

2023年3月22日

健康創造都市KOBÉ推進会議

# 令和4年度 第4回 コンテンツ部会

日時：2023年 3月22日（水）14：00-16：00

会場：明治安田生命神戸ビル ※オンラインによるハイブリッド開催

## 【議事次第】

### 1. 各プロジェクトの報告（各PJリーダー）

- ・PJ3-1 妊娠期から中高年までの栄養課題の改善のための活動
- ・PJ1 神戸市民の健康リテラシーを向上させる活動
- ・PJ2 高齢者の介護予防のための活動
- ・PJ4 中高年から高齢者の認知機能向上のための活動
- ・PJ5 健康無関心層の行動変容を促進するための活動

※各PJリーダーの方は10分程度で発表願います。

※前回からの進捗報告や、今年度の活動振り返り/来年度の計画に関してご発表を頂ければと思います。

### 2. 健康管理アプリサービスの今後の利用について（リンクアンドコミュニケーション様）

### 3. 神戸市からのお知らせ（神戸市健康企画課様）

### 4. ネットワーキング(会場のみ)

## No.3 妊娠期から中高年までの栄養課題の改善

公益財団法人 神戸医療産業都市推進機構、  
株式会社リンクアンドコミュニケーション、  
株式会社Moff  
Reoblige合同会社  
©江崎グリコ株式会社

# プロジェクト3進捗

Glico

- ・直近でできること  
ユーザー数を増やす取り組み  
オンラインだけでなくオフラインでの健康啓発、  
妊娠期の方を対象としたイベントに出向いて妊産婦コース含めた企業の持っているサービスのご紹介  
(オンライン：神戸市HP・MCKにて、妊婦向け「運動・栄養」啓発コンテンツ配信済)

U数を増やすことも  
課題..

## PJ3 と 神戸市との連携

神戸市開催での、妊婦さん向けのセミナーや勉強会、イベントとの連携

- 妊婦さんへの栄養・運動啓発
- 各企業のサービスご紹介
- ・L&Cさま：「MyConditionKobe」アプリ 妊産婦コースのご紹介
- ・Moffさま：動画での運動コンテンツ (MCK健康サポーターとして参画済)
- ・神戸推進機構さま：市民サポーター関連コンテンツ？
- ・Reobligeさま：栄養コンテンツ？
- ・Glico：「毎日ビテツ」鉄・亜鉛ドリンク製品のご紹介



# プロジェクトNo.3 神戸市さまとの連携方法(案)



## ◆神戸市連携 (子供・妊婦を対象に事業されている部局様とのおつなぎ)

### ・アプリ利用者数を増やす取り組み⇒

神戸市SNSやHPでの発信や市の既存取り組みでのPR依頼

神戸市オリジナルのセミナーやイベント、相談会等でのPR/案内

健康局の母子栄養啓発取り組み、保健所/診療所、妊婦検診、子供家庭局母子手帳のお渡しタイミング等での連携

### すくすく赤ちゃんセミナーオンライン講義



新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、事業実施を中止しているため、ZOOMによるオンライン講義を実施します。 [各区・支所で個別相談会も実施しています。](#)

#### 1.日時

令和3年3月15日(月曜日) 13時30分～15時00分

(上記以降、5月、7月、9月にも開催を予定しております。HPの更新をお待ちください。)

#### 2.内容

生後5か月～7か月のお子さんが対象の内容です。

- (1) 保健師による育児に関する講義
- (2) ブックスタート～赤ちゃんと一緒に～
- (3) 管理栄養士による離乳食に関する講義
- (4) 歯科衛生士による赤ちゃんの歯に関する講義



いいね！神戸で子育て

サイト内検索 🔍

## KOBE 子育て応援団 ママフレ



ホーム  
Home



サービス  
利用者の声  
Like



年齢・目的から  
探す  
Services



全てのサービスを  
見る  
List



地図から探す  
Map



相談する  
Consult



病院/救急  
Hospitals

### 健康

#### お母さんの健康

- [妊婦健康診査](#)
- [兵庫県外における妊婦健康診査の費用助成](#)
- [妊娠高血圧症候群\(妊娠中毒症\)の医療費助成](#)
- [妊婦歯科健康診査](#)
- [産婦健康診査\(産後の健診\)](#)
- [市民健診\(神戸市健康診査、特定健康診査、がん検診等\)](#)
- [産後ケア事業](#)

#### 産前・産後の訪問指導

- [妊産婦訪問](#)
- [未熟児の訪問](#)
- [新生児訪問](#)
- [産前産後ホームヘルプサービス](#)

#### お子さんの健康

- [先天性代謝異常等検査](#)
- [4か月児健康診査](#)
- [9か月児健康診査](#)
- [1歳6か月児健康診査](#)
- [3歳児健康診査](#)
- [幼児歯科健康診査](#)

#### お子さんの予防接種

- [定期予防接種](#)
- [任意予防接種](#)



学びや遊びのこと、健康や成長のこと、さらには家計のことなど。神戸市では、子育て世帯をサポートするため100の事業やサービスをお届けしています。お母さんお父さんが、安心してお子さんを産み育てていけるように。お子さんの笑顔が、もっとキラキラと輝くように。神戸市は、あなたの子育てを応援しています。

# プロジェクトNo.3 妊娠期から中高年までの栄養課題の改善(案)



## ◆プロジェクト詳細

### ターゲット：妊娠期の女性

妊娠期（妊娠合併症予防等）の課題をメインテーマにする

- ・妊娠期の摂取栄養素は赤ちゃんに直結する。
- ・出産時のコンディションや母乳栄養素に影響があり、母乳栄養素は生活習慣病や、骨の健康、神経発達など子の将来の成長に大きく関わる。
- ・時に孤独に頑張ってしまうことも。不安や悩みの多い時期。

## ◆取組み内容

(株)リンクアンドコミュニケーション

MY CONDITION KOBE 妊産婦コース活用



### 健康アプリで妊娠中・産後の体調管理を！

神戸市民の健康管理をサポートするスマホ向けアプリ「MY CONDITION KOBE」。「ヘルシーダイエットコース」や「ほどよく筋肉&引き締めコース」など、自身のなりたい姿に合わせてコースを選択することで、自身に最適化されたアドバイスを受け取ることができますが、この度、妊娠中・産後の体調管理や栄養・運動管理に特化した「妊産婦コース」を新たにリリースしましたので、ぜひご利用ください！

「現在の利用者」に対して追加施策を実施しながら、ユーザー数をさらに増やしていく。

★現時点の妊産婦コース使用者数：54名（2021年8月時点）⇒67名！！（2023年2月時点）

・データ収集：個人（年齢、体重等）データ、食事データ、歩数データ等、

・提供内容：

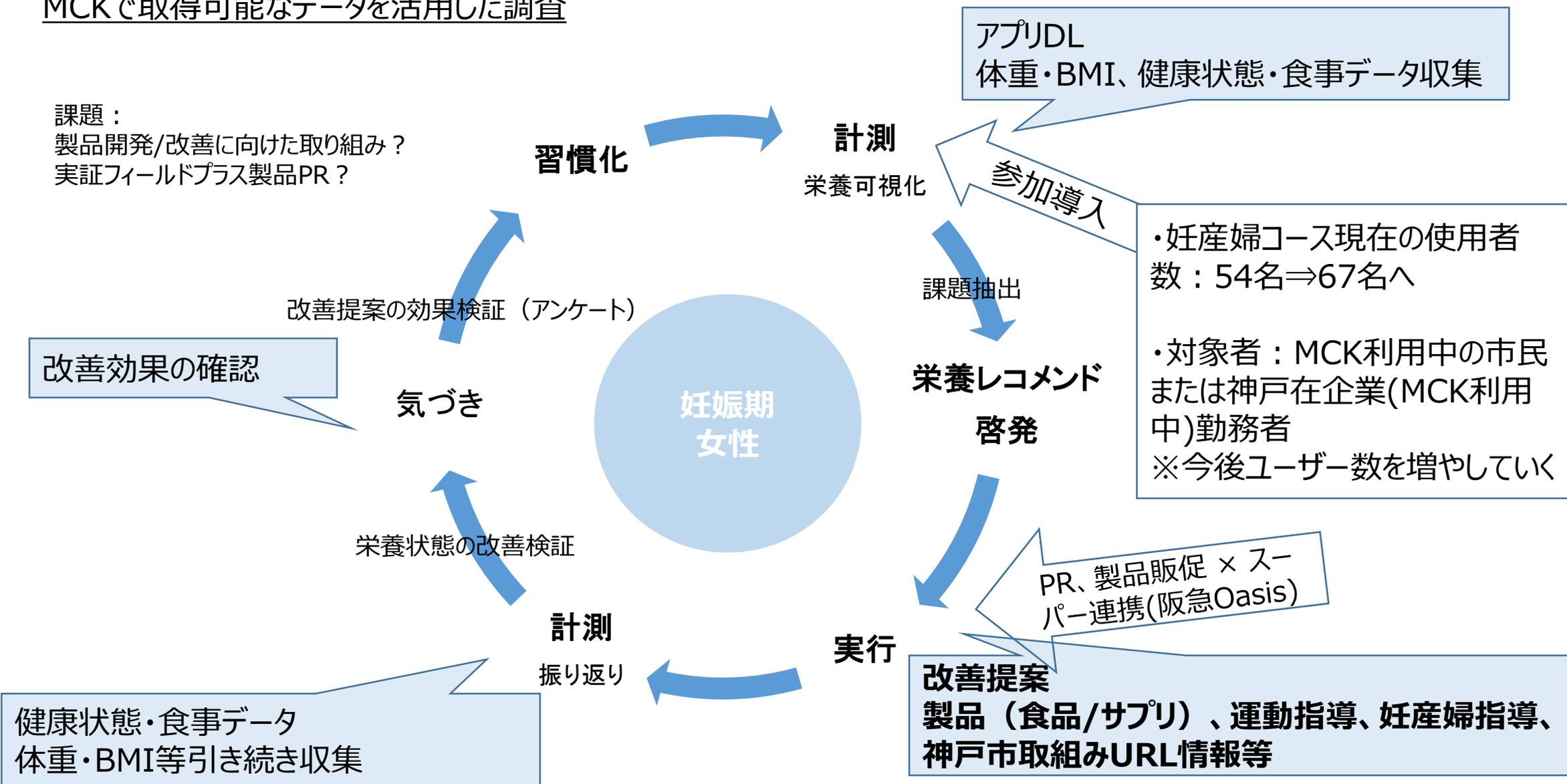
①各ユーザー課題に合わせた栄養レコメンド（アプリ内でプログラム化済）

②アクションや改善のためのリソース：製品（食品/サプリ）、運動指導、妊産婦指導内容、神戸市取組みURL情報等含めた改善提案  
妊産婦の場合、主治医とアプリデータをもとにした相談連携も実施可能

# プロジェクトNo.3 フロー全体図

MCKで取得可能なデータを活用した調査

課題：  
製品開発/改善に向けた取り組み？  
実証フィールドプラス製品PR？



# 【参考資料】PJ3進捗 L&C社とのMTGメモ



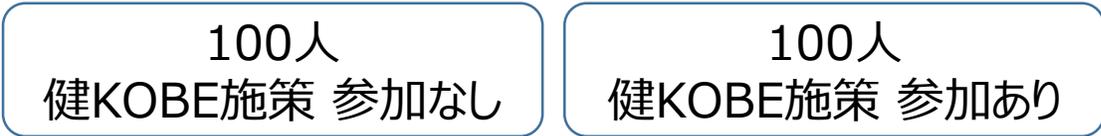
## 調査実施の可能性：

将来的に、MCKでオープン調査を実施できるか？

- ・MCK既存のデータで実施@PJ
- ・調査設計や分析のサポート：L&Cさまご知見あり
- ・年齢や性別別でのプッシュメッセージ配信からURL（アンケート）ジャンプも可能
- ・ライフログの振り返りも可能

U数を増やすこと  
課題..

## 将来の長期的な取り組み例：



↓

### 健康指標の比較

統計情報を提供（L&Cさま）  
健診データも、既存で食事睡眠体重ログも有  
※登録時に第三者提供等□済

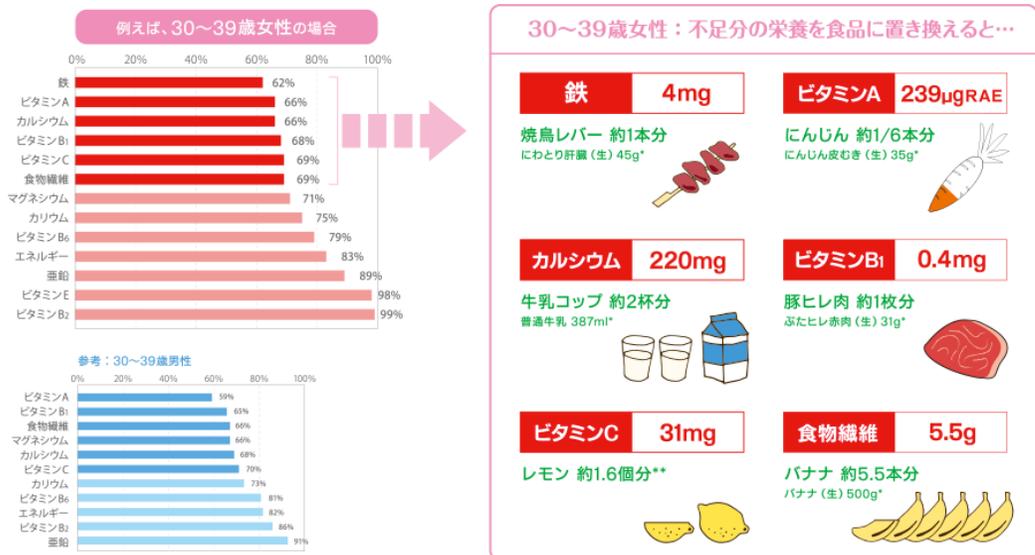


# 【参考資料】HP、アプリ上での啓発・ソリューション例(案) Glico



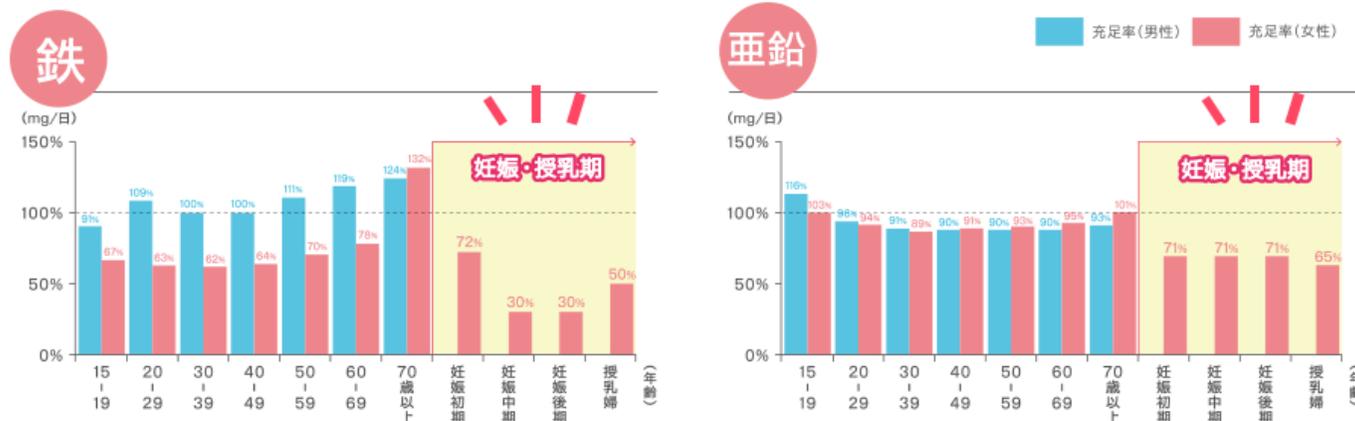
## 女性：鉄分不足の課題

鉄と亜鉛は妊娠中に特に意識したい栄養素ですが、多くの女性が十分に摂取できていません。



参考資料：日本人の食事摂取基準(2015年版)、国民健康・栄養調査(平成27年) \*日本食品標準成分表2015年版より \*\*全国清涼飲料工業会ガイドラインより

## 年齢・性別：鉄・亜鉛の充足率



※妊娠初期～授乳期の摂取量は、30~39歳女性とする。  
参考資料：日本人の食事摂取基準(2015年版)、国民健康・栄養調査(平成27年)



・毎日ビテツ (鉄・亜鉛サポート)

<https://www.glico-direct.jp/lp/icreo/spc/bitetsu100/?bsp=redirect> (製品HP)

+産後はアイクレオ粉ミルクとか こペアアプリも

## 【議事次第】

### 1. 各プロジェクトの報告（各PJリーダー）

- ・PJ3-1 妊娠期から中高年までの栄養課題の改善のための活動
- ・PJ1 神戸市民の健康リテラシーを向上させる活動
- ・PJ2 高齢者の介護予防のための活動
- ・PJ4 中高年から高齢者の認知機能向上のための活動
- ・PJ5 健康無関心層の行動変容を促進するための活動

※各PJリーダーの方は10分程度で発表願います。

※前回からの進捗報告や、今年度の活動振り返り/来年度の計画に関してご発表を頂ければと思います。

### 2. 健康管理アプリサービスの今後の利用について（リンクアンドコミュニケーション様）

### 3. 神戸市からのお知らせ（神戸市健康企画課様）

### 4. ネットワーキング(会場のみ)

# 健康創造都市KOBÉ推進会議 コンテンツ部会

## 【PJ1】神戸市民の健康リテラシー向上

---

### ◆ 2022年3月1日よりホームページ公開

2023/3/13時点 PV数:15,722 ユーザー数:5,608

2022/12/13時点 PV数:11,029 ユーザー数:3,590

### ◆今後のHP活用(案)について

#### ○一般向けページ

- ・R4と同様、毎月募集および持ち回りで記事掲載を継続
- ・R5の持ち回り担当について決定 ⇒ (別ページ参照)

#### ○会員専用ページ

- ・事務局で管理している参画企業・団体名簿を公開中
- ⇒公開中止をしたい企業・団体は事務局までご連絡ください

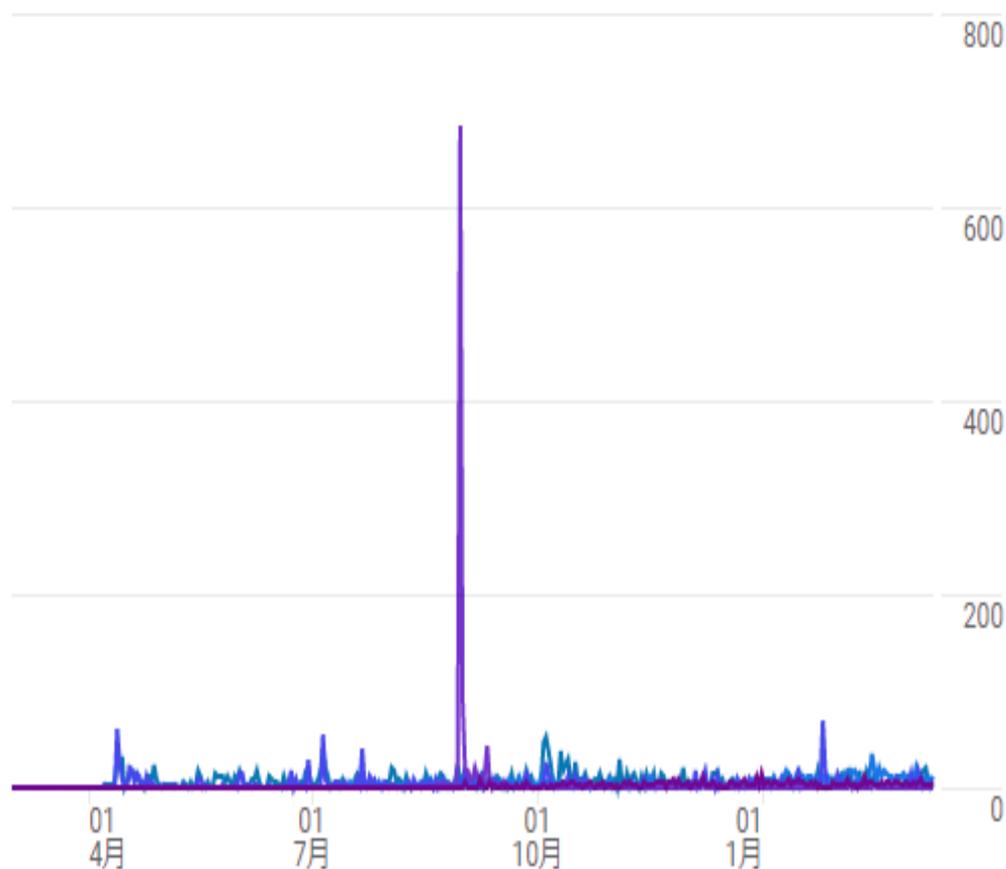
### ◆MCKページの刷新について

- ・企業がメリットに感じてもらうため、健康経営に関するページを作成
- ⇒これからリバイスしていく予定

## 【参考】

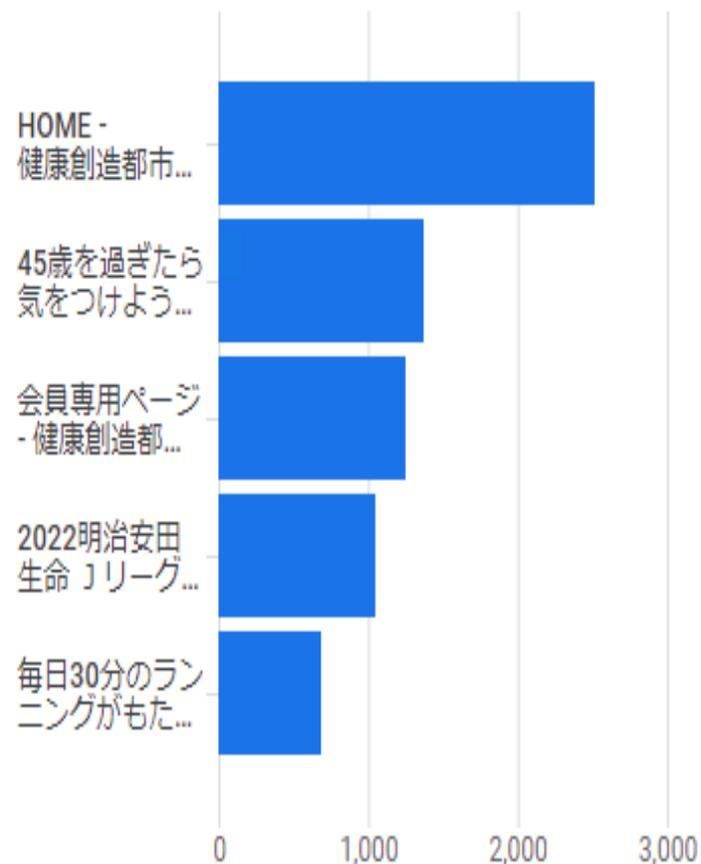
表示回数:15,722 ユーザー:5,608

表示回数の推移: ページタイトルとスクリーンクラス別



● HOME - 健康創造都市KOBEP推進会議 ● 45歳を過ぎたら気をつけよう「女性」

表示回数: ページタイトルとスクリーンクラス別





# 健康創造都市HPのリンク掲載について ~その①~

一般社団法人 **神戸市薬剤師会**  
Kobe-City Pharmaceutical Organization

[トップページ](#) [お問い合わせ](#)

**薬局検索**  
神戸市内の薬局、薬店を検索する事ができます。

**トピックス**

**おくすりお役立ち情報**

- お薬手帳の活用方法
- お薬の正しい使い方

**神戸市薬剤師会とは**

- ごあいさつ
- 入会案内
- ハートフル薬局・薬店

神戸市消防局 広報誌「雪」に掲載の「くすりと健康」

**リンク**

**会員ページ** NEW

**理想の薬局を目指して 研修を重ねています。**

理想の薬局を目指して

**神戸市 新型インフルエンザに関する情報**

**厚生労働省 新型インフルエンザ対策関連情報**

**新着情報**

- 2023年3月10日  
[フレイルチェック参加薬局一覧](#)を更新しました。
- 2023年2月24日  
[フレイルチェック参加薬局一覧](#)を更新しました。
- 2022年12月9日  
[フレイルチェック参加薬局一覧](#)を更新しました。
- 2022年11月11日  
[フレイルチェック参加薬局一覧](#)を更新しました。

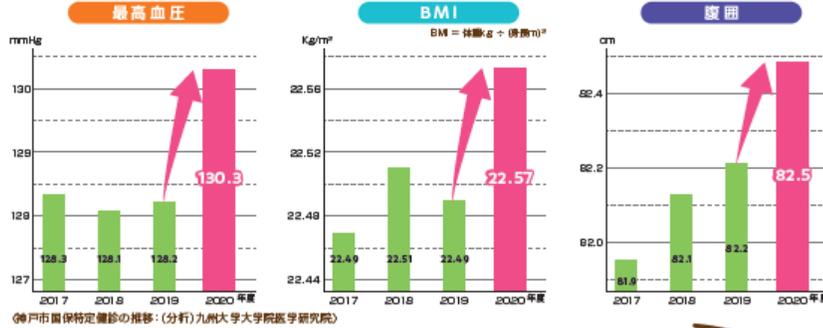
健康創造都市KOBEB推進会議

# 健康創造都市HPのリンク掲載について ~その②~

## 神戸けんしんガイド 令和5年版

市民の皆さんの「けんしん」の受け方や内容について、ご案内しています。

あなたは大丈夫?  
**「コロナ禍で健康に影響が!」**  
 今こそ、けんしんを受けよう!!



神戸市国民特定健診の推移(分析)九州大学大学院医学研究院

24時間いつでも手軽にWEB予約!  
 けんしんに行って特典をもらおう!

生活習慣病のリスク

詳しくは、中面をご覧ください。

発行: 国民年金医療課・保健所保健課・健康企画課

### 健診を受けた後はどうしたらいいの?

健診結果をさらっと見て終わっているあなた!  
 生活習慣病は、手遅れになるまで自覚症状がない場合が多いことを知っていますか?

- 1 メタリックシンドローム(内臓肥満)判定**  
 メタリックシンドロームに該当している方は、動脈硬化が進んでいる恐れがあります。  
**案内が届いた人は、特定保健指導(無料)を受けましょう。**
- 2 検査結果(血液検査や尿検査・血圧など)**  
 個々の検査値が、正常の範囲から外れていないかを確認します。今回異常なしでも、過去の結果と比べて悪化している項目を見つけたら、生活習慣を見直すチャンスです。
- 3 健診結果**  
 異常なし  
 今の状態を保つために日頃の健康づくりと毎年の健診を。  
 要指導  
 生活習慣改善が必要です。特定保健指導の案内が届いた方は、必ずご利用いただき、日常生活の中でできる生活習慣改善を一緒に考えましょう。  
 要受診  
 すみやかに医師と相談し重症化を予防しましょう。

**健診結果が基準値を超えていた! つまり血管に負担がかかっています!**

(健診結果をもとに、神戸市では必要に応じて訪問・電話等での健康相談を行っています。)

### 神戸市国民加入の人へ おトクなお知らせ!

人間ドックを受けたあなた!  
 特定健診のかわりに結果を提出すると、「QUOカード3,000円分」がもらえます!

40歳のあなた!  
 なんと、特定健診を受けるだけで、「QUOカード1,000円分」がもらえます!  
 詳細は「神戸市国民 特定健診」をご覧ください。

詳しくはコチラ

### 特定健診と同日に5種類のセット健診!

胃がん 大腸がん 肺がん 乳がん 子宮頸がん

予約受付/兵庫県予防医学協会 健診センター ☎078-871-7758  
 (平日8:40~12:00/13:00~17:00)  
 兵庫県予防医学協会 健康ライフプラザ ☎078-652-5207  
 (火~金、第2・4土、第1・3日曜 8:40~12:00/13:00~17:00)  
 ※年齢によって受けられるがん検診が異なる場合があります。  
 ※実施施設によって受けられる曜日異なりますのでご確認ください。  
 詳細は「神戸市国民 特定健診」をご覧ください。

### 65歳の人にオーラルフレイルチェック

オーラルフレイルは、口の機能の衰えをいいます。口が渇く、滑舌が悪い、むしりがむせる、食べこぼす、飲み込みにくい、噛めない食品が増加するなどの状態です。  
 詳細は「神戸市 オーラルフレイル」をご覧ください。

神戸市ホームページ

口唇乾燥の予防はコチラ

### シニア健康相談ダイヤル

☎078-322-5999 FAX078-322-6052  
 10:00~15:00(土・日曜、祝日、年末年始を除く)  
 食事・運動・体調に関すること、医療機関への受診相談などシニアの人の健康相談全般を受け付けています。

### 栄養相談ダイヤル ☎078-681-0031

月・水・金曜(祝日、年末年始を除く)9:30~15:30  
 食事や栄養に関するお悩み・ご不安があれば、年代に問わずお気軽にご相談ください。管理栄養士がお答えします。

### 健康のこと、気になるなら、みてみよう!

「健康創造都市KOBE」のサイトでは、健康情報やイベントなどお役立ち情報を掲載しています。ぜひチェックしてみてください!

神戸市の食育ポータルサイト「こうべ食フレ!」

あなたに合った暮らしのヒントや取組を見つけて、神戸で食を楽しみ大切に、健康を作っていきます。  
 「神戸名物グルメ診断」も楽しめます!

## 各月の担当(ジャンル)

・1年サイクルで担当を事前に決定  
 ・上限本数なし  
 ・担当以外の記事の提供も可能。

R5.5	雪印メグミルク(株) 【食事・栄養】	
R5.6	森永乳業グループ病態栄養部門 株式会社クリニコ 【食事・栄養】	神戸市 【疾病・疾病予防】
R5.7	ヤノ運動用品(株) 【運動】	テンピュール・シーリー・ジャパン(有) 【その他】
R5.8	(株)神戸ポートピアホテル 【健康経営に関する情報】	
R5.9	(株)アシックス 【運動】	味の素(株) 【食事・栄養】
R5.10	(株)ジャパンフロントファーム 【食事・栄養】	
R5.11	(株)Moff 【運動】	江崎グリコ(株) 【食事・栄養】
R5.12	(株)ラスイート 【運動／休養・こころの健康／疾病・疾病予防】	
R6.1	(株)トータルブレインケア 【疾病・疾病予防／健康経営に関する情報】	
R6.2	フジッコ(株) 【食事・栄養／健康経営に関する情報】	(株)神戸新聞社 【疾病・疾病予防】
R6.3	阪急阪神ホールディングス(株) 【運動／休養・こころの健康／疾病・疾病予防／健康経営に関する情報】	
R6.4	(株)マルヤナギ小倉屋 【食事・栄養／健康経営に関する情報】	

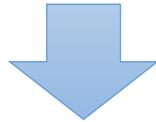
## R4 各月の担当(ジャンル)

R4.5	江崎グリコ(株)【食事・栄養】	・PJ1メンバーについては R4.3・4月に記事提供
R4.6	(株)神戸新聞社【疾病・疾病予防】	
R4.7	森永乳業(株)【食事・栄養】	
R4.8	兵庫県立大学国際商経学部 【運動／その他】	フジッコ(株)【食事・栄養／健康経営】
R4.9	(株)アシックス【運動】	
R4.10	(株)ジャパンフロントファーム 【食事・栄養】	中外製薬(株)【疾病・疾病予防】
R4.11	阪急阪神ホールディングス(株) 【疾病・疾病予防】	(株)ラスイート 【休養・こころの健康／疾病・疾病予防】
R4.12	雪印メグミルク(株)【食事・栄養】	
R5.1	(株)トータルブレインケア 【疾病・疾病予防】	(株)マルヤナギ小倉屋 【食事・栄養／健康経営】
R5.2	(株)ドクターミール 【食事・栄養／疾病・疾病予防／その他】	・1年サイクルで担当を事前に決定 ・上限本数なし ・担当以外の記事の提供も可能。
R5.3	しあわせの村【運動】	
R5.4	reoblige(同)【食事・栄養】	

# 掲載までの流れ

## 神戸市より記事募集

- ・毎月初旬頃に神戸市より参画企業・団体へメールにて募集(下旬×切)



## 参画企業・団体より記事提供

- ・記事投稿フォームと必要に応じて写真や図のデータをお送りください



## 更新作業

- ・委託事業者にて更新作業(月1回)

# MCKページから健康経営に関するページへ



MY CONDITION KOBE



神戸市では、ICTを活用した市民の健康づくりを支援するとともに、健康データを利活用した研究・実証を通じた新たなサービスの提供を目指して、平成31年4月から先駆的に、「MY CONDITION KOBE」の運用を開始しました。  
 このたび、運用開始から3年を記念し、令和5年3月末をもって運用を終了することとなりました。  
 「MY CONDITION KOBE」は、運用を終了しますが、健康管理アプリサービスについては、現在サービスを委託している株式会社リンクアンドコミュニケーションにおいて、民間サービスとして、引き続きご利用いただけます。

▼「MY CONDITION KOBE」の運用終了と代替サービスとしての今後のアプリサービスの継続について（神戸市HP）

## 【利用条件】

①神戸市民であること（神戸市に住民登録をしている方）または神戸市内に本社、支社、事業所等を置く企業の社員（※）であること

※社員としてサービスを利用する場合は、お勤めの企業が本サービスの利用に関する契約を神戸市と締結している場合に限り、契約が締結されているかどうかは、お勤め先に確認ください。

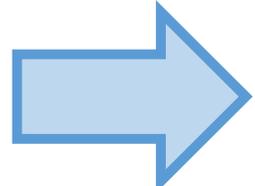
②スマートフォンをお持ちであること

## 【登録方法】

ご利用には事前登録が必要です。登録は、MY CONDITION KOBE専用ホームページ（外部リンク）にて。

## 企業でのMY CONDITION KOBEの導入について

神戸市では、市内企業の健康経営のサポートをするため、健康アプリMY CONDITION KOBEを市内企業に提供します。市内に本社、支社、事業所等を置く企業であれば、MY CONDITION KOBEの導入が可能です。所属する社員は神戸市民でなくてもご利用いただくことができます。MY CONDITION KOBEの導入をご検討されている場合は、神戸市健康局健康企画課 健康推進担当（[cmck@office.city.kobe.lg.jp](mailto:cmck@office.city.kobe.lg.jp)）までご連絡ください。



## 健康経営から考えるSDGs



### Q.健康経営<sup>®</sup>ってなんなの？

経済産業省も推進！

**A.「企業が従業員の健康維持・増進に積極的に取り組むこと」です。**

「従業員の健康維持・増進こそが収益アップにつながる」という考えのもと、健康経営を経営的視点から考え、戦略的に実践することを「健康経営<sup>®</sup>」と定義します。

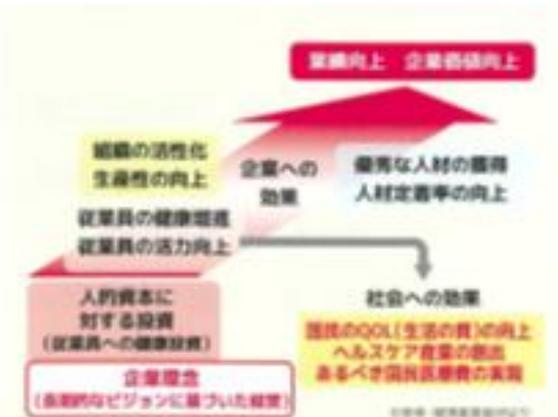
※「健康経営<sup>®</sup>」は、経済産業省が提唱する健康経営の考え方です。

### 「健康経営<sup>®</sup>」に取り組むと・・・

**POINT ① /**  
**業績向上・コストパフォーマンス向上**

従業員等の健康保持・増進の取組が、将来的に収益性等を高める投資であるとの考えの下、経営的視点から考え、戦略的に実践することが必要です。

企業が経営理念に基づき、従業員の健康保持・増進に取り組むことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらし、中長期的に業績向上・コストパフォーマンス向上など、組織としての価値向上へ繋がることと期待されます。



# 会員専用ページ

参画団体同士の交流推進にご活用ください！

【ログインID】suishin-member  
【パスワード】kobe-kenkou0301

◆「お知らせ」、「スケジュール」の掲載は、  
随時、事務局までご連絡ください。

◆「参画団体紹介」  
フォーマットをお送りしますので、  
記載をお願いします。

<掲載内容>

- 団体名
- 業種
- 事業内容・特徴・  
強みなど  
(100文字程度)
- 窓口担当者所属・  
担当者名
- 担当者連絡先  
(Eメール)
- ホームページ  
(リンクURL)
- 参画している部会

神戸市



- ①業種  
自治体
- ②事業内容・特徴・強み  
健康寿命の延伸、健康格差の縮小対策、個人の健康づくり活動と企業の健康経営を通じた市内経済の活性化を目指した取り組みを行っています。
- ③窓口担当者所属・担当者  
健康与健康企画課
- ④担当者連絡先  
kenkoukikaku@office.city.kobe.lga.jp
- ⑤ホームページ  
https://www.city.kobe.lg.jp/
- ⑥参画している部会  
コンテンツ部会/健康経営部会

健康創造都市KOB E推進会議

会員専用ページTOP | 参加団体紹介 | 部会参加申込み | **会員掲示板**

## 会員専用ページ

本ページは健康創造都市KOB E参加団体専用のページです。  
お知らせやスケジュール、また各会の会議料や議事録を共有するためのページです。

**お知らせ**

2022.01.20 健康創造都市KOB E推進会議のホームページを開発しました！

一覧を見る

**スケジュールカレンダー**

3月 2022

月	火	水	木	金	土	日
28	29	30	31	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	30	31

pm 1:00 コンテンツ部会

pm 1:00 コンテンツ部会

## 会議資料・議事録・取り組み

部会 | 幹事会 | コンテンツ部会 | 健康経営部会

2022.01.21 部会 R3年度総会議事録【PDF】

一覧を見る

**参画団体紹介** | 部会参加申込み | 健康創造都市KOB E推進会議 規約

## 【議事次第】

### 1. 各プロジェクトの報告（各PJリーダー）

- ・PJ3-1 妊娠期から中高年までの栄養課題の改善のための活動
- ・PJ1 神戸市民の健康リテラシーを向上させる活動
- ・**PJ2 高齢者の介護予防のための活動**
- ・PJ4 中高年から高齢者の認知機能向上のための活動
- ・PJ5 健康無関心層の行動変容を促進するための活動

※各PJリーダーの方は10分程度で発表願います。

※前回からの進捗報告や、今年度の活動振り返り/来年度の計画に関してご発表を頂ければと思います。

### 2. 健康管理アプリサービスの今後の利用について（リンクアンドコミュニケーション様）

### 3. 神戸市からのお知らせ（神戸市健康企画課様）

### 4. ネットワーキング(会場のみ)

## 【議事次第】

### 1. 各プロジェクトの報告（各PJリーダー）

- ・PJ3-1 妊娠期から中高年までの栄養課題の改善のための活動
- ・PJ1 神戸市民の健康リテラシーを向上させる活動
- ・PJ2 高齢者の介護予防のための活動
- ・**PJ4 中高年から高齢者の認知機能向上のための活動**
- ・PJ5 健康無関心層の行動変容を促進するための活動

※各PJリーダーの方は10分程度で発表願います。

※前回からの進捗報告や、今年度の活動振り返り/来年度の計画に関してご発表を頂ければと思います。

### 2. 健康管理アプリサービスの今後の利用について（リンクアンドコミュニケーション様）

### 3. 神戸市からのお知らせ（神戸市健康企画課様）

### 4. ネットワーキング(会場のみ)

23年3月22日 コンテンツ部会

# コンテンツ部会 プロジェクトNo.4 報告資料

23年3月22日 コンテンツ部会

# コンテンツ部会 プロジェクトNo.4 報告資料

## 概要

### 【検討メンバー】

トータルブレインケア、三菱商事、Moff、薬剤師会、森永乳業、神戸医療産業都市推進機構、グリコ

### 取組概要

運動・栄養・脳トレの認知症予防につながるソリューションおよびその組合せによる効果の実証実験を実施する。

ソリューションのうち、効果が高いものを神戸市と協働で事業化することにより、市民に利用していただき、認知症の予防を目指す。

# 提案：神戸版FINGER研究

実証実験をすることを前提に考えてきたが、ハードルが高いため、セミナーなどから始めていく



<b>Stage</b>	参加者募集	実証実験/効果検証	採択	事業展開						
<b>主体</b>	コンテンツ部会	神戸市/コンテンツ部会	神戸市	神戸市/各企業						
<b>活動</b>	神戸医療産業都市推進機構様の市民サポーター制度のモニターの活用を検討	<p>神戸市/コンテンツ部会 ：啓発セミナー開催@薬局等 コンテンツ部会：ソリューションの提供</p> <table border="1"> <tr> <td>運動 </td> <td>脳トレ </td> <td>栄養  </td> </tr> <tr> <td colspan="3">神戸大学 コグニケア</td> </tr> </table>	運動 	脳トレ 	栄養  	神戸大学 コグニケア			パッケージ化/予算化	<p>神戸市： 市民への啓発 インセンティブの提供</p> <p>各企業： 運動、脳トレ、栄養の提供</p>
運動 	脳トレ 	栄養  								
神戸大学 コグニケア										
<b>KPI</b>	参加者数	セミナー開催回数/取組み数/有効性	採択数	認知症罹患率						
<b>期間</b>	1～3年？		1年	継続						

# 今後の取り組み案



## ① 認知症予防に関する啓発セミナー作成

- ・PJ4の中で手持ちのコンテンツを組合せて、認知症予防に関するセミナーを作成
- ・神戸大学の先生方が実施されているセミナーと協働させていただく  
(コグニケアのセミナーにコンテンツを追加することも可能性あり)

## ② 神戸市内での啓発セミナー実施

- ・神戸モデルと連携し、検査対象者に向けたセミナーの開催（検査前後に実施）
- ・神戸医療産業都市推進機構様の市民サポーターの皆さまを対象にセミナー実施



認知症の人にやさしいまち 神戸モデル

認知症の人にはやさしいまち 神戸モデル

認知症診断 65歳以上の神戸市民 無料

これから検査を受ける方  
TEL: 0570-083330 または 078-333-3330

認知症診断を受けたい方  
認知症予防推進制度(認知症予防・GPS安心かけつけサービス)の利用を希望する方はお申し込みください。

神戸市の認知症施策  
認知症に関する相談窓口や、認知症の方を受けられる支援・サービスがあります。

## スケジュール



公益財団法人 神戸医療産業都市推進機構

登録のメリット / どんなことができるの？

- アンケート・モニター調査に参加できる
- ヘルスクラブ健康セミナーに参加できる
- ニュースレターを受取れる
- サポーター間で交流ができる

ヘルスクラブ関連の製品、サービスのアンケート・モニター調査に参加いただけます。

認知症や疲労、睡眠等、様々なテーマで実施される「ヘルスクラブ健康セミナー」の開催案内をお送りします。

日々の健康づくりに役立つ情報をニュースレターなどでお知らせします。

サポーターの皆さまで作る掲示板を利用できます。

アンケート・モニター調査

イベント・セミナー

ニュースレター

サポーター広場

# セミナー内容の素材募集

健康寿命について、一緒に考えて行きましょう！

## コグニケア 10月健康づくりセミナー



コグニケアが提供するサービスの一つである、「健康づくりセミナー」を開催いたします。神戸大学の教授による、認知症予防や健康づくりに欠かせない知識と教養を身に付けて頂く貴重な機会です。ZOOMを利用したのオンラインセミナーになります。皆様のご参加お待ちしております。

**日時** 10月20日(木) 14:00~15:30

**場所** ZOOMでの開催となります

**講師** 神戸大学大学院 保健学研究科 教授  
認知症予防推進センター センター長  
古和 久朋先生



※詳細プロフィールは裏面参照

**講演テーマ** 「認知症予防の最新のエビデンス」

**申込方法** 会員の皆様には、開催3日前頃に参加方法をメールにてお送りします。動画配信をご希望の場合のみ、右のQRコードもしくは下記メールアドレスより事前にお申込みください。



◆申込締め切り◆ 10月13日(木)12時まで

**お問い合わせ** 神戸大学 認知症予防推進センター/eコグニケア事務局  
TEL:070-2455-6397(平日10-16時)  
メール:ecogpbm@org.kobe-u.ac.jp

皆様のご参加お待ちしております



認知機能向上

「暮らしの気になる」  
チェック

5種バランス  
チェック



おすすめの  
タスクを確認する

選んで  
トレーニング

## 認知症の基礎知識

監修：東京医科大学病院 高齢診療科 主任教授 羽生春夫

## 認知症について

薬のことは薬剤師へ  
かかりつけ薬剤師・かかりつけ薬局を持ちましょう

(一社)神戸市薬剤師会

腸からはじめる記憶対策 | 記憶力チェック | 記憶対策に「よい生活習慣」 | 脳トレチャレンジ | 記憶応援プロジェクト | CM情報 | よくあるご質問 | 商品情報

腸に届いて、  
脳に働く。

腸からはじめる記憶対策

関与成分のビフィズ菌MCC1274は  
記憶力を維持する働きが報告されています。



世界初の  
ビフィズ菌

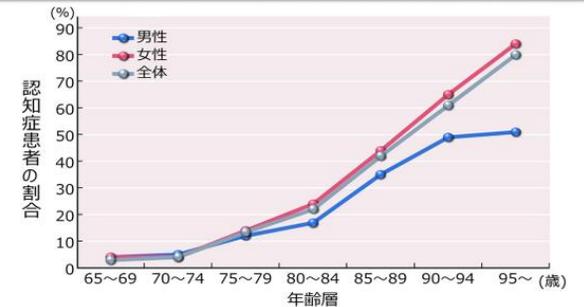


サプリも！  
(通販限定)

メモリービフィズ  
**森永 記憶対策ヨーグルト**

※ヒト臨床試験において唯一のビフィズ菌生菌体のみで加菌に伴い低下する認知機能(記憶力)を維持する働きが世界で初めて論文報告された(PubMedと医中誌WEBより、ビフィズ菌と認知機能および記憶のキーワードを用いたランダム比較試験の文献検索結果、ナレッジワイヤ社調べ)

## 認知症高齢者数は推計約462万人



全国10市町における65歳以上の住民計約9000人を対象におこなわれた厚生労働省研究班の大規模研究によれば、2012年時点の65歳以上の認知症の有病率は15%であり、全国の認知症高齢者数は約462万人と推計されました。また、認知症を発症する前段階とみられる軽度認知障害(MCI)の高齢者も、約400万人と推計されました。

P-ART1632AKE#4

都府県における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応  
認知症対策総合研究事業(平成23年度~平成24年度)総合研究報告書

## 【議事次第】

### 1. 各プロジェクトの報告（各PJリーダー）

- ・PJ3-1 妊娠期から中高年までの栄養課題の改善のための活動
- ・PJ1 神戸市民の健康リテラシーを向上させる活動
- ・PJ2 高齢者の介護予防のための活動
- ・PJ4 中高年から高齢者の認知機能向上のための活動
- ・**PJ5 健康無関心層の行動変容を促進するための活動**

※各PJリーダーの方は10分程度で発表願います。

※前回からの進捗報告や、今年度の活動振り返り/来年度の計画に関してご発表を頂ければと思います。

### 2. 健康管理アプリサービスの今後の利用について（リンクアンドコミュニケーション様）

### 3. 神戸市からのお知らせ（神戸市健康企画課様）

### 4. ネットワーキング(会場のみ)

# プロジェクト5

## (目的:健康無関心層の行動変容促進)

(参加団体名:ヤノ運動用品株式会社、株式会社 ラスイート、日本イーライリリー株式会社、フジッコ株式会社、株式会社スズケン神戸支店、株式会社マルヤナギ小倉屋、©株式会社アシックス、(株)JTB、江崎グリコ )

### 具体的な取り組みアイデア/実施者/時期(目安)

## 本日の概要

項目	内容
全体方針	コンテンツ部会の参画企業は神戸市民の健康維持・促進に貢献することを宣言し(コミットし)、積極的にその活動をおこなうこととする
全体目的	神戸市民の健康維持・増進に貢献するために、神戸市における健康課題を特定し、神戸市を中心として参画企業の強みを活かして健康課題の解決を図る 各企業は自社の意思で自由に参加・不参加を決定し、自主的かつ主体的に活動に参画する
V・Gの目的	健康無関心層の行動変容の促進
V・G副目的	1 参加企業の共創により、新しい事業を創造する 2 事業創造の過程において、参加企業の企業力(作り出す力、発信する力)を上げる
参加団体名	ヤノ運動用品、ラ・スイート、イーライリリー、フジッコ、スズケン、マルヤナギ、JTB、江崎グリコ、アシックス(敬称略)
アイデアの概要	別添資料のとおり
今後の予定	1 マッチング企業における、企画案の具体化 2 神戸市保有資産利用に関する具体的調整

# 神戸あるく部(2022年度は2回実施)

具体的な実践を継続!

項目	内容
開催時期	極端に暑い時期と、寒い時期を除き、適宜実施
開催主体	フジッコ、アシックス、ヤノスポーツ、JTB(神戸支店)、SpecialThanks:神戸新聞
内容	<ul style="list-style-type: none"><li>① 各自のペースで実施する、ウォーキングイベント(密・競争回避)</li><li>② 継続的に実施する。 第1回目のテーマは「パン」、第2回目のテーマは「酒」</li><li>③ 目標歩数を設定する。(8000歩、約3時間程度を想定)</li><li>④ スタート及びゴールには、ご支援が要請</li><li>⑤ 8000歩達成した方には、ゴールで景品をプレゼント</li><li>⑥ サンプルングも実施</li><li>⑦ 神戸新聞様:告知を掲載いただきました。</li><li>⑧ キャンセルを阻止するため、500円の有料イベントとしている。</li></ul>
今後の予定	神戸あるく部「スイーツの巻」



# 神戸あるく部「パンあるき」

2022.4.29(祝)実施

申込者数:134名

参加者:121名(参加率:90.3%)

協力:神戸市経済観光局

JR西日本コミュニケーションズ

まさかのどしゃぶり！  
神戸新聞の告知の力を知る。  
J:COMに取材いただき  
「ウイークリートピックス」  
として放映されることも励みに。



# 神戸あるく部「酒あるき」

2022.10.1(土)実施

申込者数:53名

参加者:53名(参加率:100%)

協力:剣菱酒造

やはり神戸新聞の告知は強い！  
ヤノスポーツ矢野社長の人脈と  
JTB奥田さんの地図作成能力に感謝



# 総括

このまま単調に推移しているだけでいいのだろうか...  
(はっきり言って、2週間で準備できる)

1	神戸市のフィールドでやっている意味は... (「健康創造都市KOBE」の付加価値が、薄い)
2	類似イベントは、区役所などでも局所的に実施されており、差別化できていない...
3	でも、需要はある。 参加希望者は存在し、かつ、参加者は確実に喜んでいることはわかった。

健康創造都市KOBEの認知度&発信力向上が必須！

(実態として、こども本の森神戸に集客力で、負けている...。)



## 【議事次第】

### 1. 各プロジェクトの報告（各PJリーダー）

- ・PJ3-1 妊娠期から中高年までの栄養課題の改善のための活動
- ・PJ1 神戸市民の健康リテラシーを向上させる活動
- ・PJ2 高齢者の介護予防のための活動
- ・PJ4 中高年から高齢者の認知機能向上のための活動
- ・PJ5 健康無関心層の行動変容を促進するための活動

※各PJリーダーの方は10分程度で発表願います。

※前回からの進捗報告や、今年度の活動振り返り/来年度の計画に関してご発表を頂ければと思います。

### 2. 健康管理アプリサービスの今後の利用について（リンクアンドコミュニケーション様）

### 3. 神戸市からのお知らせ（神戸市健康企画課様）

### 4. ネットワーキング(会場のみ)

# 健康アプリの 今後の運用に関して

株式会社リンクアンドコミュニケーション  
2023年3月22日

## 健康アプリ（MCK）は、4月3日より当社が全面的に運営を実施

- 従来通り「カロママプラス」を活用、  
「スマートヘルスこうべ」（健康サポーター）として展開します。
- 現状の会員たちには、今までと同様のサービスを提供します。
- 新設する“ライト会員”の加入案内は、4月には行わず時期をずらして実施します。
  - ✓ 4月の移行期に、ユーザーの混乱を防ぐことが狙いです。
  - ✓ ライト会員の案内は、6月（もしくは7月）を予定しています。

1. 会員数の課題を解決すべく、**23年度中に会員数1万人を目標**にします。
2. 会員の**健康課題別ライフログレポート**を、6ヶ月ごとに報告します。
  - ・ 各コース別に、食事・運動・睡眠等の分析集計を行います。
    - ダイエット/メタボ改善/健康維持/ロカボ、  
妊産婦/ロコモ認知症予防/重症化予防/低栄養対策/メリハリBody/マッチョ
3. 会員を対象とした**アンケート調査を定期的**に実施します。
  - ・ レポートと合わせて、6ヶ月ごとの実施を想定しています。
  - ・ アンケート内容は、下の構成を考えています。
    - ① 基本項目
    - ② コンテンツ部会各プロジェクトからの募集項目（ご協力ください）
4. コンテンツ部会の各企業さま向けに個別調査等も行います。  
適宜ご相談ください。

ポイントプレゼントに関して、  
従来通りのご提供をお願いしたく  
ご協力のほど宜しくお願い致します。

## 【議事次第】

### 1. 各プロジェクトの報告（各PJリーダー）

- ・PJ3-1 妊娠期から中高年までの栄養課題の改善のための活動
- ・PJ1 神戸市民の健康リテラシーを向上させる活動
- ・PJ2 高齢者の介護予防のための活動
- ・PJ4 中高年から高齢者の認知機能向上のための活動
- ・PJ5 健康無関心層の行動変容を促進するための活動

※各PJリーダーの方は10分程度で発表願います。

※前回からの進捗報告や、今年度の活動振り返り/来年度の計画に関してご発表を頂ければと思います。

### 2. 健康管理アプリサービスの今後の利用について（リンクアンドコミュニケーション様）

### 3. 神戸市からのお知らせ（神戸市健康企画課様）

### 4. ネットワーキング(会場のみ)

# 誰もが健康になれるまち 「健康創造都市KOBЕ」

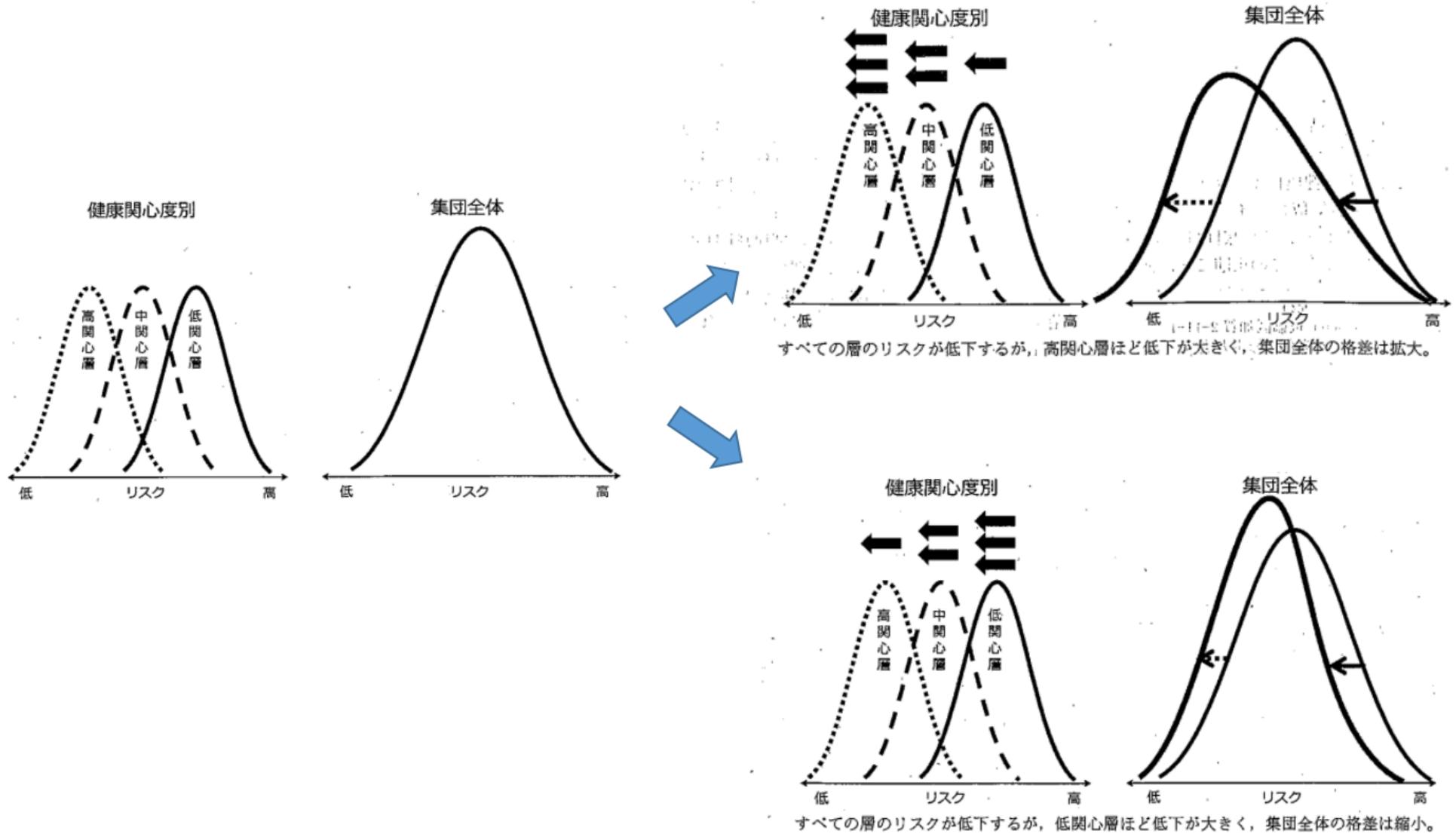
健康寿命の延伸



健康格差の縮小

健康づくりに  
よる経済の活性化

# 健康格差の縮小



	アプローチ方法	具体例
格差拡大	対象を絞らない 高関心層が低関心層に比べて 反応しやすい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各種キャンペーン</li> <li>・健康イベント</li> <li>・情報提供型ナッジ</li> </ul>
格差不変	集団全体に対する制度 環境改善	<ul style="list-style-type: none"> <li>・国民皆保険</li> <li>・交通規制エリアの導入の普及</li> <li>・デフォルト型ナッジ</li> </ul>
格差縮小	不利な状況にある地域 リスクの高い集団 低関心層のみ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ハイリスクな地域を対象とした 禁煙プログラム</li> <li>・保育所数の増加</li> <li>・インセンティブ</li> <li>・家庭訪問プログラム</li> </ul>

# ナッジ

---

人々を強制することなく、望ましい行動に誘導するシグナルや仕組み

- 情報提供型ナッジ

飲食店のメニューのカロリー表示  
たばこのパッケージの警告写真

- デフォルト型ナッジ

野菜料理をセットにした定食  
職場における全員参加の体操

# 神戸市における健康課題

## コロナ禍での自粛生活による健康二次被害

- 運動不足
  - ・オンライン授業やテレワークによる外出機会の減少
  - ・感染に対する不安による閉じこもり
- 食生活の乱れ
  - ・欠食、栄養過多等、栄養バランスの乱れ
- 医療機関の受診控え
- 健診・がん検診・歯科検診未受診
  
- 睡眠リズムの乱れ
- 生活環境の変化によるストレスの増加
- 飲酒やインターネット、ゲーム等への過度な依存
  
- 地域活動の自粛
- 人との交流の減少

①生活習慣病  
の増加・悪化

②メンタル不調

③依存症の増加

④フレイル、認知症  
の増加

# 健康二次被害の予防・改善を目指す様々な対策

課題	学童期 ( 6-15歳 )	青年期 ( 16-30歳 )	壮年期 ( 31-64歳 )	老年期
①生活習慣病 の増加・悪化	訪問指導・健康教育・健康相談			
				健診・事後指導
			肝炎ウイルス対策（肝炎事後フォロー・肝炎治療費助成）	
				シニア健康相談ダイヤル
				栄養相談ダイヤル
				高齢者と介護予防の 一体的実施
			生活習慣病対策	
②メンタル不調 ③依存症の増加	相談ダイヤル（神戸市こころといのちの相談）・精神保健福祉相談・くらしとこころの総合相談会			
	ひょうご・こうべ依存症対策センター			
	依存症対策（依存症専門医師相談・依存症学習会）			
	神戸ひきこもり支援室			
③フレイル・ 認知症の増加				
				シニア健康相談ダイヤル
				栄養相談ダイヤル
				オーラルフレイル対策
				フレイル対策（通所サービス含む）
				認知症神戸モデル
				サルコペニア対策

R5～実施

R5～実施

# お知らせ

---

テーマ:ストレス対策

働く世代に向けた、「ストレス認知、ストレス対策」の啓発

【企画中】 ※詳細未定です！

・コンセプト:

20年前の若者集まれ！ 笑う門には癒しが来る(仮称)

・日時 : 令和5年8月25日(土)または26日(日) 17時~19時

・場所 : 神戸新開地 喜楽館

・プログラム: ストレスの講話、マインドフルネス、落語

ご興味ありましたら、ぜひ神戸市までご連絡を！

**ご参加いただきありがとうございました**

**会場参加の皆様は、ネットワーキングになります  
オンライン参加の皆様は、ご退出ください**

1. 日時：2023年3月22日 14:00-16:00

2. 場所：明治安田生命神戸ビルおよび TEAMs によるハイブリッド開催

3. 参加団体：神戸市健康企画課、リンクアンドコミュニケーション、アシックス、味の素、神戸新聞社、神戸医療産業都市推進機構、JTB、フジッコ、ジンマーバイオメット、江崎グリコ、フロムシェフ、ドクターミール、神戸ウェルネスサポート、まちあわせ、ジャパンフロントファーム、マルヤナギ小倉屋、森永乳業、ラスイート、神戸薬剤師会、ヤノ運動用品、京都大学、神戸ポートピアホテル、テンピュール、日本ストライカー、ジャパンフロントファーム

4. 議事

#### 議題1. 各プロジェクトの報告（各PJリーダー）

##### PJ1 神戸市民の健康リテラシーを向上させる活動

現状：ユーザー数 PV 数ともに好調に増えている。薬剤師会、国保検診ガイドなどにリンクを掲載している

今後の活用：記事掲載を継続（前月初旬に記事募集、翌月掲載）

R5 年度も継続して持ち回りの担当による記事を（グリコは11月）

会員向け HP

一般企業向けページ立ち上げ。例：健康経営から考える SDGs

質疑：なし

##### PJ3-1 妊娠期から中高年までの栄養課題の改善のための活動

現状：MCK の妊産婦コースでの展開を検討。利用者数が少ないのが課題

今後：神戸市との連携。神戸市のイベントやセミナーにコンテンツ部会の PJ 参画団体のコンテンツを活用してとして参画。

質疑：なし

##### PJ2 高齢者の介護予防のための活動

現状：Web サイトへ記事の掲載。

今後：5月以降コロナが5類になるタイミングで活動。ヒザの痛みや高齢者のフレイル予防などのセミナー検討。

質疑：なし

#### PJ4 中高年から高齢者の認知機能向上のための活動

現状：実証実験をするのが最終目的だが、全く実施できていない。

今後：既存のコンテンツを活用してセミナー作成、実施。各団体のコンテンツを募集

#### PJ5 健康無関心層の行動変容を促進するための活動

現状：歩く部2回実施。パンあるき、酒あるき。需要は確実にある。

今後：スイーツの会を実施

課題：神戸市で実施する意味。(健康創造都市 KOBE の付加価値)

類似イベントとの差別化。

質疑：なし

### **議題 2. 健康管理アプリサービスの今後の利用について（リンクアンドコミュニケーション様）**

今後：MCK→スマートヘルスこうべ（健康サポーター）として展開

現状の会員には今と同じサービスを提供

ライト会員を新設。6月から会員の案内開始

目標：23年度中に会員数1万人（現状4000人強）

健康課題別ライフログレポートを半年ごとに報告

コース別レポート（ダイエット、メタボ、健康維持、ロカボ、妊産婦、ロコモ・認知症予防、低栄養対策、メリハリボディ、マッチョ

アンケート調査を定期的実施（①基本項目、②PJから項目募集）

ポイントプレゼントは従来通り実施。ご依頼。

### **議題 3. 神戸市からのお知らせ（神戸市健康企画課様）**

・健康創造都市 KOBE は経済同友会からの進言でスタートした。目的は①健康寿命の延伸、②健康格差の縮小、③健康づくりによる経済の活性化

・健康格差を意識せずに健康政策を実施すると、格差は広がるリスクがある。どの層にアプローチしているかの意識が重要。

・神戸市の健康課題

コロナ禍での自粛生活による健康二次被害

① 生活習慣病の増加・悪化（肥満、メタボ数値悪化 診察は減少）

- ② メンタル不調（若者で増加）
- ③ 依存症
- ④ サルコペニア・フレイル対策

8月25、26日にストレス対策セミナー実施予定。内容は働く世代に向けた「ストレス認知、ストレス対策」の啓発

質疑：

フロムシェフ：健康課題の①から④の詳細を知りたい。→ 公開資料を提供する

ジンマーバイオ：健康創造都市のメリットはつながりと市民への安心感。つながりのガイドラインを作ってほしい。民民の取り組みに対して必要な経費は負担可能。後援の基準→利益が出ない取り組みなら後援可能。

アシックス：神戸市としてテーマを設定して、コンテンツ部会として官民で動けるとよい。課をまたぐ取り組みも推進していきたい。→ 市役所内の横の連携は相談してもらえばつなぐことは可能。

フジッコ：行政財産の利用ができれば活動を企画できる。核となる拠点、旗印がない。取り組みに使える予算はあるか？ → 決まった予算は無い。課題ごとに部局が取り組んでいる取り組みの予算を使うことになる。国の予算を取りに行くことは積極的に取り組みたい。

以上