

## 健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

## 健診前「春の健康チャレンジ教室」

運動

食

団地まるごと

その他

## 事業概要

毎年、年度初めに行う全世帯への「25年度健(検)診申込書」の案内の中に、「～健診前だから、まだ間に合う～春の健康チャレンジ」と称したちらしを同封し、全町民を対象とした、健診前の健康教室を計画した。

## 事業内容(参加者数・予算等)

## ①年度初めの「今年度の健診申込み」の機会の活用

各がん検診・特定健診の申込み書類と、生活機能チェックリストを同一の封筒に入れ、返信を共同でとっている。健康管理について、住民の関心が高まるこの時期に、毎戸配布される封筒に教室案内ちらしを同封し、参加を募った。

## ②教室内容(春の教室:5回開催)

\*対象者:全町民      \*実施時期:5月～6月      \*平成25年度予算:40,000円  
\*参加人数:81名(申込み実人数:81名、参加実人数:47名、参加延人数:183名)

## 事業効果

## ● 教室参加者の増加

24年度は38人の申し込み、25年度は81名の申し込みがあり、定員の30名を大幅に上回った。健康教室1回あたりの平均参加者数も、5人から13人へと増加した。

## ● 参加者から教室継続の要望

夏の教室開催(申込み実人数:53名、参加実人数:43名、参加延人数:169名)

秋の教室開催(申込み実人数:39名、参加実人数:24名、参加延人数:134名)

冬の教室開催(申込み実人数:実施中、参加実人数:実施中、参加延人数:実施中)

## ● 特定健診受診人数の増加

特定健診(集団健診)の受診者は、前年度と比較すると、24年度(818人)、25年度(831人)と微増ではあるが増加し続ける結果となっている。

## ● 住民の健康意識の向上

健診前教室の参加者を分析すると、保健センターや包括支援センターで、すでに行われている健康教室等には参加していない方の参加もみられた(72%)。

## ● 教室参加者一人あたりの国保医療費が、町全体の医療費より低い(検証中)

## ● 習慣づいた運動教室を継続できる機会の提供

1クール5回の教室を、春夏秋冬と4クール実施した。他課の健康教室の情報も入手し、案内することで習慣づいた運動教室を継続できるように進めていく。