

健康長寿に係るイチオシ事業(概要版)

かみさと「たまる健★幸マイレージ」

事業概要

検診や教室などの対象事業への参加やウォーキングの歩数がポイントカード(ICカード)やスマートフォンに健幸ポイントとして付与され、たまったポイント数に応じた上里町共通商品券と交換できる事業。

一つの健康行動がきっかけとなり、楽しみながらちょっとお得に健康づくりができる。

事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算
590人・6,448千円
- ポイントカードまたはスマートフォンのどちらかを選んで参加
- 対象事業への参加(10月～)
 - ・高齢者いきいき課や生涯学習課事業と連携
 - ・効果検証事業については、日本女子体育大学と共同で計画し、分析
- ウォーキングの実施(10月～)
 - ・活動量計(埼玉モデル事業継続者)やスマートフォンで歩数データ集計
 - ・埼玉県コバトン健康マイレージとデータ連携
- 私の健康の取り組み(10月～)
 - ・各自健康づくりの目標に取り組み、実施した日にちをシートに記録
- 見える化
 - ・各自の歩数や健幸ポイントデータを専用サイトやスマートフォン等で確認
 - ・体力測定等の個人結果と全体の分析結果を個人に提供
 - ・全体の分析結果は、教室等で説明するほか、ホームページなどで公表

事業効果

- 手軽でお得に参加できることから、参加者が埼玉モデル事業時より増加傾向

その他

- 参加者や対象事業の拡大が課題
- 町の課題解決にむけた効果的な健康プログラムの作成や普及が目標