

政策会議報告書

平成30年2月19日

報告者 健康推進部長

<p>件名</p>	<p>「トコロん健幸マイレージ事業」の医療費抑制効果等について</p>		
<p>要旨</p>	<p>この度、「歩き」と「速歩き」を中心に実践していただくことで様々な疾病予防に繋げることができる「トコロん健幸マイレージ事業」に係る医療費抑制等の事業効果を検証しました。</p> <p>その結果について、以下のとおりお知らせいたします。</p> <p>① 年間51,960円／人の医療費抑制</p> <p>本事業の平成28年度からの参加者（国保被保険者の一部）を対象に、生活習慣病に注目した医療費の抑制効果の検証を行いました（参加者・非参加者それぞれの、参加前後の年間医療費を比較）。</p> <p>その結果、年間で1人あたり51,960円の抑制効果が算出されました。</p> <p>本事業は、疾病・病態の予防に有効な1日の歩数とそれに占める中強度の活動時間の指標を「1日8,000歩・中強度活動時間20分以上」とした中之条研究のエビデンスを採り入れていて、多くの参加者が中強度活動を意識しながら活動を継続し、「歩くことを主体とした健康づくり」の実効性を確認することができました。</p> <p>② 参加者の変化（アンケート調査と行動指標による検証）</p> <p>早稲田大学人間科学学術院・竹中教授の協力のもと、参加者対象の2回（平成28年9月及び平成29年2月）のアンケートを比較分析しました。</p> <p>その結果、参加者が「歩く」という行動を継続することで、自己の「できる」という自信（自己効力感）が高まり、さらに「健康だと思う」など、健康意識の増加が見られました。</p> <p>「歩く」の行動継続 ⇒ 自己効力感アップ ⇒ 歩数アップ ⇒ 健康度アップ ⇒ 「歩く」の行動継続が強まる…という好循環が生まれている、という分析結果が得られました。</p>		
<p>所管名</p>	<p>健康推進部 健康づくり支援課</p>	<p>電話番号</p>	<p>04-2991-1813</p>

※ 会議の7日前までに関係資料を添え、32部提出してください。

※ 報告書（関係資料を除く）のデータもメールで送付してください。