

事務事業名		運動による健康づくり事業		会計	一般会計		実施区分		
H28担当課等名		保健課		事業種別	政策	開始	15	終了	
H28係等名		健康推進係、保健指導係		H27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		27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)		47079	
	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			27年度計画	27年度実績	28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%) [H24～]運動講座に参加後、運動の必要性の意識が高			90	90	90	90	
	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 20年度・・・1年以上前から1回30分以上の運動を週2回			33	36	38	38	
	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2016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>								
事業内容					名称		活動指標		
27年度事業内容	1プラステン(+10分)の普及啓発 2、男性限定の運動教室の開催 3、健診結果と運動の必要性を結び付けた保健指導 4、運動を始めるきっかけづくり				1、歩こう動こうプラステン(+10分)普及啓発 2、男性限定腰痛予防講座 3、特定保健指導 4、男性健康教室		1、市民の認知度32.9% 2、5回 120人 3、40歳以上 390人 4、消防団2分団96人		
事業コスト		26年度決算額	27年度予算額	27年度決算額	28年度予算額	特定財源内訳、補足			
事業費計(千円)①		269	341	222	342	[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) 111千円 [28特定財源](県)健康増進事業補助金(国1/3、県1/3) 185千円			
国庫支出金									
県支出金		138	182	111	185				
起債									
その他									
一般財源		131	159	111	157				
人件費計(千円)②		7,152		7,152					
正規職員所要時間		2,000		2,000					
臨時職員所要時間									
総事業費①+②		7,421	341	7,374	342				
事業内容・目標達成状況の振り返り		健康ケア計画2015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 青壮年対象とした健康教室での運動の必要性について啓発 市民、関係機関、運動指導者と連携した普及啓発。							