

健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

平成28年度健康づくりポイント事業

事業概要

30歳以上の市民を対象に6か月間の日々の体重、目標、歩数等を記録し、取り組み内容に応じて、獲得したポイントを市に報告する。ポイントにより抽選で賞品を獲得できる。参加者の継続意欲を高め、生活習慣の改善、運動習慣の確立に自主的に取り組める事業である。本事業で収集したデータについては、有識者の助言を得ながら分析することで効果を検証する予定。

事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算
223人、273万円
- 自主的な取り組みと記録(平成28年6月～11月)
6か月間、体重測定、生活習慣改善に向けた目標、ウォーキングに各自で取り組み、ノートに記録する。
終了後、取り組みとポイントが記された記録ノートを提出する。
取り組み前後には身体測定・体力測定、後には血液検査を行う。
- 賞品の活用(平成29年1月)
規定のポイントに達成した者を対象に、抽選を実施し、企業や団体から提供を受けた賞品を渡す。
- データの分析(平成29年2月)
データを集計し、事業に参加したことによる個人の効果を分析する。
- 事業後のフォロー(平成29年5月)
平成28年度参加者に継続して事業に参加するように勧奨通知をする。

事業効果

- 効果については今後分析予定である。

その他

- 働く世代の参加者の獲得が課題である。
- 地域の健康づくりにおける自主的活動を促す場を設けることが課題である。