

(2) 自然に健康になれる環境づくり

生活習慣の見直し・健康増進（一次予防）や疾病の早期発見・早期治療（二次予防）は、健康に関心であったり、関心を寄せる余裕がなかったりする人たちへ十分アプローチができないという課題がありました。

このような人たちも取り残さないためには、個人の原因にあたる環境に介入し、そこに暮らしているだけで無理なく自然に健康になれる環境づくり（ゼロ次予防）が重要です。

現状

平成 26 年度 e-stat によると、本県は人口 10 万人あたりのコンビニエンスストア数（全国 2 位）や人口 1,000 人あたりの飲食店数（全国 5 位）が多いことが特徴です。共働き世帯が増え、忙しく、調理に十分な時間が割けなかったり、加齢による骨・関節系疾患の合併により調理内容に制限があったりする中で、中食（購入した調理済みの食品を自宅などで食べる）が増えています。（詳細は第 5 章 2（2）①栄養・食生活(P.39～)を参照）

本県では、幅広い年代の方が利用するコンビニやスーパーマーケット等の事業者と連携し、お弁当やお店の料理で食塩の摂取を控え、一定量以上の野菜が含まれるように設定した「やまなししばルトメニュー販売促進事業」を行ってきました。しかし、「減塩は売り上げに結びつかない」など飲食店との協力体制が十分に構築できていない状況です。そのため、提供できるメニューや店舗に限りがあり、すべての県民が栄養バランスのよい食事を身近で気軽にとれる環境には至っていないことが課題です。

本県は周囲を急峻な山々に囲まれた盆地地形で、坂道が多く、また夏と冬の温度差が激しいといった盆地特有の内陸的気候となっています。「夏暑く、冬寒いので、屋外での運動は難しい時期もある」という声があります。また、車社会であり、歩道や自転車走行のための道の整備が不十分であることも課題です。

コロナ禍においてはソーシャルディスタンスを保つ、大声を出さないなど、活動内容が制限されたり、地域防災機能の低下などにより「夜、出歩くのは怖い」という声が聞かれたりと、安心・安全に、楽しく運動することができる環境が整っていないことが課題となっています。

さらに、運動習慣のある者の割合が少なく、「周囲の人にウォーキングしている姿を見られるのが恥ずかしい」という声もあり、気軽に運動をはじめにくい環境であるともいえます。

バランスのよい食事や運動の重要性については、多くの県民が理解していますが、仕事や家事・育児・介護などにより、ゆとりがなく、健康の優先度が下がっている方が多いと考えられます。

本県では、従業員の健康づくりを戦略的に行う企業を「やまなし健康経営優良企業」として認定しており、令和 5 年度末時点で 211 社が認定を受けています。やまなし健康経営優良企業においては、ラジオ体操の定着や階段利用の推進など、さまざまな取り組みを工夫して行い、働きながら健康に気遣える環境づくりを進めています。

一方で、「中小企業はリソースが少なく、組織的な取り組みを行うことは難しい」「健康経営という言葉を知らない人もいる。意識が高い企業が積極的に取り組む一方、健康格差

が広がる危険性もある」などの声があり、中小企業において健康経営を一層推進していくとともに、事業所規模や実態に即した支援が求められている状況です。

その他、禁煙サポート薬局・薬店や、健康サポート薬局、やまなし食育推進応援団など、さまざまな機関と連携しながら健康づくりに向けた取り組みを実施しています。身近な場所で健康にアクセスできる環境づくりをより一層充実させることで、健康づくりのきっかけづくりをしていくことが大切です。

課題

- 気軽に栄養を摂れる環境が整っていない(再掲)
- 安心して運動できる環境が整っていない(再掲)
- 気軽に運動できる環境が整っていない(再掲)
- さらなる受動喫煙対策が必要(再掲)

目標の設定

	項目	ベースライン	出典	目標値
65	「山梨県版健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ(仮称)」への事業所数	なし (参考値) 129社(R4)	健康増進課調べ	321社(R17)
66	やまなし食育推進応援団登録事業所数の増加	330(R4)	県民生活安全課調べ	335件(R17)
67	滞在快適性等向上区域(まちなかウォーカブル区域)を設定している市町村数	1市(R4)	国土交通省ウォーカブルポータルサイト	5市町村(R17)
68	受動喫煙で不快な思いをした者の減少	30.3(R4)	健康づくり実践状況調査	17.0%(R17)
69	やまなし健康経営優良企業認定社数	211(R5)	健康増進課調べ	700社(R17)
70	禁煙サポート薬局の増加	66件(R4)	健康増進課調べ	100社(R17)
71	【再掲】メンタルヘルスに関する措置を受けられる職場の割合の増加	94.2(R4)	山梨労働局 安全衛生管理活動実施計画書より	100%(R17)

健康寿命の延伸には、自ら健康づくりに積極的に取り組む者だけでなく、健康に関心のない者を含む、幅広い者に対してアプローチを行うことが重要です。

本県の健康課題解決と食環境の整備のためには、さまざまな企業との連携が不可欠です。令和6年度以降に立ち上げ予定の「山梨県版持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ(仮称)」の参画事業所数を目標として設定しました。

健康で持続可能な環境づくりを行っていく上で、特に食環境づくりは重要であり、健康的で消費者の啓発や食品中の塩分量の規制が、高血圧対策において費用対効果が高いこと、さらに、食塩、高塩分食品摂取が胃がんのリスクを上げることがわかっています。そのため、民間企業や地区組織等とともに取り組みを推進していくことを目的にやまなし食育応援団の数の増加を目標として設定し、目標値はやまなし食育推進計画と整合を図りました。

身体活動・運動の向上には、個人の行動変容を促すための社会環境の影響が大きく、自治体において住民が居心地よく歩きたくなるまちづくりを積極的に推進していくことが必要であることから目標としました。目標値は各圏域に1カ所として5市町村としました。

受動喫煙により、肺がんや虚血性心疾患、脳卒中、乳幼児突然死症候順などの疾患リスクが上昇することが報告されています。また、改正健康増進法においては、望まない受動喫煙を防止するため、学校・病院、児童福祉施設など、行政機関（第一種施設）については敷地内禁煙、第一種施設以外の多数の者が利用する施設（第二種施設）などについては原則屋内禁煙とされました。こうした状況を踏まえ、受動喫煙の防止を一層推進するため、目標として設定しました。目標値は、これまでの推移から年-1%として算出しました。

また地域だけでなく、職域においても健康づくりを進めることが重要です。これまでも働く世代を対象にさまざまな対策を実施してきましたが、労働者の健康課題は多様化しており、より効果的に産業保健活動の推進を図る必要があります。このような状況を踏まえ、事業者には、法令で定める健康確保措置に加え、それぞれの事業場の特性に応じて優先的に対応すべき健康課題を検討し、必要な産業保健サービスを提供することが求められています。健康経営は従業員に対する健康づくりを行うことで、県民の健康寿命の延伸につながるだけでなく、従業員の活力向上や生産性の向上などの組織の活性化、ひいては業績向上にもつながるもので、健康経営のさらなる浸透を促進していくことが重要と考え目標として設定しました。目標値は過去5年間の認定社数の推移から、1年あたり40社増加すると考え算出しました。

禁煙サポート薬局の増加は、たばこ対策における社会環境の質の向上の観点から、引き続き目標として設定しました。これまでの推移から1年あたり約2.5件増加すると考え、近似の値を目標としました。

取り組みの方向性

● 食環境整備の強化

働き盛り世代等の食生活では、中食や外食が多くなるため、コンビニやスーパー等の食品販売店や飲食店等と連携して、山梨県の基準を（減塩や野菜摂取量等）満たしたしぼルト弁当・しぼルト定食の販売整備等を行い、食環境の整備を推進します。

さらに、飲食店が健康づくり事業に参画しやすいよう、調理技術獲得のための研修会の開催などについて検討し、飲食店等との連携強化を図ります。

山梨県版持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ（仮称）を立ち上げ、食環境整備に取り組みます。

高齢者の食環境の充実について、関係機関と検討していきます。

● 受動喫煙対策の推進

市町村や保健医療関係団体、医療保険者、事業所等との協働により、施設管理者へ受動喫煙対策の意義・必要性、義務について周知を継続して行います。

また、受動喫煙が健康に及ぼす影響等について、普及啓発を強化していきます。

● 健康経営に取り組む企業の増加

保険者や商工会等と連携しながら、やまなし健康経営優良企業認定制度を推進していきます。また、認定を受けた企業がより充実した健康経営の取り組みを行えるよう支援していきます。

認定数の増加にこだわらず、中小企業の実態に合わせた健康経営を実践できるよう、地域・職域連携推進協議会等でよりよい仕組みについて、引き続き、地域・職域連携推進協議会等で検討していきます。

● 運動しやすい環境整備の推進

多くの分野の施策を連携させながら、運動施設や道路などハード面の整備や安心して運動できるまちづくりなどにより、運動に取り組みやすい環境整備を推進します。

連携協定企業等と連携したインセンティブ付与やホームページでの情報提供等、運動に取り組むきっかけづくりを支援していきます。