

平成 28 年 1 月 7 日
摂津市保健福祉課

まちごと元気！ ヘルシーポイント事業 健幸マイレージ

(目的)

市民の健康づくりへの関心を高め、健診の受診や、運動習慣を持つ等の生活習慣病の予防に取り組みしくみをつくり健康寿命の延伸につなげる。

(目標・成果)

健診受診率の向上、ウォーキングコースの周知・普及、運動習慣を持つ市民の増加。

(事業概要)

対象となる健診を受けた場合、各 2 ポイント、健康づくり事業への参加で各 1 ポイントを付与し、健診と健康づくり事業の両方で合計 5 ポイント以上貯めると健康グッズ等の景品交換できる。

- ・対象者：40 歳以上の市民（約 48,000 人）※特定健診及び歯科健診の対象年齢
- ・実施期間：平成 27 年 4 月 1 日～平成 28 年 3 月 18 日
- ・対象事業：＜健診事業＞
 - 特定健診、後期高齢者健診、その他健診、歯科健診
 - ※職場健診及び個人で受診した健診も可
- ＜健康づくり事業＞
 - ウォーキング、健康目標、健康まつり、歯の健康展、市民健康教室、
 - 特定保健指導、エクササイズ講座

(ポイント発行と交換の仕組み)

①健幸ノート（ポイントを貯める台帳）を市役所、保健センター、公民館で受け取る。

…配布数 3,800 冊／全 5,000 冊（平成 27 年 12 月末現在）

②対象事業に参加してポイントシールを獲得する。

（健診場合）集団健診は受診時に配布。個別の健診は、受診結果を市役所に持参し、ポイント（シール）を獲得。

（健康目標・ウォーキング）必要事項を記入した健幸ノートを市役所に持参してポイント（シール）を獲得。

（健康教室・その他イベント）教室・イベント参加時にポイント（シール）の配布

③景品交換

- ・5 ポイント貯まった健幸ノートを景品交換の日に持参すると、先着順で景品と交換。
- ・景品交換の日程は年 4 回（9/30（水）・11/8（日）・1/25（月）・3/18（金））
- ・景品 計 1,000 名分（クオカード、万歩計、歯科グッズ、書籍(かるしおレシピ)、健診無料券、温水プール無料券)

(予算)

平成 27 年度 2,231 千円（市単独）

※平成 28 年度からは大阪府の「市町村健康づくり推進事業」（健康マイレージ事業）の補助を受け実施予定（2 年間）

健幸マイレージ年齢別参加者割合

40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
17.4%		10.9%		31.1%		39.2%		1.4%	
男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
6.5%	10.9%	2.2%	8.7%	9.4%	21.7%	13.8%	25.4%	0.0%	1.4%

特定健診(集団)月別受診者数

	5月	6月	7月	8月	9月	10月	計
27年度	379人	442人	352人	314人	379人	470人	2336人
26年度	406人	393人	398人	325人	357人	350人	2229人
増減	-6.6%	12.5%	-11.6%	-3.4%	6.2%	34.3%	4.8%

成人歯科健診受診者前年度比 (8月締分)

	受診者数
27年度	1,116人
26年度	1,097人
増減	19人

健幸マイレージ後の運動習慣の変化

増加	やや増加	変化なし	減少	不明
34.8%	41.3%	21.0%	0.7%	2.2%

※景品を交換した138人を対象にアンケートを実施。

ウォーキングイベント参加者数 ※平成27年度より実施

開催日	4月6日	6月1日	8月3日	10月5日	12月7日
参加者数	35人	127人	64人	91人	106人

参加者の声

- 「健診を通して健康について意識するようになった。特に食事と運動」
- 「年に1回こういう制度があれば、運動に健診に取組みやすく動機づけになる」
- 「ウォーキングが週2回から5回に増えた。健康づくりに取り組む励みになる」
- 「ウォーキング友達ができてよい。皆と歩けるので楽しい」

今後の課題・目標

- ・ 事業周知の徹底 (市民の事業認知度をさらに上げる)
- ・ 健康づくり事業のメニュー多様化 (例、健康体操、減塩など)
- ・ 府の「市町村健康づくり推進事業」の補助金交付を受けるために、「がん検診」をポイント対象事業に組み込む等、事業設計の再構築。
- ・ 民間企業とのタイアップ