

## 令和2年度 地域発 元気づくり支援金事業総括書

事業名	しおじり健康応援ポイント事業
事業主体 (連絡先)	塩尻市
事業区分	2 保健、医療及び福祉の充実に係る事業
事業タイプ	ソフト
総事業費	1,122,813 円 (うち支援金: 601,000 円)

### 事業内容

#### ①しおじり健康応援ポイント事業

40歳以上の住民を対象に、健診受診、ウォーキング、ラジオ体操など健康増進の行動にポイント付与し、運動習慣の定着を行った。実施期間は令和2年6月1日から令和3年2月28日。

#### ②いきいき健康講座の開催

運動習慣の獲得や健康づくりに関心を持ってもらう機会をつくるために行った。

#### ③ラジオ体操の普及

ヘルスアップ委員が中心となり、YouTube 動画作成したり、チラシにより効果的なラジオ体操を広めた。



【ラジオ体操の普及】

### 【目標・ねらい】

- ①生活習慣（特に運動習慣）を改善する
- ②国保特定健診等の受診率向上

### 事業効果

※地域活性化のための目標・ねらいに対してどのような効果があったか、項目毎に記載すること。

①年度途中の開始であったが、382人の参加があった。参加者アンケートで半数以上が事業による何らかの効果を感じており、86%の人が今後も取り組みを続けたいと答えた。集団検診の中止により、特定健診の受診率向上にはつなげられなかった。②講座参加者は22名おり、家で継続できる筋トレを教わることができた。③チラシや YouTube で効果的にラジオ体操を周知し、ヘルスアップ委員が自身の職場でラジオ体操を同僚と始めるなど習慣化する人が増えた。

### ※自己評価【C】

【理由】新型コロナウイルス感染症の影響による集団検診の中止により、特定健診の受診率向上には至らなかった。ヘルスアップ委員会の活動については、ラジオ体操の普及に尽力し、運動習慣の定着に寄与した。

### 今後の取り組み

※今後、事業効果をどうつなげていくか記載すること。

令和3年度は健康ポイント事業をさらに普及するため、25歳以上からの市民を対象とし、集団検診を再開するため、特定健診の受診率向上を目指していく。付与したポイントを割引券として活用できるが、健康増進に寄与する施設での使用可能として健康維持の取り組みの一助とする。関係部署とも連携し、ウォーキングやラジオ体操などの運動を習慣づけるため、ヘルスアップ委員やスポーツ推進員などの協力のもとに普及、推進を図る。健康講座などにより運動の継続性を図る取り組みを行う。

※ 自己評価欄は、地域活性化に及ぼす事業効果について、以下から選択のこと。

「A」: 予定を上回る効果が得られた 「B」: 予定していた効果が得られた

「C」: 一定の事業効果はあったが事業実施方法や今後の活用等について、工夫や改善を要する点がある