

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

寄居町

1 事業名(タイトル)

「よりにプラス1000歩運動」で健康づくり

2 事業概要

○寄居町は、町民一人ひとりが主体的に取り組む健康づくりを応援し、健康長寿の延伸と健康長寿のまちの実現を目指し、平成27年度から「プラス1000歩運動（埼玉県コバトン健康マイレージ事業）」を実施している。

事業開始から県の健康長寿埼玉モデル事業に参加し、開始後3年間は埼玉県健康長寿埼玉モデル普及促進事業補助金を活用していた。平成30年度の補助終了後は独自財源にて事業継続している。

○また、平成30年度からは埼玉県コバトン健康マイレージ事業にデータ連携で参加している。

○参加者に活動量計を配布し、自主的なウォーキングの実施を支援している。対象は20歳以上の在住・在勤者。参加者は27年度526人、28年度703人、29年度以降も1000人前後を推移している。

○歩数計の読み取り機は常設5台のほか、町立小・中学校や企業等15団体に貸し出しを行っている。また、体重・体脂肪・筋肉量等の測定ができる体組成付き読み取り機は、利用頻度の高い役場に設置しモチベーションを保つ工夫をしている。

○さらに、参加者の運動習慣の向上を目的として「ラジオ体操普及促進事業」を実施している。具体的には、一般財団法人簡易保険加入者協会の健康タウン推進構想によりラジオ体操講習会を平成29年度から実施し、ラジオ体操やみんなの体操の普及啓発を図ってきた。（令和2、3年度は新型コロナウイルス感染拡大のため中止。）

○そのほか健康づくり課で実施している他の健康づくり事業や他課の健康チェック事業、介護予防事業など適宜連携しながら事業を展開している。

3 参加者数

954 人 備考

4 予算

3,563 千円 備考

5 事業効果等

※令和3年度事業は現在検証中であるため、令和2年度の事業成果を記載する。なお令和3年度も同様に検証を行う予定である。

①歩数データからみた運動継続の実態

○令和2年度の参加者のうち、検証に協力いただける参加者で令和2年1月から12月までの1年間、歩数記録があった502名（男性217名、女性285名）を対象とした。

○参加者の平均歩数で見ると令和元年度は6,720歩であったのに対し、令和2年度は6,946歩と今年度になって有意に歩数の増加がみられた。

○また、継続参加者と新規参加者の平均歩数で見ると継続者は6,980歩、新規参加者は5,309歩と継続参加者の方が年間通して継続者が新規参加者を上回っている。

②医療費分析

○参加者のうち、寄居町国民健康保険被保険者197名の令和元年12月から令和2年11月までの12か月分の外来医療費について分析を行った。

○参加者及び未参加者の1人あたりの医療費は参加者は203,839円、未参加者は203,253円と未参加者の方が586円少ない結果であった。

○1人あたりの医療費は男性参加者は249,953円、男性未参加者は220,515円、女性参加者は176,247円、女性未参加者は186,484円と、男女では参加者、未参加者とも女性が少なく、女性参加者がもっとも少なかった。

○男性参加者の1人あたり医療費が大きく、参加者全体として参加者より未参加者の医療費が少ない結果となったが、明確な理由は不明である。令和3年度の分析結果も踏まえ、検証してみたいと考える。

6 その他(課題等)

【事業全般の課題】※歩数、医療費等の検証課題及び改善策は参考資料①、②、③参照

①参加者数の確保、若年層へのアプローチ

参加者の多くが65歳以上の高齢者であり、若年層へのアプローチが課題である。教育部局や子育て支援担当課との連携を深め、若年層へのアプローチに努めたい。

②医療費抑制効果の明確化

参加者及び非参加者の医療費の効果が明確にはなっていないため、より有意差が認められるような効果測定を実施したい。

③参加者のモチベーションの維持

長期化する感染拡大により、外出を控えて運動不足にならないようウォーキングを推奨しているが、新規参加者や歩数データの伸び悩み、事業辞退の申し出など課題がある。参加者のモチベーションが維持できるような仕掛け作りが必要である。

7 写真・グラフ等

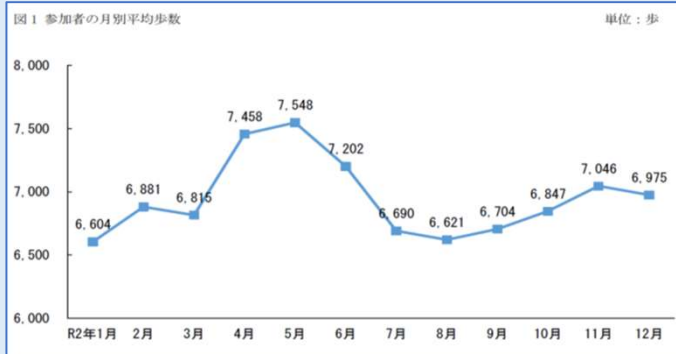


表 21 疾病分類別医療費上位 10 位一覧表

【全体】

単位：円

前年度 (H30年12月～R1年11月)		今年度 (R 1年12月～R2年11月)	
順位	(コード) 疾病名	順位	(コード) 疾病名
1位	(0901) 高血圧性疾患	1位	(0901) 高血圧性疾患
2位	(0402) 糖尿病	2位	(0402) 糖尿病
3位	(1402) 腎不全	3位	(0403) 脂質異常症
4位	(0403) 脂質異常症	4位	(1402) 腎不全
5位	(0601) パーキンソン病	5位	(0601) パーキンソン病
6位	(1113) その他の消化器系の疾患	6位	(1113) その他の消化器系の疾患
7位	(0902) 虚血性心疾患	7位	(0606) その他の神経系の疾患
8位	(1301) 炎症性多発性関節障害	8位	(0210) その他の悪性新生物<腫瘍>
9位	(1309) 骨の密度及び構造の障害	9位	(0906) 脳梗塞
10位	(0206) 乳房の悪性新生物<腫瘍>	10位	(0902) 虚血性心疾患
	期間合計医療費		期間合計医療費
	6,578,330		7,941,086
	4,739,817		4,882,287
	2,504,567		2,069,917
	1,981,220		1,685,527
	1,121,335		936,100
	1,060,175		890,147
	964,273		806,343
	932,995		722,045
	862,825		679,737
	806,155		617,713

図 20 参加者及び未参加者の医療費比較

単位：円

