

健康寿命延伸に向けた「未病改善」 ～県・市町村・民間の連携による展開～

2018年3月7日
神奈川県健康増進課



かながわ未病改善宣言（平成29年3月）



未病・・・健康と病気の間で連続的に変化している状態

未病の改善

・・・心身の状態の変化の中で、特定の疾患の予防にとどまらず心身をより健康な状態に近づけていくこと

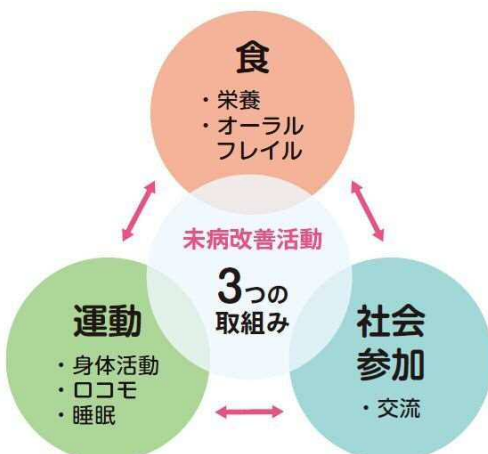
未病を治すかながわ宣言（平成26年1月）

（高齢者を中心に健康寿命の延伸を図る）

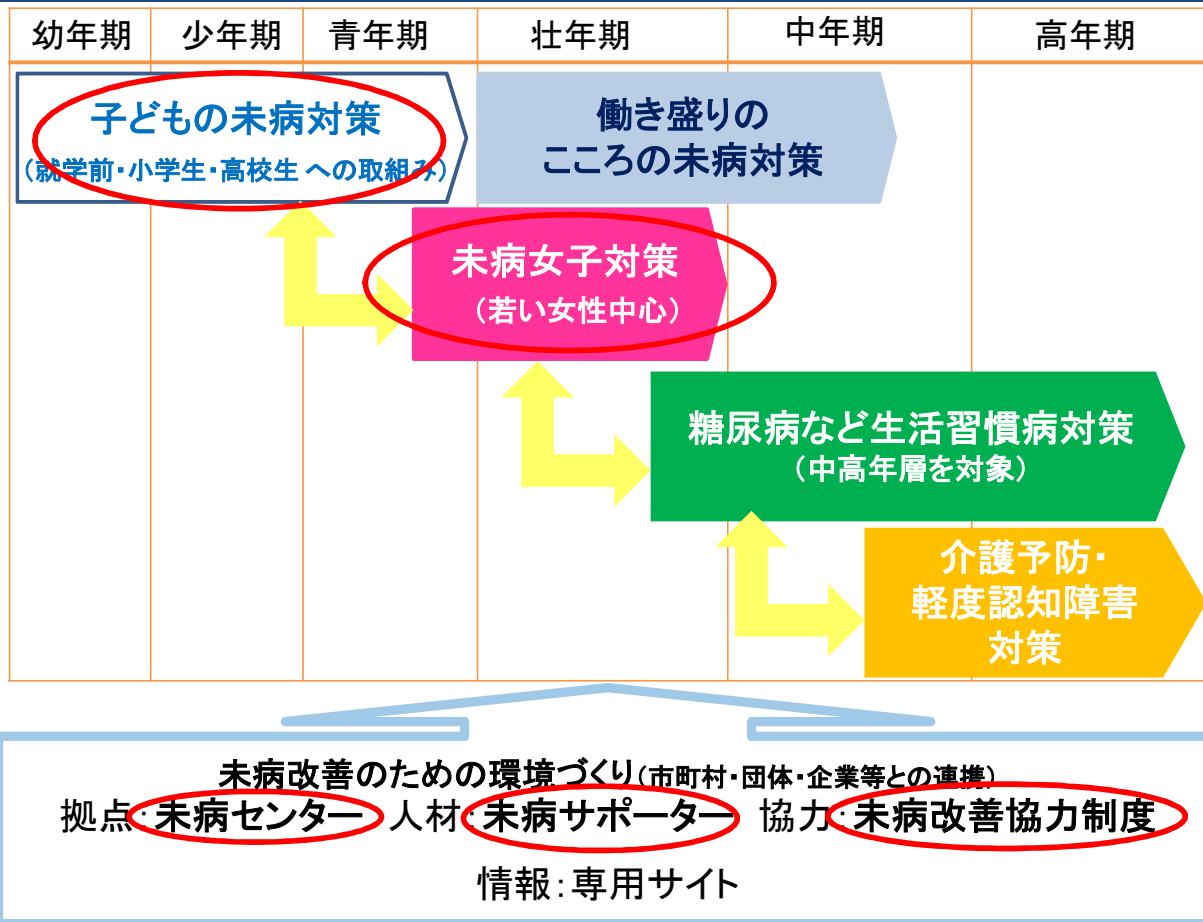


かながわ未病改善宣言

- ライフステージに応じた未病対策
- 人生100歳時代に向けた「スマイルエイジング」の実現
- 「食」に「オーラルフレイル」を追加
- 「運動」に「ロコモ」「睡眠」を追加



ライフステージに応じた未病対策



2

子どもの未病対策 – 子どもの未病対策応援プログラム推進事業 –



目的

子どもや保護者が身近な場所で楽しみながら未病改善に取り組めるよう、企業等がCSR等の一環として提供する子どもの未病改善に資するプログラムを登録し、県内の幼稚園・保育所等が希望するプログラムを園内等で実施する。



3

登録要件	<ul style="list-style-type: none"> ・1年間に複数回提供可能であること ・無料または低額（保険料や材料費等の実費程度）で提供可能なこと 	
実施にあつての役割	企業等	<p>・スポーツ教室、食育教室等、子どもの未病改善に資するプログラムの実施</p>
	幼稚園、保育所等	<ul style="list-style-type: none"> ・会場の確保・提供 ・参加者の募集（広報）・決定 ・当日の受付、アンケート（任意）実施 <p>※ 幼稚園・保育所等は未病改善の取組みのひとつである「かながわ未病改善協力制度」に参加することが要件</p>
	県	<ul style="list-style-type: none"> ・企業等が提供するプログラムを登録し公表 ・幼稚園、保育所等のプログラム実施希望の把握と実施に向けたコーディネート

未病女子対策

目的 自己の健康課題に無関心な層を含む若い世代を中心に、女性の健康・未病課題の普及・啓発を行い、女性の未病改善による健康増進と活躍支援を図る

企業との連携による未病女子対策の普及啓発

参考 ～企業主催の未病女子対策の普及啓発実施例～

- 未病女子ビューティー&ヘルシーセミナー ～いつまでもキレイでいるために～
平成29年9月13日実施 主催 サンケイリビング新聞社横浜本部 協賛 大塚製薬横浜支店 後援 神奈川県
- 未病女子対策セミナー女性のキレイは健康から～輝く自分になるために知ることから始めよう～
平成29年9月28日実施 主催 生活協同組合ユーコープ・大塚製薬株式会社 後援 神奈川県
- 冬のキレイを応援！未病女子Healthy & Beautyセミナー
平成29年11月21日実施
主催 サンケイリビング新聞社 協力 そごう横浜店、大塚製薬 横浜支店 後援 神奈川県

各企業の強みを生かし、女性ホルモンや睡眠セミナー等を実施

県は承認要件を満たすセミナーについて後援



様々な企業・団体様とともに、未病女子対策の普及をできたいと考えております！

未病女子対策

「女性の健康週間」(3/1~3/8) 普及啓発イベント

参考 ~29年度実施概要~

【日時】
平成30年3月3日(土) 10:30-16:00

【場所】 横浜ワールドポーターズ

【内容】
女性の未病改善に役立つ4つのセミナーと、民間企業・団体等からの提供による、骨密度、血管年齢、肌年齢等各種測定等が体験できる「一日未病センター」の実施(12企業・団体等による出展)



6

かながわ未病改善協力制度 (平成26年2月~)

未病の改善にむけた取組みを、企業や団体など、幅広い方々と共に推進、未病改善の情報発信の場を広く提供

➡ 未病改善の取組みへのきっかけづくり



平成30年2月1日現在
352団体を登録
(事業所数**11,121**箇所)

※ 本制度は、企業・団体等が行う「かながわ未病改善宣言」の推進に協力する活動について、県が企業・団体等に対し一定の評価を与え、保証又は推奨するものではありません。

7

かながわ未病改善協力制度（平成26年2月～）

対象	規模や業種は問わず、趣旨に賛同する企業・団体等の活動を幅広く対象
必須とする活動	<ul style="list-style-type: none"> ○ 店頭等への「かながわ未病改善協力活動」を行っていること表示（協力企業・団体には、ステッカーを活動場所に貼っていただきます。） ○ 県や市町村が提供する健康づくりに関する情報の発信や特定健診・がん検診等の受診促進への協力（店頭でのリーフレット等の配架、ホームページへの掲載等） ○ 上記内容の県への報告（年1回）
任意の活動	<ul style="list-style-type: none"> ○ 各企業、団体等が実施している「かながわ未病改善宣言」に該当する活動 <p>例：「食」の取組み メニューへの栄養成分表示（エネルギー、脂質、食塩など）等 「運動」の取組み ウォーキング等健康イベントの開催 等 「社会参加」の取組み 高齢者の食事会等、ふれあいイベントの開催 等</p>

申請書の提出 → 協力内容の確認・調整 → 審査 → 名簿への掲載

8

未病センター



未病センターカーブス小田原



未病センターずし市役所

- ①自分の健康状態が「見える化」できる（見える化）
- ②健康に関する相談・アドバイスを受けることができる（相談）
- ③食、運動などの知識の習得、情報を得ることができる（情報提供）

平成30年2月現在 29箇所を認証

なお、公共型未病センターでは、企業・団体による健康支援プログラムを提供

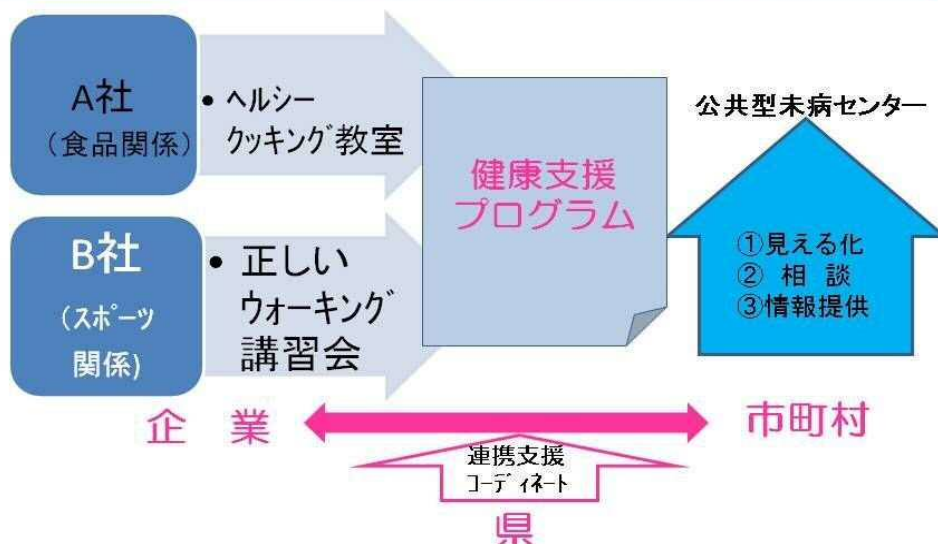
平成30年2月現在 24企業・団体の30プログラムが登録

9

未病センター

健康支援プログラムの仕組み（イメージ）

公共型未病センター(市町村)と企業の連携
～健康寿命延伸の支援：企業の社会貢献～



10

未病サポーター養成研修

目的 地域で未病改善の普及を行う「未病サポーター」を養成するための研修

<内容・時間>

講義1時間、実技1時間、計2時間程度の研修(参加無料)

- ①講義:「未病」の概念、「未病を改善する」ことの重要性等
- ②実技:コグニサイズ、お口の健康体操、転倒予防体操等

<対象>

一般の成人の方 1回あたり40～100名以内 (年齢・性別などの制限はなし)

スーパー、NPO法人において「未病サポーター養成研修」として開催のほか、病院の市民講座、証券会社支店セミナーにおける「かながわいきいき健康教室」などとしての開催をいただいています。



未病サポーター養成人数 H30. 2. 16現在 7,026名

11

詳細は、下記問い合わせ先まで
お気軽にご連絡ください。

ご清聴ありがとうございました！



問合せ先
神奈川県健康増進課未病対策グループ
045-210-4746(直通)

未病センター設置一覧（平成30年1月1日現在）

	施設運営者	名 称	所在地	認証日
1	(株)カーブスジャパン	未病センターカーブス小田原	小田原市前川120	H27. 3. 16
2	綾瀬市	未病センターあやせ	綾瀬市深谷中4-7-10 保健福祉プラザ内	H28. 3. 25
3	横須賀市	未病センターすこやかん	横須賀市西逸見町1-38-11 ウェルシティ市民プラザ6階	H28. 3. 25
4	海老名市	未病センターえびな	海老名市中新田377 保健相談センター内	H28. 3. 25
5	座間市	未病センターざま	座間市緑ヶ丘1-1-3 市民健康センター内	H28. 3. 25
6	厚木市	未病センターあつぎ	厚木市中町1-4-1 保健センター内	H28. 3. 25
7	大和市	未病センターやまと	大和市大和南1-8-1 大和市文化創造拠点 シリウス4階 大和市立図書館内	H28. 3. 25
8	中井町	未病センター・なかい 健康づくりステーション	中井町比奈窪104-1 保健福祉センター内	H28. 3. 25
9	愛川町	未病センターあいかわ	愛川町角田257-1 健康プラザ内	H28. 3. 25
10	清川村	未病センターきよかわ	清川村煤ヶ谷2218保健福祉センター やまびこ館内	H28. 3. 25
11	ウエルシア薬局(株)	ハックベリー美しが丘店はかる場	横浜市青葉区美しが丘西3-65-3	H28. 7. 13
12	クオール(株)	ローソクオール薬局港北新横浜二丁目店	横浜市港北区新横浜2-5-11	H28. 7. 13
13	(株)風の谷プロジェクト	風の谷リハビリデイサービス	三浦市岬陽町2-1	H28. 7. 13
14	(株)学研ココファン	FujisawaSST Wellness SQUARE 南館 カフェコーナー(福祉・健康・教育施設)	藤沢市辻堂元町6-17-1	H28. 8. 25
15	箱根町	未病センターはこね	足柄下郡箱根町宮城野881-1 箱根町総合保健福祉センター内	H28. 10. 4
16	社会福祉法人三浦市社会福祉協議会	三浦市社協未病センター	三浦市南下浦町菊名1258-3 三浦市総合福祉センター内	H28. 12. 12
17	逗子市	未病センターずし市役所	逗子市逗子5-2-16 逗子市役所内	H28. 12. 12
18	逗子市 (逗子市体育協会)	未病センターずしアリーナ	逗子市池子1-11-1 逗子アリーナ内	H28. 12. 12
19	山北町	未病センターやまきた 健康ステーション	足柄上郡山北町山北1971-2 山北町健康福祉センター内	H28. 12. 12
20	松田町	未病センターまつだ	足柄上郡松田町松田惣領17-2 松田町健康福祉センター内	H29. 2. 27
21	大井町	未病センターおおい	足柄上郡大井町金子1964-1 大井町保健福祉センター内	H29. 2. 27
22	湯河原町	未病センターゆがわら	足柄下郡湯河原町中央2-1-3 湯河原町保健センター内	H29. 2. 27
23	開成町	未病センターかいせい	足柄上郡開成町延沢773 開成町保健センター内	H29. 5. 10
24	二宮町	未病センターにのみや	中郡二宮町二宮1410 二宮町保健センター内	H29. 5. 10
25	(学)国際学園	未病センター星槎はこね	足柄下郡箱根町元箱根164-1	H29. 9. 8
26	(株)湘南音楽院藤沢	未病センター湘南音楽院	藤沢市鶴沼石上1-3-7 第一興産14号館4階	H29. 10. 11
27	小田原市	未病センターおだわら	小田原市荻窪300 小田原市役所内	H29. 10. 11
28	鎌倉市	未病センターかまくら	鎌倉市御成町20-21 鎌倉市福祉センター内	H29. 12. 22
29	南足柄市	未病センターみなみあしがら	南足柄市広町48-1 南足柄市保健医療福祉センター内	H29. 12. 22

健康支援プログラム登録一覧（平成30年1月1日現在）

	企業等の名称	プログラムの名称	概要	参加費
1	味の素㈱	健康寿命延伸のための栄養摂取と食提案に関する講習会 「おいしく食べて健康づくり講習会」	ロコモ予防、減塩などに役立つ、栄養と食に関する講習会	無料
2	大塚製薬㈱	県民の健康維持増進に関する正しい情報の提供を目的とした講習会 「大塚ヘルスケアプログラム」	熱中症予防、女性の健康などをテーマとした講習会	無料
3	オムロンヘルスケア㈱	効果的健康づくり支援のための活動量計の提供(30台)	家事・運動など生活全般の活動量を測定・記録でき、健康指導に活用できる機器の提供	無料
4	㈱カープスジャパン	からだ年齢測定プログラム	(独法)国立健康・栄養研究所との共同開発による体力年齢の測定と結果に基づくアドバイス	無料
5	NPO法人神奈川県ウォーキング協会	健康増進のためのウォーキング教室 「明日の健康をつくろう」	講義と実技教育による、初心者向けウォーキング教室	1,000円
6	サンスター㈱	オーラルケア講座	同社歯科衛生士によるオーラルケアの最新情報と実践方法等の講座	無料
7	ウエルシア薬局㈱	健康や予防に関する各種講座 「ハックセミナー」	薬の飲み方などに関する、同社の専門職によるセミナー	無料
8	資生堂ジャパン㈱	美と健康のための栄養講座 「大人のためのヘルス&ビューティー」	サクセスフルエイジングのための栄養・食事に関する講座	無料
9		健康長寿のための笑顔講座「大人のためのフェースエクササイズ」	笑いの効用に注目し、素敵な笑顔になるためのポイントを学ぶ講座	無料
10	㈱ジャパソウエルズイノベーション	フィットネスエクササイズ教室	健康体操、エアロビクス、ヨガ、ピラティス、太極拳などの、年齢・性別に応じた体験教室	500円
11	㈱スギ薬局	健康相談会	血圧・骨密度測定、同社薬剤師、管理栄養士による健康相談	無料
12	ミズノ㈱	健康増進のためのウォーキング講習会	ウォーキングの「安全に」「効果的な」方法等の講習	200円程度
13		健康増進のためのノルディックウォーク講習会	安全で運動効果も上がるディフェンシブスタイルの講習	
14	森永乳業㈱	自分で「動く・考える・食べる」を続けるための教室 「『食べること』をもう一度見直しませんか?」	介護予防の視点から、「食べること」を見直し、日常生活で役立てられる方法等を学ぶ教室	無料
15	㈱エポック社	エポック社 ジグソーパズル体験会	主に高齢者を対象としたジグソーパズルの体験会	無料
16	公益財団法人 神奈川県 柔道整復師会	腰痛・転倒防止プログラム	柔道を基本とした健康柔（やわら）体操の実施	無料
17	公益財団法人 ダイヤ高齢社会	高齢者向け有酸素運動“ダイヤビック”体験教室 「みんなでダイヤビック」	主に高齢者を対象とした音楽に合わせたエアロビック教室	100円程度
18	研究財団	心の健康講座 「ハッピー教室」	高齢期のうつを正しく理解し、毎日をポジティブに過ごすためのこころの健康講座	300円
19	チャーム ㈱茶葉未	目からうるこの日本茶講座 「日本茶を飲んで健康維持・お茶はもともと薬だった」	日本茶の歴史や効能についての講座	200～500円 ※参加人数に応じた額
20	医療法人社団 哺育会	桜ヶ丘中央病院による地域サポートプログラム 「サクラ未病満開プラン・リハビリ専門職による未病講習会」	日常生活に運動を取り入れた転倒予防講習会	無料
21	桜ヶ丘中央病院	同上 「サクラ未病満開プラン・薬剤師による点眼薬、外用薬の正しい使い方講座」	目薬や塗り薬の正しい使い方講座	無料
22		同上 「サクラ未病満開プラン・管理栄養士による骨粗鬆症予防のための食事講座」	骨粗鬆症予防に役立つカルシウムを含む献立等の紹介	無料
23	雪印メグミルク㈱	骨・カルシウムセミナー	骨の役割や骨に欠かせない栄養素であるカルシウムについての講習	無料
24		ヨーグルトセミナー	ヨーグルトの基礎知識や料理への応用方法の講習	無料
25	養命酒製造㈱	未病予防健康セミナー“養命酒すこやか塾” 「養命酒すこやか塾」	東洋医学に学ぶ夏バテ対策、冷えによる体調変化と薬酒による体質改善	無料
26	クオール薬局㈱	認知症に関する取組みを伝える講習会 「認知症未病改善カフェ」	認知症の内容や症状別対応に関する講習	無料
27	東洋ライス㈱	お米に関する講習会 「お米の力って凄い！ あつと驚く健康効果」	お米の栽培方法、精米、炊飯、健康効果についての講習	無料
28	㈱ベストサウンド	耳の健康講座 認知症と難聴 「聞こえとコミュニケーション ～認知症と難聴の関係とは?～」	聞こえが悪くなると起こりうる障壁や認知症と難聴の関係性等の講習	無料
29	㈱ファンケル	シニア世代へのメイクセミナー 「ファンケル『いきいきメイクセミナー』」	60歳以上の高齢者に、明るく健康的な毎日を送っていただくためのメイクセミナー	無料
30	㈱ディーエイチシー	健康長寿のためのサプリメント・健康食品の活用法講座 「DHC健康づくりプログラム」	健康食品やサプリメントの正しい選び方・使い方に関する講座	無料