

北海道健康づくり協働宣言団体実績報告（令和5年度）

【すこやか北海道10カ条】

- す スタートは朝食、野菜を毎食プラス1！
- ほ ほっとかないで、こころの悩み！
- と どこでもさわやか、禁煙・受動喫煙ゼロ！
- こ ここちよい目覚め、笑いあふれる1日を！
- つ つきあい楽しく、適正飲酒！
- う 受けよう検診・がん検診！変えよう生活習慣！
- や やってみよう、体重チェックと血圧チェック！
- か かるやか・ハツラツ、適度な運動！
- い いつもエンジョイ、吸わない・飲まない青春！
- か 家族みんなでフッ素とフロス！

番号	団体名	取組領域										活動内容・効果等	
		す	こ	や	か	ほ	つ	か	い	ど	う		
4	北海道産業保健推進センター					○						○	<p>【事業場におけるメンタルヘルス対策支援】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・管理監督者向けメンタルヘルス教育 19件 ・若年労働者教育 1件 ・促進員によるメンタルヘルス戸別訪問支援 66件 <p>【小規模事業場（労働者50人未満）への支援】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・メンタルヘルス不調者相談・指導 12件 ・高ストレス者による面接 23件 ・登録保健師による健康相談 134事業場 872人 ・登録保健師による健康講話 1事業場
5	北海道国民健康保険団体連合会	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・保健推進員リーダー研修会 ○講演 「みんなが主役！だれひとり取り残さない健康なまちづくりを目指して」 長野県立大学大学院健康栄養科学研究科 准助教 今村 晴彦 氏 ○事例発表 「弟子屈町のふまねっと運動」 ・釧路会場 ふまねっとサポーター九・三 副会長 高砂 弥生 氏 ○グループワーク 地域の健康課題、地域における予防・健康づくり活動 まとめ 長野県立大学大学院健康栄養科学研究科 准助教 今村 晴彦 氏 令和5年10月30日・釧路市・出席者数20名 令和5年11月14日・札幌市・出席者数81名 ・生活習慣病対策や健康づくりに関して、意識向上に寄与する講座等の開催時に、医師・大学教授、健康運動指導士等、専門分野の講師の派遣を行った。 ・希望する保険者へ以下の教材・器材の貸出しを行った。 ○視聴覚教材 ヘルスパネル：13種類 DVD作品：55種類 ○イベント用器材 超音波骨量測定装置、メタボリ先生（血管年齢測定）等：22種類 ・特定健診・特定保健指導、生活習慣病、母子・育児等のカテゴリーから健診や健康教室、イベント等の場面で活用できる被保険者教育用冊子等を提供した。 「必ず受けよう特定健診結果」 「生活習慣見直しサポート 健診結果を賢く活かそう」 「ストレッチ&筋トレでいまより 10分多く体を動かそう！」等 全27種
6	一般社団法人 北海道医師会	○							○			○	<p>① タバコが及ぼす健康被害の啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・講演形式（講師3名）：現地（オンライン）、ライブ配信（YouTube）、録画配信（6/4～6/10） （参加者342名（会場27名、ライブ配信不明、録画配信315名、視聴回数555回）） ・テーマ「きれいな空気はみんなのもの～タバコのない北海道をめざそう!!～」 <p>② ポスター・リーフレット</p> <ul style="list-style-type: none"> 「医療・健康周辺の新用語」（健康習慣/病態・疾患）
8	一般社団法人 北海道薬剤師会						○	○	○	○	○		<ul style="list-style-type: none"> ・薬物乱用防止キャンペーンin北海道を開催した。苫小牧市内の学校を対象に薬物乱用防止啓発ポスターデザインを募集し、応募作品から選出された受賞作品を掲載した薬物乱用防止啓発ポスターを制作した。そのポスターを、10月17日～10月30日の期間、JR北海道主要駅及び地域の施設等に掲示し、利用される多くの道民に対し薬物乱用防止を啓発した。 さらに、10月1日～10月30日の期間、STVラジオのCMにより、薬物乱用防止啓発メッセージを放送し、さらに薬物乱用防止に関するラジオ生放送も行った。 ・薬物乱用防止教育実践教材をHPに掲載している。 ・業と健康の週間行事の一環としてパネル展（業に関する内容、薬物乱用防止）、パンフレットの配布を行った。 ・「業との上手なつきあい方ー薬剤師から皆様へー」と題した小冊子を道民の健康増進のために各種研修会等において活用している。 ・アンチ・ドーピングに関して、本会会誌や事例を集めた小冊子により、情報を提供した。
9	公益社団法人 北海道看護協会					○						○	<p>1 たばこ対策推進</p> <p>① 「看護学生のたばこ対策」講習会を要望のあった看護師等学校養成所13校499名に実施した。看護学生に、喫煙による健康被害と禁煙対策の重要性について周知し、将来、患者に健康指導を実施する立場として、また自身が次世代に子どもを生み育てる立場として、たばこの害や健康被害、健康習慣について考える機会になっている。</p> <p>② 受動喫煙対策のポスターを上記看護学校へ送付し、掲載してもらおうと同時に、協会館内での掲示、ホームページに掲載した。</p> <p>③ 北海道看護協会会員に向けた喫煙に関するアンケートを実施した。</p> <p>2 健康情報の提供</p> <p>北海道看護協会ニュース（5回/年発行）に次のテーマで掲載している。（「温泉の泉質と効能」「芸術の秋、音楽を聴くことによる健康効果」「春のストレスを乗り越えよう!!」）あわせて当会のホームページに掲載している。</p>
10	公益社団法人 北海道栄養士会	○	○	○				○	○				<ul style="list-style-type: none"> ■野菜セミナー「野菜の摂取量を増やす」 【内容】札幌市内の一般住民を対象に、札幌産秋野菜を使用した料理講習会を行う。（令和5年11月） 【評価】講習会の内容に対する参加者の意識を把握のため実施後アンケート調査を行った。 【結果】 ①参加者アンケートは100%「参考になった」と満足してもらえた結果となった。②「野菜を食べようと思った」「遺産を食べようと思った」と100%が回答し目的に沿った内容となっていた。 ■年齢健康まつりへの参加 【内容】道民が栄養バランスのとれた食生活を実践できるよう食育SATシステム（フードモデル）を使って栄養相談を実施。 【評価】参加者の意識把握のためアンケート調査を行い評価した。 【結果】参加者(86名)の理解度及び満足度を把握するためのアンケートから「楽しかった」45.3%、「食生活を振り返ることができた」31.4%、「今後の参考にしよう」41.9%、「あまり参考にならなかった」0%の回答を得ており、楽しみながら参加し、食生活を振り返るきっかけづくりが出来た活動となった。
12	一般社団法人 北海道前調理師会	○							○			○	<p>本会の本部事務局入口及び事務局内に大型ポスターを掲示し、事務局を訪れる会員へ取組の周知を図った。</p>

北海道健康づくり協働宣言団体実績報告（令和5年度）

【すこやか北海道10カ条】

- **す** スタートは朝食、野菜を毎食プラス1！
- **こ** ここちよい目覚め、笑いあふれる1日を！
- **や** やってみよう、体重チェックと血圧チェック！
- **か** 家族みんなでフッ素とフロス！
- **ほ** ほっとかないで、こころの悩み！
- **つ** つきあい楽しく、適正飲酒！
- **か** かるやか・ハツラツ、適度な運動！
- **い** いつもエンジョイ、吸わない・飲まない青春！
- **と** どこでもさわやか、禁煙・受動喫煙ゼロ！
- **う** 受けよう検診・がん検診！変えよう生活習慣！

番号	団体名	取組領域										活動内容・効果等	
		す	こ	や	か	ほ	つ	か	い	ど	う		
13	一般社団法人 北海道歯科衛生士会				○								<p>お口の健康啓発イベント（おくちのけんこう展）</p> <ul style="list-style-type: none"> 令和5年7月2日（日）11時～17時 札幌市民交流プラザ SCARTSモールA・B（1階） 令和5年12月10日（日）10時～17時 札幌市民交流プラザ SCARTSモールA（1階） <p>【実施内容】 おくちの健康に関するポスター展示、健康チェックコーナー、歯科衛生士のお仕事体験コーナー、フッ化物実践コーナー</p> <p>【効果】 一般市民の皆様へお口の健康さをPRすることで、来場された方々と実際にお話しをすることで疑問や気づきを共有することが出来た。</p>
14	公益社団法人 アルコール健康医学協会						○		○				<p>①普及・啓発事業として（主なもの）</p> <ul style="list-style-type: none"> 機関誌「お酒と健康」及び情報誌「NEWS&REPORTS」を発行し、全国の地方公共団体や酒類業団体、助成をしている学会、大会等へ資料の無償提供 ホームページで適正飲酒、20歳未満の者の飲酒防止、飲酒運転防止についての情報提供 http://www.arukenkyo.or.jp/health/index.html 令和3年度から令和5年度の事業として、20歳未満飲酒防止の啓発として、小・中・高校生向けの飲酒防止啓発資料を作成し、令和3年10月に小学生向け「考えてみよう！お酒のこと」を令和4年7月に中学生向け「知っていますか？お酒のこと」令和5年7月に高校生向け「知っておきたいお酒のこと」を作成、発行した。 当協会主催の第13回飲酒と健康に関する講演会を令和5年11月15日に量産会館（東京 永田町）で開催した。また、講演会の模様を記録集にまとめ北海道をはじめ各都道府県のアルコール担当部署へ配布した。 また、当協会ホームページにて第1回から第13回までの記録集を掲載している。 https://www.arukenkyo.or.jp/information/kirokusyu.html <p>②アルコールと健康に関する最新の医学情報を世界中の主要な医学雑誌や文献等から収集した要約を当協会ホームページに掲載 http://www.arukenkyo.or.jp/book/all/book_a.html</p> <p>③酒類業中央9団体からの要請によりTVCM等、業界策定の酒類の広告・宣伝及び酒類容器の表示に関する自主基準の順守状況について審査検討を行う。審査結果の概要は当協会のホームページに掲載。 http://www.rcaa.jp/member/index.html</p>
15	公益財団法人 北海道健康づくり財団	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	<ul style="list-style-type: none"> ○健康情報ライブラリ事業 … DVD等健康教育教材の貸出：777件 ○生活習慣病地域特性評価事業 … 道内市町村の主要死因の調査研究：1事業 ○特定保健指導実践指導者研修事業 … 人材育成研修会の開催：102人 ○健康づくり広報事業 … 禁煙週間事業等：3事業 ○健康運動普及推進事業 … ワーキング大会等開催及び支援：5事業 ○女性アスリート健康支援事業 … セミナーの開催：30人 ○糖尿病講演会開催事業 … 講演会の開催：2事業 ○地域保健特別活動推進事業 … 健康教育事業の実施：3事業 ○すこやかロード推進事業 … ウォーキングロードの認定：4コース ○健康づくり推進地域支援事業 … 市町村が実施する健康増進事業等への助成：69事業
16	公益財団法人 北海道精神保健推進協会					○							<ul style="list-style-type: none"> ○精神科デイケア事業 ・通所者状況 在籍者総数169名 ・就労支援活動：就労支援プログラム、同行支援随時実施 ・生活支援：家庭訪問、面接相談随時実施 ・OB支援：OB会の支援、面接、電話相談 <p>○実習生の受け入れ：医師・作業療法士・看護師・精神保健福祉士等関係学生</p> <p>○精神障がい者地域生活支援事業、地域移行研修（北海道委託事業）</p>
20	公益財団法人 北海道対がん協会	○		○			○	○	○	○	○	○	<p>【普及啓発活動】 がん征圧月間、北海道がん征圧・がん検診受診促進月間を中心に以下の活動を実施した。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・がん予防市民大会 10/21 稚内総合文化センター（オンライン併用） ・がん予防普及パネル展 9/13～14 北海道庁本庁舎1階ロビー ・がん征圧月間ポスターの配布（道立保健所、市町村に配布） ・がんや生活習慣病に関する健康教育等の実施 <p>【検（健）診事業】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・がん検診及び特定健康診査等の実施 ・特定保健指導の実施により生活習慣病改善への支援
31	北海道精神保健協会					○							<ol style="list-style-type: none"> 1 精神保健福祉推進員養成事業 ボランティア活動に参加しやすい環境を整備し、精神障がい者の社会復帰の促進を図ることを目的として、医師・PSW・保健師・ボランティア・障がい者支援事業所の職員等を講師に、また、当事者からの発表・施設実習を交えた養成講座を開催した。講座の開催により、新たな精神保健福祉推進員（ボランティア）の発掘に効果を上げている。 2 精神保健北海道大会の開催 障がい者の自立と社会参加の促進を図ることを目的に、年1回、道内各地域で開催している。 3 機関誌「心の健康」の発行 精神保健福祉に携わる各専門分野の方々から執筆いただき、時宜にあった特集テーマを設定するなどして、専門性・普及性の高い機関誌を目指し、発行している。
34	北海道禁煙週間実行委員会											○	<ul style="list-style-type: none"> ○各種催事の開催 <ul style="list-style-type: none"> ・「No-Tobacco展」を道庁1階ロビーで開催。 ・「禁煙パネル展」を地下街オーロラコーナーで開催。 ○禁煙ポスターの応募募集 一般の方（高校生を含む）及び道内小・中学校の児童生徒から広く、禁煙啓発のポスターを募集。 ○ユーザーでの禁煙ポスター入選作品の紹介 北海道健康づくり財団のホームページからリンクしたユーザーサイトにおいて、禁煙ポスターの審査状況や入選作品の映像を紹。 ○禁煙啓発資料の提供 事業所などの求めに応じ職場等で活用する禁煙啓発資料を提供。

北海道健康づくり協働宣言団体実績報告（令和5年度）

【すこやか北海道10か条】

- す** スタートは朝食、野菜を毎食プラス1！
- ほ** ほっとかないで、こころの悩み！
- と** どこでもさわやか、禁煙・受動喫煙ゼロ！
- こ** こころよい目覚め、笑いあふれる1日を！
- つ** つきあい楽しく、適正飲酒！
- う** 受けよう検診・がん検診！変えよう生活習慣！
- や** やってみよう、体重チェックと血圧チェック！
- か** かるやか・ハツラツ、適度な運動！
- か** 家族みんなでフッ素とフロス！
- い** いつもエンジョイ、吸わない・飲まない青春！

番号	団体名	取組領域										活動内容・効果等		
		す	こ	や	か	ほ	つ	か	い	ど	う			
37	公益財団法人 北海道結核予防会											○	○	<ul style="list-style-type: none"> 結核&COPD予防普及啓発キャンペーン 令和5年9月22日(金) チカホ札幌駅前通地下広場 パネル展示・リーフレット配布など 結核予防週間パネル展 令和5年9月20(水)～29日(金) 札幌複十字総合健診センター 待合 結核・COPD予防パネル展示・リーフレット配布 札幌市時計台 ライトアップ 令和5年9月24日(日) 結核予防のシンボルカラー「赤」にライトアップ 住民健診会場でのリーフレット・マスク配布 <p>○道民への結核・COPDの認知度や禁煙意識の向上、健康づくりの意識を高めてもらえる機会になった。</p>
38	北海道健康をまもる地域団体連合会	○										○	○	<ul style="list-style-type: none"> 健康講演会の開催 ウォーキング等の地域グループの活動啓発 町内会女性部中心から男性参加のPR活動
41	社会福祉法人 北海道いのちの電話			○		○							○	
42	社会福祉法人 旭川いのちの電話					○								<ul style="list-style-type: none"> 電話を通じ、心の悩みを聴くことで（掛け手は自分の悩みを話すことで）生きる支えとなればよいと思っている。
48	大塚製菓株式会社 札幌支店											○		<p>【内容】 アプリによる歩数カウント・事業所別対抗 支店単位・ランニング、ウォーキングどちらもOK ・参加者（歩数が発生している人）のうち平均歩数が5000歩以上の人数比率が高い事業所を表彰</p> <p>【効果】（23年度運動習慣者比率：集計中 ※参加者感想） <ul style="list-style-type: none"> 運動習慣を身に付けることができた！ ・体調管理に気を付けるようになった！ ・ストレス解消になった！ ・ダイエットに効果があった！ ・仕事の集中力が高まった！ ・体の不調が和らいだ！ ・よく眠れるようになった！ </p>
50	名寄市立大学			○								○		<ul style="list-style-type: none"> ストレッチ 筋肉トレーニング 有酸素運動 バランストレーニング コグニサイズ
51	株式会社セコマ	○											○	<ul style="list-style-type: none"> 野菜・海藻・きのこ類を 40g 以上使用した商品のPOPに「野菜〇〇g 以上」のマークをつけるなど、お客様に野菜の摂取の普及活動を行うことで、食品購入の際に健康に配慮し、自身にあった適切な食の選択ができることを目指した企画を実施。 野菜を食べようキャンペーンは2024年で14年目となり、2023年のキャンペーン期間中の対象商品の北海道での販売数量は、開始時の2011年と比較して約1.6倍に伸長しました。2022年と比較しても1.1倍に伸長しており、本キャンペーンは北海道民の野菜摂取の促進に繋がっていると考えられます。
52	一般社団法人 MOAインターナショナル 北海道地区	○	○	○		○		○				○	○	<p>《活動》</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 食育・菜園、美育、健康増進等に関する各々け、研修会の開催 2. ホランティア人材（資格者）の養成、健康3i1i（仲間）づくり <p>《具体的な内容》</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 道内各地での各セミナー、研修会の開催 <ol style="list-style-type: none"> (1) 食育セミナー（料理講習会含）118会場 参加者 1,285名 (2) 美育セミナー（美術茶の湯含）28会場 参加者 695名 (3) 健康増進セミナー 75会場 参加者 438名 (美容・食育・浄化療法・運動などの複合セミナー) (4) 浄化療法セミナー 96会場 参加者 639名 (5) 一社）MOAイカ-カ-カ認定 資格取得者（06/3/31現在） 食育指導員 327名 食育推進員 226名 美育指導員 546名 美育推進員 396名 浄化療法1級療法士 7名 浄化療法2級療法士 1,245名 浄化療法3級療法士 2,013名 浄化療法初級療法士 42名
56	株式会社 ナガセビューティクア 北海道営業部		○								○	○		<p>道内のいろいろな場所で複数回健康講話を実施。各会場とも多くの方が来場し、様々な健康の話をし、兼行できることの大切さ改めて確認して頂けたものと思っている。 会場に来られない方には、teamsを活用し、オンラインで視聴できるよう対応。</p>
57	北海道後期高齢者医療広域連合												○	<ol style="list-style-type: none"> 1 健康診査事業の周知啓発及び受診勧奨 <ol style="list-style-type: none"> (1) 実施内容 <ul style="list-style-type: none"> ア 後期高齢者医療制度周知用リーフレットによる健診事業のお知らせ（令和5年4月） イ 医療費通知の裏面を活用した健診事業の周知（令和6年2月） ウ ホームページによる健診事業のお知らせ（随時） (2) 効果 <ul style="list-style-type: none"> 各種広報を見た被保険者からの問い合わせの内容などから、健康診査の事業目的や治療の人でも受診できることなどの周知が図られたと考える。 2 口腔ケアに関する周知啓発 <ol style="list-style-type: none"> (1) 実施内容 <ul style="list-style-type: none"> ホームページによる健康情報の発信（平成27年11月から） (2) 効果 <ul style="list-style-type: none"> 後期高齢者における口の健康が全身の健康と密接な関わりがあることを周知し、口腔ケアに対する関心を持たせることができた。

北海道健康づくり協働宣言団体実績報告（令和5年度）

【すこやか北海道10カ条】

- す** スタートは朝食、野菜を毎食プラス1！
- ほ** ほっとかないで、こころの悩み！
- と** どこでもさわやか、禁煙・受動喫煙ゼロ！
- こ** こちよひ目覚め、笑いあふれる1日を！
- つ** つきあい楽しく、適正飲酒！
- う** 受けよう検診・がん検診！変えよう生活習慣！
- や** やってみよう、体重チェックと血圧チェック！
- か** かるやか・ハツラツ、適度な運動！
- か** 家族みんなでフッ素とフロス！
- い** いつもエンジョイ、吸わない・飲まない青春！

番号	団体名	取組領域										活動内容・効果等	
		す	こ	や	か	ほ	つ	か	い	ど	う		
58	全国健康保険協会 北海道支部	○	○	○		○		○		○	○	○	<p>○健康増進月間の設定（9月）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「メンタルヘルスケアの実施による治療と就業に関する両立支援」をテーマとした講演会の実施（札幌市・函館市） <p>○健康情報の発信</p> <ul style="list-style-type: none"> ・メールマガジンによる健康情報コラムの配信（生活習慣、歯周ケアに関する情報など） ・協会けんぽ内の広報媒体のほか、自治体・経済団体の広報物を活用した健診受診勧奨 ・ホームページにて、当支部の健康づくりに賛同する企業の施設を利用する際の特典サービスの案内 ・SNSを活用した健康情報の発信（運動習慣、朝食に関することなど） <p>○禁煙・分煙への取組</p> <ul style="list-style-type: none"> ・禁煙に関するポスター当禁煙資材を作成し事業所へ配付 ・禁煙啓発に係る個別通知を加入者へ送付 ・協会けんぽが実施している「生活習慣病予防健診」における医師による簡易禁煙指導 ・事業所向け禁煙・喫煙対策プログラムの実施 <p>○健康経営の支援</p> <ul style="list-style-type: none"> ・北海道・経済団体と連携した「健康事業所宣言」事業の実施
59	健康保険組合連合会北海道連合会												5組合30事業所より申請があり「宣言の証」を発行。
64	北海道千歳 リハビリテーション大学										○	○	<p>健康増進教室では、参加者個々の柔軟性、筋力、バランス能力、歩行能力などの運動機能評価や脳年齢をチェックし、機能評価に基づいた筋力強化、バランストレーニング、ストレッチ、脳トレを行っている。</p> <p>令和5年度は、健康増進教室を3クール（1ヶ月に1回、3ヶ月）開催し、第1クールはフレイル予防、第2クールは骨粗鬆症予防教室、第3クールは認知症予防教室とテーマを決めて行った。</p> <p>初回に運動機能評価等とテーマを合わせた予防ストレッチを行い、自宅でもストレッチをしてもらって、3回目に再度評価して、結果についてのフィードバックや今後の運動についてアドバイスをを行った。</p>
69	株式会社明治 北日本支社	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	<ol style="list-style-type: none"> 1. 子どもの居場所への支援に係る協定(21年5月締結) <ul style="list-style-type: none"> ・子ども食堂への商品提供 2. 北海道民の健康づくりの推進に向けた連携に関する協定(22年4月締結) <ul style="list-style-type: none"> ・道民の健康づくり、スポーツ振興による次世代育成（北海道応援フェア実施&寄付） ・当該寄付金を活用して、道主催「健康づくり」「バラスポーツ」関連イベントの開催及び協賛・競技参加・サンプリング等 ※ 自治体主催マラソンへの協賛・サンプリング実施 ・道主催「健康・食育」イベントへの協賛、資料提供、セミナー実施等 ・道民健康づくりの日イベント参加（パンフ提供、商品試飲会開催）
70	サンドラッグ西岡薬局			○								○	<ul style="list-style-type: none"> ・フレイル予防等の冊子、アミノ酸飲料パンフ等を設置し、服薬指導時に患者さんに合わせてそれらパンフレットの配布、たんばく摂取の必要性の説明と啓発。 ⇒受診時等に「適度な運動を」と説明があった際の具体的なアドバイスを行いやすくなりました。（冊子・パンフレット配布数10冊） ・薬局内に血圧計の設置。降圧剤服用患者への再度血圧測定の習慣確認（血圧手帳の所持促進）と血管病リスクへの周知強化を行った。 ⇒血圧手帳所持者の増加。降圧剤服用患者のコンプライアンス改善が見られました。