

健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

健幸サポート事業

事業概要

通信機能付き歩数計を利用して、ウォーキング等を実施し、自らの歩数等の変化をデータとして確認しながら、継続的な運動習慣への動機付けを行うもの。

また、事業参加者へのアンケート結果と上記データの解析により、健康状態・変化と地域の環境要因との関連を評価するもの。

事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算
300人、13,383千円
- モデル事業(8月～1月)
参加者は歩数計を身に付けて生活し、適宜、コンビニエンスストア等の端末からデータを送信し、専用サイト内に蓄積をする。
- 記録の分析(11～3月)
専門会社に委託し、分析評価を実施する。
分析評価対象者数は事業参加者とする。
- 見える化
体組成測定時に専用用紙で結果を配布するとともに、随時専用サイトで歩数や体組成のデータを確認できるようにしている。
- 事業報告書の公表(3月)
庁内及び市民に事業の実施結果について公表する。

事業効果

- ウォーキングを中心とした運動習慣の増加、歩数の増加、また、これによる生活習慣病の予防効果があると考えられる。
- 参加者の医療費の適正化効果があると考えられる。

その他

- 2年間実施した当該事業の結果を活かし、平成28年度から健康マイレージ事業を実施する予定である。