

# 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

寄居町

## 1 事業名(タイトル)

「よりのプラス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年度の補助金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したが、今年度は町の健康体操サポーター養成のためラジオ体操講師を招いて講習会を行う予定である。。

○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。

○R4年度は包括連携協定を活用し、明治安田生命保険相互会社、女子栄養大学と協働に

### 3 参加者数

927 人 備考

### 4 予算

3,473 千円 備考

### 5 事業効果等

令和4年度事業は現在検証中であるため、令和3年度の事業成果を記載する。なお、令和4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3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3年1月から12月までの1年間、歩数記録があった453名(男性191名、女性262名)を対象とした。
- ・参加者の平均歩数で見ると、令和元年度6,720歩、令和2年度6,946歩、令和3年度7,109歩と歩数の増加傾向がみられた。
- ・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7,097歩、新規参加者は7,709歩と新規参加者の方が年間通して継続者を上回っている。

#### 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184名の令和2年12月から令和3年11月まで12か月分の外来医療費について分析を行った。
- ・1人当たりの医療費は男性参加者は241,128円、男性未参加者226,789円、女性参加者は201,794円、女性未参加者189,116円と、男女では参加者、未参加者とも女性が少なく、女性未参加者が最も少ない結果であった。
- ・新規参加者の令和3年度1人当たりの平均外来医療費は、事業参加前が4,662円、事業参加後は2,220円で、2,442円減少していた。

## 6 その他(課題等)

### 【R4における事業全般の課題】

#### ①医療費抑制効果の明確化

・医療費に関連する体力測定や食生活アンケートの結果の分析に活かし、医療費の効果が明確になるような検証を行っていく。

#### ②参加者数の確保と若年層へのアプローチ

・新たに包括連携協定締結企業・大学との取り組みを開始したが、若年層を含めた参加者増加の効果が得られなかった。来年度は、より効果的なPR手段や共同事業を実施し、引き続き参加者確保に努めたい。

#### ③効果的な食生活改善の実施

・R4年度事業において、女子栄養大学との連携により栄養調査を実施した。来年度は調査結果を鑑み、効果的な事業を検討していく

## 7 写真・グラフ等



継続新規別・月別平均歩数

単位：歩

年月	継続	新規	全体
令和3年1月	6,774		6,774
2月	7,209		7,209
3月	7,329		7,329
4月	7,672	6,336	7,664
5月	7,362	6,307	7,353
6月	7,344	8,288	7,356
7月	6,725	8,271	6,751
8月	6,435	7,710	6,458
9月	6,992	8,776	7,036
10月	7,091	7,885	7,113
11月	7,225	8,292	7,254
12月	6,995	7,512	7,011
年間平均	7,097歩	7,709歩	7,109歩

事業参加前後の1人あたりの平均医療費比較

単位：円

