

健康づくり支援企画 2026年度取り組み交流会を開催 ～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、2026年10月7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、『世代・地域をつなぐ 生協の健康づくりを考える』をテーマに、岡崎 逢子氏の基調講演や佐藤 久美子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。



（写真は会場での集合写真：この他、オンライン上で約55名が参加されました）

■「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：2026年10月7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39の生協・団体・企業より約100名（事務局・審査委員含む）

■「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年より「若年層を対象とした健康づくりの取り組み」についても支援の対象となりました。

詳細はこちら⇒ <https://coopkyosai.coop/csr/kenko/about.html>

■プログラム概要

【基調講演】

岡崎 逢子氏（東京大学国際高等研究所新世代感染症センター感染症研究分野 特任助教）

『「健やかに生きる」の作り方』

医学的な観点より「健やかに生きる」ための食事や運動、睡眠に関する情報や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、食事・運動・睡眠と並ぶ健康づくりの重要な要素である「つながり」を支える存在として、社会全体のウェルビーイング向上に貢献していくことへの期待が述べられました。



【特別講演】

佐藤 久美子氏（有限会社オーツースリー 代表取締役）

「心と体の健康づくり」

「親子体操」の有効性、親子で楽しく身体を動かすことが子どもだけでなく保護者の健康や心のゆとりにつながり、親子のメンタルヘルス改善にもつながるといった内容についてご講演いただきました。また、全国の生協との協働による「親子体操」の更なる拡大について、今後の期待をお示しいただきました。



【取り組み紹介】

岡本 雅寿氏（一般財団法人 長寿社会開発センター 企画振興部 企画課 企画課長）

「一般財団法人 長寿社会開発センターの取り組みについて」

高齢者が主役のスポーツ・文化の交流イベント「ねんりんピック」開催に関する情報発信や、各都道府県に設置され“高齢者の生きがいと健康づくり”を応援する「明るい長寿社会づくり推進機構」の取り組みをご紹介いただき、「今後の生協との協力体制を作っていきたい」という抱負をご発信いただきました。



【取り組み事例報告】

① 井上 達也氏（生活協同組合コープこうべ 共済運営部 共済推進 業務推進チーム）

「はかるたいせつプロジェクトについて」

2017年にスタートし、一人ひとりの食習慣などを「はかる（計る・測る・量る）」ことで健康づくりのきっかけとなる取り組みをすすめる「はかるたいせつプロジェクト」についてご紹介いただき、「健康づくり支援企画」への想いが変わったきっかけや共済運営部主催の各種健康スポーツイベント、2026年度の新たな取り組みとして、様々な部署が連携しながら取り組みを横展開し、組織全体で健康づくりを推進していく方針について、お話しいただきました。



② 八木 美穂氏・後藤 由希氏（みやぎ生活協同組合 推進企画課）

「いきいき♪健康フィットネス♪・親子体操・コーすけひろばについて」

「すべての世代に、笑顔と健康を ～地域をつなぐ健康づくり活動とコープ共済～」というテーマで、親子体操に関する取り組み事例を共有いただきました。コロナ禍ですべてのイベントが中止となった2020年より、オンライン配信へ切り替え開催を再開するなど取り組み継続の原動力や支えとなったものとして、参加いただいた方の前向きで心温まる声の数々についてもご紹介いただきました。



（左：八木様 / 右：後藤様）

③ 亀井 伸枝氏・中島 郁氏（生活協同組合くまもと 組合員理事）

「健康チェック相談会について」

熊本地震の被災地において2016年より継続的に行われている店舗での「健康チェック相談会」に関する取り組みをご紹介いただきました。これまで参加されていたサポーターの皆様より、「活動を再開してほしい！」と熱いエールをいただいたことや『被災地の健康から、組合員の健康に』をスローガンに掲げ、日々熱意を持って取り組まれていることなどを共有いただきました。



（左：亀井様 / 右：中島様）

■スペシャルゲストとして、佐藤 弘道氏（ひろみちお兄さん）がご登壇！

会の最後には、特別ゲストとして来場いただいた、「ひろみちお兄さん」の愛称でおなじみの佐藤 弘道氏にご挨拶をいただきました。佐藤 久美子氏をはじめとする皆様の取り組み報告や、事例紹介を振り返りながら感想を述べられ、全国の生協で広がっている「親子体操」の取り組みの更なる拡大や、今後の展開への期待についてコメントをいただきました。



■「QOL健診（生協版）」体験会を同時開催

東京会場では、QOL健診（生協版）を体験していただけるコーナーを設置しました。



▲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。

https://healthcare.kagome.co.jp/vc_to_c_2024

▲右：血圧測定

◎ 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。

◎ 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。

■「AIアロマ（NEC）」の体験会を同時開催

NECの社内取り組み事例「AIアロマによる健康経営施策」を展示。

「AIアロマ」とは、AIエージェントが従業員のスケジュールやバイタル情報（脈拍など）を分析し、一人ひとりの状態や業務内容に最適な香りを提案・提供するもので、“健康経営の取り組み”として、現在注目されています。



← ひろみちお兄さんも体験！

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）

T E L : 03-6836-1320（平日 10 時～17 時 土日除く）

E-mail : kyosaiinfo@coopkyosai.coop

