

健康長寿に係るイチオシ事業(概要版)

地域でスクラム・健康マイレージ事業

事業概要

- ・埼玉モデル事業終了1年目。健康寿命の延伸及び医療費抑制を目的とし、地域で声掛け合った「今より1日1,000歩多く歩こう」を具体的な行動目標とした健康づくり運動を市内全域で展開する。
- ・健康づくり運動の拡大、定着をねらい、地域で健康づくりを実践するリーダーの育成や、定期的なウォーキング事業を実施する。

事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算
1,300人、1475千円
- 自主的なウォーキングと記録
各自自由にウォーキングして、タブレットで歩数送信
- 健康コーナーで健康チェック、健康情報等の提供
- 記録の分析(H30年度実績)
(株)日本健保に委託し実施。市健康づくり推進協議会で効果検証
- 見える化
コバトン健康マイレージを活用し、各自で歩数の変化を確認
- 普及定着に向けた環境づくり
地域で健康づくりを実践するリーダーの育成や、定期的なウォーキング事業を開催

事業効果

- 参加者は月平均歩数が増加するとともに、月別外来医療費の増加率は、非参加者に比べ低く抑えられていた。

その他

- 事業脱落者をださない工夫が必要。