

## 健康長寿に係るイチオシ事業(概要版)

## コバトン健康マイレージ事業

## 事業概要

市民のかたに気軽に運動習慣を身につけていただくため、埼玉県コバトン健康マイレージに参加している。

この事業では、参加者が歩数計を身につけ自主的にウォーキングを行う。

## 事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算  
900人(令和2年度参加定員)、1,599,000 円
- 自主的なウォーキング(通年)
- 運動教室は年3回
- 【新型コロナウイルス感染拡大防止への対応】
  - ・自宅のできる取組:ステイホーム期間中に、健康を維持するためのポイントをホームページに掲載
  - ・教室開催時の取組:完全予約、定員の減少、検温・消毒の徹底

## 事業効果

- 参加者数は増加している。若い人の参加を促すため個別通知等をする、その年齢の参加者が増えた。

## その他

- 参加者のモチベーションがあがるような対応を検討する。