

青森県医師会健やか力推進センターの現況及び活動支援のためのご寄付のお願い

青森県医師会健やか力推進センター・センター長 中路重之

青森県医師会健やか力推進センターは、青森県医師会と青森県の肝入りで平成 27 年 4 月に医師会付属として創設されました。当初の本センターの目的は、主に健康リーダー育成でした。青森銀行、みちのく銀行、弘前大学の出向者及び青森県医師会スタッフを含め、センターには 6 名の常勤スタッフがおり、センター長は私中路が務めさせていただいています。

健やか力推進センターは青森県医師会が主導して運営していますが、本センターが核になることにより、健康づくりという名の下、青森県の産官学民が連携できる体制ができました。その中心に医師会が存在します。

現況の本センターを取り囲む短命県返上のための社会環境は以下のようです。

1. 青森県健康経営認定制度：平成 29 年に青森県が創設した制度です。経済産業省が先行させた類似の認定制度（“ホワイト 500”）を模したのですが、青森独自のルールがあります。ひとつは、健康経営事業所に認定されると県の入札で 4-5 ポイントがもらえるという特典があり、もうひとつは、企業の担当者が健やか力推進センターで一日がかりの研修を受けることが義務付けられているところです。このようなルールの効果もあり、当初の見込よりはるかに多い 328 の企業が“青森県健康経営事業所”に認定されました。健康経営事業所認定の必須要件には、この担当者研修のほかに、協会けんぽが担当する雇用主による健康宣言も含まれています。
2. 全 40 市町村での市町村長による健康宣言：令和元年 6 月の新郷村による健康宣言で、青森県下全市町村の健康宣言が達成されました。この健康宣言は、首長が住民の皆さんの前で宣言するというところに価値があります。青森県だけの現象です。首長が動くことで、自治体全体が動ける状態となり、ボランティアで活動する健康リーダー活動の稼働力になります。
3. 小中学校での包括的・系統的健康教育の実施・全県には 450 の小中学校がありますが、約 100 の小中学校で健康授業が行われています。
4. （ひろみちお兄さんの）親子体操：お子さんが小さなお母さんは極端な運動不足になります。そのため NHK たいそうのおにいさんと有名な佐藤弘道氏考案による親子体操の普及が大切と考え、そのリーダー育成研修を平成 24 年から実施しています。
5. QOL（啓発型）健診：弘前大学 COI 拠点が提唱した新しい形の健診方式の健康教

育プログラムです。短時間で、メタボリックシンドローム（主に内科の健診）、ロコモティブシンドローム（体力、骨密度測定）、口腔衛生、メンタル・認知症の検査を同時に行います。約 2 時間で結果を出し、その場でプログラムに沿った健康教育を行い、その後定期的に健康啓発を行うというシステムです。今、各企業が職場の健康づくりにこの QOL 健診を取り入れ始めています。

青森県の短命県返上はこれまで弘前大学 COI が中心的にこれを実施し、その活動内容の充実から今や全国の注目を集めるようになってきました。その実践的組織（社会実装を実施）が本センターということになります。医師会・大学・青森県の連携で短命県返上に取り組み、その中心に医師会が存在します。

ただし、医師会が本センターの活動全体を担うというのではなく、本センターのスタッフ構成と同様に、産官学民多組織の連携でこれを成し遂げていく姿勢が大切です。そのためには、そのような全体構想のきっかけを本センター・医師会が担っていくということになります。

今青森県には、健康づくりを“応援する環境”（市町村長による健康宣言），“応援するルール”（青森県健康経営認定制度）があり、そこに“応援する組織”（青森県医師会健やか力推進センター）があって、“応援する方法”（QOL 健診）がそろいました。加えて、5 月 13 日の過日開催された健やか力推進センター推進協議会で、これまで育成した健康リーダーの方と推進協議会の構成メンバーとで「青森すこやかネットワーク」を作ることが承認されました。さらに、“応援する仲間”が加わったということになります。全国どこにも見られない環境が、今青森県にはあります。

医師会が健康づくりの分野に尽力している、この姿は多くの国民の目に触れ、医師会や医師会活動に対する視線の暖かさや支援活動に広がっていくと信じます。

医師会会員の皆さんに、出費多端な折、またコロナ禍の折、まことに申し訳ありませんがご寄付をお願いいたしたく存じます。

健やか力推進センターの運営資金は、主に、青森県の事業運営費、あるいは研修収益および寄付金です。年間約 800 万円規模になります。ただし、県医師会スタッフ以外のスタッフの雇用はそれぞれの母団体に依存しております。今後大学からのスタッフ派遣及び銀行からの派遣の縮小とそれによる人手不足が予想されます。このような事情もありご寄付をお願い申し上げます。もちろん、今後事業の拡大に伴い事業収益を上げるため最大限の努力はさせていただきます。