

健康長寿に係るイチオシ事業(概要版)

さいたま市健康マイレージ

事業概要

気軽に実施できるウォーキングから運動習慣を身に付けてもらうことで、生活習慣病及び介護予防を図ることを目的として、平成 28 年度から、通信機能付き活動量計又はスマートフォンアプリを利用して計測する歩数、各種健(検)診の受診に応じてポイントを獲得し、獲得したポイントに応じ景品の抽選に応募することができる「さいたま市健康マイレージ」を実施。

事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算
26,661 人(令和2年 11 月末時点)、144,366 千円
- 事業の流れ
 - (1)ポイント獲得
 - ・活動量計又はスマートフォンアプリを利用して日々の歩数を計測
 - ・各種健(検)診の受診結果を入力
 - (2)専用 WEB サイトや歩数ランキング、バーチャルイベントを通じて楽しみながら継続
 - (3)ポイント交換
 - ・専用 WEB サイトから景品の抽選応募、T ポイントなどにポイント交換

事業効果

- 平均歩数の変化 → 平均 8,000 歩以上、8,000 歩達成率 50%以上
- 意識の変化 → 運動習慣がある者の割合が増加

その他

- 新型コロナウイルス感染症の対応として、景品の見直し等を行った。
- 働き盛り世代の参加者を増加させていく工夫が必要。
- 持続可能な事業としていくため、スマートフォンアプリ参加を増加させていく工夫が必要。

