

# 令和4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

小川町

## 1 事業名(タイトル)

健康マイレージ事業

## 2 事業概要

誰でも取り組みやすいウォーキングを継続しながら、健康増進や介護予防の取り組みを支援し、健康な体づくりの推進と町民の健康への意識向上をめざす。小川町では、平成28年度に埼玉県が推奨する「健康長寿埼玉モデル事業」をアレンジした「健康長寿ウォーキング事業」を実施し、平成29年度より「埼玉県コバトン健康マイレージ事業」に移行した。また「埼玉県コバトン健康マイレージ事業」の参加者のうち①小川町在住②埼玉県コバトン健康マイレージ事業参加者③小川町国民健康保険特定健康診査における特定保健指導実施要領若しくは小川町国民健康保険特定健康診査・重症化予防事業実施要領に基づき、過去5か年（令和3年度から平成29年度）の中で、小川町において保健指導の対象となった方に対して、小川町独自のポイント事業「小川町健康ポイント事業」の案内文を送付し、参加者を募集した。

事業の評価については、NPO法人に協力をしてもらい、事業実施前後の歩数・血液検査、体力測定データ、生活に関するアンケート結果を分析し、事業の効果を検証している。令和4年度は、コロナ禍ではあったが新型コロナウイルス感染拡大の防止に努めながら、3密を回避し事業を再開した。本事業を実施することにより、健康づくりに対する意識を高め、健康寿命の延伸、医療費や介護給付費の増加を抑えることが期待される。(1) 埼玉県コバトン健康マイレージ事業① 参加者の募集(4月～)令和4年度は、「広報おがわ」や町公式ホームページに掲載、ポスター・チラシの配布等を実施した。また歩数データ未送信者に対して使用勧奨の通知文を送付することで参加者の継続的な事業参加を促す予定。(2) 小川町健康ウォーキング事業小川町在住で、埼玉県コバトン健康マイレージ事業参加者に対して実施。ひと月ごとに歩数目標を達成した方に小川町地域通貨を進呈する。(3) 小川町健康ポイント事業※上記(1)の対象者に呼びかけ体力測定や運動教室等を実施。

- ① 対象者に事業参加の通知送付(7月)
- ② 体力測定(8月)
- ③ ラジオ体操教室(9月) 株式会社かんば生命保険のラジオ体操指導士による取組促進
- ④ 運動教室(10月) 健康運動指導士による指導、健康運動指導士による家庭での取組促進
- ⑤ ウォーキング教室(11月) ウォーキングインストラクター(JWA専門講師)による取組促進
- ⑥ 血液検査・体力測定(2回目)(12月)
- ⑦ 事業結果分析(1月～)

### 3 参加者数

1,283 人

備考

R4.10月末時点での埼玉県コバトン健康マイレージ事業の参加者数

### 4 予算

1,285 千円

備考

### 5 事業効果等

#### (1) 埼玉県コバトン健康マイレージ事業

##### ①新規参加者の増加

令和2年度まで、毎年200人の定員で参加者を募集していたが、令和3年度からは埼玉県コバトン健康マイレージ事業のアプリ参加者数の上限が撤廃されたため、毎月参加者数は増加している。

11月末時点で令和4年度の新規参加者数は197人である。

【総登録者人数】1,283名

【(上記のうち)可動人数】827名

#### (2)小川町健康ウォーキング事業

コロナ禍においても、手軽にできるウォーキングを推奨し、目標を達成することによりインセンティブを付与した結果、ウォーキング人口の拡大・習慣化につながった。

	健康ウォーキング事業 参加人数	1日8,000歩を 月20日以上達成者割合
令和元年度	598名	16%
令和2年度	799名	29%
令和3年度	1,079名	41%
令和4年度	1,294名	(2022.10月末現在) 32%

#### (3)小川町健康ポイント事業

##### ①歩数計測

埼玉県コバトン健康マイレージ事業で使用している歩数計を使用し、小川町健康ポイント事業参加者の毎日の歩数を計測した。

##### ②体力測定(1回目:令和4年8月、2回目:令和4年12月)

##### ③血液検査(令和4年12月)

特定健診に準じた項目で血液検査を実施する。

##### ④アンケート調査

小川町健康ポイント事業参加者に対して、生活習慣や食生活習慣等に関するアンケート調査を事業実施前後に行った。

アンケートの分析はすべての事業が12月で終了したので、令和5年1月末までに分析結果がでる予定である。

## 6 その他(課題等)

### (1) 埼玉県コバトン健康マイレージ事業(課題) 【継続した取組みへの対応】

参加者の取組み意識にばらつきがあり、数カ月間歩数データが無い方もいる。  
参加者のモチベーション維持・向上につながる啓発方法を検討していく。

### (2) 小川町健康ポイント事業(課題) 【事業効果の見える化】

小川町健康ポイント事業参加者は、元々健康意識の高い方が多いため、事業実施前後の結果

を比較しても、「良い状態を維持できた」といった結果が出ることが多い。

健康に対する意識が低い方にも本事業に興味を持ってもらうとともに、参加者に効果を実感

してもらえよう事業を展開していく。

### 【医療費抑制効果の検証】

## 7 写真・グラフ等

