

## かさま健康歩イント事業について

### 1 現状

平成 29 年 3 月に策定した「笠間市健康づくり計画」の市民アンケートによると、20 歳代・30 歳代の人で「運動習慣がある人」は男女とも約 25%であり、「特に運動はしていない人」は 20 歳代・30 歳代の男女とも約 50%と運動習慣が低い状況であった。

また 20～30 歳代の生活習慣病予防健診結果（過去 3 年間）によると、受診した 7～8 割の方は、BMI やコレステロール、ヘモグロビン A1c などにおいて要指導・要医療の結果となっている。

更に、国保データベースシステムで行っている疾病別医療費分析によると、15～39 歳の糖尿病、脂質異常症、動脈硬化症などの千人当たりのレセプト件数が国・県から比べると高い傾向にあることから、笠間市は生活習慣病治療者が多い状況である。

### 2 事業の目的

- ・若い世代から、身近で手軽に取り組める運動習慣として、ウォーキングの定着を図り、健康づくりに取り組む市民を推進する。
- ・継続してウォーキングを実施することにより、生活習慣病の予防が図られ、医療費の削減、将来的に健康寿命の延伸に繋げる。

### 3 事業内容

参加者が、スマートフォンを携帯し、自らの歩数及び消費カロリーを測定し、専用ウェブシステムで管理を行う。

また、歩いた歩数に対し地域ポイントを付与させ、地域ポイント還元商品から景品を進呈する。

#### (1) 対象者

地域ポイント付与については、スマートフォンを所持している 19 歳以上の市民とする。  
ただし、アプリケーションをダウンロード出来る年齢制限は設けない。

#### (2) 市民費用

無料

#### (3) 参加人数（想定）

500～600 人

#### (4) 地域ポイント付与

毎日の歩数をヘルシーポイントで付与し、ヘルシーポイントから地域ポイントに移行させる。

※1 日最大 3 ヘルシーポイント×365 日＝年間 1,095 ヘルシーポイント

(年間 365 地域ポイント)

1 日の歩数	獲得ポイント
8,001 歩以上	3 ヘルシーポイント
5,001 歩～8,000 歩	2 ヘルシーポイント
3,000 歩～5,000 歩	1 ヘルシーポイント



還元率	
ヘルシーポイント	地域ポイント
3 ヘルシーポイント	1 ポイント

#### 4 事業費用(金額は税抜き価格)

(1) 初年度費用 1,966,000 円 (税込み)

	内 容	金 額
(1)	委託料	1,264,000 円
(2)	備品購入	702,000 円

#### ◆ タブレット設置予定箇所

タブレット機能： ・履歴閲覧(歩数、カロリー、歩数ポイント確認、歩数ランキング、体組成計データ、血圧データ)  
・ポイント交換機能 ・カポカカードへの紐付け等

既設置箇所： 3箇所(本所・笠間支所・市民センターいわま)

新規設置予定箇所： 1箇所(地域医療センターかさま)

#### ◆ 体組成計・血圧計設置予定箇所

体組成計機能： ・体重 ・BMI ・体脂肪率 ・筋肉率 ・基礎代謝 など

新規設置予定箇所： 1箇所(地域医療センターかさま)

#### 5 健康に関する還元商品

ウォーキングポイント実施に伴い還元商品を追加

一例) ・電動歯ブラシ ・体組成計 ・電子体温計 ・血圧計 がん検診セット ・子宮がん検診

#### 6 事業計画

平成 30 年度より実施

# 全体導入イメージ

