

健康長寿に係るイチオシ事業 狭山市 ～おりぴい健康マイレージ事業～

(1) 事業概要

狭山市では、男女ともに平均寿命が80歳を超え、医療や介護などの社会保障費が増加しているため、健康づくり事業に取り組むことで、医療費の抑制を図るとともに、市民一人ひとりがいつまでも健康を実感し、生き生きとした心豊かな生活が送れるまちを目指し、平成29年度から埼玉県が推進する健康長寿埼玉モデルのプラス1,000歩運動と埼玉県コバトン健康マイレージに参加し、普段の歩数から1,000歩多く歩くことを目標に、その歩いた歩数をポイント換算することで、景品と交換できる「おりぴい健康マイレージ」を実施している。

また、事業の効果を検証するため、大学・企業と連携し、参加者の身体計測、医療費抑制効果の分析などをするとともに、有識者による助言を経て、事業報告書を作成し、公表を行う。

(2) 契機

平成29年4月に埼玉県が開始した「埼玉県コバトン健康マイレージ」に参加するとともに、健康長寿埼玉モデルの「プラス1,000歩運動」に併せて参加し、健康づくり事業に取り組むことで、市民の健康意識の向上や医療費抑制等を目指し実施している。

(3) 内容

事業名	おりぴい健康マイレージ
事業開始	平成29年度
事業概要	おりぴい健康マイレージは、埼玉県コバトン健康マイレージと健康長寿埼玉モデル事業を合わせ、実施している事業であり、参加者に専用の歩数計を配布し、歩数や健康づくり講座等のイベントへの参加に応じてポイントを付与し、ポイントに応じて景品を提供している。
【参考】 埼玉モデル 推奨プログラム	プラス1,000歩運動（令和元年度で補助金助成期間満了）

	令和2年度	【参考】令和元年度
予 算	4,488千円	5,388千円
	報償費 458千円	報償費 1,649千円
	需用費 16千円	需用費 13千円
	役務費 6千円	役務費 5千円
	委託料 3,240千円	委託料 3,297千円
	使用料 0千円	使用料 0千円

様式 1

	負担金 768千円	負担金 753千円
参加人数	1,177人 (R2.11月末)	1,086人 (R1.11月末)
期 間	令和2年4月～令和3年3月	平成31年4月～令和2年3月
実施体制	健康づくり支援課	健康づくり支援課

(ア) ウォーキング（プラス1,000歩）の実施（令和2年4月～令和3年3月）

市が定めた期間に参加者一人ひとりの平均歩数から、参加者ごとに基準歩数を設定し、ウォーキングに取り組んでいる。

基準歩数と週の平均歩数を比較し、週の平均歩数が基準歩数を上回った週毎に、参加者にポイントを付与している。このため、多くの参加者から歩数データを収集することができ、参加者はウォーキングを継続して実施している。

また、参加者には月に1度メールを配信し、ポイントの保有状況や、健康づくり講座等のお知らせを行っている。

※ポイントの集計付与、メール配信は事業効果検証などとともに、企業へ委託し実施している。

(イ) 新規参加者の募集（令和2年4月～令和3年3月）

昨年度に引き続き、埼玉県コバトン健康アプリによる参加者を随時募集している。

新規参加者へは郵送により事業内容を記載した資料を配付し、併せて身体計測情報の提出を依頼している。

(ウ) 景品発送、応援レターの受け渡し（予定）

市独自ポイントの基準に達した参加者に全国農協商品券を、2月中旬ごろに受け渡す予定（対象者の集計は12月末以降に行った）。

また、参加者に今年度の成果を示す「応援レター」を併せて受け渡す予定。

(4) 取組の効果

今年度は事業開始より4年目であるが、新型コロナウイルス感染症の流行の影響により、健康づくり講座や講演会、ウォーキング大会などが軒並み中止となった。

しかしながら、在宅ワーク等の影響により昨年度よりも新規参加者が増加している。

(5) 成功の要因、創意工夫した点

(ア) 参加者に積極的な歩行を促している

歩数に応じた市独自のポイントを付与しており、参加者に自主的なウォーキングの実施を促していることで、参加者の7割程度が継続的にウォーキングを実施している。

(6) 今後の取組課題

新型コロナウイルス感染症の影響により、事業が中止となったこと。参加者を集めて行う身体計測会などが実施できなかったことから、感染症の流行下においても参加者へ

様式 1

運動を促進する手法等の検討が必要となる。

(7) 健康寿命 (県内)

年度	男性 (歳)	女性 (歳)
H30	18.21	20.94
H29	18.11	20.79
H28	17.90	20.79