

【事務事業調査】

事務事業名	運動に関する普及啓発事業費		予算科目 コード	会計 - 款 - 項 - 目 - 事業	
				001-040102-003-04-01-0	
担当部課	住民生活部 健康福祉課	担当 サブリーダー	健康づくり担当 田中 圭子	事業の分類	既存事業

■事務事業の概要

	何をどのような方法で実施します(実施しました)か?	どのような成果が現れます(現れました)か?
計画	①健康増進や生きがいづくり観点から運動習慣づくりとして、運動教室を実施する。個人に合わせた運動が選択できるよう、ウォーキング・筋トレ・ストレッチ等の各運動教室を定期的に実施し、運動の習慣化を図る②毎日の運動量や健康づくり行動を、体重や腹囲が記入できる「健康カレンダー」を使用し、日々の生活習慣の振り返りを行う。また、「健康ポイント制」を導入し「健康カレンダー」の活用や目的達成度、教室の参加回数等によりポイントをつけていき、健康づくりに対する行動を賞賛する。高ポイント取得者には表彰状を授与し、「健康まもり隊」の称号を与える。③身近で手ごころな運動の普及として、町内ウォーキングコースを増やしていく。④ウォーキング教室の卒業生を中心に「高根沢町ウォーキング会」を組織し、自主的に活動するよう促す	①体力に合わせた運動を選択することにより、参加しやすくなり、無理なく継続することができる。定期的な運動教室の開催により仲間づくりにもつながり、健康づくりと生きがいづくりの一助となる。②健康カレンダーの使用により、日々の生活習慣を振り返り、身体活動量や身体状況を把握し、改善に努めることができる。健康ポイント制の導入により、参加者の目標ができ、意欲的に健康づくりに取り組むことができる。③より身近な場所にウォーキングコースができることにより、ウォーキングへの関心が高まり、ウォーキング人口の増加が期待できる④自主的な組織を育成することで、定期的に運動をする人が増える。
実績	すっきりスリム教室としてストレッチコース10回、エアロコース8回を実施。延べ465人参加。出席カードに健康ポイントを記入し、他の教室に参加したもの、健康カレンダーの提出、健康診査の受診などを記入し、表彰を行った。町での開催は月1回から2回の開催であるため、継続のため他の自主グループや有料の施設等を紹介し、継続するよう促した。ウォーキング教室を5回開催し、延べ78人参加。自主グループとして「高根沢町ウォーキング会」が発足し、定例会を3回実施した。自主的に町内に参加を呼びかけてウォーキングを広める活動を行った。全国や県の定例会へも参加し、独自の活動を行っている。	教室へ継続して参加する人の割合が高くなっている。また、講師が開催する教室へ会費を払い参加する人もおり、自主的に活動しようという姿勢がうかがえるようになった。徐々に運動習慣があると回答する人が増えてきている。3種類の運動教室を開催しているが、全てに参加する人もいるが、自分にあつた運動を選び継続しているという傾向が見られる。無理をせず、年齢や体力に合った運動を選んでいる。継続した運動をすることでメタボ予防だけでなく、筋力アップにより転倒を防ぎ、ねたきり予防につながる。

■活動指標

指標	目標値	達成値	特記事項
ポイント取得による表彰者	100名	140名	ポイントを多く取得した人は、健康づくりへの意欲が高まったと評価でき、行動変容も期待できる。

■事業費(計画)

細 節	金 額
1 報償費	217,000
2 消耗品	116,500
3	
4	
5	
6	
7	
8	
	333,500

■事業費(当初予算)

細 節	金 額
1 報償費	252,000
2 消耗品	30,000
3	
4	
5	
6	
7	
8	
	282,000

■事業費(実績)

細 節	金 額	特記事項
1 報償費	147,000	
2 消耗品	13,965	
3		
4		
5		
6		
7		
8		
	160,965	

■事業経費

		計 画	実 績	特記事項
予 算	当初予算額		282,000	
	補正予算額		0	
	流用額		0	
	予算現額		282,000	
決 算	決算額		160,965	
財 源	国庫支出金			
	県支出金			
	地方債			
	受益者負担金			
	その他の特定財源			
	計		0	0
	差引(一般財源)	333,500	160,965	