

働く世代の健康づくり関連事業

1. 食と運動のヘルスチェックデー H26年度～

【経過・目的】

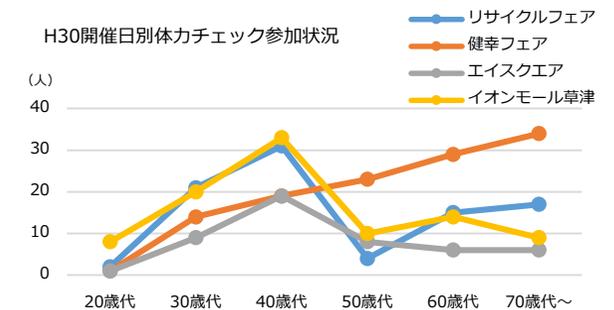
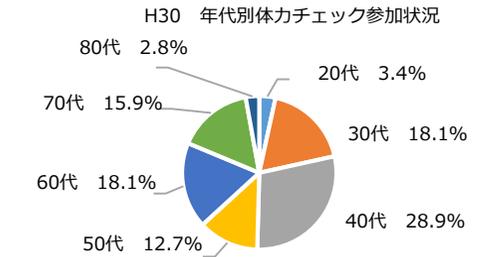
概ね39歳までの働く世代に対し、生活習慣病の発症予防のために、若い世代の時からその重要性を理解し、実践していけるよう、健康づくりに無関心な層に行動変容の動機づけになるきっかけをつくることをねらいとして大型商業施設において、簡単なヘルスチェック等による健康づくり啓発を実施。また、平成29年度からは他の部署が行う市イベントでの開催や楽しみながら食生活の見直しなどができる食育SATシステム等を活用して啓発を実施。

【内容】 体力チェック、食育SATシステムによる栄養相談、栄養相談

【対象】 概ね39歳以下の市民を主なターゲットとする

【実績】

	H26	H27	H28	H29	H30	
実施回数	5	6	6	4	4	
開催場所	商業施設	1施設	2施設	2施設	2施設	
	市イベント	-	-	-	2回	2回
実施内容 (参加人数)	体力チェック (平均参加人数)	403 (80.6)	536 (89.3)	578 (96.3)	522 (130.5)	450 (112.5)
	栄養相談 (平均参加人数)	希望者のみ	希望者のみ	337 (56.1)	181 (45.2)	346 (86.5)
	食育SAT システム	-	-	-	-	430 (107.5)
協働団体	大学 栄養士団体	栄養士団体	民間企業 栄養士団体	民間企業	民間企業 栄養士団体	



【市民の声】

「このようなイベントが色々なところできるとよい」、「ショッピングセンターなど不特定多数の人が集まる場所での開催は気軽に参加しやすい」、「食育SATシステムで栄養バランスが分かりやすく表示され、栄養の摂り方を意識しようと思う」、「気軽に体力チェックができたことで自分の体力が分かり、運動の相談もできたので、ストレッチなど運動をしようと思う」

【成果と課題】

- ・様々な主体との協働で実施することで働く世代の健康づくりの意識付けができた。
- ・「健康」をテーマにしたイベントの参加者の年代は60～70歳代となっている。
- ・集客のある商業施設やイベントが効果的と考えられる。しかし、効果的に対象とする年齢や市民へ啓発を行うためには実施場所やイベント内容の検討が必要である。
- ・健康づくりの啓発には様々な主体からの働きかけが必要である。

【来年度の方向性】

働く世代の集客の見込める商業施設等でのイベントとタイアップした実施や企業・団体等と協働して行動変容の動機づけとなるような内容を実施していく。

働く世代の健康づくり関連事業

2. くさつ健幸ポイント制度・BIWA-TEKU H28年度～

【経過・目的】

健康づくりに関心を抱ききっかけづくり、生活習慣改善のための行動変容の動機づけ、意識やモチベーションの高揚や継続効果、波及効果をねらいとした「くさつ健幸ポイント制度」を実施。

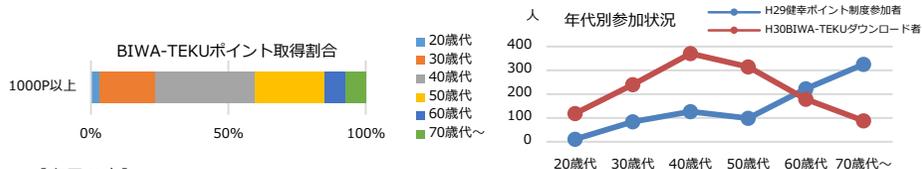
平成30年1月から、紙版「くさつ健幸ポイント制度」に加え、県内10市町と協会けんぽによる健康推進アプリ「BIWA-TEKU」の運用を開始している。

【内容】個人の目標や健康づくりの実践、けん診の受診、健康イベントの参加などさまざまな健康づくりの取組みをポイント化。貯まったポイントで景品の抽選に応募ができる。

【対象】19歳以上の市民（抽選に応募できる対象者）

【実績】

	H28	H29	H30
くさつ健幸ポイント制度	703	827	43
BIWA-TEKU	-	-	1,314



【市民の声】

「アプリは運動を習慣づける良いきっかけとなった」「目標を達成するためにウォーキングなど今後も続けていきたい」「毎日の歩数を気にするようになり、健康を意識することにつながった。」「家族と楽しみながら歩くことができた」

【成果と課題】

- ・アプリは働く世代の健康づくりを始めるきっかけや健康づくりの継続性につながっている。
- ・利用者を増やし、継続した健康づくりにつながるようにしていく必要がある。

【来年度の方向性】
事業の周知や継続した利用につながるよう「みんなでトーク」などの様々な事業、市や団体、企業のイベントを活用し周知を図っていく。

【部会での意見等】

- ・健幸ポイント制度や健康推進アプリ「BIWA-TEKU」事業について知らなかった。
- ・働く世代にむけて、健康推進アプリ「BIWA-TEKU」に参加いただくために、様々な機会や方法を捉えて周知や活用方法の検討が必要。



3. 禁煙チャレンジ事業 H29年度～

【経過・目的】

「禁煙したい人の禁煙を推進し、喫煙者の減少を目指す」ため、禁煙に取り組む意向の事業所と従業員を支援し、禁煙につなげることで働く世代の健康づくりの推進を図る。参加者募集と併せ、賛同事業所に対し聞き取り調査を行った。

【内容】禁煙にチャレンジする従業員を募集し、4か月間の禁煙に取り組んでもらう。

【対象】市内事業所・健幸都市宣言賛同事業所

【実績】

	参加事業所	参加人数	達成事業所	達成人数	聞き取り事業所数
H29	6	42	4	10	
H30	5	14	-	-	135

【成果と課題】

- ・職場全体の「禁煙に取り組む」意識の醸成につながっている。
- ・参加人数は少ないが、この事業をきっかけに禁煙したい人の禁煙につながっている。
- ・市内の事業所の喫煙対策や従業員の喫煙状況を把握することができた。
- ・年間を通じた事業とするなど、事業所にとって取組やすい事業内容とする必要がある。

【来年度の方向性】
年間を通じた事業として継続実施していく。

4. 食育チャレンジ事業 H30年度

【目的】食生活の改善に関心のない層に対して、飲食店において食生活改善の行動変容の動機づけを図ることを目的に食育の啓発を実施。

【内容】10～12月の期間において、各月ごとに食育の啓発したいテーマを設定し、飲食店利用者に啓発を行う。

【実績】

	H30	食育の啓発テーマ
実施飲食店舗数	16	
		10月 野菜摂取量の増加
		11月 適切な食事バランスの普及
		12月 3010運動+の実施（食品ロスの削減努力）

【成果と課題】

- ・飲食店を介して、健康づくりの働きかけを行うことができた。
- ・飲食店で啓発できる内容の検討や協力可能な飲食店を増やしていく必要がある。

【来年度の方向性】
店舗側の負担を抑え、参加の意義を感じることのできる事業内容とする。また、事業の認知度を高め、評価方法についても再検討していく。

【部会での意見等】

- ・利用者の意見などがわかるとよい。店舗側のメリットがあるとより多くの参加が期待できるのではないかと。食育チャレンジの評価の評価方法、事業の内容、進め方の検討が必要。

