

「ヘルス・データ活用による健康増進に係る取組についての評価基準」取組事例について

◆市町村のヘルスケアポイント事業におけるウォーキング事業（教室）に係る事業参加者数増加のための特徴的な取組や啓発活動について

【取組①】 本庄オータム・ウォーク

- ・実施時期：9～11月の3か月間
- ・対象者：市民
- ・取組内容：気候が穏やかになる9～11月の3か月間にウォーキングを推奨するための企画。歩数などの記録をシートへ記入し、結果を提出した方の中から抽選でイベント限定賞品をプレゼントする。記録シートは担当課だけでなく、市内各所で配布し、多くの市民が参加しやすい環境を整えている。また、本庄オータム・ウォーク2024の開催に合わせて、開催期間の3か月間に毎月1回、スポーツ推進委員が指導するウォーキング教室を開催し、市民への更なるウォーキングの推進を図った。
本庄オータム・ウォークと本庄オータム・ウォーク連携ウォーキング教室は、ともに市全体で実施しているインセンティブ事業（はにぼんチャレンジ）のポイント付与の対象事業としており、参加することで所定のポイントを獲得できる。
- ・結果：本庄オータム・ウォーク参加者数 285人、本庄オータム・ウォーク連携ウォーキング教室参加者数 74人

【取組②】 マイトレ教室

- ・実施時期：9月～2月の6か月間
- ・対象者：過去にマイトレ教室に参加したことのない40歳以上の市民で、
医師から運動を禁止されていない人
- ・取組内容：一人ひとりに合わせた個別の運動プログラムや実績レポートを作成し、参加者へ配付し、健康意識を高め、健康維持の方法を身につけてもらう教室。参加者は、期間中、専用の活動量計を使用し、個別の運動プログラムに沿って、教室と自宅で筋力トレーニングとウォーキングを実施する。当事業は、市全体で実施しているインセンティブ事業（はにぼんチャレンジ）のポイント付与の対象事業としており、期間中、参加者は出席1回毎にポイントを獲得できる。
- ・結果：参加者数 68人

【取組③】 電車でハイキング

- ・ 実施時期：令和 6 年度は 6 月実施
- ・ 対象者　：小学 4 年生以上の市内在住・在勤・在学者（小学生は保護者同伴）
- ・ 取組内容：本庄市スポーツ推進委員が実施する事業。本庄市児玉町にある JR 児玉駅から電車で出発し、小川町駅から約 6.5km のハイキングを実施。参加者は、楽しみながら歩き、体を動かすことができる。当事業は、市全体で実施しているインセンティブ事業（はにぼんチャレンジ）のポイント付与の対象事業としており、参加することでポイントが獲得できる。
- ・ 結果：参加者数 24 人

◆上記の健康増進事業の中で感じた課題

【取組①について】 秋の期間だけでなく通年を通した企画としてほしいという要望を受けることがあり、実施時期について検討が必要だと感じる。それに反するが、通年であればその他事業と重複する部分もあるため、その点も検討が必要。

【取組②について】 マイトレ教室は参加者の健康づくりの習慣化を目的としており、個人のデータ管理や指導等の状況から、定員を設け、実施している。参加者数の上限があるため、事業参加者数増加が困難な状況にあることが課題。

【取組③について】 市広報誌に掲載しきれない情報は市ホームページに掲載しているが、参加者の年齢層によって、ホームページを確認いただけないことも多く、申込受付時の案内が多くなることが課題。（申込が基本的に電話受付のため言った言わないになることがある）