

日本健康会議2024

「健康でいられる地域・まちづくり表彰」

官民連携分野 優秀賞 兵庫県西脇市

「官民連携による成果連動型スポーツ健康まちづくり事業」

＜取組内容の実績等＞

取組みの内容に関するタイトル（事業名等）	官民連携による成果連動型スポーツ健康まちづくり事業
連携先	株式会社つくばウエルネスリサーチ 株式会社タニタヘルスリンク
取組みの背景・経緯	少子高齢化の進展により医療費や介護給付費の増加が懸念される中、健康寿命の延伸が喫緊の課題となっている。しかしながら、従来の保健事業等の対象は一部のハイリスク者に限定されており、市民全体の約7割を占める健康無関心層に対して効果的な健康啓発を実施できていない。これらを踏まえ、民間企業が持つノウハウを活用し、健康無関心層を対象にフレイル予防のための運動プログラムを提供することで、市民がおのずと健康づくりに取り組むまちを目指すこととした。
取組みの内容・工夫点（アピールポイント）等）	連携先が有するノウハウを活用して実施する「健幸運動教室Ni-Co（にこ）」、「健幸ポイント事業」、「健幸アンバサダー養成」の3つが中心となる取組である。 「健幸運動教室Ni-Co」は、科学的根拠に基づく個別処方型であることが特徴で、令和5年度には576人が参加（令和6年2月時点）。令和4年度の参加者においては、平均7.3歳の体力年齢若返りを実現した。 「健幸ポイント事業」は、日々のウォーキングによる歩数や健診の受診等で貯めたポイントを地域商品券に交換できるもので、令和5年度には2,435人が参加（令和6年2月時点）。このうち約6割（1,450人）の参加者は65歳以上の高齢者となっている。 「健幸アンバサダー養成」は、健康に関する正しい知識を身近な人々に伝える役割を担う人材を養成し、健康への関心を喚起する取組である。令和6年2月時点で延べ642人がアンバサダーに認定されている。 【アピールポイント】 ・ ICT活用による大規模ポピュレーションアプローチと市町連携による省コスト化 参加者は、連携先が提供する専用の活動量計を持ち歩いて日々の歩数を計測し、市内各所のアップロード拠点で歩数データ送信を行う。アップロードされた歩数データをシステムで管理することで、多数の参加者を抱え、事業効果をより高めることを可能にした。 また、同様の取組を全国各地の4市町（福井県大野市、京都府南丹市、岩手県金ヶ崎町、兵庫県西脇市）が連携して実施することで、システム利用等に係るコストの削減を図っている。 ・ 成果連動型契約の締結による連携強化 連携先との委託契約形態を、従来の役務提供型の契約ではなく、KPI

	の達成状況に応じて委託料を増減させる成果連動型契約としている。これにより、KPIの達成に向けてより密に連携する体制としている。 ・筑波大学大学院の久野譜也教授監修による運動プログラムの提供 「健幸運動教室Ni-Co」の参加者には、筑波大学が有する10万人分の実績を基に開発されたプログラムにより、個々の運動能力に応じて最適化された運動メニューが作成・提供される。これにより、参加者は科学的根拠に基づく最適な運動メニューを実践することができる。 ・医療費・介護給付費の抑制効果の検証 歩数の向上が医療費・介護給付費の抑制に効果的であるという筑波大学大学院久野研究室によるエビデンスに基づき、医療費・介護給付費の抑制額を事業のKPIのひとつとしている。このKPIの検証を同大学発のベンチャー企業である連携先が担うことで、客観的な事業評価を実施できる体制としている。 ・参加者の生きがいや精神健康度の向上 参加前と比較して生きがいが向上した参加者の割合が22%増加したほか、精神健康度が低い者が52%減少しており、参加者の社会参加の促進や主観的な健康度の向上につながっている。（令和4年度末までの参加者）
開始時期	令和元年11月
効果等 （認定率、介護費等への影響等を具体的に記載）	医療費・介護給付費の抑制額：令和3年度の健幸ポイント事業参加者1人当たり12.3万円減 事業を通じた市民の健康投資：年間 689万円増