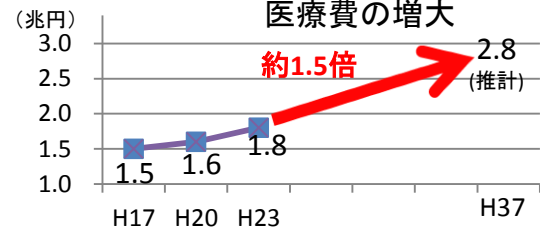
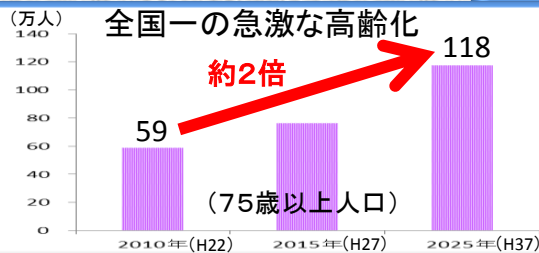


健康長寿埼玉モデルの全県展開



背景



目標

健康長寿社会の実現

健康寿命の延伸
医療費の抑制

プロジェクトの展開

平成24～26年度

先行モデル7市

医療費の抑制効果を実証された

⇒ 毎日1万歩運動(東松山市)

⇒ 筋力アップトレーニング(加須市)

を中心にモデルを構築



平成27年度

健康長寿埼玉モデルの全県展開

〇とことんモデル(2市町)

20市町

平成30年度の医療費削減目標を掲げ、1,000人規模で住民の健康増進を徹底的に実施

〇埼玉モデル(18市町)

住民の健康づくりへのきっかけとして100人規模から実施

(平成27年度)健康長寿埼玉モデルの成果



とことんモデル

志木市の例 健康寿命のばしマッスルプロジェクト

〔概要〕 健康ポイント制度を導入し、ウォーキングや筋力アップトレーニングなどを実施

〔参加者数〕 1,016人

〔主な成果〕 データ分析：東京医療保健大学 山下和彦教授



項目	成果	効果	備考
歩数	2,000歩増加 (約6,000歩 → 約8,000歩)	体脂肪燃焼	事業当初時と事業期間中平均値の比較
腹囲	2.0cm減 (94.3cm → 92.3cm)	メタボ改善	肥満型(BMI25以上)の参加者の検証結果 (メタボの基準 男性85cm 女性90cm)
開眼片足立ち	8.3秒向上 (45.7秒 → 54.0秒)	要介護リスク減	ロコモティブシンドロームの可能性判定 (15秒未満はロコモの疑いあり)
LDLコレステロール	18.5mg/dl低下 (168.3mg/dl → 149.8mg/dl) 7.7mg/dl低下 (112.4mg/dl → 104.7mg/dl)	動脈硬化リスク減	上段: 140mg/dl以上の参加者の検証結果 下段: 140mg/dl未満の参加者の検証結果 (基準値 120mg/dl未満)



医療費抑制効果 一人当たり 30,016円/年
糖尿病などの慢性疾患を持つ人の医療費減少

※参加者のうち医療費の確認ができる国民健康保険加入者の分析



平成28年10月 日本公衆衛生学会発表予定

(平成28年度)健康長寿埼玉モデルの実施状況



とことんモデル 5市町

◆毎日1万歩運動

三芳町、**鴻巣市**、**北本市**

◆筋力アップトレーニング

志木市、**ふじみ野市**

※□は埼玉モデルから移行

埼玉モデル 23市町村

◆毎日1万歩運動(12市町)

熊谷市、八潮市、幸手市、吉川市
滑川町、鳩山町、美里町、神川町
戸田市、日高市、伊奈町、上里町

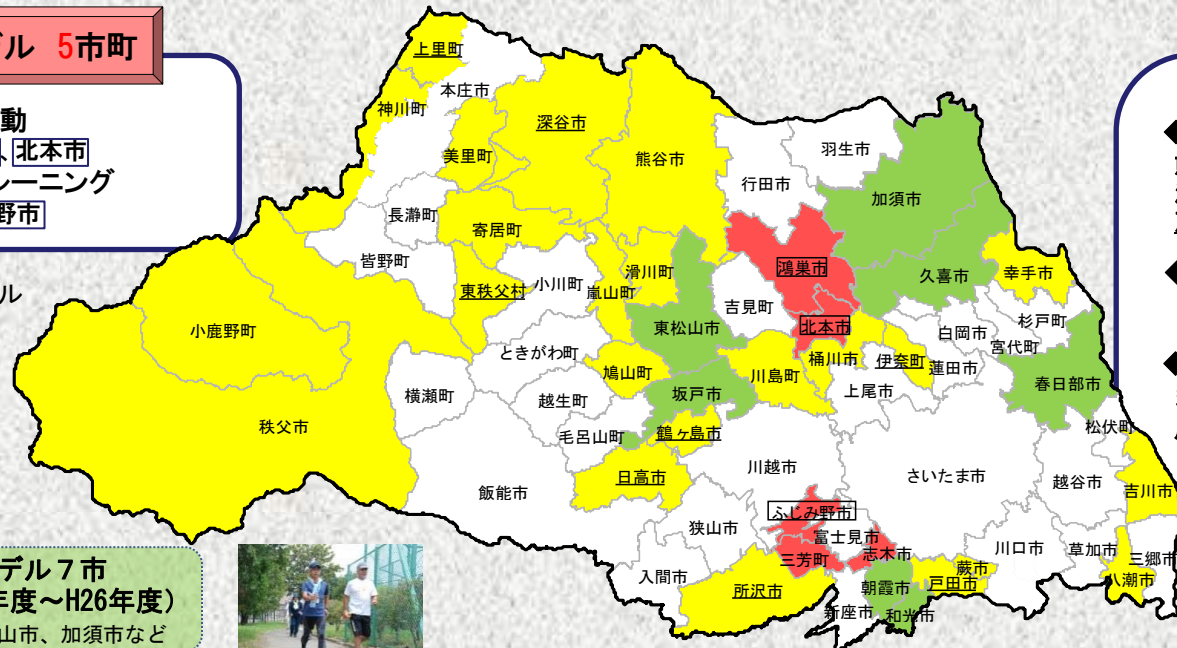
◆プラス1000歩運動(4市町)

寄居町、**所沢市**、**深谷市**、**鶴ヶ島市**

◆筋力アップトレーニング(7市町村)

秩父市、**蕨市**、**桶川市**、**嵐山町**
川島町、**小鹿野町**、**東秩父村**

※□はH28から実施



先行モデル7市 (H24年度～H26年度)

東松山市、加須市など



○実施市町村の増加

20 ⇒ 28

(平成28年6月現在)

平成27 ⇒ 28年度

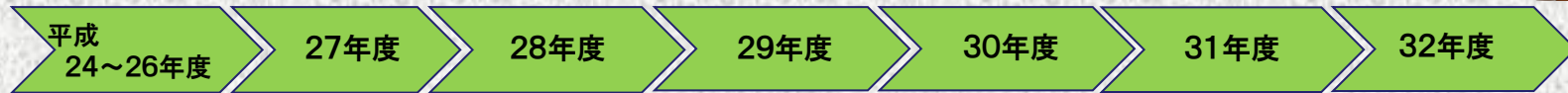
とことんモデル 2 → 5
埼玉モデル 18 → 23

○参加者数の増加

約4,700人 ⇒ 約15,000人

3倍

健康長寿埼玉プロジェクト 今後の展開



7市モデル

①健康長寿埼玉モデルの全県展開 とことんモデル・埼玉モデル



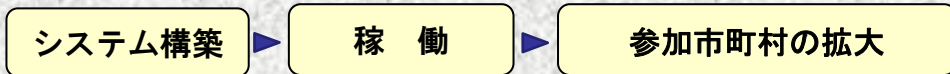
医療費抑制効果を実証されたモデルを効果的、集中的に実施

歩数計



(新規) ②健康マイレージ事業の実施

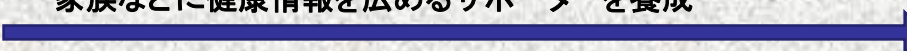
健康無関心層の取り込みなどより多くの県民参加を図るため、ウォーキングや健康づくり事業への参加により特典を受けられる仕組みを構築



③健康長寿サポーターの養成拡大

健康長寿の気運醸成を図るため、自ら健康づくりに取り組み家族などに健康情報を広めるサポーターを養成

サポーター **46,394人**
H28年3月末日現在



75,000人
H32 県民100人に1人

健康寿命の延伸

医療費の抑制