

健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

おりぴい健康マイレージ(埼玉県コバトン健康マイレージ)

事業概要

狭山市では、男女ともに平均寿命が80歳を超え、医療や介護などの社会保障費が増加しているため、健康づくり事業に取り組むことで、医療費の抑制を図るとともに、市民一人ひとりがいつまでも健康を実感し、いきいきとした心豊かな生活が送れるまちを目指し、平成29年度から、埼玉県が推進する健康長寿埼玉モデルのプラス1,000歩運動と埼玉県コバトン健康マイレージに参加し、普段の歩数から1,000歩多く歩くことを目標とし、歩いた歩数をポイントに換算することで、景品と交換できる「おりぴい健康マイレージ事業」を、実施している。

事業内容(参加者数・予算等)

- 実施期間
平成30年4月1日(月)～平成31年3月31日(日)【H29年度から継続】
- 参加者数・予算
1,039人(11月末現在) ・ 6,252千円
- 内容
 - ・参加者募集(4月)、事業説明会(7月)、身体計測会(7月と12月)
 - ・生活習慣、食生活習慣に関する調査(12月)
 - ・健康づくり講座(7月と12月)
 - ・狭山茶の里ウオーキングへの参加(11月)
 - ・健康遊具の使い方講座(11月)
 - ・健康づくり講演会への参加(12月)
 - ・市独自ポイント景品、応援レターの発送(2月)
- 事業の効果検証
大学、企業と連携し、参加者の身体計測、医療費抑制効果の分析などをする
とともに、有識者による助言を経て、事業報告書を作成し、公表を行う。

事業効果

事業2年目であり、昨年度の事業効果と比較検証していく。昨年度の事業成果では、体重・BMIの減少、運動意欲の向上などが見られた。

その他

昨年度の景品獲得率が54%であり、今年度も同様と思われることから、今後、更に運動意欲の向上を図れるよう事業を検討する必要がある。また、歩数送信がおろそかになっている参加者を、フォローしていく必要がある。