

事務事業名	運動による健康づくり事業			会計	一般会計		事業種別	政策	開始	15	終了	
H27担当課等名	保健課		H27係等名	健康推進係、保健指導係		H26係等名	健康推進係、保健指導係					
基本計画上の位置づけ	政策	3	健やかに安心して暮らせるまちづくり									
	施策	31	心と体の健康づくり									
目的	対象(誰・何を)	40歳～74歳の市民						対象指標	指標名及び単位		26年度数値	
	意図(どういう状態にするか)	1自分に適した運動を実践継続する 2身体能力の維持向上を図る 3バランス能力の向上や筋力アップを図る							40歳の～74歳人口 (人)		47376人	
	向上させたい上位施策の成果指標	心身ともに健康であると感じている市民の割合 %										
目標	種別	指標名及び単位						26年度計画	26年度実績	27年度計画	28年度見込み	備考(指標変更など)
	成果指標	運動講座に参加後、週2回以上の運動が習慣化された割合(男、女%)						85	97.5	90	95	
	成果指標	19年度・・・教室に参加し、効果があったと感じた人の割合						30	28.9	33	35	
	成果指標	20年度・・・1年以上前から1回30分以上の運動を週2回										
定性目標												
事業概要	<p>身体活動の減少が原因の生活習慣病や寝たきりを予防するため、一人一人の身体活動が活発になるための働きかけが必要である。1日10分身体活動量を増やし、継続することで、死亡の危険性2.8%、生活習慣病発症リスク3.6%、がん発症リスク3.2%、ロコモティブシンドロームや認知症の発症リスク8.8%低減できることが国で示された。「今より1日10分多く体を動かすプラステン(+10分)」を健康ケア計画2014の重点プロジェクトに位置づけ、具体的な効果、実施方法の普及啓発を行う。また、個人の身体状況や健康レベルに合わせた運動指導、運動の講座を開設する。</p>											
26年度事業内容	事業内容						名称			活動指標		
	<p>1 男女合同の運動教室の開催 男性限定の運動教室の開催 2 運動の必要性について広報、啓発(プラステンの普及啓発) 3 活動量計の利用 4 年代ごとに必要な運動について検討 5 バランス能力、筋力アップを図るため、ゴムバンドを用いた運動グループの支援 6 運動グループ等の情報収集と提供</p>						<p>1 開催回数、参加者数 開催回数、参加者数 3 利用者数 5 グループ数、回数、参加者数</p>			<p>1 5回、149人 5回、54人 3 49人 5 18グループ、755回、7,628人</p>		
事業コスト		25年度決算額	26年度予算額	26年度決算額	27年度予算額	特定財源内訳、補足						
事業費計(千円)①		349	338	269	341	[25特定財源](県)健康増進事業補助金(国1/3、県1/3) 173千円 [26特定財源](県)健康増進事業補助金(国1/3、県1/3) 138千円 [27特定財源](県)健康増進事業補助金(国1/3、県1/3) 182千円						
国庫支出金												
県支出金		173	158	138	182							
起債												
その他												
一般財源		176	180	131	159							
人件費計(千円)②		7,152		0								
正規職員所要時間		2,000										
臨時職員所要時間												
総事業費①+②		7,501	338	269	341							
事業内容・目標達成状況の振り返り	健康ケア計画2014の重点プロジェクトに位置づけ、腰痛を導入にした講座を開催し、生活に取り入れやすい運動を紹介し実践した。講座に参加したことで意識して体を動かすようになり、講座終了後も継続して運動するきっかけとなった。											
改革改善の考え方	①問題点	運動は大切と感じていても実践に結びついていかない。特に働き盛りの青壮年期は運動する時間がないと感じている人が多い。運動習慣の2極化。										
	②改革提案	生活活動も含めた身体活動量を1日10分増やす「プラステン(+10分)」の普及啓発 健診結果と運動の必要性を結びつけた働きかけ 市民、関係機関、運動指導者と連携した普及啓発方法の検討。										