

健康長寿に係る先進的な取組事例

鳩山町

～健寿（健康長寿）ウォーカー頂上決戦～

はとやま毎日1万歩運動からのさらなる挑戦

(1) 取組の概要

鳩山町では、健康づくりの取り組みを強化することで、早い時期からの介護予防へと繋げることを目的に、平成21年から「栄養」「運動」「社会参加」を3本柱とした『鳩山モデル』により様々な事業を展開している。特に、ウォーキング事業についてはその推進について町の健康増進計画の目標にも掲げており、平成27年には埼玉県の推奨する健康長寿埼玉モデル事業である「はとやま毎日1万歩運動」を開始、以後3年間にわたりウォーキングによる身体的変化や医療費抑制効果を検証した。平成30年度からは「鳩山町健康マイレージ事業」として埼玉県コバトン健康マイレージ事業に参加、町民の中で高まったウォーキング熱を維持・継続させていく体制を整備した。

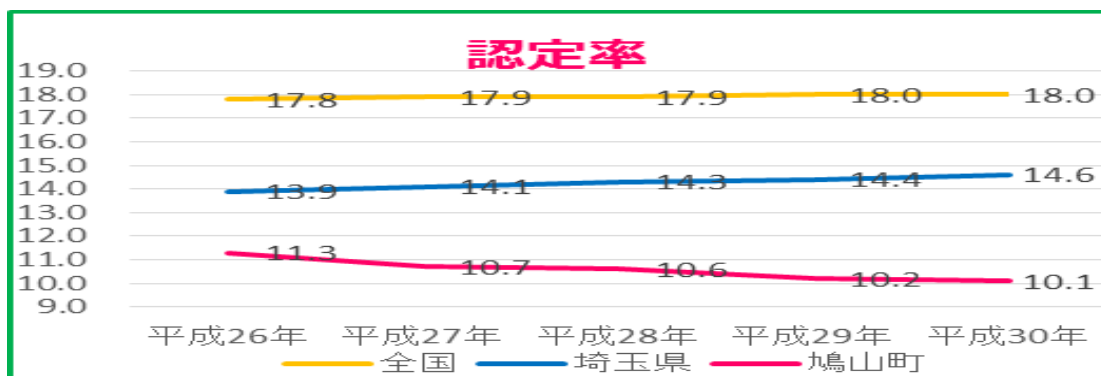
「鳩山町健康マイレージ事業」を開始するにあたり、「ポイントと元気を貯めて楽しみながら健康長寿を目指そう！」と呼びかけ参加者を募り、参加者のことは「健寿ウォーカー」と呼び、ウォーキング自体は個々のペースで自由であっても、町のみんなで健康長寿という同じ目標に向かって歩いているという一体感を持たせ、士気を高める工夫をした。また、「はとやま毎日1万歩運動」で学んだ「運動」+「栄養」による効果増を取り入れ、生活の中で実践していける栄養講座や減塩対策等を数回開催し、健寿ウォーカーの取り組みを後押しした。

本事業は、医療費抑制及び健康寿命の延伸に繋がること、並びに今後大学等と協力して実施する効果検証における身体的・精神的変化について期待される。

(2) 取組の契機

(ア) 健康寿命の更なる延伸を図る

第1号被保険者に対する要介護（要支援）認定率（表1）



資料：介護保険事業状況報告（厚生労働省）

平成26年以降の要介護認定率の推移を表1に示した。鳩山町では65歳以上の介護認定率は、平成30年2月現在で10.1%と県内2位の低さであり、1人あたりの介護給付月額、全国と比較すると約8,000円も低くなっている。また、鳩山町の介護保険料の安さは県内1位で

あり、年齢調整をした医療費指数において、全国との比較で鳩山町は 0.85 と、国保医療費指数が県内で一番低くなっている。

さらに、鳩山町では平成 21 年から、健康づくりの取り組みを強化し、介護予防へと繋げていったことで、65 歳健康寿命では平成 26 年、平成 27 年そして最新データである平成 28 年と 3 年連続で男女ともに県内 1 位を達成した。以上のことから急速な高齢化の中においても健やかな高齢者が多い町という結果が出ている。

しかし、データヘルス計画策定時に町内を地区割で分析した結果、HbA1c、最高血圧、最低血圧では、全地区において悪化傾向にあることがわかった。これらは長い年月の生活習慣が原因であるため、若年層に生活習慣の改善を継続的に促すことで将来的な重大疾患の抑制となる。そのため、今後も継続して介護予防と健康長寿延伸の取組を推進し、若年層、無関心層の参加を増やし、自ら取組むことで健康の維持・増進に寄与できることを目的に事業展開をすることとした。

(イ) ウォーキングの推進

鳩山町では、第 2 次健康増進計画として、平成 27 年 3 月に「まめで健康 21 プラン」を策定した。計画では、8 つの健康課題を掲げているが、そのうちの一つに「身体活動・運動による健康づくり」があり、さらに重点課題として「ウォーキングの推進」を掲げていることから、ウォーキングに関する取り組みについて充実、強化させる必要があった。

(ウ) 大学との連携

鳩山町健康マイレージ事業キックオフイベント～健寿ウォーカー頂上決戦～実施にあたり、大東文化大学スポーツ・健康科学部学生時代に町の事業に協力頂いた、武蔵丘短期大学 健康生活学科 健康スポーツ専攻 辻将也先生に、本事業の全過程に亘り、指導及び助言を依頼することができた。

なお、武蔵丘短期大学と鳩山町は、互いが有する人的資源と物的資源を有効活用し、連携協力することにより、地域社会及び教育・研究の発展に寄与することを目的として、平成 31 年に地域連携に関する基本協定書を締結する予定であり、今後も町と大学において様々な研究、事業等を展開していく予定である。

(エ) 取組の内容

事業名	鳩山町健康マイレージ事業
事業開始	平成 30 年度
年 度	平成 30 年度
予 算	約 952 千円 報償費 60 千円、役務費 67 千円、委託料 492 千円、負担金 333 千円
参加人数	329 人(目標 300 人)
期 間	平成 30 年 7 月～平成 31 年 3 月
実施体制	町民健康課

①平成 29 年度はとやま毎日 1 万歩運動継続参加者の継続に向けた支援 **運動**

はとやま毎日1万歩運動継続参加者が、ウォーキングを継続できるよう、大東文化大学琉子教授、只隈教授を講師に迎え、ラストイベントを開催した。イベントでは東松山市民の森を抜け、大東文化大学グラウンドまで約 3 キロの道のりを歩いた。参加者には記念品としてウォーキングマップと、リュックサックをプレゼントし、健康マイレージ事業についても周知した。

その結果、はとやま毎日 1 万歩運動参加者 235 人中 83 人が鳩山町健康マイレージ事業に参加の意向を示した(継続参加率 35.3%)。

また、本事業開始までの間に、満開の桜の見所を巡るウォーキング事業(はとやまSAKUR AウォークⅢ 平成 30 年 4 月 4 日(水)開催)を実施することで、本事業の参加を促し、ウォーキング継続に向けた意欲向上を図った。

②鳩山町健康マイレージ事業参加者の募集(平成 30 年6月~12 月) **運動**

対象者は、町内在住・在勤の 18 歳以上とし、広報、町ホームページに募集記事を掲載するとともに、チラシ・ポスターの掲示等で周知した。そのほか、町民が多く集まる機会を活用して事業の周知及び募集をするため、地区組織、各関係機関・団体等の会議、各種健康教室、保健センター事業修了生から成る自主グループ活動及び特定健診会場で参加を呼びかけた。さらに、平成 29 年度はとやま毎日 1 万歩運動参加者に対して個別通知を送り参加者増へ繋げた。

鳩山町は歩数計相当の参加自己負担金を徴収するため、参加申込書の提出先は町保健センターのみとしたが、健診会場である地域包括ケアセンターや健康教室会場である今宿コミュニティセンター、亀井農村センターなどで受付会を開催した。

③キックオフイベント~健寿ウォーカー頂上決戦~開催：平成 30 年 7 月1日(日) **運動**

「埼玉県 65 歳健康寿命」3 年連続男女とも県内 1 位達成記念イベント第1弾としてキックオフイベントを開催した。当日は歩数計相当の参加者自己負担金を徴収後、歩数計を貸与するとともに、参加者に対して、健康づくりへの士気を高めるため、武蔵丘短期大学 辻将也先生による科学的根拠に基づいたウォーキング講座及び、町職員による事業説明会を実施した。キックオフイベントとしてウォーキング講座を実施することで、効果的な歩行の実現のための体づくりや体づくりとなり、参加者同士が顔を合わせることでモチベーション向上に努めた。欠席者には、個々に面談し町職員が説明した。当日は NTT ドコモに依頼し、スマートフォンアプリによる受付会も実施した。



ウォーキング講座の様子(図 1)



NTTドコモによる受付会の様子(図2)

④介護予防ボランティア「鳩山町健康づくりサポーターの会」との協力：平成 30 年 7 月から 社会参加

介護予防ボランティア「鳩山町健康づくりサポーターの会（以下「町民サポーター」という。）」と協力し、町民サポーターが運営している町内 4 箇所地域健康教室で鳩山町健康マイレージ事業について周知するとともに、町民サポーターから参加者に「地域健康教室の会場まで歩いて参加しよう」と声かけを依頼した。

⑤鳩山町子育て世代包括支援センターとの協力：平成 30 年 7 月から 社会参加

平成 29 年 11 月に開設した鳩山町子育て世代包括支援センター「ぴっぴ（以下「ぴっぴ」という。）」と協力し、ぴっぴ主催の各事業で周知するとともに、各事業のために定期的に来所してもらうことで、データを更新することが可能となり、参加者のモチベーションが高まるよう心がけた。今後もぴっぴと協力することで鳩山町健康マイレージ事業の若年層参加をさらに増加させ、生活習慣の早期改善を継続的に促すことで将来的な重大疾患の抑制とするよう努める。

⑥体操教室及び健康長寿サポーター養成講座の開催：運動

平成 30 年 9 月 25 日(火)、平成 30 年 12 月 25 日(火)

ウォーキングと併せ運動を生活に取り入れ、その相乗効果により参加者の筋力を維持、向上させることを目的として、地域包括ケアセンターを会場にヨガ講座を開催した。当日は、ヨガインストラクターの指導のもと、安全かつ効果的で、今後の健康づくりにおいてすぐに実践できるメニューの指導を受けた。12 月には指ヨガ講座でより簡単に実践できるメニューを実施する。

平成 30 年 9 月 25 日の後半は、埼玉県が健康長寿プロジェクトの一環として推進している「健康長寿サポーター養成講座」を併せて開催した。健康長寿のためのポイントについて 30 分ほどの講義の後、講座内容に基づいた修了テストを実施したところ、受講者全員が合格し、修了証入りの健康長寿サポーター養成ブックを 58 人に交付した。

なお、平成 30 年度も健康長寿サポーター養成については積極的に取り組んでいる。平成 29 年度末時点での養成数は 407 人だったが、平成 30 年 11 月末現在におけるサポーター養成数は 465 人となり、目標数である町民 100 人あたりに一人の割合となる 140 人(平成 30 年 1 月 1 日現在人口より算出された目標養成数)を超えている。(今後も順次講座を開催予定である)。そして、養成したサポーターのうち、地域の健康づくりのリーダーとして今後活躍が期待されるサポーターを、スーパー健康長寿サポーターとして県に推薦する予定である。

⑦いきいきシルバー・健康まつり～からだすこやかパラダイス～開催：社会参加

平成 30 年 9 月 29 日(土)

「埼玉県 65 歳健康寿命」3 年連続男女とも県内 1 位達成記念イベント第 2 弾とし、現在の自身の体の状態を知り、今後の健康づくりについて一人ひとりが考えるきっかけづくりの場となるイベントを開催した。当日は埼玉県コバトン健康マイレージスタンプラリーイベントとして、来場者に 10,000 ポイント付与するイベントも実施するとともに、受付会も同時実施した。

⑧ゆがみ測定&ゆがみ改善のための体操＋栄養教室の開催：

運動

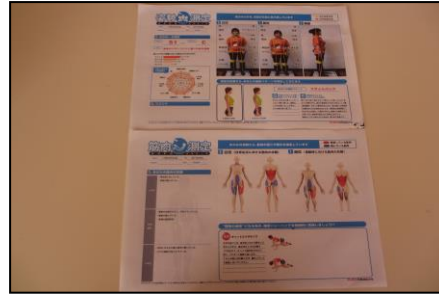
栄養

平成30年10月12日(金)、18日(木)、22日(月)

体のゆがみは普段の姿勢と深く関わっており、正しい姿勢を保つことにより、代謝や身体機能がアップする。自分の体のゆがみをチェックし、美姿勢になるための測定として、体組成測定のほかに、からだのゆがみがわかるゆがみ測定と、ゆがみ改善のための体操教室を現代けんこう出版に委託した。さらに「さあにぎやかにいただく」をテーマにした栄養教室を町管理栄養士が実施した。参加者にはゆがみのレベルや体のゆがんでいる部分が見える写真付きの結果や今後の取組みの留意点・改善のためのプログラム(体操等)が書かれた結果を渡すと共に家庭で気軽にできる「ちよいとレ」のパンフレットを渡し、家庭での運動も促した。



ゆがみ測定の様子(図3)



ゆがみ測定の結果(図4)

⑨町産業環境課と協働によるウォーキング事業の開催：平成30年11月17日(土) 運動

より楽しんでウォーキングを実施するために、東松山市とコラボし、石坂の森(鳩山町)、市民の森(東松山市)協働ウォーキング「歩いて、食べて、体験してモリ×モリウォーキング」を開催した。当日は受付に健康マイレージ端末を設置し、参加者がウォーキング後すぐにデータを更新できる体制を整えると共に、新規参加者の募集のための受付会も実施した。

⑩埼玉西ヤクルト販売株式会社による講座及び健康長寿サポーター養成講座の開催： 栄養

平成30年12月10日(月)

心も体も健やかに毎日をいきいきと過ごすためには、規則正しい食生活は欠かすことができない。そこで、心身の健康づくりや生活習慣病の予防・改善に役立つ基礎知識や最新情報などを伝えるため「インフルエンザ予防のための食生活講座」及び町職員による「健康長寿サポーター養成講座」開催した。

⑪金沢大学連携事業 減塩教室の開催： 栄養

平成31年1月25日(金)、2月22日(金)、3月12日(火)

塩分のとり過ぎは高血圧や胃がんのリスクを高めるなど、体に様々な弊害をもたらすため、食生活や運動、総合的な内容を学ぶと共に、家庭の味噌汁などの塩分測定(調査)を実施し、測定後個別返却する講座を3回連続講座として開催する。

⑫大塚製薬株式会社 による講座及び健康長寿サポーター養成講座の開催： 栄養

平成 31 年 1 月 28 日(月)

平成 27 年 3 月に策定した「まめで健康 21 プラン」で、8 つの健康課題を掲げているが、そのうちの一つに「こころの健康づくり」があり、さらに重点課題として「良好な睡眠と休養の普及啓発」を掲げていることから、埼玉県と健康増進に関する協定を締結した大塚製薬株式会社の協力をいただき「睡眠の質を高めるく日本の睡眠事情、就寝起床の乱れによる不調、睡眠リズムを整える」栄養講座」と題した講演会を開催、後半は町職員による「健康長寿サポーター養成講座」を開催する。

⑬身体・体力測定等の実施：平成 31 年 2 月 16 日(土) 運動

新規参加者についてはベースラインとなる測定、はとやま毎日 1 万歩運動継続参加者に対しては評価測定を実施し、全体と比較分析した結果を本人に返却する。

身体・体力測定については、武蔵丘短期大学協力のもと、身体計測に係る項目 3 項目(身長、腹囲、体組成：体重、BMI、体脂肪率、脂肪量、筋肉量、体内水分量、体内水分率等)並びに体力測定に係る 8 項目(握力、開眼片足立ち、長座体前屈、CS-30、10m 歩行速度、股関節外転筋力、股関節内転筋力、足指筋力)を実施する。

個別通知で案内し、測定とともに、健康生活アンケート(生活習慣等に関するアンケート)も同時に実施する。

⑭保健師による街中相談会：平成 30 年 4 月から 社会参加

2 か月に 1 回、町の中心であるコミュニティ・マルシェ(生涯活躍促進施設)内にあるふくしプラザにて、ウォーキング途中に立ち寄ってもらえるよう保健師による相談会を開催している。コミュニティ・マルシェには健康マイレージ端末が設置しているほか、まちづくりカフェやシェア・オフィス、マルシェ研修室があり、自分で作った農産物、食品、工芸品、クラフト作品等が販売できるため、ウォーキングで疲れた際の休憩場所として活用できる。

⑮鳩山町からの挑戦状(支援レター)の発行：平成 30 年 12 月から 運動 栄養 社会参加

健康マイレージ申込時に記載されていたメールアドレス宛に、鳩山町の事業案内のほか、専門職(保健師、助産師、管理栄養士、精神保健福祉士、運動指導士等)からの課題(継続プログラム)やアドバイスを 3 か月に 1 回送信する。メールアドレスがない方については、町ホームページに掲載すると共にハガキ等で周知する。

⑯健康マイレージ端末の設置：平成 30 年 12 月から 社会参加

健康マイレージ端末については、町の施設に設置をしていたが、町の施設のない地区への対応として、農産物直売所や個人商店など、民間施設に設置依頼した。全 8 か所から全 10 か所に端末を増やしたことで、どこの地区を歩いてもデータ更新ができる環境が整った。民間施設への設置検討時に埼玉県健康経営認定制度について広く周知し健康経営に係る認定の取得を支援した。

⑰健寿ウォーカーウォーキング部(仮)結成 **運動**

2月の身体・体力測定時に健寿ウォーカーウォーキング部(仮)の参加申込みを同時実施する。ウォーキング部員にはウォーキング事業案内のほか、ウォーキング事業への協力等を依頼する予定である。また、健康マイレージ端末設置場所等でリズムに合わせて踊ったり、鳩山町内をウォーキングしながら踊る動画を撮影し、インターネットに配信することで、町の取組みを広く周知するとともに、健寿ウォーカーを地域から世界へと羽ばたかせていく。

⑱歩数記録等の集計 **運動**


参加者の歩数記録をもとに、保健センターにおいて個人の月間合計歩数、1日当たりの平均歩数について確認し、はとやま毎日1万歩運動継続参加者については昨年度との歩数の比較を実施している。また、特定健診等による血液検査、身体・体力測定結果、健康生活アンケートについて集計し、個別データを作成し、個別返却する。

⑲記録等の分析(平成31年2~3月) **運動**

⑰で集計等を行った記録・データ等について、2月の評価測定等の結果を含め、個人評価及び事業評価を武蔵丘短期大学 辻先生の指導・助言等のもと町職員で分析し検証を行う。そのほか、平成29年度に引き続き、保険年金担当(国保担当)及び埼玉県国保連合会に依頼・連携し、参加者のうち町国民健康保険加入者の医療費データの分析を進めていく。

⑳結果のフィードバック(平成31年3月) **運動**

ゆがみ測定結果及び減塩結果等については講座当日に個別に返却し、全体の分析結果、評価については、町ホームページ及び広報等により公表すると共に、個人の成果・全体比較を結果シート(図5)として郵送する。



平成31年度 はとやま毎日1万歩運動継続参加者健康マイレージ事業 NO.134		性別		年齢		性別×年齢	
2月1日～2月28日		2月1日～2月28日		2月1日～2月28日		2月1日～2月28日	
歩数	歩数	歩数	歩数	歩数	歩数	歩数	歩数
歩数(歩)	328	301	326	308	329	321	
歩数(歩)	43	52				91	
歩数(歩)	300	255				410	
歩数(歩)	170	156				322	
歩数(歩)	47	50				51	
歩数(歩)	285	250				165	
歩数(歩)	278	265				260	
歩数(歩)	250	275				260	
歩数(歩)	90	100				103	

結果シート(図5)

(オ) 取組の効果

① 若年層への動機付け

参加者募集に関して、あらゆる機会や場を活用して329人という多くの参加者を集めることができ、目標300人の110%となった。そのうち、若年層参加者(18歳以上60歳未満)の人数については男性40人、女性52人、合計92人となり、全参加者の28.0%となった。

平成29年11月より開設された「ぴっぴ」をはじめ、関連のある母子施設と連携して事業を実施するほか、町内の小・中学校と連携して周知することで、子育て世代である若年層参加者を増やすことができたと考えられる。

平成29年度まで実施していたはとやま毎日1万歩運動の若年層参加者数は、男性21人、女性41人、合計62人、全参加者の20.7%であり、鳩山町健康マイレージ事業を実施することにより、若年層参加者が1.7%増加した。

平成29年度に課題であげた「30~50歳代男性のウォーキング参加者増加」についても、県マイレージ事業を実施することで52.5%増加したことにより目標達成となった。

② 生活習慣病の予防効果

血液検査・血圧測定結果について、平成29年度と平成30年度の特定健診結果数値を比較した。なお、データの基準値については、特定健診の基準値に準ずるものとし、参加者のデータ前後比較については平均値を用い、比較評価については連続値データに対応のあるt検定を用いた。(表2)。

結果は収縮期血圧、拡張期血圧、HbA1c すべてにおいて減少していたが、平成30年度特定健診結果については、事業を開始した7月に受診した方が多かったことから、結果の有意差は見られなかった。また、拡張期血圧については全員が改善していたことから、今後も継続して評価する必要があるが伺えた。

平成29年度検査においてHbA1cの基準値(4.7~5.5%)を超える者は23人であった。そのうち、平成30年度検査にて、改善した者が13人(56.5%)であった。

平成29年度検査において収縮期血圧値が140mmHg以上の者は12人であった。そのうち、平成30年度検査にて、改善した者が10人(83.3%)であった。

平成29年度検査において拡張期血圧値が85mmHg以上の者は9人であった。そのうち、平成30年度検査にて、9人全員が改善していた。

身体・体力測定については、2月に測定を実施するため、測定後評価していく。

■特定健診結果比較(表2)

	平成29年度	平成30年度	増減	比較検定結果
収縮期血圧	135.2mmHg	129.5 mmHg	△5.7mmHg	有意差なし
拡張期血圧	78.5 mmHg	74.9 mmHg	△3.6 mmHg	有意差なし
HbA1c	5.8%	5.7%	△0.1%	有意差なし

③ 鳩山町にとっての効果

国保の医療費分析については、平成29年度はとやま毎日1万歩運動の結果(表3)を表示する。平成27年度参加者群では、平成29年度12月時点の1人あたりの医療費総額(月額平均)が対照群よりも10,302円低かったことが報告され、平成28年度参加者群では、対照群より14,541円低かったことが報告されている。両参加者群の1人当たりの医療費総額(月額平均)の推移は、対照群のそれに比較して変動が少なく、健康が維持されていたことを示していた。一方、平成29年度新規参加者群の1人当たりの医療費総額(月額平均)については、僅かではあるが、新規群のほうが対照群よりも高い数値を示していた。この原因は、新規群に入院患者が2人含まれていたことによるものであり、今後の医療費の調査には、いずれの群にも入院患者の医療費を含めない対応が必要である。

平成30年度健康マイレージ事業の医療費分析については、今後実施していくが、入院患者の医療費の影響が出ないように十分に注意して実施していく。

■平成 29 年度はとやま毎日 1 万歩運動国民健康保険医療費に係る分析結果（表 3）

	事業前 参加者群	事業前 対照群	事業前 差	事業後 参加者群	事業後 対照群	事業後 差
平成 27 年度継続	16,135 円	26,019 円	△9,884 円	17,782 円	28,084 円	△10,302 円
平成 28 年度継続	14,342 円	25,548 円	△11,206 円	13,774 円	28,315 円	△14,541 円
平成 29 年度新規	13,647 円	13,867 円	△220 円	18,181 円	17,003 円	1,178 円

平成 29 年度はとやま毎日 1 万歩運動事業報告書より

(カ) 成功の要因、創意工夫した点

① 継続した取組への意識づけ

鳩山町健康マイレージ事業では、歩数データを送信することで歩数やランキングをリアルタイムで確認することができるため、参加者は自身の努力や効果を実感できる。

また鳩山町健康マイレージ事業の歩数データの送信時に声をかけ、過去の歩数記録やランキングなどの確認を一緒に行うことで参加者との距離を縮めるとともに、ヨガ教室やゆがみ測定などウォーキング以外の講座を実施することで、参加者の士気を高めるとともに、データ送信の機会とした。さらにゆがみ測定では結果データの改善点等説明しその場で実施することで、参加者自身の効果を数値で見てもらえるようにした。

マイレージ事業はスマートフォンやパソコンなどで常時取組みの成果が確認できることも継続した取組みへの意識付けになっている。

② 既存事業のローリングによる見直しと、新規事業開拓

平成 29 年度はとやま毎日 1 万歩運動の分析、評価において成果の見られた内容については継続し、さらに埼玉西ヤクルト株式会社とのコラボや、ゆがみ測定、ウォーキング部設立など充実させた形で実施した。

③ 学識経験者の知見を活用

事業の企画、実施、評価全般にわたり、武蔵丘短期大学 辻将也先生の指導及び的確な助言を受けることができ、効果的に事業を展開した。また、平成 29 年度の評価やデータヘルス計画から課題等を明確にし、平成 30 年度の事業に反映させることができた。

さらに金沢大学と連携した減塩対策も継続的に実施した。

(キ) 課題、今後の取組

① 継続した取組みへの対応

「埼玉県コバトン健康マイレージ事業」は今後も引き続き実施する予定であるが、参加者の取組み意識にはばらつきがあり、歩数の数値がかなり低い方、データの送信をしていない方がいる。今後は自発的な健康への取組みにつながるような啓発や支援方法も考えていきたい。

また、継続した支援につながりやすくなるため町の事業を魅力あるものにできるよう

な工夫を心がけたい。そのために、独自ポイントについても検討していきたい。

② 地域住民全体の健康意識・行動変容のきっかけ作り

鳩山町健康マイレージ事業の実績や成果について、様々な機会を通して広く住民に周知し、この事業から健康に対する意識や行動の変容につながるきっかけを提供していく。事業の成果を通して、健康づくり無関心層への健康づくりの動機付けの働きかけをしていく。

③ 参加者の確保

平成30年度「鳩山町健康マイレージ事業」の歩数計参加者の目標を300人としたが、次年度は定員を増やし、無関心層にも興味を持って参加できるよう周知していきたい。また参加のしやすさを考慮したスマートフォンアプリでの参加増も視野に入れていく。継続して参加することで今後1,000人以上、2,000人以上と増えることを期待している。

事業について勧奨中、「あまり歩かないから」という意見や、「全員に景品が当たるわけではないから」という意見が聞かれたため、今後は「3,000歩前後の参加者の日常」や「景品当選者の声」、「独自ポイントについて」、「体力測定等実施について」など周知していくことで、更なる参加者を増やしていく。

「独自ポイント」については、継続者のフォローアップを行いながら、他部署や自治体の自主組織等とも連携し、ポイント対象事業を拡げインセンティブを拡大し参加者を確保していきたい。

ICTを活用したマイレージ事業を、幅広い世代(若年層、健康無関心層含む)が健康づくりに取り組む機会とするとともに、参加していただいた方々が、今後も楽しみながらウォーキングを継続していくツールとしていきたい。

※ なお、平成30年度については、現在データ等を集積している段階であり、2月の身体・体力測定の結果等が揃い次第、分析をしていく予定である。また、あわせて保険年金担当(国保担当)と連携し、国保医療費に係る分析も同時進行で予定している。埼玉県が推奨する「健康長寿埼玉モデル事業」に参加したことで得られた検証方法等を活かし、評価分析していく。その結果、出てくる課題等については、今後の健康増進事業の実施に向けて整理し、効果的でより充実した内容の事業に繋げていきたい。