

令和4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

さいたま市

1 事業名(タイトル)

さいたま市健康マイレージ事業

2 事業概要

本市では、楽しみながらウォーキングする機会を増やすことで、運動習慣を身に付け、ライフステージに応じて自ら継続的に健康づくりに取り組むことが出来る意識の醸成を目指し、さいたま市健康マイレージ事業を実施している。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した歩数や、各種健(検)診の受診に応じてポイントが付与され、ポイントに応じて景品の抽選応募や各種ポイントに交換ができる。

景品ラインナップについて昨年度に引き続き、さいたま市らしさの創出や市内経済への還元を目的として、さいたま推奨土産品を景品に取り入れている。

令和4年度では、飽きさせない取組として「オクトーバーラン&ウォーク2022」に絡めたキャンペーンを実施し、新規参加者増加と利用継続率向上を図った。

○さいたま市健康マイレージ事業

①参加者の募集（4月～）

チラシ・ポスターを作成し、関係各所に配架してもらうことで参加者募集を行った。また、市報にて特集ページを組み、広く市民に周知を行った。

・体組成測定会（7月～）

タニタ体組成計で体重・BMI・筋肉量・筋肉のバランス等を計測することが出来る測定会を市内4か所で実施した。また、通常の測定会に加え、イオン浦和美園店での健康イベントへの出展、ウエルシア薬局さいたま今羽店での測定会・小学生向けかけっこ教室の開催を行った。

・「さいたま市健康マイレージ×オクトーバーラン&ウォーク 歩いて・走って・もらおう！あてよう！秋のフィットネスキャンペーン」の開催（10月1日～10月31日）

オクトーバー・ラン&ウォーク全国自治体対抗戦と県内自治体対抗戦に参加した。その中で、さいたま市健康マイレージ参加者でオクトーバーラン&ウォークに参加した方にもれなくマイレージポイント付与と、抽選での景品プレゼントを行うキャンペーンを実施した。

3 参加者数

40,949 人

備考 令和4年3月31日時点

4 予算

147,787 千円

備考 令和4年度予算額

5 事業効果等

①参加者の増加

さいたま市総合振興計画実施計画における評価指標として「令和3年度新規参加者数4,000人」の目標を大きく突破し、令和4年3月31日時点で12,764人の申し込みを受けた。

②平均歩数の維持

参加者全体の1年間の平均歩数は、平成30年度は8,395歩、令和元年度は8,234歩、令和2年度は7,993歩、令和3年度*は7,861歩と、いずれも8,000歩前後を維持している。

③運動無関心層の割合

運動に消極的な「無関心層」の割合を、年度ごとに新規登録時アンケートと景品応募時アンケートの差で比較すると、平成30年度を除き、約2ポイント減少しており、無関心層だった方が運動に関心を持つようになっている。

令和3年度を年代ごとに比較すると、「無関心層」が、男女とも「60歳代」で約4ポイント減少しており、運動に関心を持つ方が増加している。

また、令和3年度の8月を除き、平均歩数は7,000歩を超えており、健康マイレージ事業へ参加したことによる無関心層だった方の行動変化がみられる。

以上のことから、健康マイレージ事業は、新型コロナウイルス感染症の流行下や、社会的規制が強まっている状況下においても、新規参加者が増加していること、参加者が運動習慣を維持していることが見て取れる。

感染症流行期には健康意識が向上し、その上でウォーキングは有効な運動手段であるため、事業継続には十分な効果があることが推察される。

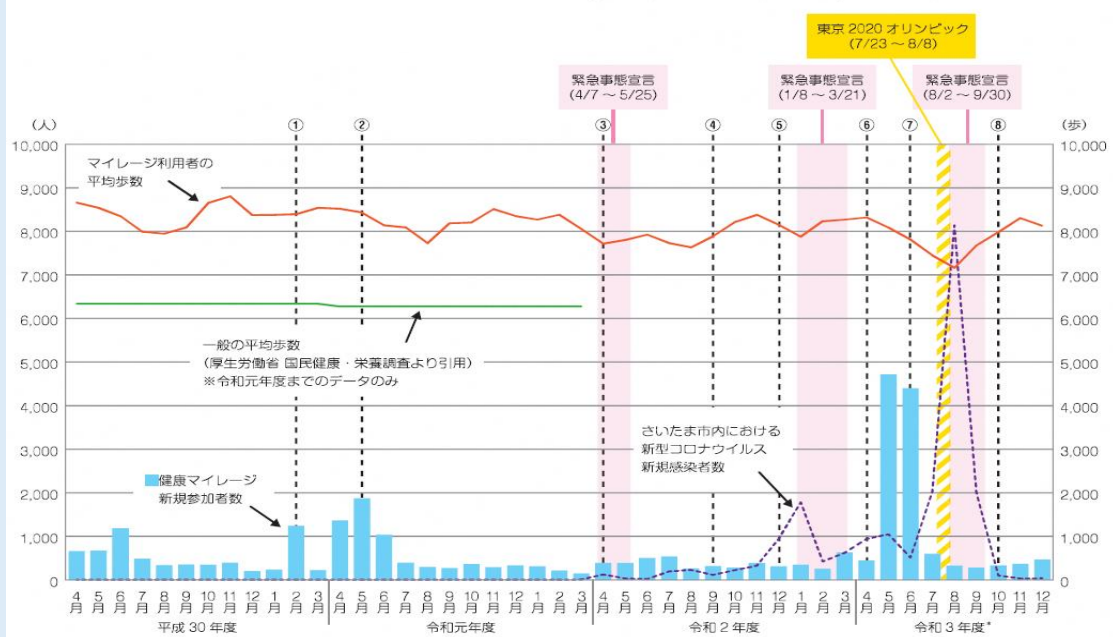
また、運動に消極的な「無関心層」の割合も減少傾向にあることから、運動に興味・関心を持つ「きっかけ」として適した事業と言える。

6 その他(課題等)

参加者増加とともに、利用継続率向上が課題となっている。様々なイベントを実施することで、飽きさせない取組を行っていきたい。

また、様々な企業とタイアップした取組を行うことで、魅力ある事業としていきたい。

7 写真・グラフ等



- ①平成31年 2月：CAMPUS LAB. での特集掲載
- ②令和元年 5月：市報さいたま全市版での特集掲載
- ③令和2年 4月：段階的ポイント付与への見直し
- ④令和2年 9月：大宮マレイ店頭での広報実施
- ⑤令和2年 12月：景品の見直し
- ⑥令和3年 4月：パ・リーグウォークとのコラボレーションキャンペーン実施
- ⑦令和3年 6月：市報さいたま全市版での特集掲載、テレビ広報番組「のびのびシティ さいたま市」での特集放送
- ⑧令和3年 10月：オクトーバーラン&ウォークとのコラボレーションキャンペーン

