

I 特定健康診査の状況

1 年度別特定健康診査実施率

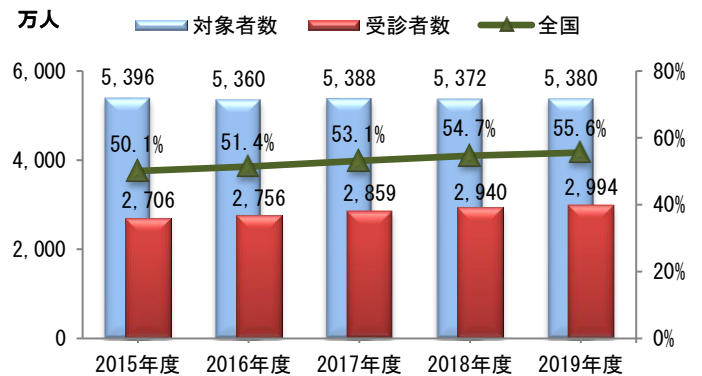
全国の2019年度特定健康診査実施率は55.6%であり、2018年度の54.7%より0.9ポイント高くなっている。

また、本県の2019年度特定健康診査実施率は、54.2%であり、2018年度の53.4%より0.8ポイント高くなっているが、全国よりも1.4ポイント低い。

(1) 特定健康診査実施率（全国）

〈表 I - 1 - 1〉 特定健康診査実施率（全国）

	対象者数	受診者数	特定健康診査実施率(%)
2019年度	53,798,756	29,935,810	55.6
2018年度	53,723,213	29,396,195	54.7
2017年度	53,876,463	28,587,618	53.1
2016年度	53,597,034	27,559,428	51.4
2015年度	53,960,721	27,058,105	50.1

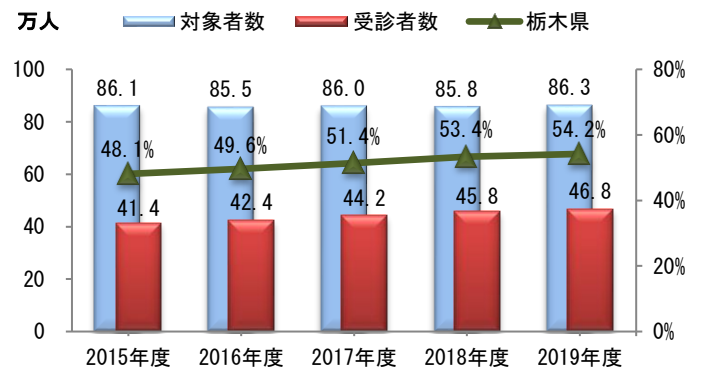


〈図 I - 1 - 1〉 特定健康診査実施率（全国）

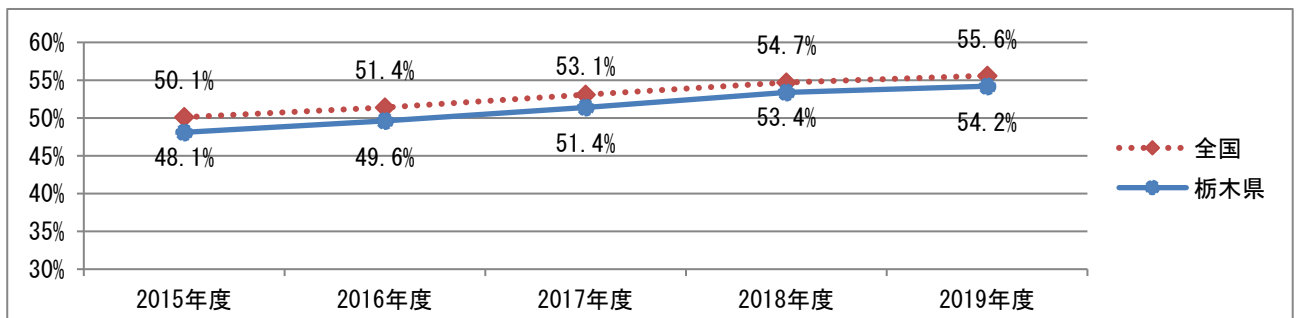
(2) 特定健康診査実施率（栃木県）

〈表 I - 1 - 2〉 特定健康診査実施率（栃木県）

	対象者数	受診者数	特定健康診査実施率(%)
2019年度	862,587	467,585	54.2
2018年度	857,682	457,846	53.4
2017年度	859,588	442,071	51.4
2016年度	855,306	424,164	49.6
2015年度	861,134	413,788	48.1



〈図 I - 1 - 2〉 特定健康診査実施率（栃木県）



〈図 I - 1 - 3〉 年度別 特定健康診査実施率（全国・栃木県）

II 特定保健指導の状況

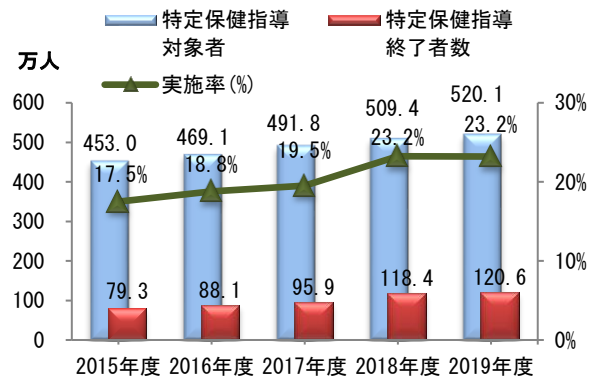
1 年度別特定保健指導実施率

2019年度に特定保健指導の対象となった者の割合は、全国で17.4%、本県は全国よりも0.1ポイント高い17.5%であった。本県の特定保健指導対象者のうち特定保健指導を終了した者の割合は、27.2%で、全国の23.2%を4.0ポイント上回った。

(1) 特定保健指導実施率（全国）

〈表Ⅱ-1-1〉特定保健指導実施率（全国）

	特定健康診 査受診者 A	保健指導 対象者 B	(割合) (%) B/A	保健指導 終了者 C	実施 率(%) C/B
2019年度	29,935,810	5,200,519	17.4	1,205,961	23.2
2018年度	29,396,195	5,094,255	17.3	1,183,786	23.2
2017年度	28,587,618	4,918,135	17.2	959,129	19.5
2016年度	27,559,428	4,690,793	17.0	881,183	18.8
2015年度	27,058,105	4,530,158	16.7	792,655	17.5

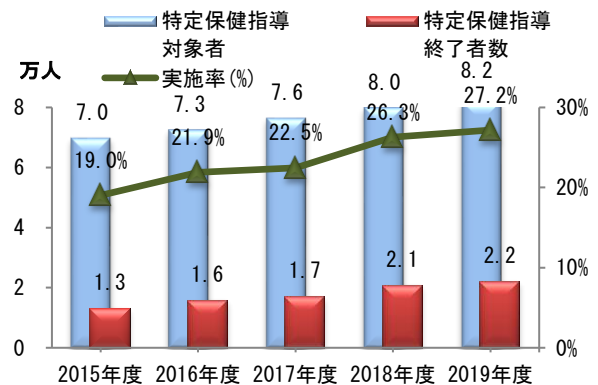


〈図Ⅱ-1-1〉特定保健指導実施率（全国）

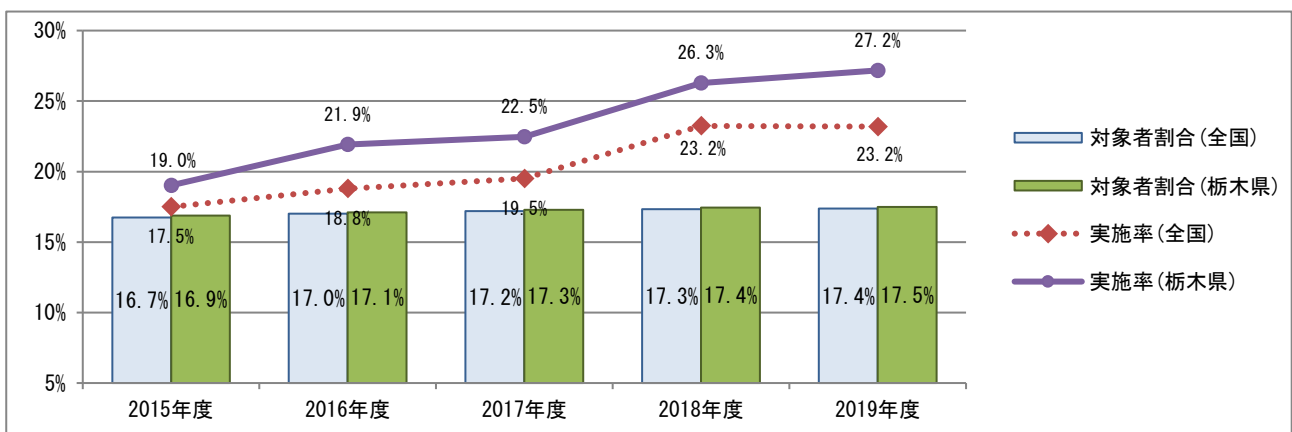
(2) 特定保健指導実施率（栃木県）

〈表Ⅱ-1-2〉特定保健指導実施率（栃木県）

	特定健康診 査受診者 A	保健指導 対象者 B	(割合) (%) B/A	保健指導 終了者 C	実施 率(%) C/B
2019年度	467,585	81,835	17.5	22,239	27.2
2018年度	457,846	79,866	17.4	20,989	26.3
2017年度	442,071	76,409	17.3	17,158	22.5
2016年度	424,164	72,596	17.1	15,905	21.9
2015年度	413,788	69,834	16.9	13,284	19.0



〈図Ⅱ-1-2〉特定保健指導実施率（栃木県）



〈図Ⅱ-1-3〉年度別特定保健指導実施率（全国・栃木県）

～かかりつけ医の皆様へお願い～

参考資料 2

栃木県糖尿病重症化予防プログラム（保健指導）に御協力ください

栃木県の糖尿病患者数は**5万5千人**（平成 29 年患者調査）と推計されており、全国と比較して多く、増加傾向にあります。また、糖尿病合併症の1つで、患者のQOLや医療費の増大に大きく関係する透析患者数も増加しており、その対策が重要となっています。

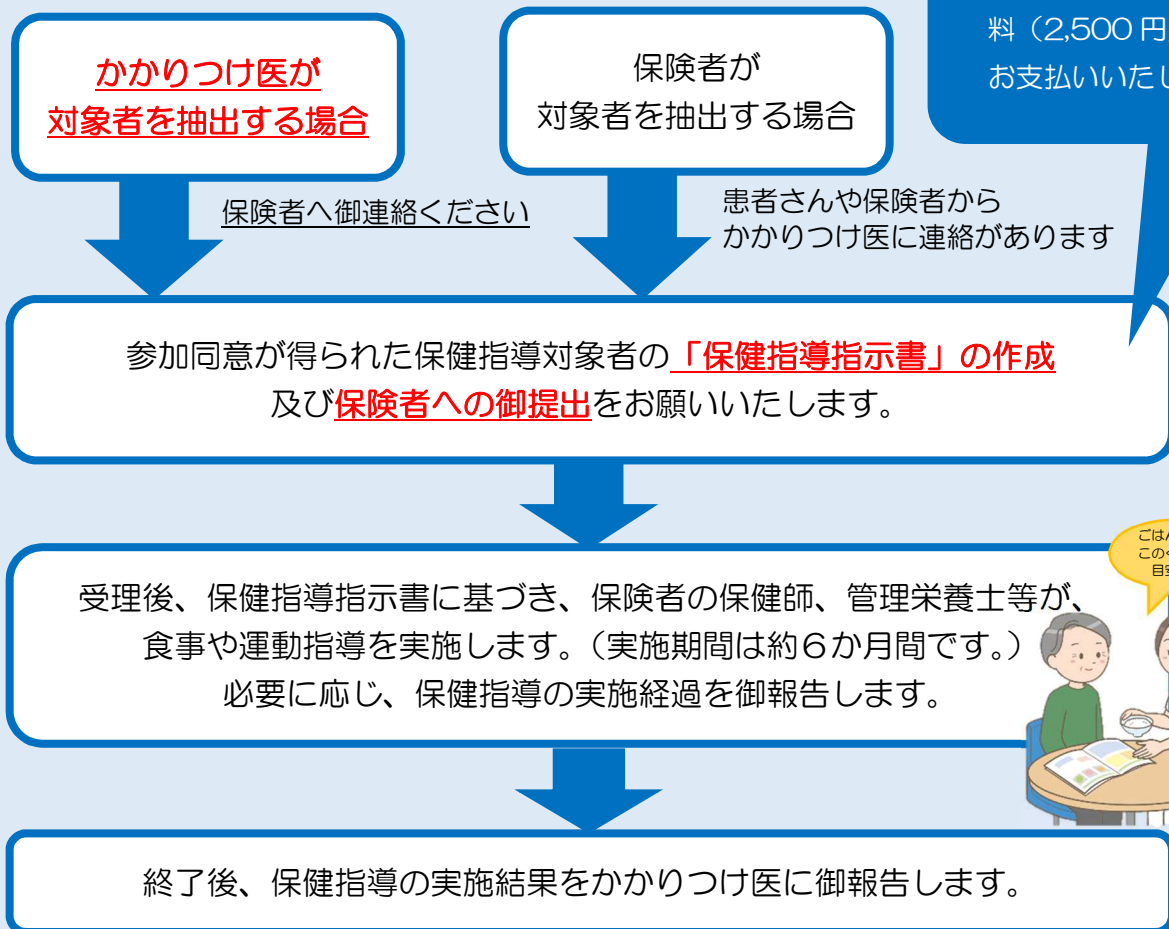
そこで、糖尿病重症化予防を目的に、栃木県医師会、栃木県保険者協議会、栃木県の3者が協働し、平成 28 年に「**栃木県糖尿病等重症化予防プログラム**」を策定いたしました。

本プログラムに基づき、県内保険者の保健師や管理栄養士等は、かかりつけ医と連携しながら、糖尿病患者に対し、食事や運動などの**保健指導**を行います。



貴院の患者さんに対して、保険者が実施する**本プログラム（保健指導）への参加のお誘い**や、保健指導のための**保健指導指示書の作成**に御協力をお願いいたします。

保健指導の基本的な流れ



保健指導対象者

【かかりつけ医が抽出する場合】

糖尿病治療中に尿アルブミン、尿蛋白、eGFR等により腎機能低下が判明し、保健指導が必要と医師が判断した者

〈例〉

- ・生活習慣改善が困難な者
- ・治療を中断しがちな者
- ・自施設に管理栄養士等が配置されておらず、実践的な指導が困難な場合
- ・専門病院との連携が困難な場合 等

(参考) 糖尿病性腎症病期分類

病期	尿アルブミン値(mg/gCr) あるいは 尿蛋白値(g/gCr)	GFR(eGFR) (ml/分/1.73m ²)
第1期 (腎症前期)	正常アルブミン尿(30未満)	30以上
第2期 (早期腎症期)	微量アルブミン尿(30~299)	30以上
第3期 (顕性腎症期)	顕性アルブミン尿(300以上) あるいは 持続性蛋白尿(0.5以上)	30以上
第4期 (腎不全期)	問わない	30未満
第5期 (透析療法期)	透析療法中	

出典：日本糖尿病学会編・著 糖尿病治療ガイド 2020-2021

【保険者が抽出する場合】

健診データやレセプトデータから、保健指導が必要であると保険者が判断した者

お問合せ先

県内の各保険者*または栃木県保健福祉部健康増進課へ御連絡ください。

*国民健康保険、協会けんぽ、健康保険組合、共済組合、後期高齢者医療広域連合等

*栃木県保険者協議会ホームページに、本プログラムに取り組む保険者の連絡先や保健指導指示書等の各種様式を掲載しています。

*保険者によっては本プログラムに取り組んでおらず、対応できない場合があります。



栃木県保健福祉部健康増進課

TEL028-623-3095/FAX028-623-3920



～糖尿病で通院中のあなたへ～

保健師や管理栄養士による生活習慣改善のサポートを受けてみませんか？

糖尿病は、**初期段階では自覚症状が現れない**場合が多く、気づいたときには糖尿病に伴う腎症や網膜症などの合併症を発症して、人工透析や失明などで日常生活に影響が出る恐れがあります。これらの状態を防ぐためには、適切な治療だけでなく、**生活習慣の改善**がとても重要です。

そのため、国民健康保険や健康保険組合等の保険者は、皆様の糖尿病が重症化しないよう、かかりつけ医と連携した**生活習慣改善のサポート（保健指導）**を行っています。

保険者の保健師や管理栄養士等が、**あなたに合った食事や運動のアドバイス**を行います。この機会にぜひ受けてみませんか？



基本サポート（保健指導）期間：約6か月間

まずは面談で、お一人おひとりに合わせた計画と一緒に考え、その後、電話やメール、面談等によりサポートいたします。

※サポートの例

初回	1ヶ月後	2ヶ月後	3ヶ月後	4ヶ月後	5ヶ月後
面談	電話やメール	面談	電話やメール	電話やメール	面談

利用料金：原則無料

参加を希望する方は、参加の同意書と、かかりつけ医に記入していただく書類を、サポート（保健指導）開始までに提出していただきます。

その際、医療機関によっては文書作成料が必要な場合があります。

また、加入している健康保険の種別によっては自己負担が生じる場合があります。

対象者

- 栃木県保険者協議会ホームページに掲載の健康保険に加入されている方
- 腎臓の機能が低下しはじめている方

お問合せ先

健康保険証を発行している保険者※

※国民健康保険、協会けんぽ、健康保険組合、共済組合、後期高齢者医療広域連合等

※各保険者の連絡先は、ここから御確認ください。（栃木県保険者協議会ホームページ）↑

または栃木県健康増進課（028-623-3095）へ御連絡ください



歩いてもらおう!

とちぎ和牛が 毎月当たる!

※特産品は季節によって変更になる場合があります。

とちまる。
健康ポイント



とちまるくん © 栃木県

とちぎの特産品や
グルメがいっぱい!

プレゼントが
増えたまる!



県が定める成人の1日あたりの目標歩数は男性で9000歩以上、女性で8500歩以上。
あなたは足りていますか?とちまる健康ポイントで、歩数を確認しながら健康もプレゼントもゲットしちゃおう!

とちまる健康ポイントって？

とちぎを歩いて
とちぎをもらっちゃおう！



1日5,000歩以上で毎月チャンス！
賞品もりだくさん！
みんなで参加してみない？



スマホにFUN+WALKアプリを
いれて登録するだけで準備OK!

歩いた分だけ毎月ポイントがたまるよ！
キャラを変身させてクーポンをもらえるアプリだよ！
健康もゲットできて、プレゼントもゲット！



FUN+WALK
アプリをダウンロード



Google Play

Download on the App Store

※基本情報登録において、必ず市町までご登録ください。

選べるプレゼント！ プレゼント抽選に応募して、もらっちゃおう！



とちぎ和牛すきやき用



とちぎ和牛ハンバーグ



栃木の高級フルーツ



とちぎのお米

他にも商品がたくさん登場します！毎月応募受付・抽選を開催いたします。

※画像はイメージです。

応募までの流れ

ステップ1

歩いて
ポイントが
たまる！



ステップ2

ポイントをためて
クーポンに交換！



ステップ3

とちまる。
健康ポイント
サイトで応募しよう！



チャンス
は
毎月!!

耳より情報

そんなときは、検索してお！

どこ
ある？



ウォーキングに役立つ情報満載！

健康づくりロード

検索



たまる
かモ？

市町の
健康ポイント事業に
参加しよう!!

あなたのお住まいの市町でも健康
ポイント事業を実施しているかも。
「とちまる健康ポイント」のウェブ
サイトで確認してね!

とちまる。
健康ポイント

ウェブサイトは
こちら!



お問合せ先 栃木県保健福祉部 健康増進課 健康長寿推進班

電話:028-623-3094 メール:kenko-choju@pref.tochigi.lg.jp

健康長寿とちぎWEB http://kenko-choju.tochigi.jp/

みんなで一緒に健康づくり！

健康長寿とちぎづくり推進県民会議

登録団体・企業・サークル等を募集中！

健康長寿とちぎづくり推進県民会議とは…

県内の事業者や健康づくり関係者の皆さまと県や市町等が
一丸となって**健康長寿日本一とちぎ**の実現を目指す**健康長寿
とちぎづくり県民運動**を推進する組織です。

県民運動では
多様な主体が

- 健康づくりの意識を持って
- それぞれのフィールドで
- 特長・特性を活かして
- 主体性を持って

可能なことに
取り組みます。

生産者、販売・飲食店

生産や販売を通した
健康づくりの促進など

県民

医療、保健、福祉等

専門的な観点からの県民の
健康づくり活動の支援など

事業者

社員・職員など
従業員の
健康づくりの
促進など



学校、幼稚園、
保育所等

児童、生徒の
健康づくりの
促進など

サークル、自治会等

自分や家族・仲間の
健康づくりなど

県、市町

重点プロジェクト

身体を動かそうプロジェクト

食べて健康！プロジェクト

栃木県脳卒中啓発プロジェクト

企業等登録3制度

とちぎのヘルシーグルメ推進店

とちぎ禁煙推進店

健康長寿とちぎ応援企業



健康長寿とちぎ

健康長寿とちぎ

検索

身体を動かそうプロジェクト

～楽しみながら仲間と一緒に続けよう！～

日常生活の中で身体を動かすよう心がけたり、職場や仲間同士で身体を動かす取組をすることにより、生活習慣病の発症予防や重症化予防を目指すプロジェクトです。



食べて健康！プロジェクト

～だれでもおいしく、かんたんに！～

健康のために必要な食事内容や食習慣について考えたり、健康によい食事を意識して選択したり、そのための環境づくりを行うなど、生活習慣病の発症予防や重症化予防を目指すプロジェクトです。

野菜摂取量の増加



350g/日

食塩摂取量の減少



朝食の欠食をなくす



栃木県脳卒中啓発プロジェクト

～死亡率全国ワーストからの脱却を！～

生活習慣の改善等による発症予防や、初期症状を早期に見つけて、一刻も早く医療機関を受診することの大切さを参加団体それぞれが啓発し、広めていくプロジェクトです。

F



Face

顔の片側が下がりゆがむ

A



Arm

片腕に力が入らない

S



Speech

ろれつが回らない

T



Time

一刻も早く救急車を！

禁煙・受動喫煙 防止の取組

敷地内や建物内禁煙等



健診受診に 関する取組

健康診査受診の呼びかけ等



こころの健康に 関する取組

ストレスチェックの実施等



これらのプロジェクト・3制度については、それぞれ企業・団体の参加・登録を募集しています。

取組宣言記入例



重点プロジェクト

身体を動かそうプロジェクト

- ・従業員やメンバーの目標歩数設定（県目標：男性 9,000 歩/日、女性 8,500 歩/日）
- ・毎週〇曜日、年〇〇回のグループウォーキング
- ・従業員やメンバーに対し、週に1度、階段利用呼びかけ
- ・朝 15 分の体操運動（ラジオ体操等）
- ・身体活動を促進するイベントや講習会の開催
- ・他団体への運動指導講師派遣 ・身体活動に関する啓発資材の配布、情報発信



重点プロジェクト

食べて健康! プロジェクト

食育、食生活の改善、栄養成分表示、①～③に関する啓発資材の配布、情報発信

- ①野菜摂取量の増加（野菜を、1皿多く食べよう）
 - ・給食で、野菜の多い献立を提供 ・園児や保護者に野菜を食べよう週に1度呼びかけ
- ②食塩摂取量の減少（塩辛いものは、控えめにしよう）
 - ・お客様に減塩メニューを提供 ・従業員やメンバーに塩分の多いものを控えるよう呼びかけ
- ③朝食の欠食をなくす（朝ご飯を、毎日食べよう）
 - ・従業員やメンバー、園児等に朝食を提供 ・お客様に朝食メニューを提供

重点プロジェクト

栃木県 脳卒中 啓発プロジェクト

- ・イベント等で参加者に脳卒中の予防を呼びかける
- ・従業員やメンバーに脳卒中予防や初期症状の知識を広める
- ・事業所に血圧計を設置する
- ・高血圧対策のため、従業員やメンバーに減塩に配慮した食生活を呼びかける



禁煙・受動喫煙 防止の取組

- ・敷地内禁煙
- ・建物内禁煙
- ・禁煙ポスターの掲示
- ・毎朝の朝礼における禁煙の呼びかけ
- ・禁煙に関する講座やシンポジウム等参加



健診受診に 関する取組

- ・従業員、メンバーの健診受診率の把握
- ・管理職の人事評価項目の1つに、部下の健診受診率を採用
- ・健康診査受診率を把握
- ・協会けんぽの健康格付型バランスシート実施

こころの健康に 関する取組

- ・従業員の有給休暇取得率 〇〇% 超
- ・相談窓口・体制の設置
- ・ストレスチェック実施率 100%



様式1 健康長寿とちぎづくり推進県民会議 会員登録申込書

年 月 日

健康長寿とちぎづくり推進県民会議会長 栃木県知事 様

企業・団体名			
代表者職氏名			
所在地			
ホームページ URL			
社員等の人数	人	公表可否(※)	可・不可
連絡先	担当者所属： 電話番号： Eメールアドレス：	職氏名： FAX番号： ※会員メールマガジン配信	要・不要

※原則として、太線枠内と以下の取組宣言内容を「健康長寿とちぎ WEB」など各種媒体に掲載させていただきます。掲載を希望する場合は「可」、希望しない場合は「不可」に○を付けてください。

※メールアドレスは会員メールマガジン配信の他、急ぎの連絡に使用させていただきます。

健康長寿とちぎづくり取組宣言

健康長寿とちぎづくり県民会議は、左面・裏面のプロジェクトや取組を推進しています。左面・裏面を参考に「誰に」「いつ、どのくらいの頻度で」「何を」を具体的に御記入ください。

実施する全ての取組を御記入ください。

は

上記のことについて取り組みます！

・左面の重点プロジェクトにあるような取組を実施する場合、同プロジェクトへの御参加をお願いします。
御参加可能なプロジェクト全てにチェックをつけてください。

- 身体を動かそうプロジェクト 食べて健康!プロジェクト
 栃木県脳卒中啓発プロジェクト

とちぎのヘルシーグルメ推進店

料理の栄養成分表示や健康に配慮したメニューを提供することにより、飲食店や弁当販売店を利用する人が自分にあった食事を選択できるよう、健康的な食生活を応援するお店です。

●認定要件 ※いずれか1つ以上

- ①栄養成分表示
- ②野菜たっぷりメニューの提供
- ③ヘルシーメニューの提供
- ④栄養情報提供、ヘルシーオーダー対応

●とちぎのヘルシーグルメ推進店登録のメリット

- ①店頭ステッカーによる推進店のPR
- ②健康長寿とちぎ WEB や、県が配信するメルマガ等による情報発信
- ③とちぎ健康づくりロードのマップに掲載



とちぎ禁煙推進店

受動喫煙による健康への影響を防止するため、禁煙に積極的に取り組む、その敷地内または建物内が禁煙であることをステッカーでわかりやすく表示するお店・施設です。

●認定要件

- ①敷地内禁煙
建物内を含む敷地すべてにおいて禁煙
- ②建物内禁煙
建物内又はテナント内すべてにおいて禁煙

●とちぎ禁煙推進店登録のメリット

- ①店頭でのステッカーの掲示
- ②健康長寿とちぎ WEB に掲載
- ③健康に関する情報提供、個別支援



健康長寿とちぎ応援企業

健康づくりに関する啓発資材の提供や講演会の開催等を通じて、県民の健康づくりを応援する企業です。

●認定要件 ※いずれか1つ以上

- ①啓発資材の提供
- ②イベント・講演会等の開催
- ③寄附金の提供

●応援企業登録のメリット

- ①店頭でのステッカーの掲示
- ②健康長寿とちぎ WEB に掲載
- ③啓発資材や講演会の開催等に健康長寿とちぎ応援企業であることの表示



各プロジェクト・3制度に参加される皆さまには、県民会議会員の登録もお願いいたします。

県民会議の会員になると・・・



県民会議会員証を交付します。

健康づくりに積極的に取り組んでいただきますようお願いします。

なお、同時に「とちぎのヘルシーグルメ推進店」「とちぎ禁煙推進店」に御登録いただいた場合は、会員証とは別に各推進店のステッカーをお送りいたします。



会員になるメリットは？

県が開設している健康情報サイト「健康長寿とちぎWEB」で活動情報やイベント開催のお知らせなどを発信することができます。

また、県から各種健康に関するメールマガジンやイベントのご案内をさせていただくほか、貴団体等の取組について県の健康づくりに関する広報などで御紹介させていただくこともあります。



会議に参加しなければならないのですか？

会員がそろって出席しなければならない会議はありません。

(幹事になっていただく方には、年1回程度の幹事会があります。)

県民会議会員に登録するには・・・



会員登録申込書（様式1）に御連絡先や健康づくりに関する取組宣言等を記入し、御提出ください。

「とちぎのヘルシーグルメ推進店」「とちぎ禁煙推進店」「健康長寿とちぎづくり応援企業」に御登録いただく場合は、お手数ですが、県民会議の会員登録申込書と併せて各申請書を御記入ください。

「身体を動かそうプロジェクト」「食べて健康！プロジェクト」「栃木県脳卒中啓発プロジェクト」は、県民会議の会員登録申込書の記入をもってプロジェクトの申込みとなります。

県民会議の会員登録を希望されない場合はプロジェクト、推進店、応援企業の登録のみでも差し支えありません。

取組宣言は、複数書きいただくことができます。

御不明な点は、下記までお問い合わせください

お問い合わせ先

宇都宮市、複数市町にまたがる場合	栃木県保健福祉部 健康増進課 健康長寿推進班	電話 028-623-3094 FAX 028-623-3920
鹿沼市、日光市	県西健康福祉センター 健康対策課（栄養難病担当）	電話 0289-62-6225 FAX 0289-64-3059
真岡市、益子町、茂木町、市貝町、芳賀町	県東健康福祉センター 健康対策課（栄養難病担当）	電話 0285-82-3323 FAX 0285-83-7003
栃木市、小山市、下野市、上三川町、壬生町、野木町	県南健康福祉センター 健康対策課（栄養難病担当）	電話 0285-22-1509 FAX 0285-22-8403
大田原市、矢板市、那須塩原市、さくら市、那須烏山市、塩谷町、高根沢町、那須町、那珂川町	県北健康福祉センター 健康対策課（栄養難病担当）	電話 0287-22-2679 FAX 0287-23-6980
足利市、佐野市	安定健康福祉センター 健康対策課（栄養難病担当）	電話 0284-41-5895 FAX 0284-44-1088

とちぎの健康づくり情報サイト 「健康長寿とちぎWEB」

健康づくりに関する「知りたい」にお答えするサイトです。



楽しく健康づくりができるイベントはないかな？

イベントカレンダーで身近なイベント・講習会などが検索できる！

外食でもヘルシーなメニューを食べたい

「とちぎのヘルシーグルメ推進店」「とちぎ禁煙・分煙推進店」が検索できる！

しっかり禁煙しているお店は？

健康長寿とちぎWEB HOME

健康長寿とちぎづくりとは

お知らせ・イベント情報

- お知らせ一覧
- イベント・講習会など一覧
- 各種キャンペーン月間・週間
- カレンダーで探す
- マップで探す

健康づくりガイド

健康づくりの秘訣

- 健康長寿とちぎづくり県民運動
- 健康長寿とちぎ応援企業等

健康づくりカレンダー

2016年2月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29					

■予定あり 日祝 土

健康長寿とちぎWEB

県民のみなさま一人ひとりの、健康でいきいきした毎日を応援します。

食生活 運動 休養 たばこ 歯と口 生活習慣

健康長寿とちぎづくり最新情報

お知らせ イベント・講習会 健康長寿とちぎ 秘訣 県民運動 応援企業等 全て

お知らせ 2016.2 健康長寿とちぎ WEB を開設しました。 <NEW>

健康長寿とちぎ応援企業等 最新情報

ヘルシーグルメ推進店
とちぎ禁煙推進店
健康長寿とちぎ応援企業

基本計画
とちぎ健康21プラン(2期計画)

関連ホームページ
とちぎ健康づくりロード
なぜなに？みんなの健康づくり
おかえり、ママ 大切な人のために、がん検診を受けてみよう

栃木県 TOCHIGI PREFECTURE
健康長寿とちぎづくりのページ

いのち輝く郷やかな社会をつくるために
とちぎ健康づくりセンター
とちぎ健康づくりセンター

ずっと健康でいきいき!!

このページの一番上へ

最近、運動不足で...

たばこを吸っていて大丈夫？

知りたい健康づくり情報をカテゴリー別に探せる！

食生活が気になる



「健康長寿とちぎWEB」主なコンテンツご紹介

今月のカレンダー

2016年2月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29					

■予定あり 日祝 土
 ※日付をクリックし、記事一覧もご覧ください。
 ※マップからエリアで絞り込み表示できます。



お知らせ・イベント情報

行ってみよう!

県、市町、関係団体や健康長寿とちぎ応援企業等の実施する、健康づくりイベント・講習会などの開催情報を掲載します。

カレンダー(月・年)とエリアから、開催情報を検索!
お近くのイベントなどをチェックして出かけてみましょう!



健康づくりの秘訣

日々の健康づくりに役立つ情報・知識、栄養・食生活、身体活動・運動、喫煙などの分野ごとに提供します。

気になることを調べて、健康づくりの参考にしてみませんか?

役立てよう!



栄養・食生活	身体活動・運動	休養・こころの健康
喫煙	飲酒	ロコモティブシンドローム
子どもの頃から健康づくり	働く世代の健康づくり	歯・口腔の健康づくり
検診に関する情報	生活習慣病	

参加しよう!

健康長寿とちぎづくり県民運動

「健康長寿日本一とちぎ」を目指す県民運動の様々な取組を紹介します。

重点プロジェクトに参加すると、活動内容などをサイトに書き込むことができます。あなたも参加してみませんか?

健康長寿とちぎ応援企業等

「とちぎのヘルシーグルメ推進店」、「とちぎ禁煙・分煙推進店」、「健康長寿とちぎ応援企業」の登録店舗・企業情報を公開します。

マップから検索し、お出かけの際などに利用してみましょう!

利用しよう!



- *とちぎのヘルシーグルメ推進店とは? : 栄養成分表示やヘルシーなメニューの提供などで健康的な食生活を応援するお店
- *とちぎ禁煙・分煙推進店とは? : 禁煙・分煙の実施により受動喫煙の防止に取り組むお店・施設
- *健康長寿とちぎ応援企業とは? : 様々な健康づくり啓発活動や県への寄附等により、県民の健康づくりを応援する企業



健康長寿とちぎ WEB

検索

スマホからは▶



令和2 (2020) 年度

健康長寿

とちぎづくり表彰

事例集





はじめに	1
令和2（2020）年度健康長寿とちぎづくり表彰の概要	2

●健康経営部門

最優秀賞 三信電工株式会社	3
優秀賞 七浦建設株式会社	4
明和コンピュータシステム株式会社	4
ワタレイ株式会社	5
入賞 株式会社アーバン	6
株式会社アド宣通	6
株式会社コジマ	6
株式会社竹葉建設	7
株式会社栃木県南自動車学校	7
テクノ産業株式会社	7
有限会社飯塚造園	8
有限会社ベジメイト	8

●健康応援部門

最優秀賞 宇都宮ヤクルト販売株式会社	9
優秀賞 小山市健康づくり運動普及推進委員会	10
ふるさとにしなす産直会	10
入賞 大塚製薬株式会社 大宮支店宇都宮出張所	11
クオール株式会社	11
野木町ラジオ体操愛好会	11
とちぎスポーツ栄養研究会	12

健康長寿とちぎづくり推進県民会議 会員登録申込書

※各事業所・団体の取組について、新型コロナウイルス感染症の影響により、一部延期又は中止している取組がありますのであらかじめ御了承ください。



はじめに

県民の皆様の健康は、生涯を通していきいきと暮らすための基本であり、豊かで活力ある地域社会を築くための基盤です。

本県では、平成26（2014）年に「健康長寿とちぎづくり推進条例」を施行し、県民一人ひとりがどの地域に住んでいても、心身ともに健やかに歳を重ねていくことができる地域社会の実現に向け、市町、健康づくり関係者、事業者等と連携し、「健康長寿とちぎづくり県民運動」を推進しています。

また、県民運動の推進母体として、「健康長寿とちぎづくり推進県民会議」を設立し、県民が食事・運動・喫煙などの生活習慣の改善に主体的に取り組めるよう環境の整備に努めているところです。

人生100年時代といわれる超高齢社会を迎える中で、こうした県民運動をさらに推進するため、昨年度から「健康長寿とちぎづくり表彰」を実施し、従業員の健康づくりに取り組む事業所を表彰する「健康経営部門」と、県民の健康づくりを応援する団体等を表彰する「健康応援部門」の2部門に多くの御応募をいただきました。

本事例集は、御応募いただいた中から19の事業所・団体の優れた取組をまとめたものですので、県民や事業所・団体の皆様には、日常生活や職場での取組の参考にさせていただくようお願いします。

昨年から続く新型コロナウイルス感染症の影響による生活様式の変容等により、運動不足や食生活の乱れ、心の不調など、健康への影響が様々指摘されております。県民の皆様には、感染予防に留意しながら、健康づくりに取り組んでいただきたいと思います。

今後、健康づくりの輪が更に広がり、オールとちぎで「健康長寿日本一とちぎ」が実現できますよう祈念いたします。

令和3（2021）年3月

健康長寿とちぎづくり推進県民会議会長

栃木県知事 福田 富一

●令和2(2020) 年度健康長寿とちぎづくり表彰の概要

○主催 健康長寿とちぎづくり推進県民会議

○目的 事業所、企業及び団体における「健康長寿とちぎづくり」の推進に関する優れた取組を表彰し、広く周知することで、多様な主体における取組を推進し、健康長寿とちぎづくり県民運動のより一層の活性化を図るために実施します。

優秀な取組内容について、健康長寿とちぎ WEB やリーフレット等において取内容を積極的に PR します。

○応募数 健康経営部門： 72 点

健康応援部門： 20 点

●令和2(2020) 年度健康長寿とちぎづくり表彰の結果について

健康経営部門では、「三信電工株式会社」が、健康応援部門では「宇都宮ヤクルト販売株式会社」がそれぞれ最優秀賞を受賞しました。

【健康経営部門】(同一賞内は 50 音順に記載)

最優秀賞 三信電工株式会社 「未来につなぐ健康づくり」
 優秀賞 七浦建設株式会社
 明和コンピュータシステム株式会社
 ワタレイ株式会社
 入賞 株式会社アーバン
 株式会社アド宣通
 株式会社コジマ
 株式会社竹葉建設
 株式会社栃木県南自動車学校
 テクノ産業株式会社
 有限会社飯塚造園
 有限会社ベジメイト

【健康応援部門】(同一賞内は 50 音順に記載)

最優秀賞 宇都宮ヤクルト販売株式会社
 「予防医学を基盤に「食」を学ぶ健康教室、
 出前授業の取り組み」
 優秀賞 小山市健康づくり運動普及推進委員会
 ふるさとにしなす産直会
 入賞 大塚製薬株式会社大宮支店宇都宮出張所
 クオール株式会社
 野木町ラジオ体操愛好会
 とちぎスポーツ栄養研究会

●表彰式

令和2(2020)年11月18日(水)に栃木県庁昭和館正庁において表彰式を行い、最優秀賞及び優秀賞を受賞した事業所・団体の皆様に表彰状が授与されました。



最優秀賞及び優秀賞 受賞事業所・団体



健康経営部門最優秀賞
三信電工株式会社



健康応援部門最優秀賞
宇都宮ヤクルト販売株式会社



さんしんでんこう

三信電工 株式会社

所在地：宇都宮市川俣町 1056 番地

TEL：028-621-0123

未来につなぐ健康づくり



自販機カロリー表示



就業前のラジオ体操の実施



社有車の完全禁煙

取組のきっかけ

- 「誠実」「明朗」「協和」を社是とし、100年続く企業となることを目指している。そのためにも「従業員が気持ちよく働ける会社、生き生きと働ける会社」であることが重要であると考え、従業員の健康づくりに取り組みはじめた。

主な取組

- 会社の全額負担により、全従業員のインフルエンザ予防接種と定期健康診断（35才以上の従業員には胃がん・大腸がん検診）を実施している。
- 女性従業員を対象に、定期健康診断時に会社全額負担により婦人科健診の乳がん検診、子宮頸がん検診を隔年で受診できるよう、制度を整えている。
- 令和2年6月1日から全社有車禁煙「禁煙ステッカー」を貼り、毎月安全の日（車両点検日）に禁煙状況をグループリーダーと共にチェックする体制を整え、従業員の禁煙を推進した。
- リフレッシュを目的として、毎年4月から6月を有給休暇取得強化月間と定め、ゴールデンウィーク等に併せて長期休暇を取得しやすくした。
- 日帰り研修旅行（貸切バス2台分乗）の実施を通じて、コミュニケーションをとる事の少ない他部門の従業員が交流する機会を増やした。
- 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、空気清浄機2台、マスク200枚2か所、アルコール消毒液7か所を設置し、感染対策を強化した。
- 毎朝始業前8時20分から、ラジオ体操を実施している。
- 食生活を見直すきっかけになるよう、社内の自動販売機に栄養成分を表示している。
- 社内に血圧計を2台設置し、毎日の健康状態を把握できるようにしている。
- 県のメールマガジン「健康長寿とちぎだより」や協会けんぽ栃木支部の「栃の葉ヘルシーメール」、広報誌「協会けんぽとちぎ」等を社内メールにて配信し、健康づくりに関する情報共有を行っている。

取組の効果

- 以前は従業員の8割が喫煙者だったが、現在は喫煙率が低下した。
- 従業員同士のコミュニケーション増加等により、直近の離職率0%を達成した。
- 従業員の健康づくりへの意識が向上している。
- 求人採用の問い合わせが増加した。

健康経営部門 優秀賞

ななうらけんせつ

七浦建設 株式会社

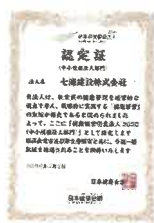
所在地：大田原市若草 2-1059-1

TEL：0287-23-5477

社員の健康のために、できることに一つ一つ取り組んできました。



手作りマスクの配布



健康経営
優良法人 2020



七浦建設健康冷蔵庫

主な取組

- 野菜ジュースや無糖飲料のみの「七浦建設健康冷蔵庫」を設置し、社長の負担で無料で従業員に提供している。
- マスク不足時には、手作りのマスクを配布し、感染症対策を実施した。
- 定期健康診断100%であり、特定保健指導対象者には受診するよう総務部が徹底して指導した。
- 喫煙率が高かったことから、健康経営優良法人認定をきっかけに禁煙の呼び掛けを行い、喫煙率20パーセント以下を目標としている。

取組の効果

- 糖分の多い飲料を摂取する割合が減少した。
- 有給休暇の平均取得日数が5日以下（2017年）から11.8日（2019年）に大幅増加した。
- 喫煙者が13名から6名に減少した。

めい わ

明和コンピュータシステム 株式会社

所在地：小山市間々田 792-8

TEL：0285-41-1661

社員が明るく元気でなごやかに 信頼される情報システムを提供し続ける健康経営!!



従業員用アリーナ



リフレッシュをする従業員



運動機会の増進

主な取組

- 健康づくりの取組の中で、運動機会の増加が重要であると考え、従業員用アリーナを整備し、昼休みや退社後も利用できる環境を整えている。
- 毎月の食事会等を通じ、コミュニケーションの増加を促している。
- 働き方改革を推進し、小山市ワークライフバランス推進事業者等の認定を取得している。
- 従業員のメンタルヘルス対策が重要と考え、「こころの健康づくり計画書」を作成している。

取組の効果

- 従業員同士のコミュニケーションが増加した。
- 新規採用の応募者が増加傾向にある。
- 会社のイメージアップにつながった。

ワタレイ 株式会社

所在地：栃木市皆川城内町 2989-14
TEL：0282-30-1711

社員の幸せづくりは、心と身体の健康づくりから



社内研修会の開催



職場での体操の実施



健康経営に関する認定証

主な取組

- 会社目標の一つに「健康を自分の責任において守る」を掲げ、従業員が自身の行動指針の達成状況を四半期ごとに確認できる体制をつくっている。
- 非喫煙者に対し1ヶ月2,000円の禁煙手当を支給している。
- 健康に関する研修会を全体会議の中で開催している。
- 昭和48年から47年間、朝礼前に「ラジオ体操」に取り組み、現在も継続中である。（雨天時は倉庫内にて実施）
- 毎年胃・肺・大腸がん検診の受診、女性社員には、2年に1回乳がん・子宮頸がん検査を勧奨し、費用は全額会社で負担している。また、検診は出勤扱いとしている。

取組の効果

- 遅刻や早退者、体調不良による急な欠勤が減少した。
- 特定保健指導実施率が向上した。
- 喫煙者の喫煙時間及び喫煙本数が減少した。

健康豆知識①

健康経営って？

Q 健康経営ってどんなこと？

A 健康経営とは、従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践することです。

Q 健康経営に取り組むと、どんないいことがあるの？

A 労働生産性の向上や業績の向上、優秀な人材の採用・定着率の向上、医療費の削減などが見込まれます。

Q とちぎ健康経営事業所認定制度って？

A 栃木県、全国健康保険協会（協会けんぽ）栃木支部及び健康保険組合連合会（健保連）栃木連合会の3者が連携して、令和元（2019）年10月に創設した制度です。

従業員等の健康管理に積極的に取り組む事業所を「とちぎ健康経営事業所」として認定します。

Q 認定のインセンティブは？

- A ● ロゴマークの使用
- 栃木県建設工事入札における技術評価点数の加点
 - 栃木県信用保証協会の保証料率の割引
 - ハローワークへの求人票等への記載
 - とちまる就活アプリでの求職者へのPR
 - 「健康長寿とちぎWEB」などでの紹介

などのインセンティブがあります！

健康経営部門 入賞

株式会社 アーバン

所在地：河内郡上三川町しらさぎ 1-20-5

TEL：0285-55-0300

健康で快適な職場づくり



職場での体操の実施



とちぎ禁煙推進店への登録

主な取組

- 業務のすき間時間を利用して、元気ニコニコ体操やストレッチを実施している。
- 事業所内に血圧計を設置し、各自が健康状態を把握できるよう取り組んでいる。
- とちぎ禁煙推進店に登録し、屋内禁煙の環境整備を行っている。
- 熱中症対策として、こまめな水分・塩分の補給と体内吸収の早い経口補水液の飲用を促している。

株式会社 アド宣通

所在地：宇都宮市下荒針町 2678-443

TEL：028-648-7415

社員の健康を守り、会社の実績向上と豊かな人生のために！



職場での体操の実施



毎月1回のスポーツをする日の取組



社内ランチの実施

主な取組

- 従業員のケガ防止と、血行促進・肩こり予防等のために毎月1回朝礼時にラジオ体操を実践している。
- 月に1回スポーツする日を定め、普段体を動かす機会のない社員にスポーツすることを促している。体力や健康を維持し、前向きに仕事に励んでもらうきっかけとなっている。(テニス・ヨガ・バドミントン・ボーリング・筋トレヨガなど)
- 普段外食の多い従業員の健康を気遣い、健康なお弁当を定期的に注文している。お弁当は皆でコミュニケーションをとりながら食べ、親睦を深めている。

株式会社 コジマ

所在地：宇都宮市星が丘 2-1-8

TEL：028-621-0001 (本社)

社会生活を営む為に必要な機能の維持及び向上、生活習慣及び社会環境改善



社内での研修会



22日を「禁煙の日」として、禁煙を推進

主な取組

- 毎月22日(スワンスワンの日)を禁煙の日としている。
- 喫煙室へ入室できる人数や時間を制限し、禁煙を推進した。
- 管理職向けに、健康経営や女性特有の病気などについて研修会を開催した。
- ストレスチェックの結果をもとにワークショップを開催し、社内の課題把握と情報共有に努めている。
- 従業員食堂の自動販売機で飲料のカロリー表示を行っている。

健康経営部門 入賞

ちくようけんせつ 株式会社 竹葉建設

所在地：下野市柴 1087

TEL：0285-44-7688

従業員の健康第一の健康経営



血圧測定ブースの設置



健康器具利用スペース

主な取組

- メールマガジン「健康長寿とちぎだより」を全社員へ配信している。
- 喫煙者は、禁煙につながる目標を掲示させ、達成時には栄養ドリンクなどの特典がもらえる制度をつくった。
- 血圧測定ブースや健康器具利用スペースの設置など、環境整備に力を入れている。
- すべての従業員がBMIを0.3下げよう、数値目標を掲げている。

株式会社 栃木県南自動車学校

所在地：栃木市川原田町 1528

TEL：0282-22-1347

生活習慣の改善



職場での血圧測定の様子

主な取組

- 協会けんぽ栃木支部の健康格付け型バランスシートを活用し、従業員の健康課題や取り組みの効果を把握している。
- 毎年、健康経営アドバイザーによる生活習慣病予防や健康作りに関するセミナーを実施している。
- 従業員の昼食用仕出し弁当はカロリー表記のメニューから選択可能となっており、費用の半額を会社負担としている。
- インフルエンザの予防接種については、費用を会社負担としている。

テクノ産業 株式会社

所在地：宇都宮市中里町 167-1

TEL：028-674-3207

明るい職場の健康づくり



ラジオ体操の実施



運動を通じたコミュニケーション

主な取組

- エコ・健康委員会を組織し、健康づくりの計画の作成や情報発信に努めている。
- 自動販売機に無糖・低糖・低カロリーの商品を取り入れている。
- 毎朝ラジオ体操を実施し、社員の健康状態を把握している。
- 運動機会増進のため、スポーツ用具購入費用、施設利用料等を会社が負担している。

健康経営部門 入賞

有限会社 飯塚造園

所在地：栃木市野地町 979

TEL：0282-31-1818

定年後も元気に働ける身体づくり



ラジオ体操の実施



会社で野菜を栽培

主な取組

- 生活習慣に関する健康習慣アンケートを実施し、健康課題の把握と改善方法の検討に努めている。
- 従業員の食生活改善をサポートするため、会社の敷地で栽培した野菜を配布している。
- 朝のミーティング時に管理職を含めた従業員全員でラジオ体操やストレッチを実施している。
- 従業員に対して脳卒中予防に関する知識を広めている。

有限会社 ベジメイト

所在地：小山市大字下河原田 954

TEL：0285-38-0947

未明からのハードワークにも妥協しない従業員へ “感謝と恩返し” をする企業



朝3時からの勤務も元気にこなす従業員



事業所内のポスター掲示

主な取組

- 青果仲卸業という不規則な事業形態であるため、業務の効率化を図り、定時退社・残業ゼロを推進している。
- 受動喫煙防止や野菜摂取量増加を啓発するポスターを事業所内に掲示し、従業員への周知に努めている。
- 希望者には全額会社負担でインフルエンザの予防接種を行っている。

健康豆知識②

フレイルって？

フレイルとは、加齢に伴い心身の機能が低下した「虚弱」を意味する言葉で、「健康」と「要介護」の中間の状態をいいます。

フレイルを予防するには、栄養（+口腔）、運動、社会参加が重要です。

できることからフレイル予防を始めてみませんか？

毎日を元気に過ごすために



フレイル予防で
健康長寿

栄養
+ 口腔

3食バランス良くよく噛んでしっかりとる
定期的な歯科健診の受診

運動

自宅で行える筋トレやウォーキングで
身体を動かす

社会参加

電話などを活用して友人・知人と交流する

詳しくはウェブサイトへ

人生100年フレイル予防プロジェクト

検索





宇都宮ヤクルト販売 株式会社

所在地：宇都宮市瑞穂 3-9-8

TEL：028-657-8960

予防医学を基盤に「食」を学ぶ健康教室、 出前授業の取組



小学校における腸の出前授業



高齢者向けの健康教室



出前講座等で使用する教材

取組のきっかけ

- 弊社は、「予防医学」の考えに基づいて腸や乳酸菌の研究を行っており、腸の健康が身体全体の健康に大きな影響を与えていると考えている。
- そこで、健康教室等の開催を通じて「腸の健康」や「消化器官の仕組み」について、県民の方に理解してもらおうことが県民の健康づくりにつながると考え、様々な事業を実施している。

主な取組

- 「腸の健康」をテーマに、学校や高齢者施設、医療施設等と連携して健康教室や出前授業を年100回程度開催している。
- 健康教室を行う際には、消化器官や菌の種類についての模型を作成・利用するなど、わかりやすく伝わるよう工夫している。特に小腸の模型は実寸大の6mもあり、参加者から驚きの声があがることが多い。
- 要望に応じて、高齢者に対して「腸トレ体操」などを実施している。
- 従業員のうち約30名が健康管理士一般指導員の資格を取得するなど、資質向上にも力を入れている。
- 県内28のサービスセンターと約400名のヤクルトレディを活用し、多くの学校や高齢者施設、事業所等に訪問し、健康に関する情報発信を行っている。
- 健康情報誌（ヘルシスト）を高齢者施設や診療所等で配布している。



健康情報誌「ヘルシスト」

取組の効果

- 健康教室等が好評であり、実施した学校や施設は、継続的な実施を要望している
- 「消化器官の仕組み」や「腸を大切にすることの重要性」が健康づくりにつながるについて県民の理解促進が進んでいる。

健康応援部門 優秀賞

小山市健康づくり運動普及推進員会

所在地：小山市中央町 1-1-1
TEL：0285-22-9520

市民ボランティアが市と協働し、市民の健康を増進します



からだスッキリ！運動教室の様子



健康都市おやまフェスティバルの様子

主な取組

- メタボ対策を目的とした「からだスッキリ運動教室」を継続的に実施している。
- 健康都市おやまフェスティバルなどで小山市とタイアップして運動慣普及活動を推進している。
- 広報「おやま」や小山市ホームページなどで活動内容を周知している。
- 小山市健康推進員会や小山市食生活改善推進員会などと協働で健康教室を行うなど、活動の幅を広げている。

取組の効果

- 運動教室は、参加者が開催回数の増加を希望するなど、人気を集めている。
- 週2回以上30分以上運動習慣がある者の割合が22.2%と県内1位になった。（県の平成28年度健康度「見える化」事業より）

ふるさとにしなす産直会

所在地：那須塩原市三区町 657-26
TEL：0287-37-7768

新鮮・安心・安全な食材で 若い人からお年寄りまで健康づくり



冷やしサラダそば・うどんの販売
（※期間限定）



店舗外観

主な取組

- とちぎのヘルシーグルメ推進店として、「野菜たっぷり弁当」を販売し、野菜摂取量の増加を図っている。
- ヘルシーメニューとして、「冷やしサラダそば、うどん」を提供している。
- 高齢者の集会などへ健康長寿応援弁当を配達している。

取組の効果

- 野菜たっぷりメニューや栄養バランスの良い食事が好評を得ており、地域住民を中心に、野菜の摂取量増加に貢献している。

健康応援部門 入賞

大塚製薬 株式会社大宮支店宇都宮出張所

所在地：宇都宮市中今泉 1-22-22

TEL：0120-303-088

栃木県内の健康寿命延伸に向けた活動



女性の健康をテーマにした啓発活動

主な取組

- 熱中症を予防するため、熱中症予防啓発ポスター等の作成や、企業や高齢者を対象にした熱中症予防の説明会を実施した。
- 健康経営に着目し、県内企業で働く従業員の方々の健康づくりに貢献できるように経営者を対象とした健康経営セミナーを開催した。
- 女性特有の健康問題で日常生活や仕事に影響を及ぼしている状況を広く周知するため、女性の健康をテーマにした啓発活動を実施した。

クオール 株式会社

所在地：東京都港区虎ノ門4-3-1 城山トラストタワー37階

TEL：0285-51-1212（栃木県石橋店）

個人に合わせた健康サポートの実施 (薬局の特性を生かした効果的なサポート)



薬局での健康イベントの実施



クオール薬局健康便りの配布

主な取組

- 各店舗において、健康サポートイベントを実施している。
- 店舗内で健康情報誌の配布や健康便りの掲示などを通じた健康情報を提供している。
- 管理栄養士が作成したレシピを配布している。
- 定期的な食事相談を実施している。

野木町ラジオ体操愛好会

所在地：下都賀郡野木町友沼 6431-7

TEL：0280-55-2263

健康長寿の秘訣は毎日のラジオ体操から



夏休み子どもラジオ体操会



指導者講習会への参加

主な取組

- 夏休み期間などは、小学生などを対象にラジオ体操を実施している。
- 町の公民館や交流センター等を定期的に借り、ラジオ体操教室を開催している。
- 働く世代の健康づくりを支援するため、事業所等に赴き、約50分かけてラジオ体操第1を指導している。
- 毎月1回第1土曜日に愛好会役員が集まり、ラジオ体操の指導者の資質向上を図るため勉強会を実施している。

健康応援部門 入賞

とちぎスポーツ栄養研究会

活動地域：栃木県全域

スポーツ競技者（アスリート）の競技力向上と、スポーツ愛好者の体力づくりと健康づくりに、栄養面から取り組む



小学生ジュニアアスリートを対象にした
基本の栄養バランスについての学習会

主な取組

- 県内の児童・生徒に対して正しい食事や食生活について指導を行った。
- 小学生から高校生までのアスリート及びその保護者に対し、スポーツ選手の基本の食事や適切な栄養俸給、正しい水分補給等について指導・助言を行った。

健康長寿とちぎづくり推進県民会議とは

健康長寿とちぎづくり推進県民会議とは、県内の事業者や健康づくり関係者の皆様と県や市町等が一丸となって、健康長寿日本一とちぎの実現を目指す健康長寿とちぎづくり県民運動を推進する組織です。

登録を希望する団体・企業・サークル等を募集中です！

県民会議の会員になると・・・

○県民会議会員証を交付します

会員証を交付しますので、掲示くださるようお願いいたします。

なお、同時に「とちぎのヘルシーグルメ推進店」「とちぎの禁煙推進店」に登録いただいた場合は、会員証とは別に各推進店のステッカーをお送りいたします。

○会員になるメリットは？

県が開設している健康情報サイト「健康長寿とちぎWEB」で活動情報やイベント開催のお知らせなどを発信することができます。

また、県から各種健康に関するメールマガジンやイベントの御案内をさせていただくほか、会員の方の取組について県の健康づくりに関する広報などで御紹介させていただくこともあります。

○会議に参加しなければならないのですか？

会員がそろって出席しなければならない会議はありません。

健康長寿とちぎづくり推進県民会議の詳細や会員登録申込書のダウンロードはこちら

→ [健康長寿とちぎ WEB](http://www.kenko-choju.tochigi.jp/) (URL : <http://www.kenko-choju.tochigi.jp/>)

送付先 健康長寿とちぎづくり推進県民会議事務局 宛 (FAX : 028-623-3920 添書不要)

様式1 健康長寿とちぎづくり推進県民会議 会員登録申込書

年 月 日

健康長寿とちぎづくり推進県民会議会長 栃木県知事 様

企業・団体名			
代表者職氏名			
所在地			
ホームページ URL			
社員等の人数	人	公表可否 (※)	可 ・ 不可
連絡先	担当者所属 : 電話番号 : Eメールアドレス :	職氏名 : FAX番号 : ※会員メールマガジン配信 要 ・ 不要	

※原則として、太線枠内と以下の取組宣言内容を「健康長寿とちぎ WEB」など各種媒体に掲載させていただきます。掲載を希望する場合は「可」、希望しない場合は「不可」に○を付けてください。

※メールアドレスは会員メールマガジン配信の他、急ぎの連絡に使用させていただきます。

健康長寿とちぎづくり取組宣言

「誰に」「いつ、どのくらいの頻度で」「何を」を具体的に御記入ください。

は

上記のことについて取り組みます!

御参加可能な重点プロジェクト全てにチェックをつけてください。プロジェクトの詳細については、裏面又は、健康長寿とちぎ WEB を御覧ください。

- 身体を動かそうプロジェクト 食べて健康!プロジェクト
 栃木県脳卒中啓発プロジェクト 人生 100 年フレイル予防プロジェクト

健康長寿とちぎづくり推進県民会議 重点プロジェクトについて

身体を動かそうプロジェクト ～楽しみながら仲間と一緒に続けよう！～

日常生活の中で身体を動かすよう心がけたり、職場や仲間同士で身体を動かす取組をすることにより、生活習慣病の発症予防や重症化予防を目指すプロジェクトです。



食べて健康!プロジェクト ～だれでもおいしく、かんたんに!～

健康のために必要な食事内容や食習慣について考えたり、健康によい食事を意識して選択したり、そのための環境づくりを行うなど、生活習慣病の発症予防や重症化予防を目指すプロジェクトです。

野菜摂取量の増加



食塩摂取量の減少



朝食の欠食をなくす



栃木県脳卒中啓発プロジェクト ～死亡率全国ワーストからの脱却を!～

生活習慣の改善等による発症予防や、初期症状を早期に見つけて、一刻も早く医療機関を受診することの大切さを参加団体それぞれが啓発し、広めていくプロジェクトです。



Face

顔の片側が下がりゆがむ



Arm

片腕に力が入らない



Speech

ろれつが回らない



Time

一刻も早く救急車を!

人生 100 年フレイル予防プロジェクト

「フレイル」とは、加齢に伴い心身の機能が低下した「虚弱」を意味する言葉で、「健康」と「要介護」の中間の状態をいいます。この「フレイル」の予防方法等について、ポスターやリーフレットを活用して広く県民に周知するプロジェクトです。

フレイル予防で健康長寿!

栄養



食事のバランス

口腔



お口の中のお手入れ

運動



体力の維持

社会参加



人とのつながり



栃木県作成ポスター・リーフレット

とちぎ多世代交流型介護予防プロジェクト事業

ウイズまごダンス (DVD・CD)

・当映像の著作権は栃木県に帰属します。映像コンテンツの無断複製、画像使用、商用利用、インターネット上の原盤配信は固く禁じます。

・とちぎ多世代型介護予防プロジェクト事業の普及を目的として、当音源を使用し、自ら実演する「踊ってみた」等動画のインターネット上での配信を妨げるものではありません。

- 製作・著作 栃木県
- 企画・監修 栃木県 (保健福祉部高齢対策課)
- 振付・指導 田中光 (一般社団法人TAISO LANDプロデューサー
流通経済大学教授)
- 制作 関東朝日広告社/スタジオオレック
- 協力 大島幸男 (Seven Dance Company)
- 出演 辻和男 相川真愉美 並木颯天 飯沼和奏
- 収録時間 2分49秒 (フルバージョン)
1分45秒 (ショートバージョン)

お問い合わせ 栃木県保健福祉部高齢対策課
028 (623) 3148

©Tochigi Prefecture Health and Welfare Department Elderly Measures Division 2021.3

とちぎ多世代交流型介護予防プロジェクト事業

ウイズまごダンス

With Mago Dance in Tochigi
For the purpose of preventing frailty

企画・監修 栃木県

さあ、みんなで
やってみよう!
Let's try!



ガイドキャラクター
とちねこ先生

「フレイル」とは?

- ① 加齢とともに筋力や運動機能が低下する状態のことを、「フレイル」(虚弱)と言います。
- ② 「フレイル」の予防は、日々の習慣と結びついています。
- ③ 早い時期から適切な取組を行うことで、「フレイル」を予防することができます。
- ④ 「ウイズまごダンス」は、「フレイル」の予防を目的に栃木県が考案したダンスです。
- ⑤ 幅広い世代で、今から少しずつ、無理なく、楽しく、始めませんか。

「フレイル」予防3つのポイント

- **運動 (ウォーキング・ストレッチなど)**
運動は筋肉を鍛えるだけでなく、食欲や心の健康にも影響します。少しでも多く体を動かしましょう。
- **栄養 (食生活・お口や歯の健康など)**
食事は活力の源です。バランスの良い食事を3食しっかりとしましょう。
また、お口や歯の健康 (口腔ケア・体操) にも気を配り、体力、免疫力を維持しましょう。
- **社会参加 (趣味・ボランティア・就労など)**
人と人とのつながりを持つことは「フレイル」予防に有効です。自分に合った活動を見つけましょう。

運動・食事・社会参加の際は、3密 (密集、密接、密閉) を避け、換気、手洗い、マスク着用、消毒などを励行しましょう。

ウイズまごダンスのうた

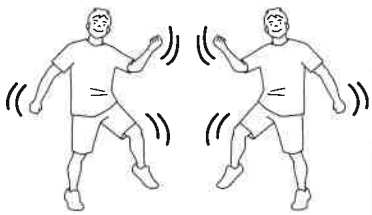
- イントロ** とちねこ先生 「さあ、みんなでウイズまごダンス、やってみよう！」
- 1番** ララリルレ ラリラー ゆめをおいかけたいな
失敗したって きっと笑顔になれるよ
カラダ 動かせば ココロ 晴れてくるのさ
花が咲いてる 鳥も鳴いてる 雲も流れていくよ
- 2番** わくわく ドキドキ 胸が高鳴るときは
じぶんの中から 元気のタネが芽を出すよ
カラダ 動かせば ココロ 晴れてくるのさ
花が咲いてる 鳥も鳴いてる 雲も流れていくよ
- 間奏** とちねこ先生 「こんどは声を出してみよう!
口腔体操 腰に手を当ててその場で」
「さん、ハイ!!」
- [パパパパ タタタタ カカカカ ララララ]
- [いちごもカンピョウも栃木の名産
カンピョウもいちごも日本一]
- [おいしいペー よっかんペー がんばるペー]
- 3番** パラパラッパラッパラー 前を向いてみようよ
ウイズまごで GOGOGO いつもあしたがやってくる
カラダ 動かせば ココロ 晴れてくるのさ
みんないっしょに きょうも元気で このまちで生きてゆこう
- エンディング** とちねこ先生 「わー、よくできましたー」 (拍手・パチパチパチ)

メロディ 「ジ・エンターテイナー」 リズムバージョン
歌 ポーカロイド (女の子の声)

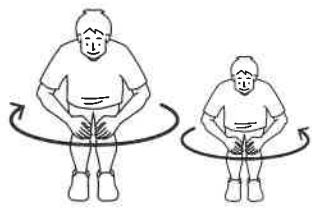
ウイズまごダンス 基本動作

① ステップA

(骨盤の運動・腰痛予防)

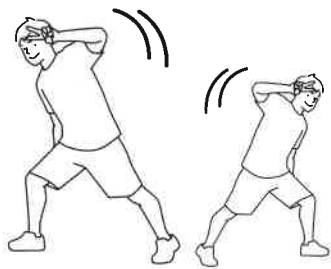


② ひざのストレッチ



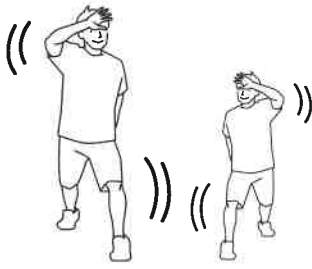
③ レッグ&ピース

(肩と脚の運動)



④ 手足・逆クロス

(頭の体操・全身運動)



イントロ

振付け

効果

うた



「さあ、みんなでウイズまごダンス、やってみよう！」



イントロ-1
からだを大きく使って
上から下へ
腕を振りながら
しゃがみます。(2回)

スクワット
(足腰の筋トレ)



イントロ-2
左、右にステップ。
大きく手を広げながら
頭の上で2回、
手をたたきます。

腕ひろげステップ
(肩こり予防)

1番



左へ2歩、ターンして
右へ2歩。しっかり
ひざを上げます。
脚と腕を合わせた
ヨコ移動です。

① ステップA
(骨盤の運動・
腰痛予防)

交互に4拍ずつ
くり返す



屈伸1回
左まわし1回
右まわし1回

② ひざのストレッチ

1番

ララリルレ ラリラー①

ゆめをおいかけたいな②

失敗したって①

きっと笑顔になれるよ②

カラダ 動かせば①

ココロ 晴れてくるのさ②

花が咲いてる
鳥も鳴いてる①

雲も流れてゆくよ②

2番

振付け

効果

うた



① ステップA

交互に4拍ずつ
くり返す



③ レッグ&ピース
(肩と脚の運動)

左脚を後ろに伸ばし、
左手を顔の前でピース
右脚を後ろに伸ばし、
右手を顔の前でピース
交互に4回くり返します。

2番

わくわく ドキドキ①

胸が高鳴るときは③

じぶんの中から①

元気のタネが芽を出すよ③

カラダ 動かせば①

ココロ 晴れてくるのさ③

花が咲いてる
鳥も鳴いてる①

雲も流れてゆくよ③

とちねこ先生
「こんどは声を出してみよう!
腰に手を当ててその場で、
さん、ハイ!!」



3番

振付け

効果

うた



① ステップA

交互に4拍ずつ
くり返す



右手パー+左脚前、
左手パー+右脚前。
交互に4回ジャンプ
して、くり返します。
(真ん中で脚はそろえる)

④ 手足・逆クロス
(頭の体操・全身運動)

*ジャンプできない方は
その場で手足を前後に

とちねこ先生
「わー、よく
できましたー」
(拍手)



エンディング

左、右にステップ。
大きく手を広げながら
2回、手を叩きます。

バンザイ!!

クラップ&左右ステップ

Yの字

●間奏・オーラルフレイル対策(口腔体操)

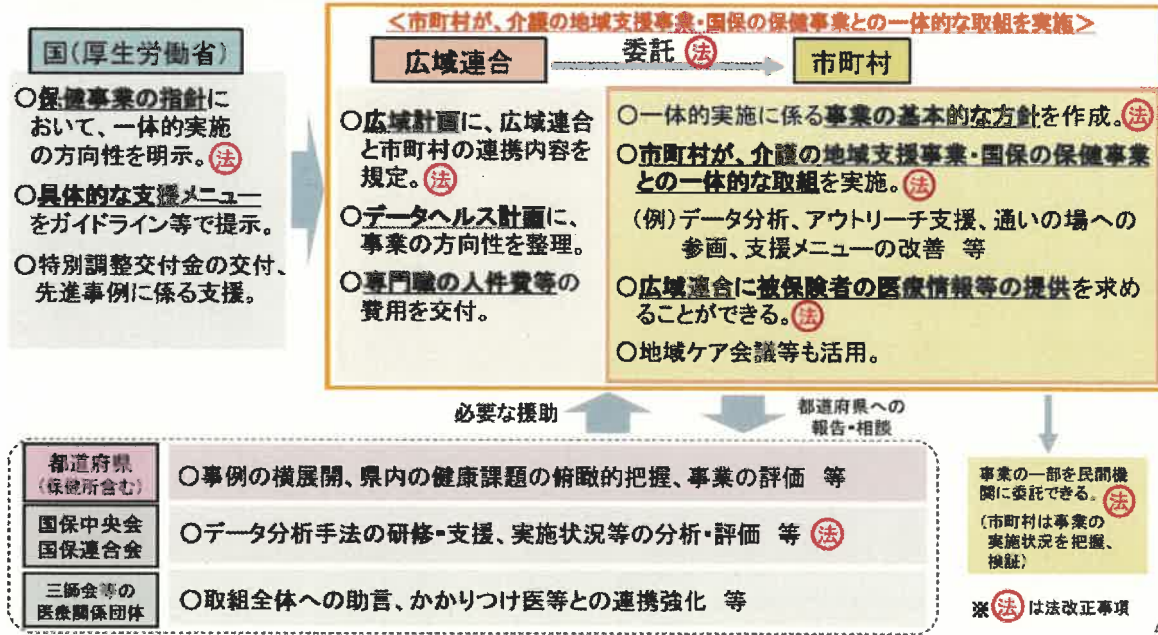
パパパパ タタタタ カカカカ ララララ
いちごもカンピョウも栃木の名産
いちごもカンピョウも日本一!
おいしいべー よっかんべー がんばるべー

高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施について

出典：厚生労働省「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施について〔概要版〕」

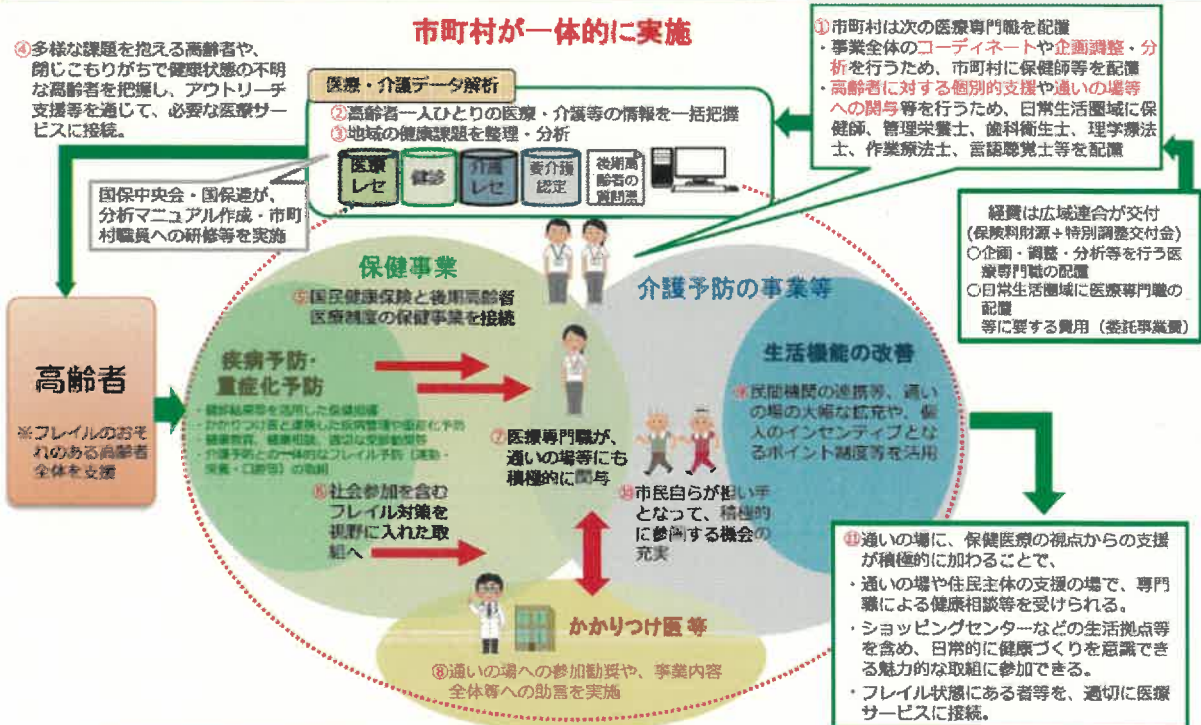
高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施（スキーム図）

高齢者の心身の多様な課題に対応し、きめ細かな支援を実施するため、後期高齢者の保健事業について、後期高齢者医療広域連合と市町村の連携内容を明示し、市町村において、介護保険の地域支援事業や国民健康保険の保健事業と一体的に実施。



出典：厚生労働省「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施について〔概要版〕」

高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施（市町村における実施のイメージ図）



～2024年度までに全ての市区町村において一体的な実施を展開(健康寿命延伸プラン工程表)～

令和2(2020)年度病床機能報告 集計結果の概要(速報版)

1. 調査時期 : 令和2(2020)年10月

令和3(2021)年8月 医療政策課

2. 提出率

区分	医療機能・構造設備/人員配置	具体的な医療の内容
病院+診療所	100.0% (186/186)	(未実施)
病院	100.0% (86/86)	(未実施)
診療所	100.0% (100/100)	(未実施)

□病床機能報告とは

- 地域における病床機能の分化・連携の推進のため、一般病床又は療養病床を有する病院又は診療所が、
 - その有する一般病床・療養病床において担っている医療機能の現状と今後の方向性を選択し、
 - 病棟単位で構造設備、人員配置等に関する項目及び具体的な医療の内容に関する項目を都道府県に報告するもの。
- 都道府県知事は、報告された事項を公表しなければならない。

3. 結果概要

(1) 県全体

(注) 栃木県地域医療構想において推計された2025年における必要病床数とは別に各医療機関が2025年に見込まれる病床数を報告したものの。

区分	2020年						2025年(報告病床数) (注)						2025年-2020年							
	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟	計	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟	介護移行	計	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟	介護移行	計
全体	3,114	7,782	1,725	4,147	374	17,142	3,073	7,777	2,359	3,972	194	244	17,619	▲ 41	▲ 5	634	▲ 175	▲ 180	244	477
	18.2%	45.4%	10.1%	24.2%	2.2%	-	17.4%	44.1%	13.4%	22.5%	1.1%	1.4%	-	-0.7%	-1.3%	3.3%	-1.6%	-1.1%	1.4%	-
うち	3,114	6,931	1,485	3,959	216	15,705	3,073	6,960	2,117	3,781	50	190	16,171	▲ 41	29	632	▲ 178	▲ 166	190	466
病院	19.8%	44.1%	9.5%	25.2%	1.4%	-	19.0%	43.0%	13.1%	23.4%	0.3%	1.2%	-	-0.8%	-1.1%	3.6%	-1.8%	-1.1%	1.2%	-
うち	0	851	240	188	158	1,437	0	817	242	191	144	54	1,448	0	▲ 34	2	3	▲ 14	54	11
診療所	0.0%	59.2%	16.7%	13.1%	11.0%	-	0.0%	56.4%	16.7%	13.2%	9.9%	3.7%	-	0.0%	-2.8%	0.0%	0.1%	-1.1%	3.7%	-

(2) 二次保健医療圏

区分	2020年						2025年(報告病床数) (注)						2025年-2020年							
	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟	計	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟	介護移行	計	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟	介護移行	計
県北	424	1,430	321	815	14	3,004	424	1,326	491	669		88	2,998	0	▲ 104	170	▲ 146	▲ 14	88	▲ 6
	14.1%	47.6%	10.7%	27.1%	0.5%	-	14.1%	44.2%	16.4%	22.3%	0.0%	2.9%	-	0.0%	-3.4%	5.7%	-4.8%	-0.5%	2.9%	-
県西	139	826	102	408	38	1,513	139	807	106	388	19	54	1,513	0	▲ 19	4	▲ 20	▲ 19	54	0
	9.2%	54.6%	6.7%	27.0%	2.5%	-	9.2%	53.3%	7.0%	25.6%	1.3%	3.6%	-	0.0%	-1.3%	0.3%	-1.3%	-1.3%	3.6%	-
宇都宮	499	2,084	486	1,399	115	4,583	503	2,182	776	1,287	47	102	4,897	4	98	290	▲ 112	▲ 68	102	314
	10.9%	45.5%	10.6%	30.5%	2.5%	-	10.3%	44.6%	15.8%	26.3%	1.0%	2.1%	-	-0.6%	-0.9%	5.2%	-4.2%	-1.5%	2.1%	-
県東	47	491	59	166	44	807	47	503	78	206	47		881	0	12	19	40	3	0	74
	5.8%	60.8%	7.3%	20.6%	5.5%	-	5.3%	57.1%	8.9%	23.4%	5.3%	0.0%	-	-0.5%	-3.7%	1.5%	2.8%	-0.1%	0.0%	-
県南	1,964	1,638	517	644	43	4,806	1,919	1,656	641	663	27		4,906	▲ 45	18	124	19	▲ 16	0	100
	40.9%	34.1%	10.8%	13.4%	0.9%	-	39.1%	33.8%	13.1%	13.5%	0.6%	0.0%	-	-1.8%	-0.3%	2.3%	0.1%	-0.3%	0.0%	-
両毛	41	1,313	240	715	120	2,429	41	1,303	267	759	54	0	2,424	0	▲ 10	27	44	▲ 66	0	▲ 5
	1.7%	54.1%	9.9%	29.4%	4.9%	-	1.7%	53.8%	11.0%	31.3%	2.2%	0.0%	-	0.0%	-0.3%	1.1%	1.9%	-2.7%	0.0%	-
計	3,114	7,782	1,725	4,147	374	17,142	3,073	7,777	2,359	3,972	194	244	17,619	▲ 41	▲ 5	634	▲ 175	▲ 180	244	477
	18.2%	45.4%	10.1%	24.2%	2.2%	-	17.4%	44.1%	13.4%	22.5%	1.1%	1.4%	-	-0.7%	-1.3%	3.3%	-1.6%	-1.1%	1.4%	-

●医療機関別の結果については、栃木県ホームページに掲載します。

4. 2025年における必要病床数との比較

(1) 2020年－2025年における必要病床数

	2020年						2025年における必要病床数*						2020年－2025年における必要病床数					
	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟	計	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟等	計	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟等	計
県北	424	1,430	321	815	14	3,004	232	830	922	501	0	2,485	192	600	▲ 601	314	14	519
県西	139	826	102	408	38	1,513	105	459	358	272	0	1,194	34	367	▲ 256	136	38	319
宇都宮	499	2,084	486	1,399	115	4,583	437	1,457	1,363	1,167	0	4,424	62	627	▲ 877	232	115	159
県東	47	491	59	166	44	807	61	271	200	154	0	686	▲ 14	220	▲ 141	12	44	121
県南	1,964	1,638	517	644	43	4,806	687	1,735	1,762	573	0	4,757	1,277	▲ 97	▲ 1,245	71	43	49
両毛	41	1,313	240	715	120	2,429	206	633	574	499	0	1,912	▲ 165	680	▲ 334	216	120	517
計	3,114	7,782	1,725	4,147	374	17,142	1,728	5,385	5,179	3,166	0	15,458	1,386	2,397	▲ 3,454	981	374	1,684

※栃木県地域医療構想において推計された将来の病床数の必要量

(2) 2025年報告病床数－2025年における必要病床数

	2025年(報告病床数)						2025年における必要病床数*						2025年(報告病床数)年－2025年における必要病床数					
	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟等	計	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟等	計	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟等	計
県北	424	1,326	491	669	88	2,998	232	830	922	501	0	2,485	192	496	▲ 431	168	88	513
県西	139	807	106	388	73	1,513	105	459	358	272	0	1,194	34	348	▲ 252	116	73	319
宇都宮	503	2,182	776	1,287	149	4,897	437	1,457	1,363	1,167	0	4,424	66	725	▲ 587	120	149	473
県東	47	503	78	206	47	881	61	271	200	154	0	686	▲ 14	232	▲ 122	52	47	195
県南	1,919	1,656	641	663	27	4,906	687	1,735	1,762	573	0	4,757	1,232	▲ 79	▲ 1,121	90	27	149
両毛	41	1,303	267	759	54	2,424	206	633	574	499	0	1,912	▲ 165	670	▲ 307	260	54	512
計	3,073	7,777	2,359	3,972	438	17,619	1,728	5,385	5,179	3,166	0	15,458	1,345	2,392	▲ 2,820	806	438	2,161

5. 前年度比較

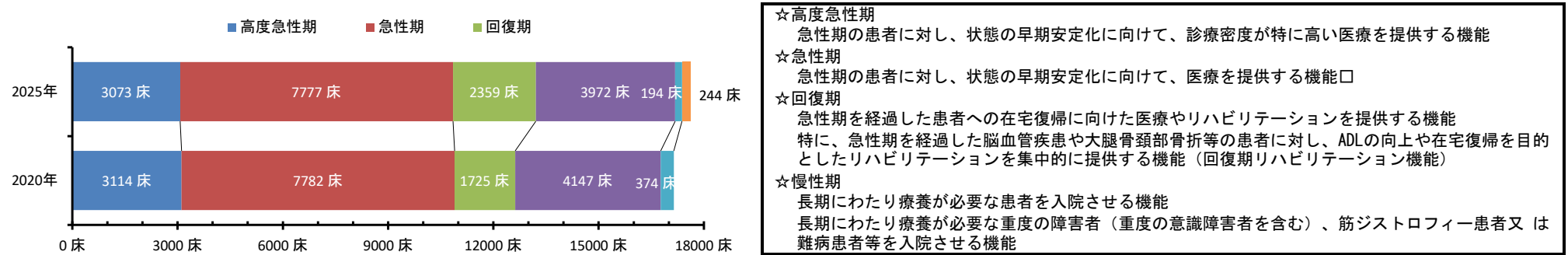
(1) 県全体

	2019年						2020年						2020年－2019年					
	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟等	計	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟等	計	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟等	計
全体	2,941	7,954	1,705	4,369	472	17,441	3,114	7,782	1,725	4,147	374	17,142	173	▲ 172	20	▲ 222	▲ 98	▲ 299
	16.9%	45.6%	9.8%	25.1%	2.7%	-	18.2%	45.4%	10.1%	24.2%	2.2%	-	1.3%	-0.2%	0.3%	-0.9%	-0.5%	-
うち 病院	2,941	6,999	1,515	4,219	295	15,969	3,114	6,931	1,485	3,959	216	15,705	173	▲ 68	▲ 30	▲ 260	▲ 79	▲ 264
	18.4%	43.8%	9.5%	26.4%	1.8%	-	19.8%	44.1%	9.5%	25.2%	1.4%	-	1.4%	0.3%	0.0%	-1.2%	-0.5%	-
うち 診療所	0	955	190	150	177	1,472	0	851	240	188	158	1,437	0	▲ 104	50	38	▲ 19	▲ 35
	0.0%	64.9%	12.9%	10.2%	12.0%	-	0.0%	59.2%	16.7%	13.1%	11.0%	-	0.0%	-5.7%	3.8%	2.9%	-1.0%	-

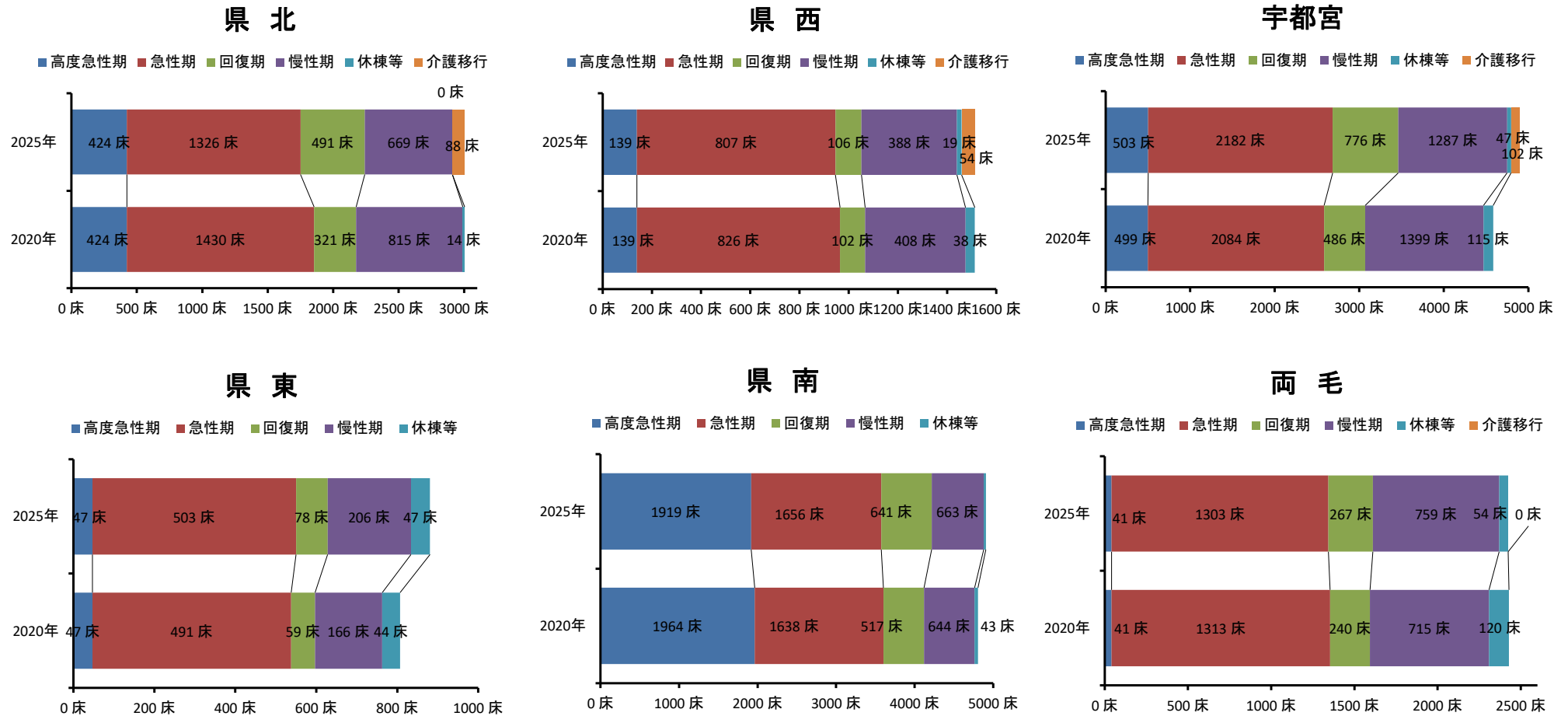
(2) 二次保健医療圏

	2019年						2020年						2020年－2019年					
	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟等	計	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟等	計	高度急性期	急性期	回復期	慢性期	休棟等	計
県北	424	1,461	283	815	36	3,019	424	1,430	321	815	14	3,004	0	▲ 31	38	0	▲ 22	▲ 15
	14.0%	48.4%	9.4%	27.0%	1.2%	-	14.1%	47.6%	10.7%	27.1%	0.5%	-	0.1%	-0.8%	1.3%	0.1%	-0.7%	-
県西	47	916	102	410	38	1,513	139	826	102	408	38	1,513	92	▲ 90	0	▲ 2	0	0
	3.1%	60.5%	6.7%	27.1%	2.5%	-	9.2%	54.6%	6.7%	27.0%	2.5%	-	6.1%	-5.9%	0.0%	-0.1%	0.0%	-
宇都宮	495	2,098	486	1,639	105	4,823	499	2,084	486	1,399	115	4,583	4	▲ 14	0	▲ 240	10	▲ 240
	10.3%	43.5%	10.1%	34.0%	2.2%	-	10.9%	45.5%	10.6%	30.5%	2.5%	-	0.6%	2.0%	0.5%	-3.5%	0.3%	-
県東	47	529	59	187	44	866	47	491	59	166	44	807	0	▲ 38	0	▲ 21	0	▲ 59
	5.4%	61.1%	6.8%	21.6%	5.1%	-	5.8%	60.8%	7.3%	20.6%	5.5%	-	0.4%	-0.2%	0.5%	-1.0%	0.4%	-
県南	1,887	1,659	541	625	94	4,806	1,964	1,638	517	644	43	4,806	77	▲ 21	▲ 24	19	▲ 51	0
	39.3%	34.5%	11.3%	13.0%	2.0%	-	40.9%	34.1%	10.8%	13.4%	0.9%	-	1.6%	-0.4%	-0.5%	0.4%	-1.1%	-
両毛	41	1,291	234	693	155	2,414	41	1,313	240	715	120	2,429	0	22	6	22	▲ 35	15
	1.7%	53.5%	9.7%	28.7%	6.4%	-	1.7%	54.1%	9.9%	29.4%	4.9%	-	0.0%	0.6%	0.2%	0.7%	-1.5%	-
計	2,941	7,954	1,705	4,369	472	17,441	3,114	7,782	1,725	4,147	374	17,142	173	▲ 172	20	▲ 222	▲ 98	▲ 299
	16.9%	45.6%	9.8%	25.1%	2.7%	-	18.2%	45.4%	10.1%	24.2%	2.2%	-	1.3%	-0.2%	0.3%	-0.9%	-0.5%	-

(参考) 2020年vs2025年 (報告病床数) 県全体



(参考) 2020年vs2025年 (報告病床数) 二次保健医療圏



後発医薬品推進事業について

栃木県保健福祉部薬務課

最近の薬機法違反事例について



薬事日報社
 〒100-0001 東京都千代田区千代田1-1-1
 電話 03-5561-2111
 03-5561-2112
 03-5561-2113
 03-5561-2114
 03-5561-2115
 03-5561-2116
 03-5561-2117
 03-5561-2118
 03-5561-2119
 03-5561-2120
 03-5561-2121
 03-5561-2122
 03-5561-2123
 03-5561-2124
 03-5561-2125
 03-5561-2126
 03-5561-2127
 03-5561-2128
 03-5561-2129
 03-5561-2130

きょうの紙面
 発癌性物質の
 自主点検要請(一)
 再生細胞薬上市へ
 大日本住友製薬(一)
 特集 国一団
 (四)日本セルフメディ
 ケーションフェア)
 本号8ページ

長生堂製薬に業務停止31日

徳島県 不正な製造を長年黙認

【徳島県】徳島県は11日、徳島県内の製薬会社長生堂製薬(徳島市)に業務停止31日(12月11日まで)を命じた。同社は10月11日に業務停止を申請し、11月11日に業務再開を申請したが、同社が提出した書類に不備があり、業務再開が認められなかった。同社は11月11日に業務再開を申請したが、同社が提出した書類に不備があり、業務再開が認められなかった。同社は11月11日に業務再開を申請したが、同社が提出した書類に不備があり、業務再開が認められなかった。

長生堂製薬は、徳島県内の製薬会社で、主に皮膚病薬を製造している。同社は10月11日に業務停止を申請し、11月11日に業務再開を申請したが、同社が提出した書類に不備があり、業務再開が認められなかった。同社は11月11日に業務再開を申請したが、同社が提出した書類に不備があり、業務再開が認められなかった。

徳島県は、長生堂製薬の不正な製造行為を長年黙認していたことが明らかになった。同社は、不正な製造行為を繰り返していたことが明らかになった。同社は、不正な製造行為を繰り返していたことが明らかになった。

日医工業業務停止32日間

富山県命令 薬剤出荷試験 不正10年か

【富山県】富山県は11日、富山県内の製薬会社日医工業(富山県)に業務停止32日間(12月11日まで)を命じた。同社は10月11日に業務停止を申請し、11月11日に業務再開を申請したが、同社が提出した書類に不備があり、業務再開が認められなかった。同社は11月11日に業務再開を申請したが、同社が提出した書類に不備があり、業務再開が認められなかった。

日医工業は、富山県内の製薬会社で、主に薬剤を製造している。同社は10月11日に業務停止を申請し、11月11日に業務再開を申請したが、同社が提出した書類に不備があり、業務再開が認められなかった。同社は11月11日に業務再開を申請したが、同社が提出した書類に不備があり、業務再開が認められなかった。

富山県は、日医工業の不正な製造行為を長年黙認していたことが明らかになった。同社は、不正な製造行為を繰り返していたことが明らかになった。同社は、不正な製造行為を繰り返していたことが明らかになった。

小林化工116日間業務停止

経営陣も違法性把握 睡眠剤混入

【富山県】富山県は11日、富山県内の製薬会社小林化工(富山県)に業務停止116日間(12月11日まで)を命じた。同社は10月11日に業務停止を申請し、11月11日に業務再開を申請したが、同社が提出した書類に不備があり、業務再開が認められなかった。同社は11月11日に業務再開を申請したが、同社が提出した書類に不備があり、業務再開が認められなかった。

小林化工は、富山県内の製薬会社で、主に睡眠剤を製造している。同社は10月11日に業務停止を申請し、11月11日に業務再開を申請したが、同社が提出した書類に不備があり、業務再開が認められなかった。同社は11月11日に業務再開を申請したが、同社が提出した書類に不備があり、業務再開が認められなかった。

富山県は、小林化工の不正な製造行為を長年黙認していたことが明らかになった。同社は、不正な製造行為を繰り返していたことが明らかになった。同社は、不正な製造行為を繰り返していたことが明らかになった。



行政処分を指摘された薬の製造実態
 睡眠剤混入が疑われた皮膚病薬の製造
 ●2人で行うべき原料の取り出し作業を、人員不足により1人で実施
 ●承認外の手順書があり、原薬を継ぎ足させる
 ●立ち入り検査時に虚偽の記録(二重検閲)を作成
 ●品質試験で異常が見つかったが検査せず出荷
 ●試験の一部が未実施で結果を捏造

その他の薬の製造
 ●承認された製造方法を、必要な検査や行政手続を省く
 ●二重検閲の作成
 ●合格するまで試験を繰り返す

経営陣らの対応
 ●経営陣や製造管理者は不適切な製造や二重検閲を黙認

皮膚病薬への睡眠剤混入問題

小林化工が昨年6月に製造し、9～12月に出荷された水虫などの皮膚病薬用の飲み薬「M.E.E.K」に、1錠あたり最大成分量の2.5倍もの睡眠剤混入成分が混入。12月に問題が発覚した後、承認外手順などの違反行為が相次いで確認され、計40製品が自主回収に追い込まれた。今年8日時点で7都道府県で健康被害が報告され、同社は処方された344人全員に30万円の慰謝料の支払いを表明した。

薬機法違反事例の概要

○小林化工(株)における睡眠導入剤混入事案

- ・令和2年12月、小林化工(株)が製造販売する後発医薬品(抗真菌剤)に、睡眠誘導剤が混入されており、245人から健康被害の報告。
- ・上記以外にも、承認内容と異なる医薬品の製造、二重帳簿の作成や品質試験結果のねつ造等、関係法令違反事項が長年にわたりおこなわれていた。

○日医工(株)における行政処分事案

- ・令和2年2月、日医工(株)富山第一工場に無通告査察を実施したところ、承認内容と異なる医薬品の製造、不適切な手順に基づき品質試験を実施していた事実が発覚した。
- ・日医工(株)自社製販品75品目、他社製販5品目の医薬品を自主回収した。

○長生堂製薬(株)における行政処分事案

- ・令和3年5月、徳島県による一斉立入検査により、承認内容と異なる医薬品の製造、安定性モニタリングにおける規格不適合と知りながら、必要な措置を講じていなかった事実が発覚した。
- ・長生堂製薬(株)自社製造品目294品目のうち233品目に不備が認められた。

後発医薬品の品質確保に関する今後の取り組みについて

対応方針		具体的対応
(1) 製造業関係	A.製造業者における管理の徹底 (直接の原因への対応)	<ul style="list-style-type: none"> 2月9日通知により原薬管理の徹底を指導 4月28日のGMP省令改正により、安定性モニタリングの実施や記録の信頼性確保等を明記
	B.製造業者における品質管理に係る人員体制の確保	<ul style="list-style-type: none"> 製造所への立入調査時に、製造規模に応じた品質管理体制が確保されているか確認
	C.製造業者及び製造販売業者における品質に対する企業経営層の責任の明確化	<ul style="list-style-type: none"> 改正薬機法により法令遵守体制(責任役員の設置及びその権限・責任の明確化等)の整備義務づけ
(2) 製造販売業関係	D.製造所に対する製造販売業者の管理監督の徹底	<ul style="list-style-type: none"> 業者間の委受託の適正化による製造販売業者の責任の明確化(GQP制度の運用改善)を実施
	E.製造販売業者における製造業者等に関する情報の公開	<ul style="list-style-type: none"> 企業ウェブサイトや医療機関向け資材等で公開
	F.都道府県による立入検査の実施強化	<ul style="list-style-type: none"> 2月9日通知により無通告立入検査の回数増加を依頼
(3) 行政関係	G.都道府県の検査手法等の向上	<ul style="list-style-type: none"> 無通告立入検査マニュアルの作成・周知 各種研修や模擬査察などの教育機会の充実 PMDAとの合同立入検査回数の増加
	H.行政による製品試験結果と連携した調査の実施	<ul style="list-style-type: none"> 「後発医薬品品質確保対策事業」等による製品試験結果を踏まえた立入検査を実施
	I.行政処分の厳格化	<ul style="list-style-type: none"> 行政処分基準の改正

栃木県における取り組みについて

○立入検査の強化

- ・無通告による立入検査
- ・各種研修や模擬査察などによる査察員の資質向上

○後発医薬品の検査

- ・後発医薬品製造業者及び医薬品卸売業者から後発医薬品を収去し検査機関にて試験を実施

○医療機関へのアンケート調査の実施

- ・県内医療機関(約1,000施設)に対して使用促進に向けたアンケート調査を実施

○県民への啓発

- ・後発医薬品の安心使用を促進するための啓発動画を活用した劇場広告や新聞広告等による啓発活動を実施



薬剤師はお薬の専門家です。

処方箋によりお薬を調剤してもらったり、薬について相談する薬剤師や薬局を「かかりつけ薬剤師・薬局」として決めておきましょう。

かかりつけ薬剤師・薬局を持つメリット

- ・飲み忘れや飲み残しを防ぐことができます。
飲みにくい錠剤を液剤にして欲しい、飲む回数を減らして欲しいなど、薬を飲みやすくするための相談に応じてくれるため、飲み忘れや飲み残しが少なくなります。
- ・薬の重複や飲み合わせなどを確認してくれます
複数の医療機関を受診していると、同じ作用の薬が重複していたり、飲み合わせの悪い薬があることが想定されるため、薬剤師がチェックしてくれます。
- ・在宅訪問してくれたり、24時間電話で相談対応してくれます
在宅医療を受けている患者宅に訪問して薬の管理や説明をしてくれたり、休日や夜間など薬局が開いていない時間にも、電話で薬の相談に応じてくれます。
- ・医療チームのサポートが受けられます
処方内容を確認し、必要に応じて医師に問合せや提案をしてくれます。また、地域の医療機関と連携し、チームで患者さんを支えられる関係を作っています。

かかりつけ薬剤師・薬局を持つメリット



かかりつけ薬剤師・薬局の選び方

処方箋があれば、全国どこの薬局でも処方薬をもらうことができますが、いつも利用している「かかりつけ薬剤師・薬局」を持つことで、薬をより安全に利用できます。

自宅や職場に近い薬局、健康サポート薬局等、自分の目的に合ったかかりつけ薬剤師・薬局を選びましょう。かかりつけ薬剤師・薬局を選ぶにあたっては、県内すべての薬局に関する情報を見ることができる「とちぎ医療情報ネット」が便利です。

「とちぎ医療情報ネット」は、栃木県が管理運営するサイトですので安心して使用できます。

(アドレスやQRコードは「健康サポート薬局」のページを参照してください)

また、パソコンやスマートフォンが使用できない方は、最寄りの健康福祉センターや薬務課でも閲覧することができます。

ぜひ、あなたとあなたの家族のために信頼できる「かかりつけ薬剤師・薬局」を見つけてください。

持っていてよかった お薬手帳

お薬手帳は、医師から処方されたお薬の名前や飲む量、回数などの記録を残すもので、薬の情報を知る・正しく伝えるための大切な手帳です。

ご自身でも、服用後に体調変化があったときや、自分で購入した市販薬を飲んだときに記入するようにしましょう。

お薬手帳を持つメリット

- ・飲み合わせや薬の重複をチェックし、副作用や飲み合わせのリスクを軽減できます。
- ・副作用歴、アレルギー、過去にかかった病気などの情報を伝えることができます。
- ・災害や旅行、急に具合が悪くなった時などに、自分の薬の情報を正しく伝えることができます。

お薬手帳のポイント

- 1 お薬手帳は、薬局ごとに作らず、1冊にまとめて管理しましょう！
- 2 医療機関や薬局では、必ずお薬手帳を医師や薬剤師に見せましょう！

ポリファーマシーってなに？

高齢者に対する薬物療法の需要はますます高まる一方、加齢に伴う生理的な変化により薬物反応性等が一般成人と異なったり、複数の疾患をそれぞれ治療するために飲んでいる薬同士で相互作用が生じやすく、有害事象が増えるなどの問題につながる状態を「ポリファーマシー」と言います。

何剤からポリファーマシーとするか厳密な定義はなく、患者の病態、生活環境などにより適正処方も変化します。ポリファーマシーは薬剤数にほぼ比例して増加し、特に高齢者は、多くの薬を使うと副作用が起こりやすいだけでなく重症化しやすくなります。

気になる点がある場合は、自己判断で飲む量を減らしたり服用を中止したりせず、かかりつけ薬剤師・薬局に相談しましょう。

健康サポート薬局を活用しましょう！

健康サポート薬局とは

健康サポート薬局とは、厚生労働大臣が定める一定基準を満たしている薬局として、かかりつけ薬剤師・薬局の機能に加えて、地域住民やその家族から、健康に関する相談を幅広く受け付け、必要に応じて、かかりつけ医をはじめ適切な専門職種や関係機関に紹介したり、地域住民の健康づくりを積極的に支援する薬局として、平成28年からスタートした制度です。

かかりつけ薬剤師にご相談ください



厚生労働省基準適合
健康サポート薬局

健康サポート薬局の役割

かかりつけ薬局の基本的機能



お薬の情報をまとめて管理



24時間対応・在宅訪問対応



医療機関などとの連携



健康サポート機能



健康に関する相談



専門研修を受けた
薬剤師が常駐



土日も一定時間開局



地域医療機関と連携
した健康サポート



市販薬や介護用品
を常時取扱い



プライバシーに配慮
した相談窓口



健康に関するイベント
の積極的な開催



必要に応じた
受診勧奨

健康サポート薬局を探すには？

とちぎ医療情報ネット <http://www.qq.pref.tochigi.lg.jp/>



「薬局を探す」→「いろいろ検索」をクリック



「薬局サービス等」の「健康サポート薬局」にを入れて検索



知事認定薬局制度

県民のみなさんが、自身に適した薬局を選択できるよう、以下の機能を有すると認められる薬局について、令和3年8月から知事の認定により名称表示が可能となります。

地域連携薬局

入退院時の医療機関等との情報連携や、在宅医療等に地域の薬局と連携しながら一元的・継続的に対応できる薬局



主な要件

- ・ 関係機関との情報共有（入院時の持参薬情報の医療機関への提供、退院時カンファレンスへの参加等）
- ・ 夜間・休日の対応を含めた地域の調剤応需体制の構築・参画
- ・ 在宅医療への対応（麻薬調剤の対応等）
- ・ 研修を受けた薬剤師の配置

等

専門医療機関連携薬局

がん等の専門的な薬学管理に関係機関と連携して対応できる薬局

専門医療機関連携薬局



主な要件

- ・ 関係機関との情報共有（専門医療機関との治療方針等の共有、患者が利用する地域連携薬局等との服薬情報の共有等）
- ・ 学会認定等の専門性が高い薬剤師の配置

等

問合せ先

栃木県保健福祉部薬務課 薬事審査担当
028(623)3120 <http://www.pref.tochigi.lg.jp/>