

# 令和3年度市町村における「健康長寿に係るイチオシ事業」

市町村名

行田市

## 1 事業名(タイトル)

健康づくりマイスター養成事業

## 2 事業概要

### ● 目的

健康づくり事業に参加し、必要条件を満たした方を健康づくりマイスターとして認定する。認定者は家族や友人など地域の健康づくりのための協力を促す。

### ● 認定条件

①対象講座に6講座以上参加

②行田市健康づくりチャレンジポイント事業に参加し、自身の健康状態の振り返りを行う

③非喫煙者であること（参加中に禁煙に取り組んだ場合も可）

### ● 【新型コロナウイルス感染拡大防止への対応】

・申込制とし、参加時には検温、手指消毒、体調確認を行い、参加者同士の距離を確保して行った

・自宅で出来る運動方法の照会、中食時のポイントの紹介を行った

### ● 見える化

各自の記録を集計。本人の変化と分析結果を本人に提供

### ● 事業後のフォロー

認定者には、その他健康づくり事業への参加・協力を案内し、健康意識の維持と向上を促す。

### 3 参加者数

145 人 備考 延べ人数

### 4 予算

20 千円 備考

### 5 事業効果等

#### (ア) 生活習慣病の予防効果

講座に参加することで健康意識の向上と生活習慣の改善を促す。また、健診を受診するだけでなく、結果を確認することで自身の健康状態や生活習慣の振り返ることでより良い生活習慣への改善を促す。

#### (イ) 地方自治体にとっての効果

本市の国民健康保険の給付状況を見ると、被保険者数は減少しているが療養費（費用額）は件数、金額とも増加しており、一人当たり医療費が増加している状況である。

入院及び入院外にかかる疾病別医療費（歯科を除く）を見ると、平成25年度は高血圧症の医療費が1位であったが、平成26年度からは慢性腎不全の医療費が1位を占めている。また、糖尿病や脳梗塞、脂質異常症などを含め、生活習慣病の関連する疾病が上位を

#### (ア) 受講意欲の継続

認定条件を満たすと、健康知識を得た「健康づくりマイスター」として認定することで、継続的な参加を促し、健康意識の向上を図っている。

参加者同士が繋がりを持ち、声を掛け合いながら、共に学びあう姿勢となるよう、仲間づくりを推進している。

#### (イ) 修了後も継続できる講座・市民の組織を育成

認定者には、市民から市民に伝える「熱中症おたすけ隊」を始めとした健康づくり事業を案内し、地域に普及啓発する活動への参加を促している。

生涯を通して付き合える仲間づくり、修了後も参加できる地域活動へと結びつけることができるよう意識して計画立案をした結果、実際に、地域のサークルへの参加や継続

#### (ウ) 他事業との連携

本事業には、健康づくりチャレンジポイント事業への参加が必須項目となっており、健康づくりチャレンジポイント事業は健診・検診の受診や歯科受診、その他健康づくりに係る事業の参加を必須としているため、市民の幅広い保健事業の参加を促すことができる。

## 6 その他(課題等)

ア) 効果が見えにくい

事業の効果としては、医療費が抑制できているか等で評価をすることが求められるが、事業の予防効果を見るためには長期的な判断が求められる。必要に応じて個別健康相談等を御案内し、今後の生活習慣の改善につながるよう提案している。

## 7 写真・グラフ等