

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

坂戸市

1 事業名(タイトル)

埼玉県コバトン健康マイレージ 坂戸市版

2 事業概要

市民が楽しみながら継続して健康づくりに取り組むため、平成29年度から埼玉県と共同で「埼玉県コバトン健康マイレージ事業」を実施している。本事業を通じて、健康づくりの機会や向上を目的に、インセンティブを付与し、健康づくりに無関心な層への動機づけに努めているところである。

現在、平成29年度の事業開始から4年以上が経過し、新規登録者の減少や、登録はしたが途中で参加するのを止めてしまっている、いわゆる幽霊会員の増加などの課題が生じている。そこで、参加者に効果的な健康づくりを支援し、事業を継続してもらうため、本市独自のインセンティブとして「楽しく健康チャレンジ講座」の開催や「坂戸市民限定抽選会」を企画した。

(1) 楽しく健康チャレンジ講座

① 講座の案内通知（9月）

② 申込者への結果通知（10月）

申込者が定員を超過したため抽選を行い結果通知を送付した。

③ 講座の実施（11月）【参加者83名】

・第1部「気軽に簡単！健康体操」

講師を招いて、椅子に座ったままできる体操など簡単な運動を行った。

・第2部 体験してみよう！健康チェック

血管年齢測定や脚筋力測定などの健康測定会を行った。

④ 評価

参加者アンケートにより事業評価を実施した。

(2) 坂戸市民限定抽選会

① 坂戸市民限定抽選会開催の周知（9月～）

② 抽選会（12月）

以下の条件を満たした方を対象に抽選を行った。

・令和3年11月の1か月間の1日平均歩数が8,000歩に達した方

・坂戸市に住民登録がある方

③ 当選者へ通知（令和4年1月予定）

④ 評価（令和4年2月～予定）

商品のお渡しの際に、アンケートを回収し事業評価を行う。

3 参加者数	2,382 人	備考
--------	---------	----

4 予算	3,333 千円	備考
------	----------	----

5 事業効果等

①参加者の増加
前年度と比較して、健康マイレージ新規参加者の30代から50代割合が43.0%から50.0%に7%増加し、働く世代や生活習慣病の対象層に対して働きかけることができた。

②平均歩数・幽霊会員数の変化
参加者の1か月間の1日平均歩数の変化と幽霊会員数の変化について検証していく予定。

③アンケート結果（健康講座参加者）
第1部体操講座では「今後実践できそうな内容である」と回答した方が9割を超え、
第2部健康チェックでは「健康づくりに役立つ内容だった」と回答した方が9割を超え、健康づくりを見直すきっかけになったとの声が聞かれた。
「健康マイレージ参加による気分や身体への変化」では「楽しんで歩けるようになった」と回答した人が最も多く、次いで「健康に対する関心が増した」と回答した人が多かった。

6 その他(課題等)

健康講座の参加者の年代が60代以上が9割となっており、60歳以下の方の参加者がほとんどいない。平日の開催だけでなく、土日の開催も今後検討したい。

7 写真・グラフ等

