

健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

ふかや毎日プラス1000歩運動

事業概要

普段より少し多く歩くことを意識し、健康リスクのある人も含め多くの人に個人の状況に応じて自主的にウォーキングを実践してもらう。

また、ICTを活用した歩数・体組成データの収集・分析、医療費データ等を分析することで効果を検証していく。

事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算
620人、5,018千円
- 自主的なウォーキングと記録(7月～1月)
万歩計(転送機能付き活動量計)を持って各自自由にウォーキング。
歩数記録を読込み機(リーダー)で転送。
- 記録の分析、効果の検証(1月～3月)
- 見える化
各自の記録を集計し本人に提供。希望者にはWebサイトで個人ページを開設し歩数マップ等により記録を提供。
- 情報のフィードバック(4月～)
事業評価等を市報等で市民に情報提供。
- 事業の継続
フォローアップも含め事業を継続実施

事業効果

- 28年度新規事業のため平成29年1月～分析・評価予定

その他

- 一人でも多くの市民が継続できるよう支援をしていくとともに、参加者の拡大を図っていく。