

健康長寿に係るイチオシ事業(概要版)

健康マイレージ事業

事業概要

ウォーキングや健(検)診や健康づくりに関連した事業に参加してもらうなど、自主的な健康づくりを応援する取り組み。自身の頑張りに対し、埼玉県コバトン健康マイレージのポイント、スタンプカード形式でインセンティブを与える。庁内の健康づくりに関連した事業を行っている関係課と連携しすすめている。

事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算
2, 456人(令和2年11月末)、3, 158千円
- 自主的なウォーキングと健診受診や健康づくり関連事業への参加(通年)
埼玉県コバトン健康マイレージへの歩数送信
スタンプカード対象事業参加でスタンプを押印
条件達成で抽選会へ参加
- かすかべウォーク週間の実施
市のウォーキングマップ「かすかべウォーク」を活用したイベント
健康マイレージ登録会と健康長寿サポーター養成講習
ウォーキングレッスン
- 【新型コロナウイルス感染拡大防止への対応】
 - ・自宅でできるウォーキングレッスン動画の作成と市公式ホームページ、市公式YouTubeチャンネルにて公開(予定)
 - ・集合型の事業は予約制とし、検温等健康チェックと消毒の徹底

事業効果

- 前年度と比較し、月の1日平均歩数が増加した。
- 国民健康保険被保険者の特定健診結果は、事業開始前後と比較し若干の改善があった。

その他

- 参加中断者対策には、参加者のモチベーションを維持する工夫が必要
- 30歳～50歳代の参加者が少ない。