

「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】

- ・実施時期：6月～11月
- ・対象者：ときがわ町在住・在勤者
- ・取組内容：TOKIGAWAウォーキングチャレンジ
＜毎日ウォーク＞

毎日歩いた歩数を記録し、月ごとに記録表を提出する。記録表は区長発送により全戸へ配布し、記入した記録表を1枚提出するごとにスタンプを1つ獲得できる。12月にスタンプカードを提出すると参加賞、さらにスタンプを3個以上貯めると賞品が当たる抽選に応募できる。

・結果/効果：

事業終了後に実施したアンケートでは、参加者は60代、70代が最も多く、事業について知ったきっかけは「広報」と回答した者が最も多く、広報による周知が有効であった。参加賞や抽選賞品は「もらえると嬉しい」「楽しみにしている」という意見が多く、全体の感想としては、「続けてほしい」「年間を通じて実施してほしい」と事業継続の希望が多くあった。

【取組②】

- ・実施時期：7月～10月
- ・対象者：ときがわ町在住・在勤者
- ・取組内容：

毎日ウォークで使用する記録表の裏面に、「魚を食べよう」をテーマに旬の魚レシピを紹介する記事を掲載した。心疾患の死亡率が高いという町の健康課題の改善を目指し、飽和脂肪酸摂取量を減らすため、魚食の啓発として実施した。

・結果/効果：

事業終了後に実施したアンケート回答者のうち、約24%の方が「紹介したレシピを試した」と回答し、魚食の啓発ができた。

◆上記の健康増進事業の中で感じた課題

- ・昨年度に比べ、月20人～30人程度参加者の減少が見られた。
- ・通年実施希望があり、抽選月の選出など実施方法も今後検討していく。