

2024
健康経営優良法人
Health and productivity

マイカタちゃいます、

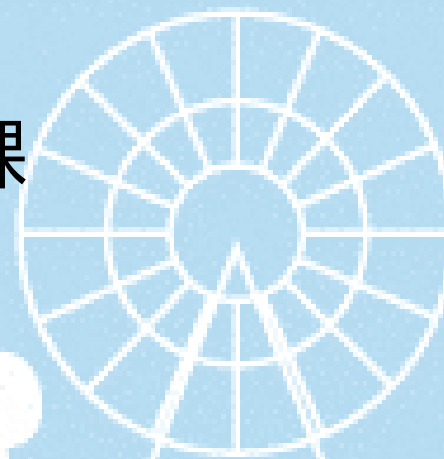
検索



地域・職域、 パートナーシップ構築から醸成へ

枚方市 健康福祉部 健康づくり課
落合 都

(理学療法士／健康経営エキスパートアドバイザー)

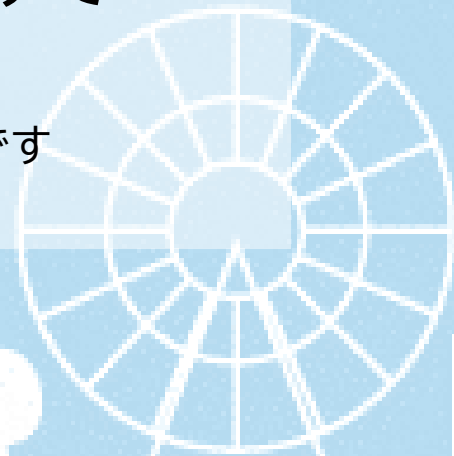




枚方市
ひこぼしくん

- 枚方市の概要
- 「健康経営の推進」の位置づけと取組
- 「健康経営の推進」の波及効果
- パートナーシップ構築から醸成にむけて

※「健康経営」は特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標です

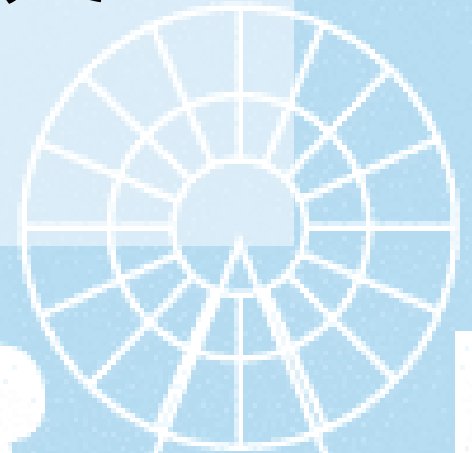




枚方市
ひこぼしくん

●枚方市の概要

- 「健康経営の推進」の位置づけと取組
- 「健康経営の推進」の波及効果
- パートナーシップ構築から醸成にむけて



枚方市の概要



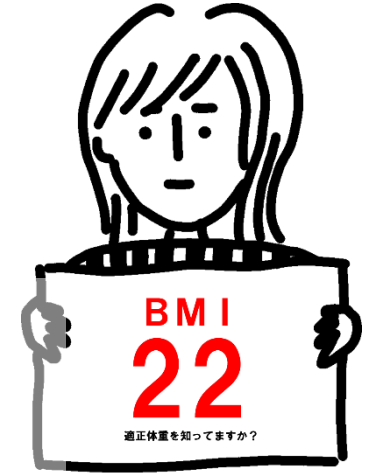
人口：392,689人（令和6年11月1日現在）
高齢化率：29.1%（令和6年11月1日現在）
事業所数：10,074（平成28年度） 内、50人未満の事業所9,623（95.5%）



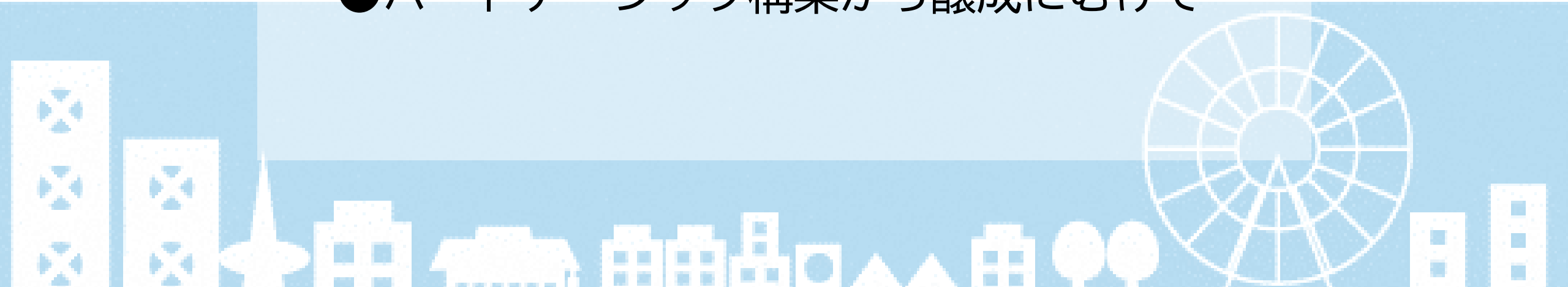
SVリーグ
大阪ブルテオン
(旧パナソニック
パンサーズ)

が有名！

枚方市
健康増進推進
キャラクター



- 枚方市の概要
- 「健康経営の推進」の位置づけと取組
- 「健康経営の推進」の波及効果
- パートナーシップ構築から醸成にむけて

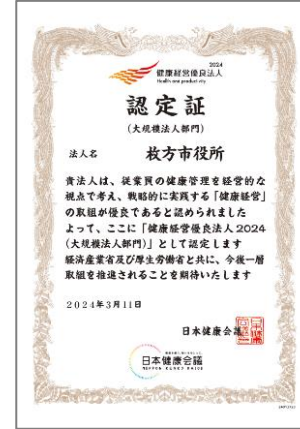


枚方市における「健康経営の推進」の位置づけ

「健康経営の推進」
を市長公約に掲げている



市長



総務部 職員課

枚方市（庁内職員）の健康経営

- ・健康経営優良法人の取得
- ・衛生委員会の開催

等

健康福祉部 健康づくり課

市内企業の健康経営の推進

- ・市内企業への健康経営の普及
- ・市内企業の健康経営の取組支援

等

観光にぎわい部

商工振興課

- ・女性活躍の推進
- ・市内企業の活性化 等

スポーツ振興課

- ・枚方市スポーツ協会
（健康経営を積極的に推進）
への支援 等

健康づくり課における「健康経営の推進」の位置づけ

健康福祉部 健康づくり課

- ・ 計画の策定・管理
(健康増進計画、歯科口腔保健計画、食育推進計画、特定健康診査等実施計画など)
- ・ 健康増進事業／成人保健事業
- ・ **地域・職域連携推進事業**
- ・ 食育推進事業
- ・ 歯科口腔保健
- ・ がん対策
- ・ 特定健診、特定保健指導（国保対象）
- ・ 高齢者の保健事業と
介護予防の一体的実施
- ・ 介護予防・日常生活支援総合事業
- ・ 地域包括支援センターの運営、在宅医療・介護連携 など



地域住民に対する健康づくり（地域保健）と
働く世代に対する健康づくり（職域保健）を
連携して実施することで、
市民の生涯を通じた健康づくりを推進する事業

手段の一つ

「市内企業への健康経営の推進」

枚方市の健康づくりの推進体制

市民の生涯を通じた健康づくりの支援

市民に対する健康づくりの推進

職域に対する健康づくりの推進

特定健診
特定保健指導
30代国保健診

歯科口腔保健

健康教育

健康フェア

企業への
健康経営の
普及・取組支援

個別訪問

がん対策

大学
健康フェア

食育

ウォーキング
イベント

公民連携で推進

地域・職域
連携推進連絡会

など

介護予防

市民と働く世代の
健康に関する意識の向上

生活習慣病やロコモ等
の発症・重症化予防

健康リテラシーの向上
健康づくりの環境整備

★市民の健康寿命の延伸

枚方市の健康づくりの推進体制

市民の生涯を通じた健康づくりの支援

市民に対する健康づくりの推進

職域に対する健康づくりの推進

特定健診
特定保健指導
30代国保健診

歯科口腔保健

健康教育

健康フェア

企業への
健康経営の
普及・取組支援

個別訪問

がん対策

大学
健康フェア

食育

ウォーキング
イベント

公民連携で推進

地域・職域
連携推進連絡会

など

介護予防

市民と働く世代の
健康に関する意識の向上

生活習慣病やロコモ等
の発症・重症化予防

健康リテラシーの向上
健康づくりの環境整備

★市民の健康寿命の延伸

市内企業の健康経営の推進体制

従業員の健康づくりを
始める

従業員の健康づくりに
取り組む

従業員の健康づくりを
継続する

★企業への普及

①市からの普及

- ・ 会議前後での周知
- ・ 勉強会の開催

②協力企業・団体からの普及

★企業への取組・継続支援

①「ひらかた健康優良企業」制度による支援

②協力企業・団体による支援

③市民・他企業へのアピール

枚方市地域・職域連携推進連絡会による体制整備

普及① 市からの普及～会議前後での周知～

企業や団体の総会・定例会等の会議の前後5～10分程度で、健康経営について周知

貴社で取り組んで
みませんか？



<周知内容>

★健康経営の必要性

- ・定年延長に伴い高齢になっても
元気に働いてもらう
- ・若い従業員に入職してもらい
続けてもらう

★枚方市の支援制度の紹介

- ・お金をかけずに取り組めることもたくさんある！

経営層に「やってみよう」と思ってもらおう

実績

- ・枚方七企業団地連絡協議会 総会
- ・各企業団地の定例会
- ・枚方市工業会 総会
- ・北大阪商工会議所 全国会長会研修会

- ・北大阪商工会議所 女性理事会
- ・クラスター研究会
- ・北大阪労働基準監督署の研修会
- ・枚方交野民主商工会
- ・枚方市保健所公衆衛生協力会

- ・納税協会 広報委員
- ・大阪同友会
- ・その他、企業の経営者へ
個別アプローチ

普及① 市からの普及～勉強会の開催～

企業や団体の総会・定例会等で、健康経営に関する勉強会を開催

<勉強会の内容>

各種測定会（30分～1時間）



講義（30分程度）



筋力測定 肺年齢測定 野菜摂取量測定 など

- ・要望に応じた健康講座
- ・健康経営の必要性について

経営層に「自分の事業所でもできるかも」と思ってもらう

実績

- ・枚方市工業会 定例会
- ・枚方交野民主商工会
- ・北大阪商工会議所 青年部 例会
- ・くずはロータリークラブ

- ・市主催 企業交流会
- ・枚方市スポーツ協会と共催
健康経営セミナーinひらかた

普及② 協力企業・団体からの普及

協力企業・団体（本市の取組に賛同し、協力が得られる企業や団体）から他企業へ普及

市の金銭的負担
なし！

<普及内容>

- ・健康経営の必要性
- ・枚方市の支援内容

<方法>

- ・取引先への周知
- ・事業所へのチラシの設置 など

健康経営、
始めませんか？

協力企業
団体

<協力企業・団体>

北大阪商工会議所、北大阪地域産業保健センター、枚方市スポーツ協会、
全国健康保険協会、枚方信用金庫、京都銀行、明治安田生命、日本生命、住友生命

より多くの企業に「やってみよう」と思ってもらおう

普及② 協力企業・団体による普及～3者連携事業～

枚方市、全国健康保険協会 大阪支部、明治安田生命保険相互会社 大阪東支社で
市内企業の健康経営の推進に関する「3者連携事業」を展開（令和4年1月～）

※明治安田生命保険相互会社大阪東支社と枚方市の事業連携協定、全国健康保険協会大阪支部と大阪府の包括連携協定に基づき実施

 **PRESS RELEASE**
枚方市 プレスリリース（情報提供）

令和4年（2022年）1月25日

「健康経営®」、公民連携で

府内初 開始・取組・申請の3段階でサポート

市は、全国健康保険協会（協会けんぽ）大阪支部、明治安田生命保険相互会社大阪東支社と公民連携で市内企業の健康経営を支援する「3者連携事業」を1月25日から本格稼働する。枚方市は、公民連携で企業の健康経営を支援している府内初の市。企業の健康経営を支援することで、働く世代の健康意識の向上を図り、企業の業績アップおよび働く世代の生活習慣病の発症・重症化予防に繋げていく取り組み。健康経営に関する説明などを行う「開始」、健康講座の実施などを行う「取組」、健康経営優良法人認定取得に向け申請書類の作成を支援する「申請」の3つのレベルで市内企業をサポート。



市の金銭的負担
なし！

<普及内容>

- ・市からの普及における「勉強会」の協働開催
(測定会を明治安田生命、講座を全国健康保険協会や枚方市が担当するなど)
- ・各社の関係のある企業へお互いの取組を紹介
- ・健康経営を支援する内容のチラシと健康宣言の申込書を同封※し、市内企業へ郵送

※全国健康保険協会大阪支部が保険者の企業の場合のみ同封

市内企業の健康経営の推進体制

従業員の健康づくりを
始める

従業員の健康づくりに
取り組む

従業員の健康づくりを
継続する

★企業への普及

①市からの普及

- ・ 会議前後での周知
- ・ 勉強会の開催

②協力企業・団体からの普及

★企業への取組・継続支援

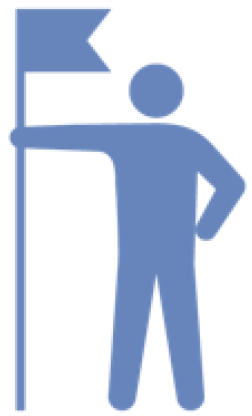
①「ひらかた健康優良企業」制度による支援

②協力企業・団体による支援

③市民・他企業へのアピール

枚方市地域・職域連携推進連絡会による体制整備

取組・継続支援①「ひらかた健康優良企業」制度による支援



ひらかた 健 ☆ 康 優良企業

健康づくりに取り組む意思がある
市内企業（本社・支社問わず）に対して、
枚方市が取組を支援する制度（平成28年度～）

<登録方法>

登録申込書の提出 ➡ ヒアリング ➡ 登録・サポート開始

<支援内容>

- ・健康講座の開催
- ・各種ツールの提供
- ・各種情報提供 など

ひらかた健康優良企業
ホームページはこちら👉



取組・継続支援①「ひらかた健康優良企業」制度による支援

健康講座の開催

- ・健康講座を企業で実施
- ・健康講座動画を提供



保健師、管理栄養士、
理学療法士、作業療法士
など多職種の専門職
で対応



市民を対象に実施して
いた健康講座を、企業
の従業員を対象とする
健康講座に改編

講座一覧

| 講座名 | | 内容 | 担当 |
|------|--------------|--|-----------------------|
| 運動 | 腰痛予防 | 腰痛予防、肩こり予防について、職場でできる簡単なストレッチや筋トレ等を実技をしながら学びます。 腰痛・肩こり予防とまとめた講座也可。 | 理学療法士 または 作業療法士 |
| | 肩こり予防 | | |
| | 体力測定 | 握力、長座体前屈、片足立ち、立ち上がりテスト等、簡単な体力測定を測定し、現在の体力を認識します。 測定には時間がかかります。要相談。 ※広めの場所、会場準備、データ共有等の協力が必要。 | |
| 栄養 | バランス食 | 肥満や生活習慣病などの予防のために、バランスの良い食事(主食、主菜、副菜がそろっている食事)について、フードモデルなどを活用し、自分に合った食事量を学びます。 | 管理栄養士 |
| | 減塩 | 高血圧をはじめ循環器疾患発症を予防するために、無理なくできる減塩方法を学びます。 『利き味噌汁』による味覚チェックや家庭の汁物の塩分測定も実施可能。要相談。 | |
| | 外食やコンビニ食の選び方 | 外食やコンビニ食の特徴を知り、選び方の具体例を交えながら、バランスよく食べるコツを学びます。外食やコンビニを利用する従業員が多い職場にオススメ。 | |
| 歯科 | 歯周病予防 | 歯を失う原因である「虫歯」と「歯周病」について、正しい知識とケア方法について学びます。 | 歯科医師 または 歯科衛生士 |
| | 歯磨きについて | | |
| 生活習慣 | たばこについて | たばこの害、受動喫煙、禁煙について学びます。 肺年齢測定も可能(フィルターの購入が必要)。要相談。 | 保健師 |
| | がん検診 | ご希望のがん検診(大腸がん、肺がん、胃がん、乳がん、子宮頸がん、前立腺がん等)について、検診内容やがんの病態について学びます。 | |
| | 健康診査の結果の見方 | 健康診査の結果の見方や、生活習慣病予防のポイントを学びます。自身の健診結果をみながらの実施も可能。 | |
| | 認知症予防 | 認知症の正しい知識、支援の方法、自身の認知症発症予防について等、要望に合わせて内容を検討します。 | 保健師または 作業療法士 |
| | メンタルヘルス | 自身や組織のメンタルヘルスのポイント、ストレスとの向き合い方や、職員との関わり方について等、会社の実情に合わせて内容を検討します。事前打ち合わせ要。 | 精神保健 福祉士 等 |
| | お酒との付き合い方 | お酒と上手く付き合うために、お酒が体に及ぼす影響、適正飲酒、アルコール依存症について学びます。 | 保健師または 精神保健福祉士 |
| その他 | ご要望に応じた講座 | 要相談 | 内容に応じた 職種 |

取組・継続支援①「ひらかた健康優良企業」制度による支援

各種ツールの提供

- ・リーフレットなど資材の提供
- ・専用ホームページの提供
- ・健康啓発物品の貸出

各種情報提供

- ・取組内容の相談
- ・各種セミナー等の情報提供
- ・他企業の取組内容の紹介



リーフレット例

専用ホームページ

貸出物品（一部）

取組・継続支援② 企業や団体による支援



- ・保健事業、事業所カルテ、健康宣言事業の紹介
- ・研修会の協働開催

<北大阪地域産業保健センター>

- ・保健事業の紹介
- ・普及事業への協力

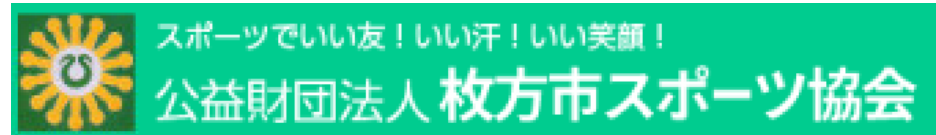
<北大阪商工会議所>

- ・企業健診での市のがん検診の案内、健康づくりの啓発
- ・普及事業への協力

市の金銭的負担
なし！



- ・明治安田健康経営支援プログラムやベジチェック、血管年齢測定などの測定会の紹介
- ・各種イベントや企業への健康講座での測定会、研修会の協働実施



- ・健康経営セミナーの協働開催
- ・大企業意見交換会の開催
- ・枚方市スポーツ協会健康経営プログラム（有料）の紹介



- ・大阪Vitarityアプリの紹介
- ・Inbody測定会の紹介

市はあくまで
紹介のみ

様々な企業・団体を活用することで
最小限の金銭的・人力的負担で健康経営に取り組むことができる！

取組・継続支援③ 市民・他企業へのアピール



👉 ひらかた健康優良企業に登録している企業の
企業名とURLを市ホームページに掲載



👉 取組事例紹介冊子を作成・配布



👉 市役所受付前に
企業の取組を一定期間展示

市内企業の健康経営の推進体制

従業員の健康づくりを
始める

従業員の健康づくりに
取り組む

従業員の健康づくりを
継続する

★企業への普及

①市からの普及

- ・ 会議前後での周知
- ・ 勉強会の開催

②協力企業・団体からの普及

★企業への取組・継続支援

①「ひらかた健康優良企業」制度による支援

②協力企業・団体による支援

③市民・他企業へのアピール

枚方市地域・職域連携推進連絡会による体制整備

枚方市地域・職域連携推進連絡会による体制整備

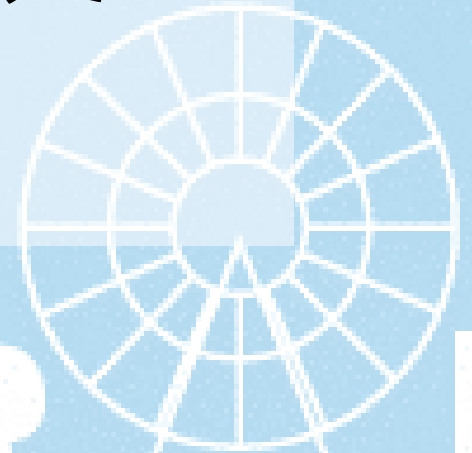


市民と職域の健康づくりを推進するための体制整備を実施



枚方市健康増進計画 推進キャラクター

- 枚方市の概要
- 「健康経営の推進」の位置づけと取組
- 「健康経営の推進」の波及効果
- パートナーシップ構築から醸成にむけて



「健康経営の推進」の波及効果①市主催のイベントへの波及

市主催のイベントに、北大阪商工会議所、枚方信用金庫、明治安田生命、枚方市スポーツ協会等、企業の参入が増え、イベントの盛り上がりが増した

＜ウォーキングイベントでの啓発ブースの設置＞



- 👉 北大阪商工会議所
- ・姿勢チェック
- ・足の指が使えているかチェック



- 👉 枚方信用金庫
- ・血管年齢測定



- 👉 明治安田生命
- ・野菜摂取量測定



- 👉 枚方市スポーツ協会
- ・ストレッチポール体験ブース

「健康経営の推進」の波及効果②他企業・団体への波及

他企業・団体による健康経営の普及の取組や市民の健康づくりの取組が増えた

<枚方市スポーツ協会>



👉 健康経営セミナー
inひらかた
を6年連続で開催



👉 大企業の
情報交換会を
定期的で開催

<全国健康保険協会 大阪支部>



👉 健康宣言を実施した企業への
専用Webサイトを設置

「健康経営の推進」の波及効果②他企業・団体への波及

<北大阪商工会議所 青年部>



👉 例会で健康経営に関する勉強会を開催



👉 会員向けのイベントを健康づくりの要素を追加した内容で開催

- ・健康づくりを提供している民間企業が健康づくりブースを運営



枚方市の啓発ブースも設置！



その他の影響

<枚方信用金庫>

👉 ひらしん健康ステーションを開設

- ・ 各種測定や運動教室、終活セミナー等を実施
- ・ 枚方市の健康相談・栄養相談の実施場所の提供

<明治安田生命>

「明治安田生命のMYリンクコーディネーター」が健康づくりや豊かな暮らしをサポートします

当社のMYリンクコーディネーターが、お一人おひとりのニーズにあわせた行政サービス等をご案内いたします。
まずは、興味があること、困りごとを教えてください。

次の3つのうち、興味がある・悩みがある分野を教えてください

☐ 健康増進 ☐ 子育て ☐ 介護・認知症

以下についてあてはまることがあれば☑ください

健康増進

- ☐ 最近、健康診断や検診を受けていない
- ☐ 病気の予防法や健康的な習慣を習得したい
- ☐ イベント・サークル等の情報を知りたい
- ☐ 専門家に聞いてみたい、相談したい

子育て

- ☐ 子育て関連のイベントや教室を知りたい
- ☐ 子どもの預け先や、サポートを知りたい
- ☐ 悩みの相談先や手当、健康情報を知りたい
- ☐ 妊娠・出産、赤ちゃん関連の情報がほしい

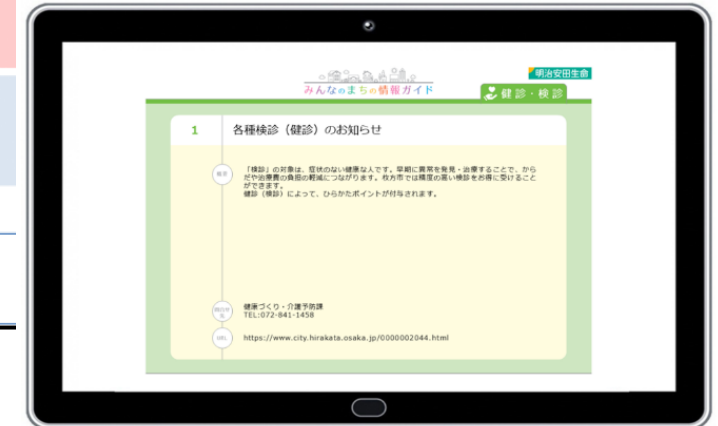
介護・認知症

- ☐ 体力維持や、自分や家族の介護が気がかり
- ☐ 日常生活の困りごとを手助けしてほしい
- ☐ 自分や家族のもの忘れ・認知症が気になる
- ☐ 地域と関わりを持ち生活を充実させたい

お名前 _____ お住まい _____

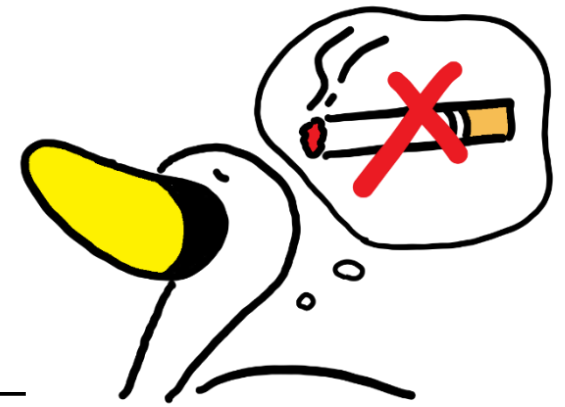
明治安田生命保険相互会社 XX支社 担当

〒XXX-XXXX
XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX



👉 被保険者へ各個人に合った行政サービスを案内

枚方市
禁煙推進
キャラクター



- 枚方市の概要
- 「健康経営の推進」の位置づけと取組
- 「健康経営の推進」の波及効果
- パートナーシップ構築から醸成にむけて



| | 地域・職域連携推進事業など | 健康経営の推進 |
|--------|---------------------------------------|---|
| 平成26年度 | 枚方市が中核市に 地域・職域連携推進事業は保健所が担当 | |
| 平成28年度 | 「ひらかた健康優良企業」制度が開始 | ・枚方市スポーツ協会が 「健康経営inひらかた」を開始 |
| 平成30年度 | 第2次健康増進計画中間評価 働く世代の健康づくりの取組に多くの課題が残った | |
| 令和2年度 | 現・健康づくり課へ地域・職域連携推進事業が業務移管 | ・推進体制について検討 |
| 令和3年度 | | ・枚方市、全国健康保険協会大阪支部、 明治安田生命大阪東支社で「健康経営の推進」に関する3者連携事業を開始（令和4年1月） ・「会議前後での周知」による普及を開始 |
| 令和4年度 | 枚方市地域・職域連携推進連絡会を設置 | ・企業や団体に健康経営普及の協力を依頼 →「協力企業・団体による普及」を開始 |
| 令和5年度 | 職域の目標項目を設定した 「第3次枚方市健康増進計画」等を策定 | ・「会議前後での周知」による普及に加え、 「勉強会の開催」による普及を開始 |

パートナーシップの構築から醸成にむけて

令和
2年度

令和
3年度

令和
4年度

令和
5年度

令和
6年度

令和
7年度

令和
8年度

例えるなら

健康経営を推進してくれる
仲間あつめ



装備あつめ



新大陸へ
出発

企業への
取組支援の
展開
(醸成)

会議前後
での周知

勉強会
の開催

- ・枚方市
- ・枚方市
スポーツ協会

- ・全国健康
保険協会
- ・明治安田生命

- ・北大阪商工会議所
- ・北大阪地域産業
保健センター
- ・枚方信用金庫

- ・京都銀行
- ・日本生命
- ・住友生命

- ・北大阪
労働基準監督署

- ・くずは
ロータリークラブ

パートナーシップ構築の効果～ひらかた健康優良企業～

令和
2年度

令和
3年度

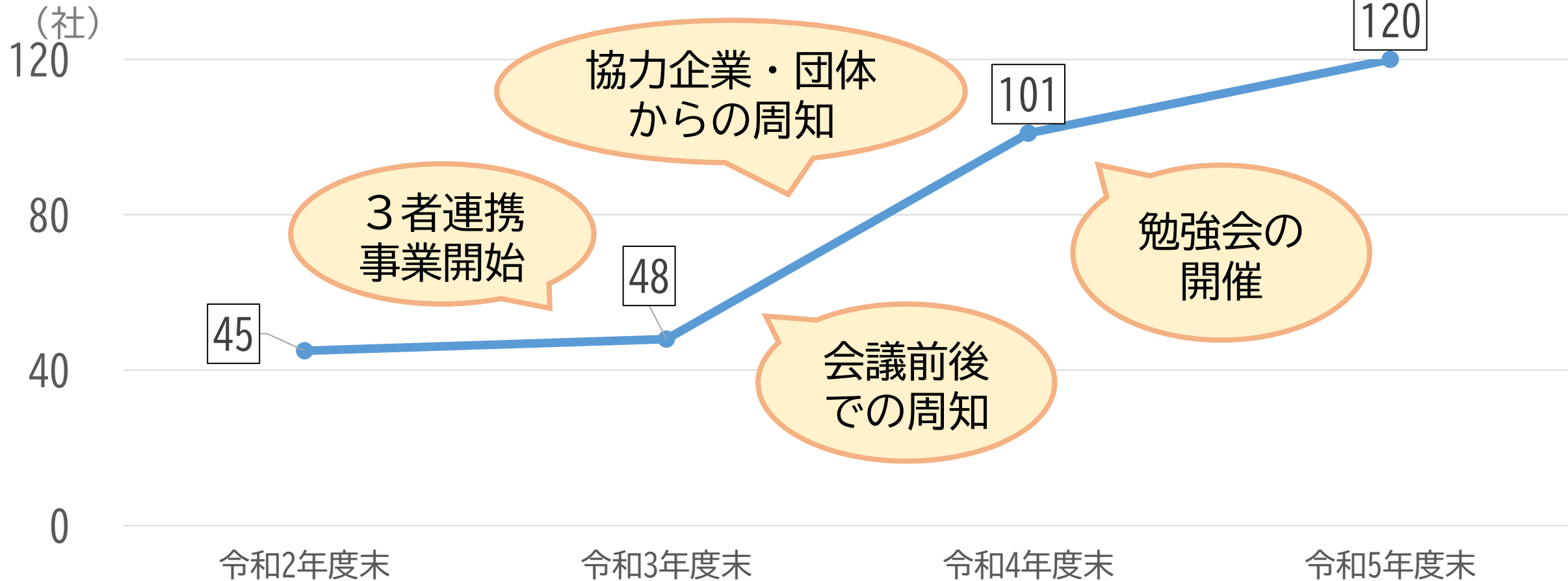
令和
4年度

令和
5年度

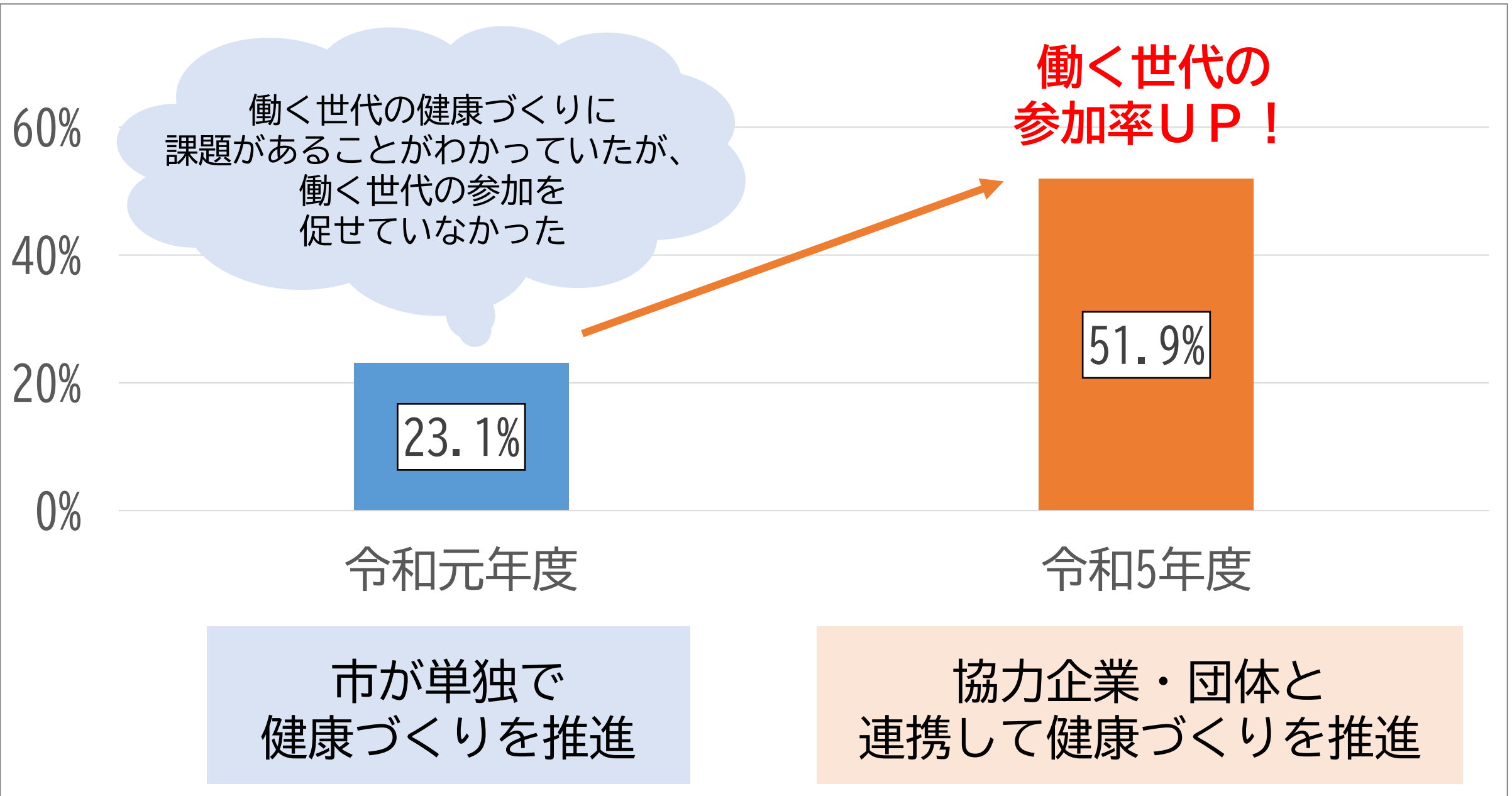
令和
6年度

健康経営を推進してくれる
仲間あつめ

装備あつめ



パートナーシップ構築の効果～健康教室における働く世代の参加率～



「健康経営の推進」に向けて～市の経営層・管理職へ～

枚方市の担当者としての個人の見解ですが…

★専門職をうまく活用する

- ・ 企業への健康づくりの提案や支援に専門職が適している
 - 腰痛・転倒予防の対策など「運動」による健康づくりの推進：理学療法士
 - 減塩、糖分の啓発など「栄養・食生活」による健康づくりの推進：管理栄養士
 - 高血圧、メタボ、喫煙、アルコール対策による健康づくりの推進：保健師
- など

★中長期的に関係性を保てる体制づくり

- ・ パートナリーシップの構築には、それなりの時間がかかる
- ・ パートナリーシップ構築後も、関係性を保つことができる体制づくりが必要

「健康経営の推進」に向けて～市の担当者へ～

★めげずに通う

- ・ 中小企業の健康経営の認知・理解はまだまだ低く、普及活動をする際は、断られるのが普通、理解してくれてラッキーくらいの気持ちで望む
- ・ 健康経営を推進するために重要となると考えられる関係機関・団体、関係課には、断られてもめげずに協力をお願いに通う

★普段から一緒に取り組む

- ・ 協力してもらえるようになった関係機関・団体とは普段から一緒に取り組み、課題と思っていることや、課題に対してお互いのできそうなこと、めざしたい方向を共有する

★Win-Winの事業展開を検討する

- ・ 協力してくれる企業や団体、庁内の関係部署にとってのWinが何かを把握し、お互いがWin-Winになる事業展開を検討する
- ・ 担当課においても業務が増えないよう、既存の事業をうまく活用する

健康経営®推進に向けて～市の管理職・担当者への提言～

★担当者が変わっても「やらねばならぬ」事業に

- ・異動により担当者が数年で変わることを前提に、持続可能な事業展開を検討する



枚方市では、健康増進計画等の
「健康づくりを支える環境の整備」
に働く世代の健康づくりを位置づけた

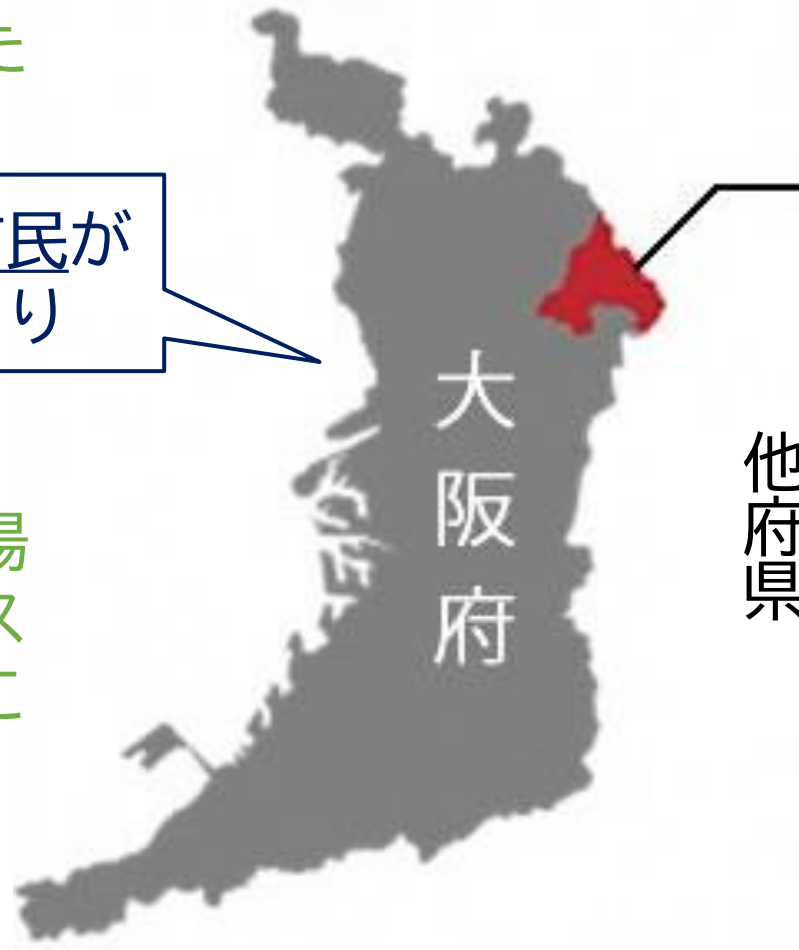
- ◆事業場での健康診査受診率
- ◆がん検診を実施している又は従業員に
市のがん検診受診を勧奨している事業場の割合
- ◆喫煙対策に取り組む事業場の割合
- ◆メンタルヘルス対策に取り組む事業場の割合
- ◆食育に取り組む事業場数の割合

さいごに

ヘルシーメニューを提供する
飲食店が増え、知らない間に
健康的なランチを食べていた

大阪市内で働く枚方市民が
大阪市内で健康づくり

健康器具が設置されている場
所が増え、ちょっと寄ってス
トレッチするなど運動するこ
とが増えた



枚方市
HIRAKATA

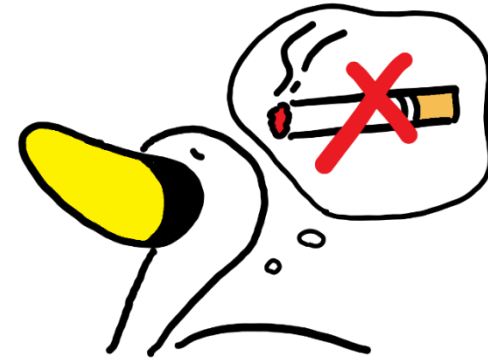
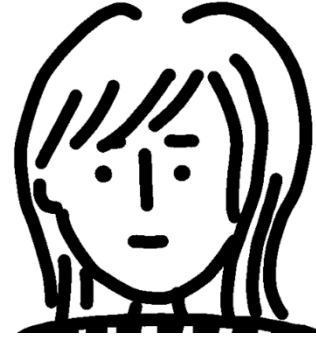
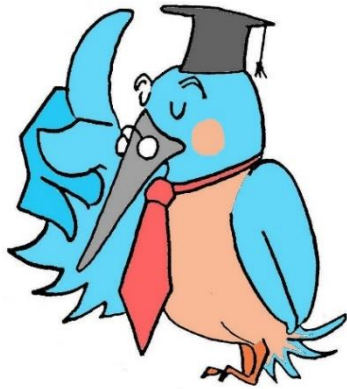
枚方市で働く他市民が
枚方市で健康づくり

おいしい減塩商品が
増え、知らない間に
減塩に取り組んでいた

他府県で働く枚方市民が
他府県で健康づくり

ONE FOR ALL , ALL FOR ONE

枚方市の健康づくり推進キャラクター達



ご清聴、
ありがとうございました。

