

## 健康づくり支援企画 取り組み交流会を開催 生協がつなぐ、「未来の健康づくり」 全国の生協が集い、事例共有と学びの場を創出

コープ共済連（日本コープ共済生活協同組合連合会、代表理事理事長：笹川 博子）は、2025年10月8日に「CO・OP 共済 健康づくり支援企画 取り組み交流会」を開催しました。

コープ共済連では、人生 100 年時代に向けて「元気な高齢者が活躍できる地域づくり」をめざし、2017 年から継続して「CO・OP 共済 健康づくり支援企画」を全国の生協と連携し、推進しています。本交流会は、健康づくり支援企画に参加している取り組み生協・団体を対象とし、組織間の横のつながりを強化し、地域社会への貢献を更に深めることを目的に開催しています。今年度は、「生協がつなぐ、未来の健康づくり」をテーマに、村下 公一氏の基調講演や佐藤 弘道氏の特別講演のほか、各地の生協が実践する先進的な健康づくりの事例を共有しました。



### ■CO・OP 共済 健康づくり支援企画取り組み交流会 開催概要

日時：2025年10月8日（水）13:00～16:30 会場：東京会場＋オンライン（ハイブリッド形式）

参加者：全国41の生協・団体より112名（事務局・審査委員含む）

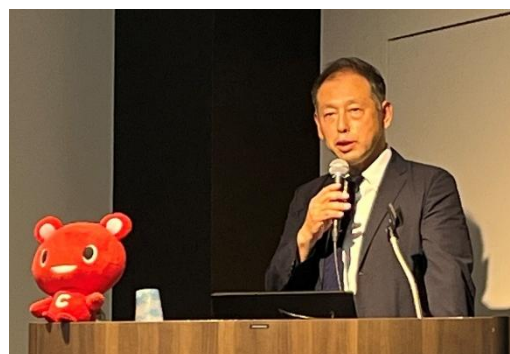
### ■プログラム概要

#### 基調講演

村下 公一氏（弘前大学副学長・COI-NEXT拠点長）

「健康でWell-beingな未来社会の実現」

弘前大学で開発した、科学的根拠に基づくQOL健診（\*1）と地域連携を軸に、ウェルビーイングな未来社会を共創する重要性についてお話しいただきました。さらに、生協の職員や組合員が、社会全体のウェルビーイングに貢献する担い手となることへの期待が示されました。



## 【特別講演】

佐藤 弘道氏（医学博士・タレント）

### 「全国に広げよう！親子体操の輪！」

弘前大学大学院医学研究科で学位を取得された「親子体操」の有効性（子・親のメンタルヘルスの改善）についてご講演いただきました。また、全国の生協との協同による「親子体操」の拡大について期待が述べられました。

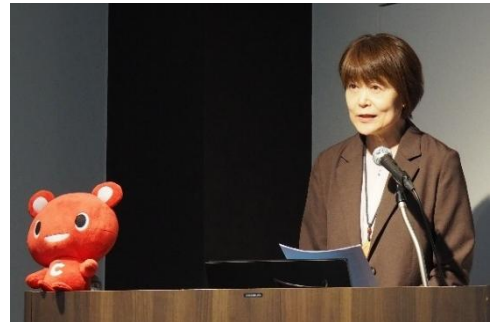


## 取り組み事例報告

① 三浦 雅子氏（青森県生活協同組合連合会 専務理事）

### 「『健康づくりを通じたまちづくり』～まじわる・つながる・広げる～」

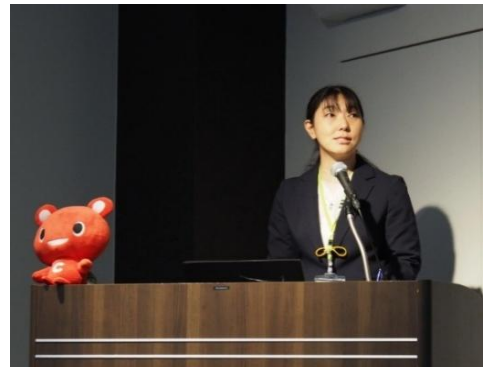
青森県内の11の生協が共同で取り組んでいる「あおもりまると健康チャレンジ」の現状と、今後の展望をご紹介いただきました。本取り組みは、「QOL健診（生協版）(\*2)」を軸に、会員生協、行政、学校、様々な協力団体と連携し、生活習慣の改善活動を推進し、青森県の短命県返上を目指しています。



② 篠原 陽子氏（生活協同組合コープみらい）

### 「歩行年齢測定会を核とした総合的な地域貢献、コープみらいのファンづくり」

日本電気株式会社（NEC）の「歩行姿勢測定システム」を活用した「歩行年齢測定会」について実践事例と今後の展望をご報告いただきました。測定では参加者の歩行姿勢を“見える化”し、フレイル予防のアドバイスを行うことで、健康意識の向上に貢献しています。また、測定会場の待ち合いスペースにて、コープみらいの事業や活動を紹介し、ファンづくりにつなげています。



③ 仲井 靖子氏（生活協同組合コープあいち）

### 「職員フェスティバルでのQOL健診 体験実施 について」

今年度行われた、コープあいちで働く職員やそのご家族向けイベントでの「QOL健診（生協版）(\*2) 体験」についてご報告いただきました。血圧・体組成・ベジチェックなどさまざまな測定やテストを行い、総合的に健康状態を計測することで多くの職員が自身の健康状態や、日々の生活を振り返るきっかけを作ることができました。

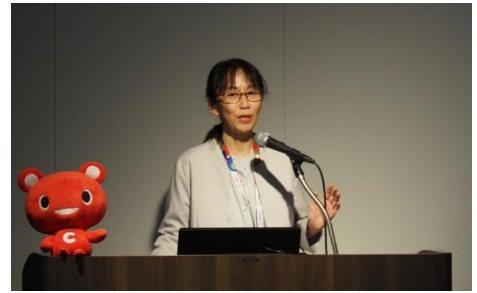




#### ④ 田中 美樹氏（日本生活協同組合連合会）

##### 「QOL健診プログラムについて」

日本生協連とコープ共済連で協働し構築を進める「QOL健診（生協版）」の概要と進捗について報告いただきました。現在、青森県内の生協で実施されている「QOL健診（生協版）」を全国の生協が活用できるようパッケージ化を進めていくことが共有されました。



##### \*1 QOL健診とは

弘前大学が開発した健診プログラム。メタボ、ロコモ、口腔保健、うつ・認知症の重要4テーマを総合的に健診し、単なる病気の判定ではなく、その後の行動変容につながる健康教育・啓発プログラム。

##### \*2 QOL 健診（生協版）とは

QOL 健診を全国の生協が活用できるパッケージ化を目指すもの。QOL 健診の中のメタボリックシンドローム、ロコモティブシンドロームの測定を行う。

#### ■「QOL健診（生協版）」体験会も同時開催

東京会場では、QOL健診（生協版）を体験してもらえるコーナーを設けました。



##### ▲2ステップテスト

歩幅から下肢の筋力やバランス能力、柔軟性など、歩行能力の総合的な評価がわかり、移動機能の低下度合い（ロコモ度）を判定します。



##### ▲左：カゴメ株式会社（KAGOME）ベジチェック

ベジチェックは採血不要、簡単30秒で推定野菜摂取量が見える化できる機械です。



##### 右：血圧測定

#### ■「CO・OP共済 健康づくり支援企画」とは

CO・OP共済では2030年ビジョンにおいて、人生100年時代にふさわしい高齢者の保障や健康づくり活動の充実をはかることを掲げています。CO・OP共済加入者・生協組合員に元気にくらしていただくため、また、元気な高齢者が活躍できる地域をつくっていくために、全国の生協による健康づくりの取り組みを支援しています。また、健康づくりは若年からの意識付けが重要であることから、2023年から若年層を対象とした健康づくりの取り組みも支援の対象となりました。

CO・OP共済健康づくり支援企画 詳細：<https://coopkyosai.coop/csr/kenko/about.html>

#### お問い合わせ先

日本コープ共済生活協同組合連合会 渉外・広報部（担当：伊藤・本間・西本）

T E L：03-6836-1320（平日10時～17時 土日除く）E-mail：[kyosaiinfo@coopkyosai.coop](mailto:kyosaiinfo@coopkyosai.coop)