

令和5年度

# 住民の健康を考える ～健康寿命を延ばすために～

日本人の平均寿命は、男女とも80歳を超えていますが、その一方で、健康寿命は70歳程度と言われてい  
ます。

その間の約10年間は、医療・介護等のサービスが必要な場合が多く、超高齢社会においては、健康寿命  
の延伸が喫緊の課題です。

この研修では、老いてもいきいきと自分らしく暮らせるよう、健康寿命を延ばすためにはどのような施策  
が有効であるのか等について、講義、事例紹介により学ぶとともに、受講者同士の意見交換等の演習を通し  
てこれからの施策の立案について考えます。

## 開催要領

日 程

令和5年11月27日(月)～11月29日(水) (3日間)

場 所

全国市町村国際文化研修所 JR京都駅より湖西線約15分 唐崎駅下車徒歩約3分

対 象

住民の健康増進に関わる市区町村等の職員

3日間全日程をご受講いただける方を対象とします。途中退所や一時帰庁はできませんのでご注意ください。

募集人数

30人 募集人数を大幅に超えた場合は、申込期限後に抽選等をさせていただきますので、予めご了承ください。  
なお、受講者の決定については、他の研修、セミナーの申込み・受講の有無にかかわらず、本研修単独で行います。

宿 泊

研修所宿泊棟(宿泊型研修) ※外泊はできません。

経 費

10,850円 左記金額は、研修、宿泊、食事(朝食2回、昼食3回、夕食2回)、資料等にかかる費用です。  
なお、事前準備・事前学習にかかる費用は含まれておりません。

申込期限

令和5年10月13日(金)まで

申込方法

JIAMホームページ内「研修Web申込みフォーム」からお申込みください。  
「Web申込み」が不可能な場合は、受講申込書によりFAXでも受け付けています。  
※受講申込書はJIAMホームページの書類様式集(<https://www.jiam.jp/doc/>)に掲載しております。

受講決定

受講の可否については、開講日の約1か月前を目途に通知をお送りします。  
経費納入方法等の手続きについては、受講決定通知書によりお知らせします。

事前課題

研修受講にあたって、事前課題に取り組んでいただく予定です。詳細は受講決定通知書送付時にお知らせします。

問い合わせ先

公益財団法人 全国市町村研修財団 全国市町村国際文化研修所(JIAM) 教務部  
〒520-0106 滋賀県大津市唐崎二丁目13番1号 TEL.077-578-5932 FAX.077-578-5906

[e-mail] [kenshu@jiam.jp](mailto:kenshu@jiam.jp) [ホームページ] <https://www.jiam.jp>

令和5年

11月  
27日(月)

11:00~

**入寮受付・昼食**

12:30~

**開講・オリエンテーション**

13:00~15:35

**講義 健康寿命延伸に向けた地方自治体の取組と役割**

滋賀医科大学臨床看護学講座(成人看護学) 教授 **宮松 直美 氏**

健康寿命延伸に向けた国の取組などについてお話しいただくとともに、地方自治体に求められる役割などについて、エビデンスに基づきご講義いただきます。

15:50~17:00

**事例紹介 となベジプロジェクトの取組**

~共創による健康づくりの推進~

富山県砺波市健康センター健康増進係 管理栄養士 **二王堂 康子 氏**

コーディネーター:滋賀医科大学臨床看護学講座(成人看護学) 教授 **宮松 直美 氏**

糖尿病リスクの軽減を目的に、市民の野菜摂取量を増やす活動として、地域一体で食を通じた健康づくりを推進し、取り組まれている「となベジプロジェクト」を中心に事例紹介いただきます。砺波市の取組は、第10回「健康寿命をのばそう!アワード」で、厚生労働大臣優秀賞に選定されています。

17:30~

**交流会** 夕食を兼ねて、ともに学ぶ受講者同士の親睦(情報交換・交流)を深めます。

令和5年

11月  
28日(火)

9:25~10:35

**講義 行動経済学とナッジの健康づくりへの応用-理論と実践-**

帝京大学医療技術学部看護学科 非常勤講師/株式会社PONO 代表取締役 **杉本 九実 氏**

行動経済学・ナッジ理論の基本的な概要やナッジ理論を活用した健康づくりの手法、健康寿命延伸に向けた取組等について、自治体事例を交えながらご講義いただきます。

10:50~11:30

**事例紹介 がん検診受診率向上事業**

東京都八王子市健康医療部成人健診課 主任 **信太 易之 氏**

コーディネーター:帝京大学医療技術学部看護学科 非常勤講師/株式会社PONO 代表取締役 **杉本 九実 氏**

がん検診の受診率向上を図るため、ナッジ理論を活用したメッセージを送付することで行動変容を促した、様々な取組について事例紹介をいただきます。他にもヘルスケア分野では全国初の事例となった、成果連動型委託契約の取組についてもご紹介いただきます。

11:30~12:00

**演習 質疑応答/情報共有**

帝京大学医療技術学部看護学科 非常勤講師/株式会社PONO 代表取締役 **杉本 九実 氏**

東京都八王子市健康医療部成人健診課 主任 **信太 易之 氏**

講義・事例紹介の講師への質疑を行い理解を深めます。また、各自治体の取組や抱えている課題等について、情報共有をしていただきます。

13:00~18:00

**講義・演習 健康寿命延伸のための計画の策定とPDCA管理**

国際医療福祉大学大学院医療福祉学研究科 教授 **埴岡 健一 氏**

住民の健康アウトカムを向上させるために、地方自治体としてどのように取り組みを進めるか、体系的に学びます。1限目(講義)オリエンテーション/健康寿命延伸とロジックモデル。2限目(ワーク1)ロジックモデルを作ってみよう。3限目(ワーク2)行政計画をロジックモデルに落とし理解する。

9:25~14:10

**演習 健康寿命延伸のための計画の策定とPDCA管理**

国際医療福祉大学大学院医療福祉学研究科 教授 **埴岡 健一 氏**

4限目(ワーク3)行政計画をロジックモデルでブラッシュアップ。5限目(ワーク4)ロジックモデルと指標のデータを読んで地域診断。6限目(ワーク5)地域に合わせた健康アウトカム向上に効果的な計画の策定と管理。ワークはステップごとに一緒に進め、各ワークで発表と質疑応答を行います。

14:10~14:40

**ふりかえり、研修アンケート記入、閉講**

令和5年

11月  
29日(水)

● 研修内容については、都合により変更になることがありますので、予めご了承ください。なお、研修についての最新情報は、JIAMホームページをご覧ください。

JIAMメールマガジンのお知らせ

当研修所では、メールマガジンを発行しています。各研修に関する最新情報などを定期的にお知らせします。ぜひご登録ください。読者登録は、JIAMホームページで受け付けています。