


活動成果報告書

令和2年度（第24回）「チヨダ地域保健推進賞」

活動テーマ 2020つくば健康マイレージ	
グループ名称・氏名(グループの場合は代表者名) つくば市 保健福祉部 健康増進課 代表者：岡野 智	
勤務先：つくば市役所 所 属：保健福祉部 健康増進課 所在地：〒305-8555 茨城県つくば市研究学園1-1-1 TEL：029-883-1111 FAX：029-868-7535	

◇活動方針

今年度の事業は、新型コロナウイルスの感染拡大防止と、高齢者の運動不足から来るフレイル予防の防止という課題があったため、従来事業について65歳未満を対象とした事業と、65歳以上の高齢者を対象とした事業を別の予算で実施して区別し、特に高齢者向けの事業については運動編、食事編に分け、実施期間も従来事業よりも増やして実施したことが大きな特徴であった。このため、2つの事業を間違えることなく実施することが求められた。従事するスタッフに細かく指示し、マニュアルを用意するなどして適正な事務の執行に努めた。

協賛団体については、当初団体数の減少も予想されたが、事業の趣旨を理解いただき、健康を推進する企業・団体から例年並みの協賛をいただくことができた。

事業全体をとおして市民の健康アップにつながる事業であることを強く意識して活動した。

◇活動内容とその成果

【活動内容】

1) 事業周知

広報誌に記事掲載

各種事業で事業を周知

各事業参加者にチラシ配布、事業の周知 等

活動成果報告書

- 2) 事業等に参加するなどしてポイントを集め、応募要件を達成したら応募が可能
 - ・要件：日々の健康ポイント（運動や食生活）とボーナスポイント（健診受診など）
 - ・応募方法：応募用紙の持参、郵送または Web システムでの応募
 - ・実施期間：1月1日から12月31日まで
 - ・応募期間：9月1日から翌年1月31日まで（提出受付2月11日まで）
- 3) 健康目標（応募条件をクリアするためには、運動編、食事編ごとに3か月で30ポイント、ボーナスポイントが30ポイントで計90ポイント必要）を記録して応募してもらい、達成した方には、記念品を贈呈する。
- 4) 最後に全員を対象に抽選の実施と当選品の贈呈。
協賛団体を募り、当選品の提供や広報等に協力してもらおう（R1年度は28団体）。
- 5) スタッフ 保健師、管理栄養士、事務職員等
保健師等が窓口で対応し、事業の説明や各種健診、がん検診の業務を行うなどしている。
また、イベント、健康講座などもポイント対象となっている。

【活動成果】

これまでの事業の実績と成果（シルバー世代の健康マイレージ事業の参加者を含む実人数）

- ・令和2年1月15日現在 667人

【考察】

- ・新型コロナウイルスの感染予防のため、市民の外出が減ったことが影響していると考えられる。
- ・新型コロナウイルスの影響でPRイベントが大幅に減少したことにより広報が制限された。
- ・応募の要件は大きくは変わっていないが、やはりコロナの影響で健診などが実施できない時期があり、応募要件を満たせる人数が減少したことなどが考えられる。

◇今後の計画

- ・茨城県で実施している、スマートフォンアプリを利用した健康ポイント事業を「元気アップ！リイばらき」というタイトルで実施しており、将来的に県の事業とのサービス連携について検討する。

