

## 健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

## 運動教室によるリスク保有者へのアプローチ

運動

食

団地まるごと

その他

## 事業概要

リスク保有者に対し運動教室を実施し、生活習慣病予防に効果的な運動習慣を身につけるだけでなく、あわせて保健師や管理栄養士による健診結果の見方や食生活の指導を行うことで、健康に対する行動変容や、1年に1回の定期的な特定健診の受診を習慣づけ、連続受診につながることで受診者の重症化を予防する。

## 事業内容(参加者数・予算等)

## ● 参加者数・予算(平成25年度)

150人、110万円

## ● 全3回、各回異なる対象者に向けて実施予定。

第1回：平成24年度特定健診実施者の中で HbA1c 値が5.6%以上  
(NGSP 値) の該当者

第2回：平成24年度特定健診の結果、メタボリックシンドローム該当者及び予備群の人

第3回：平成24年度特定健診実施者の中で高血圧、または e-GFR を測定し、CKD/ステージ2以上の該当者

※いずれも特定保健指導利用者を除く

## 事業効果

- 参加者の健診結果の数値が多くの項目で改善が見られる。
- 特定健診受診率の向上

## その他

- 健康づくり支援課でハイリスクアプローチ、健康増進センターでは生活習慣改善指導や健康 step up 講座につなげ、ポピュレーションアプローチとして、相互に連携をしながら、健康意識の底上げをし、今後の重症化を効果的に予防していくことが課題。