

まえてつ通信 4th

NO. 019 2024(R6).6.17 (月)

はじめる！長崎健康革命

はじめる！
長崎健康革命

令和6年度 長崎県 職場の健康づくり応援事業

長崎県では事業所での自主的な健康づくりを応援するため専門スタッフを派遣します。
職場や家庭で健康づくりを始めるきっかけとして是非ご活用ください。

【事業内容】 専門スタッフが職場に出向き、下記テーマのうち、希望するテーマ（原則1回・1テーマ）について講話をします。

栄養・食生活	身体活動・運動	喫煙(たばこ)	歯・口腔の健康	こころの健康
<ul style="list-style-type: none"> 食事の改善に関する講話 社員食堂を活用したイベントの支援 	<ul style="list-style-type: none"> 職場で出来る運動 腰痛、肩こり予防 ウォーキングの効果について 	<ul style="list-style-type: none"> たばこの害 受動喫煙の影響 禁煙のススメ 	<ul style="list-style-type: none"> むし歯・歯周病予防 口腔と全身の病気との関係 オーラルフレイルとは 	<ul style="list-style-type: none"> ストレス対処法 睡眠・休養・飲酒について 職場のメンタルヘルス

最近、テレビで元サッカー選手の久保さんを起用し標記の事業を周知していますが、企業の生産性を上げることが課題と言われているなか、「健康経営」の視点はとても重要です。

しかしながら自治体の健康増進の部署の悩みは「働き盛り世代の多くは都道府県や基礎自治体の国民健康保険に加入していないためブラックボックスで何も対応できていない」ことです。

そのため県は令和6年度に応援事業として左記の事業を展開しています。是非ご活用ください。

■対象	長崎県内の事業所 ※概ね10人以上・合同実施もOK	★お申し込みはネットより 長崎県職場の健康づくり
■期間等	毎年4/1～3/末 2時間以内/回	
■派遣スタッフ	管理栄養士・栄養士・健康運動指導士・薬剤師・歯科衛生士・保健師・看護師	
■費用	無料（参加者は受講後アンケートへの回答が必須）	

もちろんこれでも十分ではなく、昨年、私は民間事業者から提案を頂き「慢性腎臓病対策」にも取り組み、新年度、「県との連携協定」を公募で募り、予防対策に取り組んでいくこととなり、上記の5つの講座にプラスし「透析予防、透析」についても追加されることになりました。

そして次は「带状疱疹ワクチン接種の助成」に取り組み始めました。

- ★慢性腎臓病 悪化すると人工透析が必要
- ★人工透析 医療費一人当たり年間約480万(財政コスト) & 週3回治療のための送迎の家族負担(社会的コスト)
※熊本市の先行実施事例：慢性腎臓病リスクがある市民への働きかけで5年間に9億5000万の医療費削減効果あり
もちろんお金だけではなく「物言わぬ臓器への予防」が大事
- ★带状疱疹 長崎県全体で年間約5.6億の医療費
※先進の兵庫県：41自治体のうち28自治体に県が補助、予防と医療費削減の効果あり

带状疱疹ワクチンの接種費用を助成している都道府県ごとの自治体数割合

