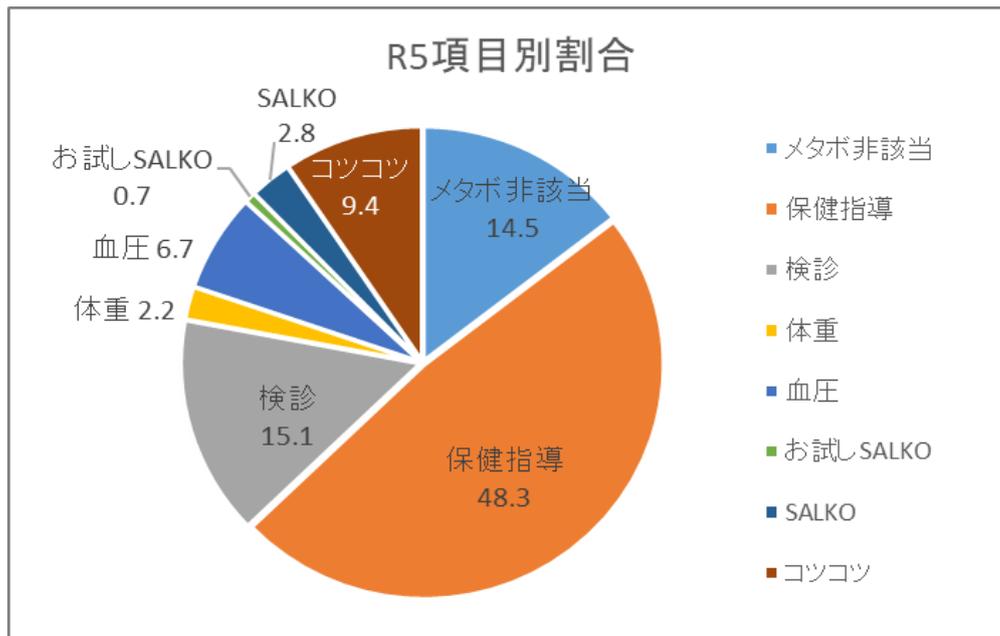


## 市町村健康増進計画等の推進に係る取組について（令和5年度）

市町村名	都城市
事業名	健康マイレージ事業
対象者	
1 住民全体	<input type="checkbox"/>
2 出生～児童・青年の世代	<input type="checkbox"/>
3 働く世代	<input type="checkbox"/>
4 高齢期	<input type="checkbox"/>
5 その他	<input checked="" type="checkbox"/>
その他の内容 18歳以上	
事業概要	
<p>1 目的 各種健康診査の受診率向上と、生活習慣病のリスク低減及び重症化を予防するために健康マイレージを付与し、健康的な生活習慣の確立を目指す。</p> <p>2 実施内容 令和5年2月から令和6年1月までに、市が指定した健康づくりの取組を組み合わせ、30点以上ポイントをためた人に対し、1,000円分の褒賞品を差し上げる。</p> <p>【市が指定する健康づくりの取組】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●必須項目：基本健診（血液検査のものに限る） 10点</li> <li>●選択項目 <ul style="list-style-type: none"> <li>・メタボリックシンドローム非該当 15点</li> <li>・保健指導を受ける（15～20分程度） 20点</li> <li>・各種検診受診（※基本健診を除く） 各5点</li> <li>・SALKOでお試しウォーキング 10点</li> <li>・体重測定 20点</li> <li>・血圧測定 20点</li> <li>・SALKOでウォーキング 20点</li> <li>・自分で目標宣言 1日1点</li> </ul> </li> </ul> <p>3 定員 250名（18歳以上の市民で1人1回）</p>	
参加者数	491名
事業予算	517千円

### 事業効果等

- ・今までの健康マイレージ申請者は定員に達することはなかったが、市の広報や検診（健診）ガイドに掲載して周知・啓発する時期を早めたり、健康づくりに取り組む項目に保健指導を加えたところ、申請者が増加した。
- ・選択項目で一番多かったのは「保健指導」であった。保健指導の種類としては特定保健指導も含まれており、約300人が申請し、特定保健指導率向上につながった。
- ・申請者のうち25%は、基本健診を初めて受けた又は数年に1回しか受けていない方であった。また、申請者のうち96%が日常生活を見直すきっかけになった、78.6%がいつもより健康づくりに取り組んだ又は意識し始めた、99.2%が今後も健康づくりに取り組む又は新たにに取り組むと答えた。健康マイレージをきっかけに健康づくりに取り組む方が増えたと考えられる。



### 課題等

- ・健康づくりに取り組んでみたいと思うような内容を今後も考えていく必要がある。

### 写真・グラフ等