



# 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～

- ☆ 平均寿命日本一の長野県において、県民一人ひとりが自ら **Action**(体を動かす)、**Check**(健診を受ける)、**Eat**(健康に食べる)に取り組み世界で一番(ACE)の健康長寿を目指す健康づくり県民運動の名称です。
- ☆ 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。

### 生活習慣病予防のための3つの重点項目とキャッチフレーズ



毎日続ける速歩と体操 ～休日は楽しみながらウォーキング～

- 長野県発のインターバル速歩や信州の自然を満喫できるウォーキング、地域のオリジナル体操やラジオ体操・ストレッチ等で体を動かしましょう。



家族そろって必ず健診 ～毎年の歯科チェック、毎日の血圧チェックも～

- 家族全員が年に1回は健診や歯科チェックを受け、生活習慣を見直す機会にするとともに、血圧が高めの方は、毎日測定するようにしましょう。



減らそう塩分、増やそう野菜 ～1食の塩分は3g、野菜はもう一皿～

- 調味料の使い方を工夫した食事や野菜を使った料理を楽しむとともに、外食などの際には塩分表示を確認しましょう。

### 4つの取組方針

<p><b>I 「健康経営」</b> を推進します</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・企業での従業員の体を動かす取組（体操やインターバル速歩）</li> <li>・企業における（被扶養者を含めた）健診受診</li> <li>・社員食堂での健康に配慮した「ACEメニュー」の提供</li> </ul> <p style="text-align: right;">を推進します。</p>
<p><b>II 「健康地域づくり」</b> を推進します</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域の健康課題を「見える化」し、市町村における健康づくりや生活習慣病予防の取組強化</li> <li>・糖尿病性腎症重症化予防の体制づくり</li> <li>・市町村におけるウォーキングコースの設置やウォーキング又はオリジナル体操の普及</li> <li>・住民の健診受診</li> <li>・飲食店やコンビニ等での健康に配慮した「ACEメニュー・弁当」の更なる提供</li> </ul> <p style="text-align: right;">を推進します。</p>
<p><b>III 「健康教育」</b> を推進します</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・幼・保、小中学校における長野県版「運動プログラム」の実施</li> <li>・家庭や学校等での減塩や野菜摂取を重点とした食生活改善</li> </ul> <p style="text-align: right;">を推進します。</p>
<p><b>IV 「ACE県庁」</b> を推進します</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健診受診や体を動かす取組など、職員が自主的に健康づくりを実践する「ACE県庁」を推進します。</li> </ul>

# 5つの実施プラン（平成29年度）

プラン	主な取組等 【関係部局】	取組指標等（H29）																																		
① 市町村での「Action（体を動かす取組）」推進プラン	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ご当地体操コンテストの実施、マスコミやYouTube など各種媒体での発信による市町村オリジナル体操の普及</li> <li>○ 全市町村でウォーキングコースを設定、県管理の歩道等を整備、ウォーキングコースの普及・利用促進</li> <li>○ ポールを使ったウォーキングなど民間企業等と連携した運動の普及</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 【企画振興部、産業労働部、建設部、林務部、環境部、教育委員会、健康福祉部】</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 市町村オリジナル体操（H28）67 ⇒ 77</li> <li>○ ウォーキングコース設置市町村（H28）74 ⇒ 77</li> <li>○ 民間企業と連携し運動の普及に取り組む事例の増加</li> <li>○ プログラム実施率 小学校（H28）90% ⇒ 100% 中学校（H28）82% ⇒ 90%</li> </ul>																																		
② 企業での「健康経営」推進プラン	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 経済団体・健康保健組合や産業労働部門と連携した「健康経営」の普及</li> <li>○ 「健康経営」の取組による効果を労働生産性の観点から見える化し、更なる普及促進</li> <li>○ 「モデル企業」における身体活動等健康づくりの取組促進 【産業労働部、健康福祉部】</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 健康経営セミナーの開催 4回</li> <li>○ 協会けんぽ「チャレンジ宣言事業所」（H28）156 ⇒ 200</li> <li>○ 経済産業省「健康経営優良法人認定制度」（中小規模法人部門）認定法人（H28）6 ⇒ 10</li> <li>○ モデル企業（H28）15 ⇒ 20</li> </ul>																																		
③ 特定健診受診率向上プラン	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 保険者協議会と連携した受診しやすい環境づくりと受診機会の増加</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>※各保険者の特徴を踏まえた取組を実施</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・市町村国保 ⇒ 市部の受診率の向上</li> <li>・協会けんぽ ⇒ 従業員及び被扶養者の受診率向上</li> <li>・健保組合、共済組合 ⇒ 被扶養者の受診率向上</li> </ul> </div> <p style="text-align: right;">【総務部、教育委員会、健康福祉部】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 保険者相互乗り入れ健診等による受診機会の増加</li> </ul> <p>【参考】特定健診受診率</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th colspan="2">実績</th> <th colspan="2">目標</th> </tr> <tr> <th>H26</th> <th>H27</th> <th>H28</th> <th>H29</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>県全体</td> <td>53%</td> <td>-</td> <td>66%</td> <td>70%</td> </tr> <tr> <td>・市町村国保</td> <td>44%</td> <td>45%</td> <td>56%</td> <td>60%</td> </tr> <tr> <td>・協会けんぽ</td> <td>46%</td> <td>51%</td> <td>60%</td> <td>65%</td> </tr> <tr> <td>・地共済</td> <td>84%</td> <td>84%</td> <td>90%</td> <td>90%</td> </tr> <tr> <td>・学校共済</td> <td>73%</td> <td>73%</td> <td>88%</td> <td>90%</td> </tr> </tbody> </table>		実績		目標		H26	H27	H28	H29	県全体	53%	-	66%	70%	・市町村国保	44%	45%	56%	60%	・協会けんぽ	46%	51%	60%	65%	・地共済	84%	84%	90%	90%	・学校共済	73%	73%	88%	90%
	実績			目標																																
	H26	H27	H28	H29																																
県全体	53%	-	66%	70%																																
・市町村国保	44%	45%	56%	60%																																
・協会けんぽ	46%	51%	60%	65%																																
・地共済	84%	84%	90%	90%																																
・学校共済	73%	73%	88%	90%																																
④ ACEメニュー提供1,000店舗プラン	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 飲食店におけるACEメニュー提供拡大（チェーン店、道の駅などの拠点施設、ご当地メニューに重点的に取組）</li> <li>○ 社員食堂コンテストの実施などによる、企業での健康に配慮したメニューの提供促進</li> <li>○ ACE弁当の継続的な提供・普及 【環境部、観光部、農政部、建設部、健康福祉部】</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ACEメニュー提供店舗 1,000店</li> <li>・飲食店（H28）116 ⇒ 150（うち拠点的施設 5）</li> <li>・コンビニスーパー（H28）709 ⇒ 800</li> <li>・社員食堂 45 ⇒ 50</li> </ul>																																		
⑤ 家庭・学校での「健康な食生活」推進プラン	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 減塩モデル地区における食生活改善の取組・効果の発信や普及</li> <li>○ 食生活改善推進員と連携した若者層・働き盛り世代への減塩・野菜摂取の普及、子育て世代の食生活改善やクックパッドを活用した家庭向けACEメニューの発信</li> <li>○ 学校現場における指導力向上と家庭への健康な食生活の普及啓発 【県民文化部、農政部、教育委員会、健康福祉部】</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 減塩モデル地区 6地区</li> <li>○ 食生活改善推進員と連携した若年層・働き盛り世代への取組</li> <li>・高校訪問 10校</li> <li>・事業所(働き盛り世代)訪問 10校</li> </ul>																																		

## ACEフォーラムの開催

○ これまでのACEの取組の総括と、今後の取組の方向性を共有 [11月2日(木) ホテル国際21]

参加者：市町村、ACEネット参画団体、次世代ヘルスケア産業協議会会員、県内企業等 約300～400名

【産業労働部、健康福祉部】

内容：基調講演・事例発表・シンポジウム・企画及び展示ほか