

健康ウォーキング普及事業

施策のポイント

全国で初めてウォーキングポールの購入補助金を交付して普及に努めた。また、スポーツとしてではなく保健部局として事業を行ったため、講習会に保健師を帯同して安全に実施することができた。

自治体情報

長野県 御代田町

人口 / 14,616人

標準財政規模 / 3,787,784千円

担当課 保健福祉課健康推進係

電話番号 直通 0267-32-2554

実施主体 御代田町

関連ホームページ http://www.town.miyota.nagano.jp/kenkou_fukushi/kenkou_hoken/

事業期間 平成 21 年度から

参考とした施策

関係施策分類 ⑥エ

施策の概要

1 取組に至る背景・目的

町長が提唱する「健康なまちづくり推進プロジェクト」に呼応して庁内を横断する「プロジェクト会議」を立ち上げた。会議の中で多くの町民が、手軽に安心して取り組める効果的な運動を検討した結果、ポールを使った「健康ウォーキング」の普及をはかることになった。

2 取り組みの具体的内容

ウォーキングポールを 60 セット購入し町民対象の講習会の際に貸し出し普及に努めた。講習会については 3 回、大会を 1 回開催した。町内の公共施設 5 ヶ所周辺に案内看板を設置し、モデルコースをつくった。また、コース内の公共施設に血圧計・体脂肪計を設置して住民一人ひとりが健康を自己管理できる環境を整えた。ウォーキングポールの購入者には補助金（2,000 円）を交付し、ポール購入のハードルを下げた。

3 施策の開始前に想定した効果、数値目標など

健康・体力増進により将来的な医療費の削減がはかれる。また、健康な人が増えることにより、活気のある町づくりにつながる。

数値目標としてはウォーキングポールの購入補助申請者を最大 200 人と想定した。

4 現在までの実績・成果

講集会 3 回、大会 1 回を実施し、延べ参加人数は 300 人であった。

また、購入補助申請については当初想定した 200 人を上回る申請があった。ウォーキング継続者にアンケートを行ったところ、「以前よりも体調が良くなった」との声が聞かれた。中にはウォーキングを始めて半年で 10kg 以上の減量に成功した人もいた。

5 導入・実施にあたり工夫した点や苦労した点とその対処法・解決策など

お年寄りや足・腰にハンデキャップのある人でも取り組める運動を選択したものの講習会における参加者の体調管理にはかなり気を使った。保健師が事前問診を行いリスクの高い人には特別メニューでエクササイズを実施した。

6 今後の展開と課題

現在、健康・体力増進に対する意識の高揚をはかり、改善の状況を把握するためモニターを募集している。

今後も2～3ヵ月に一度の講習会を実施して正しい歩行の普及に努め、町民の体調改善に努める。また、将来的には医療費の削減も図れる。



予算関連データ

総額 ①～⑤の計		財源内訳（財源区分：①～⑤）				
		①国費	②県費	③起債	④その他	⑤一般財源
1,110千円		0千円	0千円	0千円	0千円	1,110千円
①～④の名称、 所管など	名称					/
	所管					
	金額					
	補助率					