なことと思う。県民へ向けたメッセージとして、多くの機関と連携して進めてもらいたい。我々も協力したい。

#### 【被保険者代表】

家族が特定健診を受診して、血圧が高いことを指摘され、毎朝計測したり血圧の本を読んだり意識するようになった。よく薬局に血圧計が設置してあるが、街中の様々な場所に設置すると測る人もいると思う。

また、運輸業の方が運転中に意識を失って起こる事故もあるため、乗務前に測定し確認するということが大切だということは良くわかる。こういった情報は、加入している事業所にも伝えていきたい。そのため、サービスエリアに設置し、ドライバーに測定してもらうのも有効ではないか。

#### 【行政関係】

にいがた STOP 高血圧プロジェクトの中で、県の役割は普及啓発である。日本高血圧学会では「キオスク血圧（※）」という名称で推奨している。プロジェクトでは分かりやすさ・伝わりやすさから「どこでも血圧」という名称で、行政関連の施設で血圧計が設置されているところを把握し、ホームページなどで周知予定。啓発のチラシも同時に配布し、どこでも測れるということを広めていく。

※スポーツジムや自治体施設の一角などの公共施設や職域に置かれている自動血圧計を用いて、医療従事者の手を借り

ずに血圧を自己測定する行為

【保健医療関係者】

一部の薬局で、コロナ禍に血圧計を撤去したところがあるが、再度、設置してもらえるよう働きかけを行った。ショッピングモール内のウォーキングイベントもあるので、ショッピングモールに設置し、イベントの際に計測をするなど併せて実施するのも良いと思う。

【事業主代表】

データヘルス計画の取り組みについて。循環器病という表現では分かりにくいのが、高血圧に特化すると分かりやすい。また、メディアへの露出や、様々な媒体での情報提供は多くの人に届けるための有効な取り組みであると思う。

【被保険者代表】

健康づくりの取り組みとして、料理教室・塩分についての講話も行っている。参加者からは、塩分が少なくても美味しく食べられるという反応もある。日常生活から高血圧改善につながる取り組みを行うと良いと思う。

血圧測定について業種によっては、ガイドラインで高血圧の場合、業務できないなどの決まりはあるか。運行管理者がガイドラインを守らず、事故等が起きた場合は責任が大きくなるなどの仕組みはあるか。

【事務局】

国土交通省やトラック協会などがガイドラインを出している。しかし現状は、人手不足の中で、乗務するなどは言えない状況。事故があったなどの経験から、ガイドラインに則った運用を行っている事業所もある。

点呼の中で血圧測定は義務化されていない。トラック協会の話では、アルコール測定のように義務化されないと浸透していかないだろうとのことであった。

○保健事業の一層の推進について

【学識経験者】

研究室の学生とタニタと共同で、長岡市で健康教室を行っている。一般市民ではなく、市民の中でも運動指導を進めていきたいと考えているリーダー的な人向けに勉強会を実施し、自治体や企業が熱心に取り組んでいる。

人間ドックの拡充は、個人が自分の健康状態を知る機会として重要。知った後で、生活習慣を変えなければという意識になった時に、利用できるものがあるといいと思う。そういった意味では、運動普及推進や食育推進委員などとの連携も重要なのでは。

県民が自分の健康を意識し、その後行動に移せるような情報を点在させることが大事。ドックで自分を知る、その後どう行動したら良いかまで一連のパッケージになっていると利用しやすい。

【事務局】

健診を受けて終わりという人が多い。健診後は保健指導を受ける、医療機関を受診するというサイクルを意識した案内を発信している。今までは健診受診に関する広報が多かったが、今年度は特定保健指導に特化したCMを放送した。

健診後について、運動や食事に関する点でも自治体等との連携について検討していきたい。

【被保険者代表】

健診機関が人間ドックの補助申請を行わない理由はなにか。

【事務局】

人間ドックの質を担保するため、人間ドックの各認定団体の認証を受けないと申請できない仕組みとしている。認証の取得ができないという理由が大きい。

【保健医療関係者】

人間ドックの認定を受けることは負担が大きく、規模の小さい健診機関は躊躇されるところが多い。

【健康保険委員代表】

当社も2、3年前から人間ドックを全額補助で全員に受診させている。健康を気遣っている社員も多いが、日々の忙しさから続かない。そういった層が動くきっかけになるような仕組みがあれば、自分事として生活習慣を改善していかなければならないという意識につながる。

【事務局】

健診結果が悪く医療機関の受診が必要な対象者へは、委託事業者を活用して、受診勧奨を行っている。しかし、複数回の呼びかけにも応じない層もある。事業主と連携し、強制力をもって受診させるという方策も使いながら実施していきたい。

【行政関係】

生活習慣改善を続けることが難しいことは、職場内の取り組みでも実感しており、特に気にしてほしい。

い働く世代は忙しさから紛れてしまう。「やらされている感」がなく、取り組みやすい環境にすることが大事である。

#### 【行政関係】

先ほど話のあったタニタとの取り組みは、長岡市の10年間のアクションプランに関連したもので、歩数計や体組成計と連動した取り組みなどを行っていた。市民がリーダーとなり、「健康サポーター」という形で様々な課題の検討にメンバーとして加わってもらっている。そういった方々は、健康への道筋で意識付けがされた方であり、有用な財産という認識である。

長岡市の健康課題としては、人口10万人に対する脳血管疾患死亡率が、国が100に対して、男性136、女性132と非常に高い。原因として、平均歩数が約5,200歩と少ないこと、塩分の摂取量が7gを超えることが挙げられる。対策の一つとして、減塩の動画やアプリの活用を行っているが、目標まで届いていない。働き盛り世代へのアプローチが非常に課題となっているので協会けんぽとぜひ連携したい。

#### 【事業主代表】

人間ドックについては、費用を気にして一般健診の受診をしている社員もいるため、補助の拡充は健康状態を知る取り組みとして有用と感じる。

特記事項	
------	--

- ・ 次回は令和8年10月または11月の開催予定
- ・ 野口委員は所用のため欠席