

宣言団体の認知度向上に関する取組 県民運動の取組状況

1. 宣言団体の認知度向上に関する取組
2. 県民運動の取組状況
 - (1) 健(検)診受診率の向上
 - (2) 食生活の改善
 - (3) 運動習慣の定着

1. 宣言団体の認知度向上に関する取組

1. 宣言団体の認知度向上に関する取組

①ロゴマークの活用とウェブサイトにおけるPR

- ・既存の県民運動ロゴマークを活用し、健康づくり優良取組表彰ロゴマークを作成し、周知を強化。
- ・優良取組表彰団体の情報等をPRするため、県民運動情報発信サイトをリニューアル。
- ・これらを活用し、高校・大学、就職相談会等で制度や優良な取組を広く紹介。



健康づくり優良取組表彰ロゴマーク



リニューアルした県民運動情報発信サイト

1. 宣言団体の認知度向上に関する取組

②ふくおか健康ポイントアプリを活用した宣言企業対抗ウォーキングラリーの開催

県民が楽しみながら継続して健康づくりに取り組めるよう、「ふくおか健康ポイントアプリ」を令和2年2月5日に配信開始。
(令和6年1月リニューアル)

日々の運動や食生活の改善、健診の受診、健康教室やイベントへの参加などでポイントが付与され、ポイントにより特典を提供。



メニュー
タップ



最新のお知らせを
トップページに表示

※熱中症警報情報(4月中旬～10月中旬)も掲載

【メニューの一例】

- ・「おすすめ運動」
スロージョギングや簡単ストレッチ、健康コラム等を紹介
- ・「スマソル度チェック」
減塩のコツやスマソルレシピ等を紹介
- ・「イベント」
市町村のイベント情報(健診、運動教室等)

R7.10末時点
登録者数
約10万5千人

1. 宣言団体の認知度向上に関する取組

②ふくおか健康ポイントアプリを活用した宣言企業対抗ウォーキングラリーの開催

【実施期間】

令和8年1月15日～1月31日

【エントリー】

令和7年12月15日～令和8年1月14日

【参加対象】

「ふくおか健康づくり団体・事業所宣言」企業
1グループ5名以上

【目標歩数】

グループ平均：1日8,000歩
(福岡県健康増進計画の目標値)

1. 宣言団体の認知度向上に関する取組

②ふくおか健康ポイントアプリを活用した宣言企業対抗ウォーキングラリーの開催

- ・参加企業をアプリと健康づくりサイトで公開
- ・期間終了後、目標を達成した 企業にロゴマークを付与
- ・従業員の参加率が高い企業等に 賞品を発送



- ↓
- ・企業内での健康づくりの広がり、従業員の意識の向上
 - ・HPや名刺への**ロゴマーク**等の掲載による採用活動でのアピール
 - ・目標達成企業の中から、ウォーキングラリーの取組状況の**動画**を作成、公開予定！！

1. 宣言団体の認知度向上に関する取組

③ウォーキングラリーによるウォーキングの効果検証

【対象】 参加企業のうち10社程度（各20名）

【内容】 ウォーキングによる健康増進効果として、脂肪燃焼効率の向上や酸化ストレスの軽減、塩分量の減少等の数値を測定

【方法】

- ・ 即時尿検査とアプリでAI問診が可能な検査キットを使用
- ・ 目標を達成できた者と達成できなかった者との実施前後のデータを比較
- ・ 分析データをもとに大学教授による総合検証 等



1. 宣言団体の認知度向上に関する取組

③ウォーキングラリーによるウォーキングの効果検証

簡易キットを活用した検査方法



1. 宣言団体の認知度向上に関する取組

③ウォーキングラリーによるウォーキングの効果検証

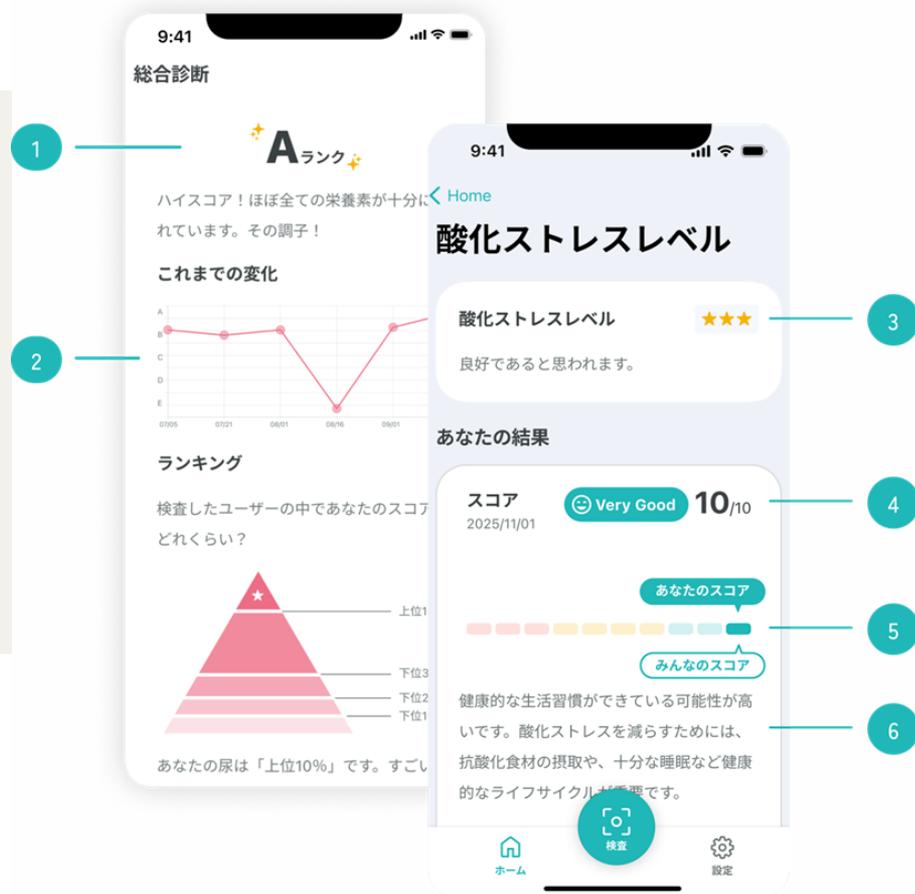
簡易キットを活用した効果の見方

カラダの状態がひと目で分かる

- 1 「総合ランク」で今の栄養状態をチェック
- 2 過去と今の検査結果がグラフで表示されるので、モチベーション維持

あなたに合ったアドバイス

- 3 「検査項目ごと」の充足傾向を簡単にチェック
- 4 スコア表記もあるから分かりやすい



1. 宣言団体の認知度向上に関する取組

③ウォーキングラリーによるウォーキングの効果検証

検査結果を活用した広報資料の作成【仮】

血圧が自然に落ち着く！！

被験者全体
53.8 点

High
63 点
46 点
Low

健康習慣が続く？！

73%

健康を意識
するようになった

54%

具体的な改善行動をした
(運動/食事など)

物忘れの予防に効果的◎

10倍

UP
0.51 点

UP
0.05 点
行動変容なし

行動変容あり

風邪を引きにくくなる(^)o(^)

スコア

+1.7 点

ビタミンC

+0.5 点

水分

+1.4 点

塩分

※お示ししているデータは関係ありません。

2. 県民運動の取組状況

2. 県民運動の取組状況

(1) 健(検)診受診率の向上

①各保険者に対する特定健診受診勧奨に関する研修会の実施

ナッジ理論を活用した特定健診受診勧奨に関する研修会

[受講対象] 各保険者
(市町村、国民健康保険組合、共済組合、健康保険組合等)

[研修概要] 福岡、北九州、筑豊、筑後の4地区で
開催 (Web受講可)
オンデマンドでも配信



研修目的
県内各保険者による受診勧奨等の取組を支援するため、ナッジ理論を活用した受診勧奨資料作成に係る研修会を開催し、県全体の特定健診の受診率向上を図ることを目的として実施いたします。

受講対象者
下記対象機関に在籍の職員の方
● 各保険者 (市町村、国民健康保険組合、共済組合、健康保険組合等)
● 各保健福祉 (環境) 事務所

ナッジ理論とは
「ナッジ (nudge)」は英語で「そっと後押しする」という意味を持ちます。行動経済学に基づき、人々が無理なく望ましい行動を選択できるように環境を整える考え方で、世界各国の行政分野でも活用されており、健康増進や公共施設の分野で注目されています。



あなたの受講予定 1 件

eラーニング 【eラーニング動画】 ※動画視聴のみをご希望の場合はこちらを選択ください。

2026/03/31(火)

受講中 完了報告未済

研修後成果物格納先

お知らせ
お知らせはありません。

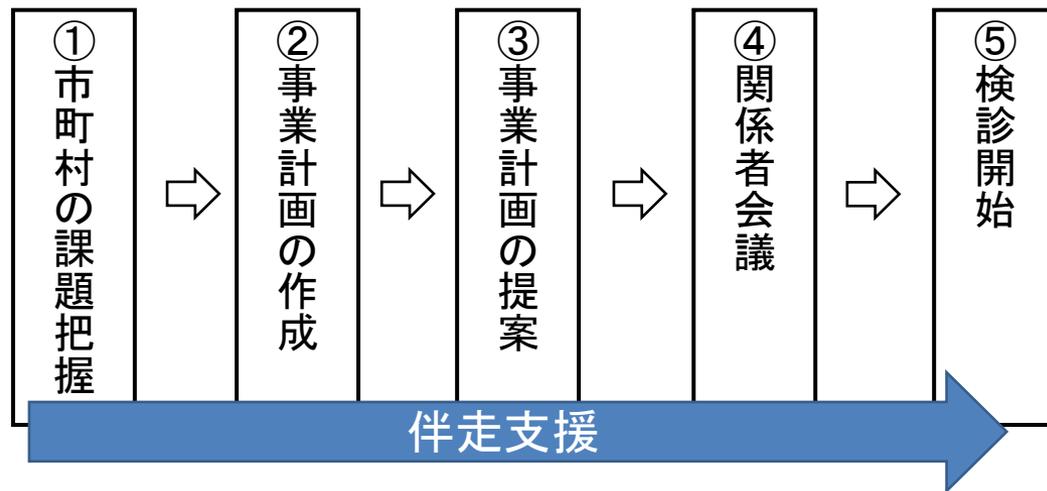
作成した資料
は各保険者
で共有

2. 県民運動の取組状況

(1) 健(検)診受診率の向上

②骨粗しょう症検診に係る市町村支援

骨粗しょう症検診未実施市町村の事業開始を支援
県全体の受診率向上及び骨折予防対策を推進する
[支援対象] 令和7年度
(八女市、豊前市、うきは市、筑前町、大刀洗町)



貸出用骨健康測定装置を導入

市町村の健康測定会等で活用することで、
骨粗しょう症検診の受診を促進



2. 県民運動の取組状況

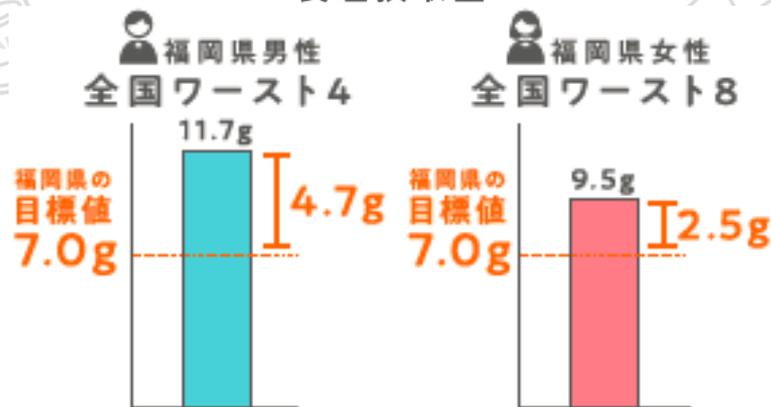
(2) 食生活の改善

スマートにソルトを使う減塩プロジェクト

TRY! スマソる?

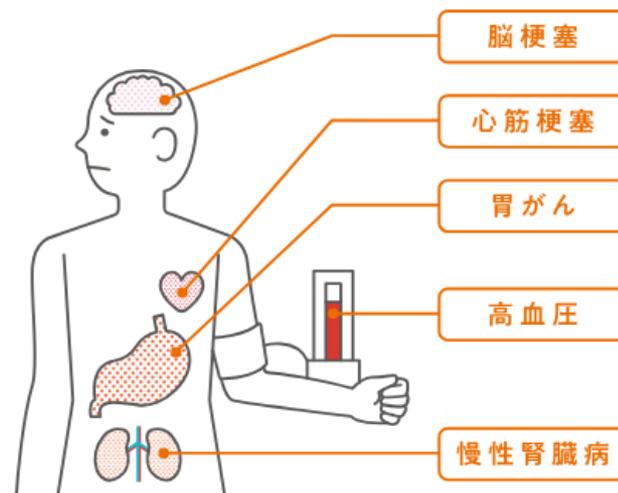
- 本県の県民一人あたりの食塩摂取量は、男性:11.7g/日、女性:9.5g/日と、県の食塩摂取目標量(男女ともに7.0g/日)より多く、20歳以上の県民の約2人に1人が食塩摂取量と関係の深い高血圧症の有病者となっている。
- この状況を踏まえ、県では、令和5年度から食塩の適正摂取の推進を目的として、スマートにソルトを使う減塩プロジェクト「TRY! スマソる?」を開始した。

食塩摂取量



ワーストではなく、スマートになろう!

塩分の摂り過ぎでリスクが高まる主な病気



2. 県民運動の取組状況 (2) 食生活の改善

関連事業者、飲食店の取組事例



九州流通サステナビリティサロンによる「スマソる取組宣言」

中村学園大学とコラボ!
学生の「アイデア」をレシピ化

人気投票で選ばれた5つのメニューを掲載!

福岡県からみんさまへ Message

福岡県では、健康寿命延伸のため、「ふくおか健康づくり県民運動」に取り組んでいます。県民運動の中で1日350gの野菜摂取を推奨していますが、90gほど不足しています。日頃の食事に野菜料理を増やしてみませんか。

| 項目 | 男性 | 女性 |
|-----------------------|---------|---------|
| 福岡県の野菜平均摂取量 | 258.5g | 281.2g |
| 1日あたり350gの野菜摂取目標に対し、差 | 91.5g不足 | 68.8g不足 |
| ※2014年国勢調査(1)調査結果 | 66.7% | 85.9% |
| 性別 | 男性 | 女性 |

福岡県の平均寿命と健康寿命*

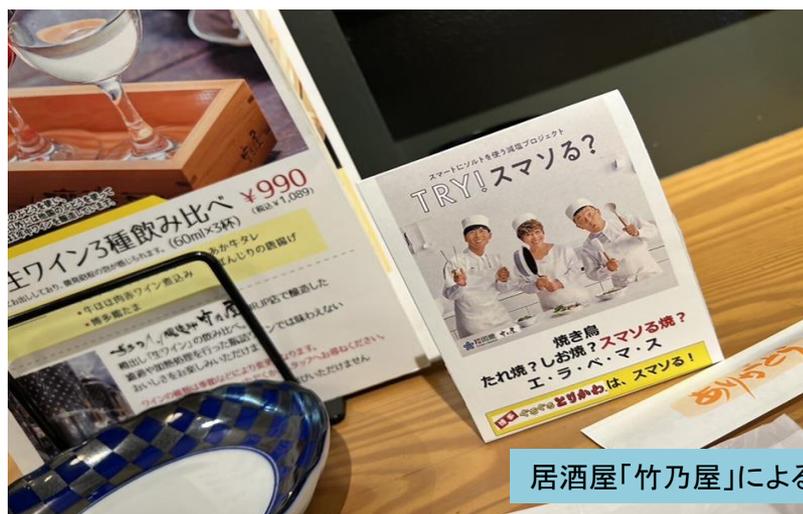
平均寿命と健康寿命の差をゼロにするには、健康で過ごす期間を増やすことが大切です。

※健康寿命は健康上の問題が日常生活に制限を及ぼさなくなるまでです。

※健康寿命の伸び幅は性別によって異なります。

※出典：厚生労働省「令和4年版健康寿命に関する調査結果」

味の素(株)・中村学園大学と減塩・野菜摂取を啓発



居酒屋「竹乃屋」によるスマソるメニュー提供の事例

豚バラ

こちらからお選びください

1 味付けは?

塩

スマソる(減塩)

タレ

2. 県民運動の取組状況 (2) 食生活の改善

福岡県醤油工業協同組合、大学等との連携事例

みんなで作る。福岡県民のおいしい選択肢

福岡スマソル醤油

開発プロジェクト



福岡県醤油工業協同組合と、県内大学・短大・専門学校(全6校)の産学官が連携し、“塩分を控えた甘味のある福岡の醤油”を開発。(令和8年2月発売予定)



2. 県民運動の取組状況 (3) 運動習慣の定着

①健康21世紀福岡県大会 (H14～)

[目的] 県と関係団体が連携し、直接、県民に日頃の食生活や運動習慣、健（検）診の受診などの重要性を認識してもらうことにより行動の改善を促す

[日時] 令和7年9月14日（日）

[場所] 久留米シティプラザ六角堂広場

[主催] 第24回 健康21世紀福岡県大会実行委員会

- [催し]
- ・ 関係団体による出展ブース紹介
 - ・ ゲストやダンスチームによるステージ
 - ・ 救急の日のつどい（合同開催）
 - ・ スタンプラリー抽選会、キッチンカー出店

[来場者数] 3,000人

第24回 健康21世紀福岡県大会
「やるぜー!やるぜー!やるぜー!」
合同開催 福岡県 救急の日のつどい
入場無料
健康21世紀福岡県大会
全力健康ブース
「やるぜー!やるぜー!やるぜー!」
健康家族に全力エール
スタンプラリー抽選会
2025.9.14 (日) 10:00-16:00
会場: 久留米シティプラザ 六角堂広場
みやぞん スペシャルステージ!
国澤アキラ
救急の日のつどい
12:30~ / 14:50~

2. 県民運動の取組状況

(3) 運動習慣の定着

②ふくおか健康ポイント+ (令和7年1月16日公開)

毎日ちょっと楽しく健康に!

ふくおか健康ポイント+ WEBサイトオープン!

「ふくおか健康ポイント+(プラス)」は、福岡県のみなさまの日々の暮らしがちょっと楽しく・健康にアップデートできるようサポートするWEBサイトです。毎日無理のない範囲で健康づくりに取り組みましょう!

特設サイトはこちらから!

トレーニング診断

4つの質問にYES・NOで答えるだけ!あなたに合ったトレーニング動画をご紹介します!

あなたにピッタリなトレーニング方法は?
簡単トレーニング診断!
あなたに向いているトレーニング方法を診断結果から紹介します!
4つの質問にYes・Noで答えるだけで簡単に診断できます!

動画

動画を見ながら無理なく楽しく運動しましょう!

健康コラム

専門家監修の健康・運動に関するコラム!新しい発見もあるかも?

#健康手帳ふくおか

Instagramで健康の秘訣をシェアしましょう!

※サイト画面はイメージです。実際のデザインとは異なる場合がございます。携帯電話のご利用マナーにご協力ください。また、歩きスマホはご遠慮ください。

福岡県 福岡県保健医療介護部健康増進課 TEL 092-643-3598

ふくおか健康づくり県民運動

2. 県民運動の取組状況

(3) 運動習慣の定着

③スロージョギングの普及啓発

スロージョギング普及員フォローアップ研修

[日 時]令和7年11月1日(土)

[対象者]これまで県が養成した普及員及び

(一社)スロージョギング協会の「ベーシック資格」取得者

スロージョギング体験会

[日 時]令和8年3月実施予定【準備中】

[場 所]東公園(福岡市博多区)

[参加者]定員なし(事前申込が必要)



ご清聴ありがとうございました。