

令和7年度 青森市健康寿命延伸会議事業報告

I 会議の開催

1 青森市健康寿命延伸会議 幹事会【書面開催】

日 時：令和7年4月15日（火）

幹 事：5名

議 事： 議案第1号 令和6年度事業報告について
議案第2号 令和6年度収支決算報告について
議案第3号 令和7年度事業計画（案）について
議案第4号 令和7年度収支予算（案）について

2 青森市健康寿命延伸会議 総会

日 時：令和7年4月22日（火） 18：30～20：00

会 場：青森市男女共同参画プラザ「カダール」 AV 多機能ホール

出席委員：29名




議 事：議案第1号 令和6年度事業報告について
議案第2号 令和6年度収支決算報告について
議案第3号 令和7年度事業計画（案）について
議案第4号 令和7年度収支予算（案）について

3 各部会の開催

区 分	開催状況
地域健康 づくり部会 部会員 23 名	<第1回> 日 時：令和7年6月4日（水）18：30～20：00 会 場：青森市保健所（元気プラザ）2階 健康教室 出席者：20名 内 容：1 地域健康づくり部会の取組について (1) 令和6年度 事業報告について (2) 令和7年度 事業計画について 2 意見交換
	<第2回> 書面開催 日 時：令和8年2月24日（火） 内 容：地域健康づくり部会の取組について (1) 令和7年度 事業報告について (2) 令和8年度 事業計画について
職域健康 づくり部会 部会員 11 名	<第1回> 日 時：令和7年5月21日（水）15：00～16：30 会 場：県民福祉プラザ 2階 多目的室2A 出席者：10名 内 容：1 職域健康づくり部会の取組について (1) 令和6年度 事業報告について (2) 令和7年度 事業計画について 2 意見交換
	<第2回> 日 時：令和8年2月16日（月）15：00～16：20 会 場：アピオあおもり 1階 保健指導室 出席者：7名 内 容：1 部会長、副部会長の選任 2 職域健康づくり部会の取組について (1) 令和7年度 事業報告について (2) 令和8年度 事業計画について 3 意見交換

II 健康寿命延伸への主な取組

1 肥満・糖尿病予防対策

実施時期	取組内容
<p>通年</p>	<p>糖尿病重症化リスクの高いかたへの保健指導の実施</p> <p>実施内容</p> <ul style="list-style-type: none"> 糖尿病が重症化するリスクの高い医療機関未受診のかた、治療中断と思われるかた、治療中のかたのうち医師が必要と認めるかたに対して、青森市糖尿病性腎症重症化予防プログラムに基づき、青森市医師会等と連携して保健指導を実施した。 今年度から、慢性腎臓病（CKD）に関するSNS等での周知を強化するとともに、「糖尿病治療中で腎機能が低下したかた」についても、医療機関との連携のもと介入を行うこととし、対象者へのアンケート送付や希望者への訪問等を実施した。 <p>実績（令和8年度3月末現在）</p> <p>保健指導対象 医療機関未受診者：100名〔介入（訪問・電話）85名 介入率85.0%〕 治療中断者：27名〔介入（訪問・電話）17名 介入率63.0%〕 治療中の者：アンケート送付16名、うち保健指導希望者2名※</p> <p>※対象者の希望に基づく相談は実施したが、医療機関と連携した継続的な保健指導には至らず</p>
<p>令和8年 3月16日</p>	<p>青森市糖尿病重症化予防プログラム推進委員会</p> <p>実施内容</p> <p>糖尿病が重症化するリスクの高いかたへ、青森市医師会と連携して保健指導を行い、腎症等の糖尿病重症化を防止していく取組を推進するために開催。令和7年度は、より効果的・効率的な事業の実施に向け、糖尿病治療中のかたの抽出条件等について検討した。</p> <p>協力団体</p> <ul style="list-style-type: none"> 一般社団法人 青森市医師会 ・ 青森県立中央病院 全国健康保険協会 青森支部 ・ 青森市民病院
<p>11月10日～ 11月16日</p>	<p>「世界糖尿病デー及び全国糖尿病週間」におけるブルーライトアップの実施</p> <p>実施内容</p> <p>世界糖尿病デー（11月14日）、全国糖尿病週間（11月9日～15日）を含む期間に、と連携しライトアップ及びポスター展示等の啓発活動を実施することで、市民へ向け、糖尿病予防や糖尿病の正しい知識の周知・啓発を行った。</p> <p>協力団体 青森県糖尿病対策推進会議（事務局・青森県医師会）</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div> <p>▲市役所本庁舎のブルーライトアップ・SNSでの周知、ポスター展示</p>

拡充



7月～
令和8年2月

QOL 健診の実施

実施内容

- ・メタボ、口コモ、口腔、心の健康の重要4テーマについて楽しく測り、その場で結果を知ることができるQOL健診を、市民のヘルスリテラシー向上と生活習慣の行動変容を目指し、若年層や働き盛り世代も含めた幅広い世代のかたを対象として実施した。
- ・国立大学法人弘前大学健康未来イノベーション研究機構及び公益社団法人青森県医師会附属健やか力推進センターとの連携・協力の下、市直営のQOL健診を実施した。

区分	内容
委託 (簡易型)	問診、健康度測定(血圧、体組成、推定野菜摂取量、立ち上がりテスト、尿ナトカリ比測定※) 講義(健康教養、結果説明) ※あおりQOL健診フェアでは尿ナトカリ比測定実施なし
委託 (標準型)	健康度測定(血圧、推定野菜摂取量、内臓脂肪、体組成、身長、握力、骨密度、立ち上がり、2ステップ、唾液、尿ナトカリ比) 講義(健康教養、結果説明) ※特定健康診査等の血液検査結果・健康調査票(問診票)事前提出
市直営 (簡易型)	問診、健康度測定(血圧測定、体組成測定、ベジチェック、立ち上がりテスト)、結果説明

実績

委託6回(簡易型4回、標準型2回)、
市直営6回 計12回 合計参加者799名

委託機関

青森県医師会附属 健やか力推進センター

各 QOL 健診の実績及び内容

6月21日

新規 簡易型 QOL 健診(クアオルト健康ウォーキングと同日開催)

対象：クアオルト健康ウォーキング参加者

参加者：54名

連携団体：あおりクアガイド協会、青森中央学院大学、
青森商工会議所



7月26日

拡充 簡易型 QOL 健診(若年層向け)

対象：小中学生及び保護者・教員等

参加者：74名(小学生15名、中学生26名、保護者・教員等33名)



体組成測定



健康教養講義



楽しく学べる工夫を展示



7月～
令和8年2月

新規 市直営 QOL 健診(青森市×弘前大学)

対 象：青森市役所本庁舎及び駅前庁舎を利用する市民など
参加者：341名
└ 青森市役所本庁舎 2回 152名
└ 青森市役所駅前庁舎 4回 189名



QOL 健診



ベジチェック



連携協定

10月7日

簡易型 QOL 健診(あおもり職域健康づくりリーダー育成ゼミと同日開催)

対 象：あおもり職域健康づくりリーダー育成ゼミ受講者及び市内企業に勤務するかた
参加者：51名 (一般参加 20名、育成ゼミ受講者 31名)

10月11日

あおもり QOL 健診フェア

対 象：一般市民 健康づくり無関心層を含む幅広い年代のかた
参加者：170名

10月28日

地域向け QOL 健診(あおもり健康づくりリーダー育成ゼミ第7回と同日開催)

対 象：あおもり健康づくりリーダー育成ゼミ受講者及び市民
参加者：56名 (一般参加者 32名、育成ゼミ受講者 24名)

12月6日

新規 標準型 QOL 健診(浪岡地区)

対 象：浪岡地区居住者
参 加 者：53名
周知協力：青森市浪岡商工会



握力測定



体組成測定



講義 (健康教養)

6月21日

新規 QOL 健診及びクアオルト健康ウォーキング

実施内容

“QOL 健診”を受診後、浅虫温泉海山クアの道でのクアオルト健康ウォーキングを体験することで、参加者の心身にどのような影響が見られるかを調査するとともに、市民のヘルスリテラシー向上や運動習慣の改善を目指した。

調査内容等：①事前アンケート調査 ②簡易型 QOL 健診

③クアオルト健康ウォーキング ④健康教養(ランチョンセミナー)

約半年後(11月末～12月)に事後アンケート調査(活動量の変化、健康意識の変化等)を実施。

対 象：クアオルト健康ウォーキング参加者

連携団体：あおもりクアガイド協会、青森中央学院大学、青森商工会議所

実績

参加者：54名

検証結果：参加後の血圧の改善や、生活習慣の改善（身体活動量の増加等）が見られた。



山をウォーキング



浜辺でヨガ



ランチョンセミナー

10月11日

あおもり QOL 健診フェア

実施内容

休日のショッピングセンターを会場とし、ゲストに青森市観光大使のGMUを招き、QOL健診や体験ブース、ステージプログラムにより無関心層、働き盛り世代、親子連れ等、広く市民が健康づくりに関心を持つ動機づけの機会を提供するとともに、市民総ぐるみの健康づくり運動を推進した。



委託機関

青森県医師会 健やか力推進センター

協力団体

- ・明治安田 青森支社
 - ・弘前大学 健康未来イノベーション研究機構
 - ・公益財団法人 青森県総合健診センター
 - ・青森中央学院大学
 - ・青森糖尿病療養指導研究会
 - ・青森県栄養士会 青森地区会
 - ・全国健康保険協会 青森支部
 - ・あおもり男女共同参画をすすめる会
 - ・あおもり健康づくりリーダー会
- (順不同：敬称略)

会場

サンロード青森 1階 サンホール

実績

- ① 簡易型 QOL 健診…170名
 - ② 体験ブース…198名
 - ③ ステージプログラム…470名
- 合計参加者(①～③計) …838名



▲ステージの様子



▲簡易型 QOL 健診の様子

(血圧測定、体組成測定、ベジチェック、立ち上がりテスト、結果説明)

7月、
令和8年1月

本庁舎サードプレイスでの展示

実施内容

7月と令和8年1月に、本庁舎サードプレイスにおいて健康づくりの啓発のための動画やパネルの展示を実施した。

【展示内容】

- ・禁煙サポート
- ・糖尿病重症化予防
- ・健康づくりリーダーと健康チャレンジ
- ・受けてほしい がん検診
- ・歯周病予防
- ・熱中症予防
- ・ヒートショック予防
- ・適正飲酒
- ・野菜たっぷり健康応援レシピ など



8月18日～
10月19日

あおもりウォークトライアル 2025

実施内容

市民に、日々の歩数と筋トレ・柔軟体操等を10分＝1000歩に換算して記録するとともに、健診・検診の受診や取組の前後の健康状態（体重、血圧、健診の検査値、喫煙状況、飲酒状況等）の変化を把握する機会とし、楽しみながら運動や健康づくりへ取り組む習慣の定着を図るため、ポイントに応じて賞品が当たる抽選に応募できる取組とした。



実績 参加者 735名

アンケート結果

半数近くのかたが初参加であり、かつ7割以上の方が「今後も生活の中でウォーキングや運動を続ける」と回答

賞品協賛団体

26団体（31種類 273賞品、Wチャンス2種類 25賞品）



- ・青森県民生協
- ・青森農業協同組合
- ・青森ヤクルト販売（株）
- ・青森ワッツ
- ・赤平設備工業（株）
- ・（一社）浅虫温泉観光協会
- ・大塚食品（株）
- ・大野あけぼの薬局
- ・（株）ヒグチ
- ・（株）ユニバース
- ・（株）ラインメール青森FC
- ・協同組合青森総合卸センター
- ・元気町あびらかわ物産館とまとりあ
- ・好日山荘 青森&ラビナ店
- ・極楽湯 青森店
- ・ショッピングタウン サンロード青森
- ・酸ヶ湯温泉（株）
- ・住友生命 青森支社
- ・テック調剤薬局
- ・ハッピー・ドラッグ
- ・紅屋商事（株）
- ・ホテル青森
- ・「道の駅」浅虫温泉 ゆ～さ浅虫
- ・道の駅「なみおか」アップルヒル
- ・明治安田 青森支社
- ・ReLabo Medical Spa & Stay

（五十音順 敬称略 リーフレット掲載の名称）

2 がん予防対策

実施時期	取組内容								
通年	<p>オンライン(Web・LINE)での申込方法を積極的に推進</p> <p>Web：市公式ホームページにあるフォームからパソコンやスマートフォンで申込。 LINE：LINE アプリから青森市と友達登録をして申込内容を入力。 ・Web または LINE のどちらの方法を選んでも入力項目や手続きの流れはほぼ同じ。 ・申込内容は、Web からでも LINE からでもシステム上で一つに統合・集計される。</p> <p>令和 7 年度受付件数</p> <table border="1" data-bbox="383 492 917 627"> <tr> <td colspan="2">オンライン受付</td> <td>2,399 件</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">内訳</td> <td>Web 受付</td> <td>1,923 件</td> </tr> <tr> <td>LINE 受付</td> <td>476 件</td> </tr> </table> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div> <p style="text-align: center;">LINE 申込画面</p>	オンライン受付		2,399 件	内訳	Web 受付	1,923 件	LINE 受付	476 件
オンライン受付		2,399 件							
内訳	Web 受付	1,923 件							
	LINE 受付	476 件							
4 月	<p>協会けんぽ被扶養者へのがん検診の受診勧奨</p> <p>実施内容</p> <p>全国健康保険協会青森支部（協会けんぽ）被扶養者へ、特定健康診査受診券を送付する際に市のがん検診の案内を同封し、がん検診の受診の周知を実施した。</p>								
5 月	<p>国保医療年金課と連携した国保加入者の多い職域向けへのがん検診勧奨</p> <p>実施内容</p> <p>特定健康診査とセットでがん検診が受けられるという旨を、国保の加入者が多い団体へ周知した。</p> <p>周知先 9 団体</p> <p>青森県司法書士会、青森県社会保険労務士会、青森県土地家屋調査士会、青森農業協同組合、青森漁業協同組合、青森県理容生活衛生同業組合、青森県美容業生活衛生同業組合、公益社団法人青森県柔道整復師会、青森商工会議所</p> <p>配布数 4,945 枚</p>								
7 月	<p>ターゲットを絞ったがん検診受診勧奨(コール)・再勧奨(リコール)はがき送付</p> <p>受診勧奨はがきの発送 (7 月)</p> <p>子宮頸がん検診 3,515 件、乳がん検診 5,166 件、大腸がん検診 19,512 件</p> <p>新規 子宮頸がん検診と乳がん検診に、新たな勧奨資材として圧着はがきを採用。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="470 1579 710 1915">  <p style="text-align: center;">子宮頸がん検診</p> </div> <div data-bbox="845 1579 1300 1915">  <p style="text-align: center;">乳がん検診</p> </div> </div>								
12 月	<p>再勧奨はがきの発送 (12 月)</p> <p>子宮頸がん検診 5,327 件、乳がん検診 6,347 件、大腸がん検診 21,639 件、胃がん・肺がん検診 7,246 件</p>								

<p>9月</p>	<p>チラシ配付によるがん検診の周知</p> <p>実施内容</p> <p>9月のがん征圧月間に合わせ、青森市浪岡商工会会員事業所400か所へがん検診の受診勧奨ちらしを配布した。</p> <p>協力団体 青森市浪岡商工会</p>
<p>10月19日</p>	<p>青森ピンクリボンイベント2025でのPR</p> <p>実施内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・乳がん検診とブレストアウェアネスのPR ・乳がん触診モデルの貸出 <p>開催場所 サンロード青森 1階サンホール</p> 
<p>11月及び 令和8年3月</p>	<p>青森市医師会と連携した精密検査未受診者の状況調査</p> <p>実施内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・精密検査未受診者全員に対し調査票を送付し、受診状況の調査と受診勧奨を行った。 ・回答は電話や郵送のほか電子申請サービスを採用した。 <p>実績</p> <ul style="list-style-type: none"> ①対象：令和6年4月～令和7年3月の精密検査未受診者 11月発送（肺・胃・大腸・乳・子宮頸）560件 ②対象：令和7年4月～12月の精密検査未受診者 令和8年3月発送（肺・胃・大腸・乳・子宮頸）910件
<p>令和8年 1月12日</p>	<p>令和7年度はたちのつどいにおける子宮頸がん検診受診啓発グッズの配布</p> <p>実施内容</p> <p>はたちのつどいに参加した20歳女性に子宮頸がん検診啓発ティッシュを配布した。</p> <p>協力団体 青森市教育委員会</p>
<p>随時</p>	<p>LINEからの情報発信</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市のがん検診のご案内（6月16日配信） ・40歳代向け大腸がん検診（7月4日配信） ・9月がん征圧月間（9月1日配信） ・職域のがん対策セミナーのご案内（9月9日配信） ・職域向けがん検診のご案内（9月19日配信） ・受診者証とクーポン券の期限は3月31日まで（1月14日配信） ・40歳からの乳がん検診（令和8年1月15日配信） ・20歳からの子宮頸がん検診（令和8年1月16日配信） ・女性の健康週間 子宮頸がん検診と乳がん検診のご案内（令和8年3月3日配信）

3 たばこ対策											
実施時期	取組内容										
通年	<p>卒煙サポート 1.2.3</p> <p>実施内容 SNS 等で、あおもりスモークフリー・アクションや禁煙支援事業等について広く周知し、喫煙率の高い業種や働き盛り世代へ重点的に働きかけ、禁煙支援を実施した。</p> <p><サポート 1> SNS等を通じた情報発信でサポート ・健康とたばこについて ・たばこの3悪（タールについて）</p> <p><サポート 2> 職場ぐるみの禁煙支援をサポート (出張禁煙講座の実施)</p> <p>実績 出張禁煙講座 5社 合計参加者 114名</p>  <p><サポート 3> 禁煙したい気持ちが高まったら保健師によるサポート（個別禁煙相談）</p> <p>実績 個別禁煙相談 14名 禁煙成功者（3か月間）1名</p>										
通年	<p>改正健康増進法に基づく受動喫煙防止対策の実施</p> <p>実施内容 改正健康増進法の周知、事業者等からの問合せ・相談への対応、立入調査等の実施</p> <p>実績 計 17件</p> <table border="0"> <tr> <td>健康増進法改正に伴う対象施設の問い合わせ</td> <td>1件</td> </tr> <tr> <td>喫煙可能室設置施設届出について</td> <td>1件</td> </tr> <tr> <td>喫煙室の表示について</td> <td>1件</td> </tr> <tr> <td>市民からの通報</td> <td>7件</td> </tr> <tr> <td>その他</td> <td>7件</td> </tr> </table>	健康増進法改正に伴う対象施設の問い合わせ	1件	喫煙可能室設置施設届出について	1件	喫煙室の表示について	1件	市民からの通報	7件	その他	7件
健康増進法改正に伴う対象施設の問い合わせ	1件										
喫煙可能室設置施設届出について	1件										
喫煙室の表示について	1件										
市民からの通報	7件										
その他	7件										
5月31日～ 6月6日	<p>世界禁煙デー及び禁煙週間 あおもりスモークフリー・アクション「青森市イエローグリーンキャンペーン」を実施</p> <p>実施内容</p> <p>①青森県観光物産館アスパムのライトアップ</p> <p>主催 青森県 協力 青森市</p> <p>後援</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一般社団法人青森市医師会 ・一般社団法人青森市薬剤師会 ・一般社団法人青森市歯科医師会 										

②本庁舎のライトアップとパネル展の実施

③青森健康づくり実践企業及びあおもり職域健康づくりリーダーが所属する事業所へ
1日禁煙等の呼びかけ

実施事業者 10 団体

- ・千葉設備工業株式会社
- ・株式会社 渋谷組
- ・大管工業株式会社
- ・青森ヤクルト販売株式会社
- ・八興電気株式会社
- ・株式会社 盛興業社
- ・第一生命保険株式会社 青森支社
- ・住友生命保険相互会社 青森支社
- ・協同組合青森総合卸センター
- ・株式会社阪上製作所 青森工場

④市内小中学生の保護者へ向けた受動喫煙防止の周知・啓発
メール配信学校数 65 校

⑤保育施設への受動喫煙防止の周知・啓発 ポスターの掲示依頼 122 箇所

⑥市内コンビニへの 1 日敷地内禁煙等の呼びかけ

- ・セブン-イレブン
 - ・デイリーヤマザキ (工藤パン)
 - ・ファミリーマート
 - ・ミニストップ
 - ・ローソン
- 計 130 店舗 (五十音順)

⑦たばこ健康に関する正しい知識の普及
LINE や子育てアプリを活用した情報発信

6 月

禁煙相談の周知・啓発

実施内容

禁煙相談のチラシを新たに作成し、市内の医療機関へ配布。

協力団体

- ・一般社団法人青森市医師会
- ・一般社団法人青森市薬剤師会
- ・一般社団法人青森市歯科医師会



令和 8 年
1 月 11 日

令和 7 年度はたちのつどいの会場における「歯と喫煙の関係」についてのチラシ配布

実施内容

リンクステーションホール青森、青森市中世の館で行われた
はたちのつどいに参加したかたへ「歯と喫煙の関係」について
チラシ配布

協力団体

青森市教育委員会



4 健康づくりリーダーの育成と活動支援

【あおもり健康づくりリーダーの育成】

実施時期	取組内容
8月20日～ 11月8日 (全8回)	<p>あおもり健康づくりリーダー育成ゼミ</p> <p>実施内容 市民が身近な地域で生活習慣病予防等の健康づくりに積極的に参加できるように、地域の健康づくりを牽引していく「あおもり健康づくりリーダー」を育成した。</p> <p>協力団体</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 国立大学法人弘前大学 ・ 一般社団法人青森市医師会 ・ 一般社団法人青森市薬剤師会 ・ 一般社団法人青森市歯科医師会 ・ やまもと歯科 ・ 阿部レディースクリニック ・ あおもり健康づくりリーダー会 ・ 青森県総合健診センター ・ 青森県医師会附属健やか力推進センター ・ 日本健康運動指導士会青森県支部 ・ 青森県立精神保健福祉センター ・ 青森県立保健大学 ・ 内科おひさまクリニック <p>(順不同：敬称略)</p> <p>会場 アピオあおもり、柳川庁舎 ほか</p> <p>実績 修了者 23名</p>



▲修了式の様子（11期生の皆さん）

【あおもり健康づくりリーダー・サポーターの活動支援】

実施時期	取組内容
6月18日、 令和8年 2月2日	<p>あおもり健康づくりリーダー・サポーターフォローアップ学習会</p> <p>実施内容 6月18日（水） 会場：青森県立保健大学講堂 参加者：24名 ※青森県立保健大学健康科学部看護学科 ヘルスプロモーション演習の一環として実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 「病気があっても目指せる『健康』の考え方」 講師：青森県立保健大学 健康科学部 総合教育部門 松崎良美氏 ・ 「子どもの頃からの健康づくり」 講師：青森県立保健大学 健康科学部 看護学科 古川照美氏 <p>令和8年2月2日（月） 会場：アピオあおもり 2階イベントホール 参加者：7名 「寝て行う運動の基礎知識（講演）」及び「寝て行う運動の実践」 講師：日本健康運動指導士会 青森県支部 近藤文俊氏</p>
令和8年 3月7日	<p>あおもり健康づくりリーダー会総会・活動報告会及び学習会</p> <p>実施内容 【第1部】あおもり健康づくりリーダー会総会 【第2部】あおもり健康づくりリーダー活動報告会 フォローアップ学習会 「青森市の健康データと今後の活動について」</p>



通年	<p>あおもり健康づくり通信の発行</p> <p>実施内容</p> <p>あおもり健康づくりリーダー同士の相互参加・交流・協力の機会を持てるよう、各地区のリーダー活動や事務局の情報発信等を盛り込んだ内容で作成し、リーダー・サポーターへ郵送等でお知らせした。（5月、8月、10月、12月 計4回発行）</p> <p>5月発行 Vol.1 内容：総会開催報告、令和7年度地区担当保健師の紹介 等</p> <p>8月発行 Vol.2 内容：ウォークトライアル、健康づくりリーダー育成ゼミのお知らせ 等</p> <p>10月発行 Vol.3 内容：あおもり QOL 健診フェア、世界糖尿病デーのお知らせ 等</p> <p>12月発行 Vol.4 内容：総会・フォローアップ学習会開催、新リーダー誕生のお知らせ 等</p>
----	--

【あおもり職域健康づくりリーダーの育成】

10月8日	<p>職域健康づくりリーダー育成ゼミ</p> <p>実施内容</p> <ul style="list-style-type: none"> 働き盛り世代の健康教養を高めていくため、職場の健康づくり活動を推進する職域の健康づくりリーダーを育成し、職場の健康づくりを推進していくとともに、企業の健康づくりの推進に向け連携を図った。また、昨年度に引き続き、育成プログラムの中に簡易型 QOL 健診を組み込んで実施した。 ワークショップでは「明日からわが社で始める健康づくりを考えよう～」というテーマで、業種別の健康データ等を見ながら、それぞれが職場の健康づくりを実践していくための具体的なアイデアについて話し合った。 <p>会場 柳川庁舎 2階 大会議室</p> <p>実績 修了者 31名（25社）</p> <div data-bbox="1134 981 1465 1234" data-label="Image"> </div> <p>▲運動（講義＋実習）の様子</p>
-------	---

【あおもり職域健康づくりリーダーの活動支援】

通年	<p>職域向け健康情報発信</p> <p>実施内容</p> <p>健康づくり担当者による朝礼や回覧等での周知を想定した健康情報を各企業・事業者へ提供することで、企業・事業者が主体的に健康づくりに取り組みやすい環境づくりを推進するとともに、働き盛り世代の健康増進を図った。</p> <p>実績</p> <p>【配信回数】</p> <p>年7回（4月、6月、7月、8月、10月、12月、令和8年2月）</p> <p>【配信内容】</p> <p>血圧、お口の健康、食・栄養（加工野菜を上手に活用、簡単減塩ライフのコツなど）、女性の健康、運動（寒い冬もアクティブに！）、がん検診、取組強化月間を捉えた健康情報（世界禁煙デー、熱中症対策、世界糖尿病デー、世界 COPD デーなど）、健康づくりに関する各種イベントのご案内 など</p>
----	---

情報発信先 196 か所（重複のぞく）

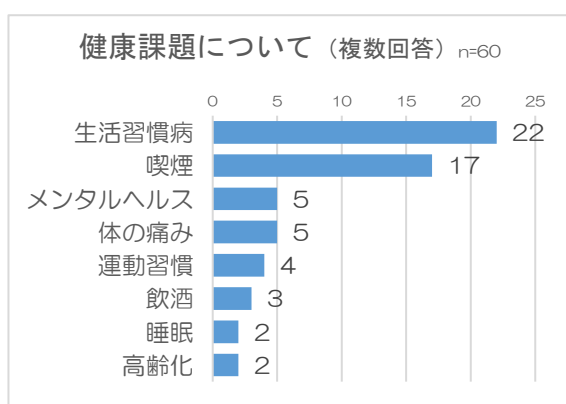
- | | | |
|---|---------------------|--------|
| 1 | あおもり健康づくり実践企業 | 134 か所 |
| 2 | 職域健康づくりリーダー | 43 か所 |
| 3 | 全国健康保険協会 青森支部 | 1 か所 |
| 4 | 一般社団法人生命保険協会青森県協会 | 8 か所 |
| 5 | 過去に従業員への禁煙支援を検討した企業 | 10 か所 |

※1 と 2 が重複している場合、1 にカウントしている

【アンケートの実施】

第 3 回（7 月）配信時、従業員の健康課題および健康づくりの取組状況を把握し、今後の情報発信や「あおもり健康づくり実践企業だより」の作成に活用するため、「職場の健康づくりに関するアンケート」を実施した。

結果： 回答 31 社



アンケートに回答いただいた事業所の約 7 割が血圧計や体重組成計などの健康測定・管理機器を設置し、活用

健康づくりの取組については、市が行っている健康情報の発信を活用しており、今後も続けてほしいとのご意見を多くいただきました



3 月

あおもり健康づくり実践企業だより 2026 の作成・配付

実施内容

あおもり健康づくり実践企業の取組を紹介するほか、業種別健康データ、働き盛り世代の健康づくりに役立つ情報を掲載したリーフレットを作成し、市内企業・事業所へのポスティング等により広く配付した。

配付事業所数

4,943 社

