

HEALTH LETTER



2026

August

No.23

県民健康増進支援センターから
「地域健康科学センター」に改称し、
新たなステージへ歩みを進めます。
—科学的根拠に基づく地域の健康づくりを推進します。—

改称の目的

今回の改称は、これまでの活動実績を基盤として、地域の健康課題に関する研究、健康データの疫学的分析、行政・関係機関への支援、研究成果の情報発信を、さらに充実し、科学的根拠に基づく地域保健施策の推進に一層貢献することを目的として、令和8年7月1日に「地域健康科学センター」へと改称いたしました。

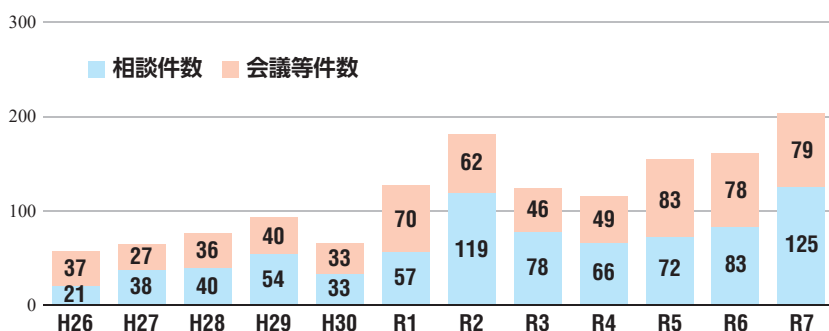
新体制の概要

新体制では、疫学専門医と行政に精通した保健師を複数配置し連携することで、研究機能と実践支援機能の双方を強化します。

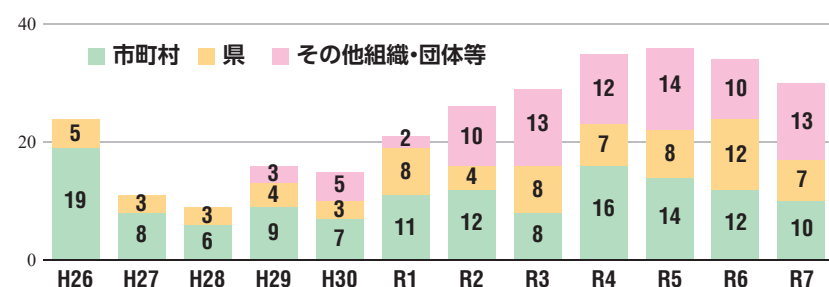
また、自治体等が抱える健康課題について相談段階から伴走し、課題の整理や分析・調査計画の立案、分析結果に基づく提案までを一体的に支援することで、地域保健活動のさらなる推進に貢献します。

支援実績（平成26年度～令和7年度）

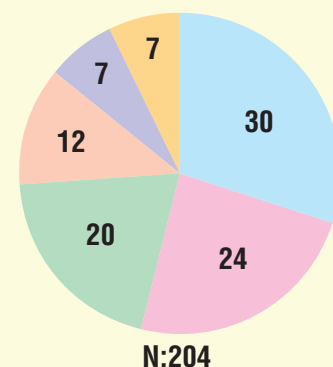
◎ 支援（相談・会議等）延件数の推移：延 1426件 / 12年間



◎ 支援組織・団体数の推移（実件数）



◎ 支援内容別割合（%）
（令和7年度）



◎ 支援組織・団体数：実 69・延 286 / 12年間

（内訳：県内市町村：35/39市町村、県関係：14所属、その他：20組織・団体（医療・保険関係機関・大学等））

これまでの取り組み

地域に根ざした健康づくり支援

当センターは、平成26年4月、奈良県および市町村が実施する健康増進事業に協力するとともに、予防医学や健康づくりに関する適切な情報や研究成果を提供し、地域住民のセルフケアを支援するため、開設されました。

奈良県では、地域によって人口構成や高齢化の状況、社会資源の配置などに違いがあり、地域の実情に応じた健康づくりの推進が重要となっております。

そこで当センターは、県や市町村が実施する調査への助言、健康関連データの分析支援、行政計画や保健事業に関する相談支援、研修会への講師派遣などを通じて、地域に根ざした健康づくりを支援してまいりました。

主な研究成果

研究においては、研究課題の中心に「健康長寿」を掲げ、地域住民を対象とした疫学研究や、公的統計データを活用した研究に取り組みました。

そこで得られた知見は、県や市町村に還元するとともに、学会発表や論文公表、広報活動を通じて社会へ発信してまいりました。

分野	主な研究内容	示された知見
健康長寿	地域在住高齢者を対象とした大規模コホート研究	社会活動、趣味・生きがい、定期的な歯科受診などが、健康寿命の延伸や要介護リスクの低減に関連する可能性
新型コロナウイルス感染症(COVID-19)	オープンデータ・公的統計データを活用した分析	保健師数と罹患率、ワクチン接種体制と地域の医療・行政資源の関係、睡眠休養感への影響に関する知見
高齢者の生活習慣	インターネット利用、口腔衛生習慣、運動習慣	コロナ禍の要介護リスクや心身の健康に関連する可能性

今後の展望

今後も地域に根ざし、地域とともに歩むセンターとして、科学的根拠に基づく健康長寿社会の実現に向けた研究と社会貢献活動を推進してまいります。

【新体制における地域健康科学センターの機能】

シンクタンク機能強化

地域の健康課題の整理と解決策の提案

- 地域の健康課題に関する研究活動
- 奈良県の保健・医療・介護に関する健康データの長期集約と疫学的分析
- 地域の健康に関する調査結果の疫学的分析評価支援
- 行政や健康関係組織団体が行う実態調査等の疫学的な調査表作成・結果評価等の支援

科学的アプローチの推進

対策の効果的な推進に寄与する科学的根拠の提供

- 政策実施の効果検証やPDCAにむけた、ロジックに基づく政策支援
- 医療・保健・介護関係会議への参画、研修会講師派遣
- 医療・保健・介護等の各種行政計画策定にかかる評価・分析
- 効果的な保健事業の実施に関する相談助言
- 地域の健康課題に関する研究結果やデータ分析結果の情報発信
- 広報誌「Health Letter」の発行

研究報告

「第99回日本産業衛生学会」(2026年5月29日)で、 「高齢期の働き方と要介護リスクとの縦断的関連」を発表しました。

日本では少子高齢化が進み、「人生100年時代」や「生涯現役社会」という言葉がよく聞かれるようになりました。高齢期に働くことは、収入を得るためだけでなく、生活リズムを保つこと、人とのつながりを持つこと、社会の中で役割を感じることにもつながります。一方で、働き方によっては心身の負担になる場合もあり、高齢期にどのような働き方が望ましいのかについては、まだ十分に分かっていない部分があります。

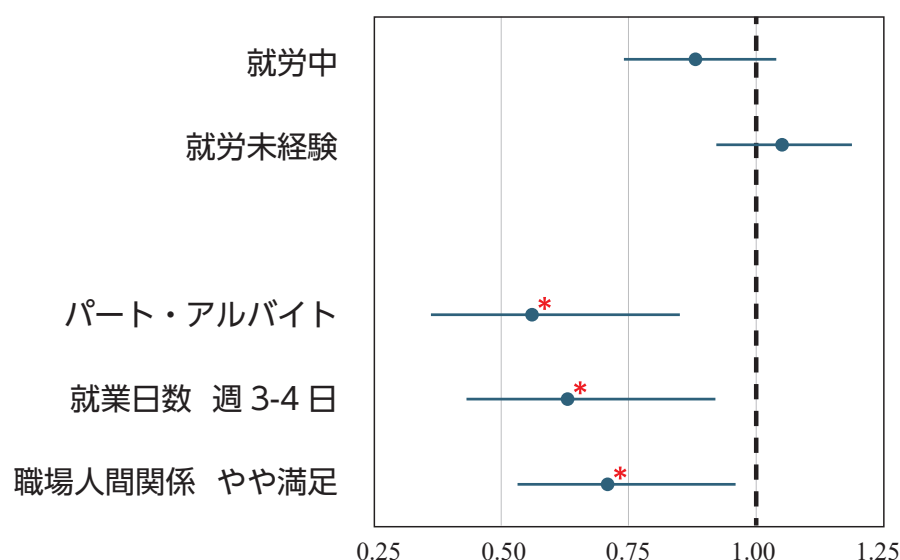
そこで本研究では、奈良県内の自治体に住む65歳以上の方々を対象に、2019年のアンケート調査結果と、その後の介護保険の認定状況をもとに、高齢期の働き方が将来の要介護認定とどのように関係しているかを調べました。解析対象となったのは7,801名で、3年4か月の追跡期間中に1,035名(13.3%)が新たに要介護認定を受けました。

研究の結果、「働いているかどうか」そのものと要介護リスクとの間には、はっきりした関連はみられませんでした。しかし、働き方の内容に注目すると、いくつかの特徴が見えてきました。たとえば、パート・アルバイトとして働いている方、週3～4日程度働いている方、職場の人間関係にある程度満足している方では、退職している方と比べて、新たに要介護認定を受けるリスクが低い傾向がみられました。

このことから、高齢期の就労では、単に「働くこと」だけでなく、無理のない勤務日数、柔軟な働き方、そして安心して働ける人間関係や職場環境が重要である可能性が示されました。高齢者が自分の体力や生活に合わせて働き続けられる環境づくりは、介護予防や健康長寿の実現にもつながると考えられます。

今後も地域健康科学センターでは、地域の皆さまの健康づくりや介護予防に役立つ研究を進め、その成果を分かりやすく発信してまいります。

図 高齢期の働き方と要介護発生リスク



●は退職者を基準(1.00)とした要介護リスクに対する調整済み累積発生割合、横線は95%信頼区間を示します。一般化推定方程式のポアソン回帰モデルを用いて、性、年齢、社会経済的要因、生活習慣、健康状態、うつ症状、および参加している地域活動の影響を調整しています。

*はP値が5%未満で統計学的に意味のある差です。

公立大学法人 奈良県立医科大学

地域健康科学センターの機能

～奈良県民の健康長寿を目的に取り組む地域貢献事業です～

県・市町村の保健・福祉・介護担当者や医療保険者等関係組織団体を対象に、事業の身近な相談から評価・調査分析等専門的支援を行います。

センターの支援内容（例）

事業の進め方

- ✓ 保健・医療・介護の各種事業の進め方について相談したい
- ✓ 研修の企画の相談や、講師として依頼したい
- ✓ 健康関連データの分析・活用について支援してほしい
- ✓ 事業の評価方法についてアドバイスがほしい
- ✓ エビデンスに基づく事業が求められているが、どのように取り組めば良いのか

調査の実施や分析

- ✓ 住民の健康問題をどのようなアンケートで把握すれば良いのか
- ✓ 調査に必要な対象者の人数や選び方などを知りたい
- ✓ 調査を業務委託する際に正確なデータを得るため、統計的なアドバイスがほしい
- ✓ 調査結果の分析やまとめ方、分かりやすい見せ方について教えてほしい

わがまちの健康づくりの体制整備

- ✓ 各種委員会の委員等を依頼したい
- ✓ 保健事業をすすめるためのネットワークづくりのアドバイスがほしい
- ✓ 健康づくりについて、先進地の取り組みを情報提供してほしい
- ✓ 計画策定や事業評価のためのロジックモデルについてアドバイスがほしい

ご相談をご希望の方は下記までご連絡ください

相談窓口

電話番号 (代表) 0744-22-3051

費用無料

受付時間 9:00～17:00 (完全予約制) 月～金 (年末年始、祝祭日等を除く)
専門のコーディネーター (疫学専門医・保健師) が個別に対応します

場所 奈良県立医科大学 畝傍山キャンパス 実習研究棟1階
橿原市四条町 88 番地

URL <http://www.naramed-u.ac.jp>
(センター HP:「センターへの相談等依頼方法」参照)



まずは、
お気軽にお電話にて
ご相談ください