十和田市事務事業評価シート

【事務事業の概要】

整理番号	1	実施計画番号	74		
事務事業名	健康長寿応援事業			事業開始年度	平成26年度
担当課名	健康増進課			事務の種類(選択)	自治事務
根拠法令等	第2次健康とわだ21		関連事務事業		
背景や経緯等	健康寿命を延ばし、生涯にわたって健康に過ごすためには、定期的に健診を受け、その結果をもとに日頃の生活習慣を振り返り、健康的な食生活や運動習慣を身につけることが重要であることから、市民の主体的な健康づくりを促進するために実施する。				
事務事業の目的	①健康を楽しもう！とわだエンジョイウォーク大作戦：市民の毎日の生活の中で楽しみながら意識して体を動かすことができるよう運動習慣の定着を図る。 ②健康とわだポントラリーPART2：特定健診・がん検診受診率の向上を図る。				
実施状況	①夏のとわだエンジョイウォークは、参加者へ事前にアンケートや血管年齢並びに血圧測定をし、当日は官庁街コース、商店街コースに分かれてウォーキングを行った。冬は室内でのウォークを開催予定。参加者へは万歩計や記録表を配布し、運動継続に対する意識づけを図る。 ②ポイントラリーは、健診を受けるとポイントが加算され、ポイント数に応じて、参加賞や健康づくりに役立つ景品を贈呈する。				

【人件費の推移】

		26年度実績	27年度実績(見込)	28年度予定
正職員	従事者数(人)	4	3	3
	活動日数(日)	120	105	105
	人件費(千円)	17,280	11,340	11,340
正職員以外(選択↓)	従事者数(人)		1	1
	活動日数(日)		24	24
	人件費(千円)		178	178

【事業費の推移】

	26年度実績	27年度実績(見込)	28年度予定
事業費合計(千円)	2,040	2,231	2,231
うち一般財源	2,040	2,231	2,231
うち国県支出金			
うち地方債			
うちその他			

＊28年度予定については予算編成中のため、実績(見込み)と同額とした。

【指標】

活動指標

活動指標名①	健康を楽しもう！夏と冬のとわだエンジョイウォーク参加者数			
計算式等	単位	26年度実績	27年度実績(見込)	28年度予定
	人		500	500

活動指標名②	健康とわだポイントラリー参加者数			
計算式等	単位	26年度実績	27年度実績(見込)	28年度予定
	人	1,271	2,500	3,000

成果指標

成果指標名①	運動習慣定着率(国民健康保険加入者40～74歳の特定健康診査受診者)				
計算式等	単位		26年度実績	27年度実績(見込)	28年度予定
	%	目標値	38	39	40
		実績値	36	37	
		達成度(%)	95%	96%	

成果指標名②	特定健診受診率				
計算式等	単位		26年度実績	27年度実績(見込)	28年度予定
	%	目標値	40.0	45.0	50.0
		実績値	35.8	34.3	
		達成度(%)	90%	76%	

十和田市事務事業評価シート

整理No	1
計画No	74

【担当課による検証】

ポイント			検証(選択)	評価	点数	合計	検証の理由
妥当性	①	**市民ニーズ等から見る妥当性** 市民ニーズや時代潮流の変化により、事務事業の役割が薄れていないか	A 薄れていない B 幾分薄れている C 薄れている	A	2	4	存在意義の見直しの余地 0 ／4 厚生労働省は健康無関心層の行動変容を促す施策について検討し、その結果としてインセンティブの制度化が必要であるとの結論に達している。十和田市においては、健康づくりの事業に参加するのは、もともと関心の高いかたが中心であり、無関心層への支援が不十分であることから行政が事業を実施し、市民の健康づくりに関する意識を高めていく必要がある。
	②	**実施主体である妥当性** 行政が実施することが妥当か(民間と競合していないか)	A 妥当である B あまり妥当ではない C 妥当ではない	A	2		
有効性	③	**活動指標から見る有効性** 活動指標の実績は、順調に推移しているか	A 順調である B あまり順調ではない C 順調ではない	A	2	4	成果向上の余地 2 ／6 健康ポイントラリーについては、平成26年度途中から、エンジョイウォーク大作戦については、平成27年度からの実施であり、市民への周知が行き届いていない現状にある。
	④	**成果指標から見る有効性** 成果指標の目標達成状況は、順調に推移しているか	A 順調である B あまり順調ではない C 順調ではない	B	1		
	⑤	**事務事業の見直しの余地** 成果を向上・安定させるため、事務事業の見直しの余地はあるか	A 見直しの余地はない B 検討の余地あり C 見直すべき	B	1		
効率性	⑥	**事業費の削減の余地** 事務手順の見直しや正職員以外での対応により、成果を下げずにコスト削減は可能か	A コストに無駄がない B 検討の余地あり C 可能である ★ 実施済	B	1	3	コスト削減の余地 3 ／6 エンジョイウォークについては、関連事業との連携をとるなど、コスト削減について検討の余地がある。他課で計画済みのイベントについては、積極的に市民へ情報発信していくことで、互いに事業の効率性を高めることにつながるといえる。 ポイントラリーは、ポイントの対象となる事業や、景品の見直しが必要である。
	⑦	**他の事務事業との統合・連携** 類似又は関連事業との統合・連携により、成果を下げずにコスト削減は可能か	A コストに無駄がない B 検討の余地あり C 可能である ★ 実施済	B	1		
	⑧	**民間委託等** 民間委託・指定管理者・PFI等により、成果を下げずにコスト削減は可能か	A コストに無駄がない B 検討の余地あり C 可能である ★ 実施済	B	1		
公平性	⑨	**受益の偏り** 現在の受益は公平か。特定の個人・団体に受益が偏っていないか	A 偏っていない B 多少偏っている C 偏っている	A	2	3	受益者負担適正化の余地 1 ／4 広報・ホームページ等で広く情報の周知をしている。健康づくりは、乳幼児期から高齢期までのすべての市民を対象に取り組んでいる。 事業の実施内容に応じて、参加費について検討が必要である。
	⑩	**受益者負担の見直しの余地** 現在の受益者負担は適切か。見直しの余地はあるか	A 見直しの余地はない B 検討の余地あり C 見直すべき	B	1		
				現在の適性		14 ／20	改善の余地 6 ／20

【点数化による検証】

当該事業の現在の適性は20点中 **14** 点です。

当該事業の改善の余地は20点中 **6** 点です。

【担当課長による評価】

当該事業の今後の方向性(選択) ⇒ **有効性を改善して継続**

方向性の理由

成果指標に掲げた特定健診受診率の向上のためには、これまで健診を受けたことのない真の対象者へのアプローチが重要なポイントである。健康無関心層へのアプローチを強化するため、①周知方法の検討と拡大 ②魅力あるポイント対象景品の拡充 ③「正しい運動の仕方」について知識を普及し市民の健康教養の向上を図るとともに、対象に応じた運動方法を周知するなど検討と改善を行い、継続していく。

今後の具体的な取組方策と狙う効果

①エンジョイウォークは、体操や歩くことなど、毎日の生活の中に運動を取り入れ、継続できる市民が増えるきっかけとなる。
②運動は、糖尿病、高血圧、脂質異常症になるリスクを予防し、健康寿命延伸対策としての生活習慣病の予防につながる。
③ポイント制は健康づくりのためのインセンティブ(意欲向上や目標達成のための欲を刺激し、引き出す要因)発揮に有効であることから、市民の主体的な健康づくり推進に活用していきたい。

十和田市
健康都市宣言

私たちの願いは、豊かな自然に囲まれた、安全で安心なこのまちで、市民一人ひとりが、健康で充実感を持ち、こころ豊かに暮らすことです。

そのために、私たちは、自らの健康に関心を持ち、お互いに支え合いながら健康づくりをすすめます。

一、毎日の生活の中で、意識してからだを動かし運動します。

一、地元の野菜を取り入れ、バランスの良い食事を心がけます。

一、健康診査で健康維持、笑顔あふれる生活をめざします。

一、心地よい睡眠と休養をとり、生き生きと暮らします。

一、地域の人々とのふれあいや支え合いを大切にします。

解　説

十和田市は、平成17年1月1日に、近代都市計画のルーツと言われる整然と区画された美しい街並みを有する旧十和田市と神秘の湖十和田湖をはじめ、日本三大渓流美の一つである奥入瀬渓流など豊かな自然を有する旧十和田湖町との合併により誕生しました。

本市は、「感動・創造都市 ～ 人が輝き　自然が輝き　まちの個性が輝く理想郷 ～」の実現を基本理念とし、行政運営を進めています。

平成25年3月に策定した「十和田市健康づくり基本計画（第2次健康とわだ21）」を本市の健康づくりの指針として位置づけ、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目標に掲げ、「生活習慣病の予防」と「こころの健康」を二つの柱に、保健、医療、福祉、教育等の関係機関と連携し、各種事業に取り組んでいます。

新市誕生10周年を迎えるにあたり、誰もが生き生きと暮らすことができるよう、市民と行政が一体となって、「健康都市」をめざすことを宣言するものです。

平成27年1月28日

十和田市健康都市宣言文要旨

宣言文は、第２次健康とわだ21の市民が取り組む次の５領域としました。

一、毎日の生活の中で、意識してからだを動かし運動します。

＜身体活動＞

日常生活の中で意識して体を動かすことだけでも健康を保つことにつながります。
まずは、体操や歩くことから始めましょう。

一、地元の野菜を取り入れ、バランスの良い食事を心がけます。

＜栄養＞

地元の食材で彩り良く、野菜が多い食事は健康につながります。
食への感謝の気持ちを大切にし、家族一緒の食事に心がけましょう。

一、健康診査で健康維持、笑顔あふれる生活をめざします。

＜健康診査＞

自分の健康状態を把握することは健康づくりの第一歩です。
積極的に健康診査を受けましょう。

一、心地よい睡眠と休養をとり、生き生きと暮らします。

＜睡眠・休養＞

睡眠は、こころと体の疲れをとるために必要です。
ぐっすり眠るとさわやかな朝が迎えられます。休養は大事です。

一、地域の人々とのふれあいや支え合いを大切にします。

＜こころ＞

悩みがある時は、ひとりで抱え込まず、家族・友人・職場の同僚・専門的な窓口へ相談しましょう。
また、日頃から隣近所で声を掛け合い、地域の支え合いを大切にしましょう。

平成27年度　健康長寿応援事業「健康を楽しもう！エンジョイウォーク大作戦」

健康を楽しもう！とわだエンジョイウォーク実施要項

1. 趣　　旨　　健康づくりのためのウォーキングの推進を図るとともに、市民が毎日の生活の中で、楽しみながら、意識して体を動かすことができるよう運動習慣の定着化を図る。

2. 主　　催　十和田市

3. 協力団体　青森中央学院大学、十和田市食生活改善推進員会、十和田市保健協力員会、ノルディック・ウォーク・クラブ、十和田市観光協会

4. 日　　程

1）夏のとわだエンジョイウォーク　平成27年7月5日(日)　小雨決行

集合場所　　十和田市陸上競技場

①受　付　8:30～9:20

②開　会　9:30【市長あいさつ、健康運動指導士によるウォーミングアップ(10分)】

③スタート　10:00　【市長】

スタート・ゴール地点	コース	往復距離	スタート
陸上競技場	①　官庁街コース	2.9km	10：10～
	②　商店街コース	5.8km	10：00～
	③　ノルディック体験コース	トラック内	10：00～

プログラム

9:30 開会

10:00 商店街コーススタート

ノルディック体験

10:10 官庁街コーススタート

11:45 ゴール

12:00 閉会

④ゴール　11：45までには全員ゴールする。

⑤閉　会　12:00　●記録表の活用と、冬のエンジョイウォーク（1/30）の案内

2）冬のとわだエンジョイウォーク　平成28年1月30日(土)

集合場所　　十和田市総合体育センター

①受　付　　8:30～9:20

②開　会　　9:30

③内　容　　9：40 健康運動指導士による室内での運動について

④閉　会　　12：00

5. 参加資格　　健康なかたで、所定の距離を歩ける十和田市民

※小学生以下は、保護者または引率者同伴で参加する。

※車椅子、杖やシルバーカー、ベビーカーでの参加は不可。

6. 参 加 料　　300円（万歩計・傷害保険料・記録表・飲料水）
※事前に徴収し、参加料の払い戻しはできません。
※夏のエンジョイウォーク参加者が、冬のエンジョイウォーク申し込みの場合、参加料は徴収しません。

7. 定　　員　　【夏】500名（先着順）
【冬】500名（先着順）

8. 参加特典　　万歩計、記録表ほか、終了後食生活改善推進員会による手作り軽食あり

9. 周知方法　　広報、ちらし・ポスター（公共機関、保育園、幼稚園等）

10. 申込期間　　【夏】平成27年6月1日(月)～平成27年6月15日(月)
【冬】平成27年12月10日（木）～平成27年12月25日（金）
＊夏・冬とも、土日を除く

申し込み時には、①血管年齢及び血圧測定を実施する。
②運動習慣に関するアンケート実施する。
③万歩計と記録表及び注意事項等を記載したパンフレットを配布する。

11. 申込方法　　十和田市保健センター窓口　※大会当日の申し込み不可。

12. 問合せ先　　十和田市健康増進課保健相談係（十和田市保健センター）
TEL:0176-51-6791
〒034-0081　十和田市西十三番町4-37

13. 傷害保険保障内容

	一人あたりの保険金額
死亡・後遺症害保険金額	500万円
入院保険金（日額）	3,000円
通院保険金（日額）	2,000円

14. そ の 他
(1) 夏のエンジョイウォーク当日の開催合図は、午前7時にのろしをあげます。
(2) 申し込み者は、万歩計を持参して参加してください。
(3) 受付でゼッケンを渡しますので、身につけてスタートしてください。
閉会式前には、ゼッケンを受付に返してください。
(4) ウォーク中の飲料水は自分で準備し、熱中症等の健康管理に十分配慮してください。
（主催者側で、飲料水１本を準備する。）
(5) ウォーク中の参加者自身の転倒等のけがについては、主催者側で加入する傷害保険の範囲内で対応しますが、その後の責任は負いませんので、各自の責任において健康管

理をしてください。また、大会当日は健康保険証（コピー可）をご持参ください。

(6)各自、スタートまでの間は準備体操などで体をほぐしてください。

(7)当日体調が悪い場合は、無理をしないで係員へ連絡してください。(係員はスタッフ腕章【赤】を付けています。) また救護コーナーを設置しますのでご利用ください。

(8)ウォーク中は係員の指示に従ってください。

(9)信号が青でも安全を確認してから横断してください。

(10)手荷物預かり所は設置しませんので、貴重品は各自で保管してください。盗難紛失などの責任は負いません。

(11)お車でお越しの際は、周辺の有料駐車場をご利用ください。

(12)スタート時間、コースや進行内容は突発事故、天候等により変更する場合があります。

(13) 記録コーナーを設置しますので、ご利用ください。

健康を楽しもう！

夏のとわだエンジョイウォーク

万歩計をつけて十和田市陸上競技場へ集合しよう!!

平成27年 7/5（日）

小雨決行

★ 受付時間　8：30 ～ 9：20

★ 開会式　9：30

健康運動指導士 加藤先生によるウォーミングアップがあります!!

★ スタート　10：00

★ 閉会式　12：00

官庁街コース 2.9 ㎞

商店街コース 5.8 ㎞

ノルディックウォーク体験コースもあります!!

コースを選んでお申込ください

～コース案内～

参加費：300円（内訳：万歩計、記録表、飲料水、傷害保険料）

申込期間：平成27年6月1日～6月15日（土、日除く）

申込および問合せ先：十和田市西十三番町4-37　十和田市保健センター窓口　TEL（51）6791

主　催：十和田市

夏のとわだエンジョイウォーク

趣旨
市民が毎日の生活の中で、楽しみながら、意識して体を動かすことができるよう、ウォーキングの体験を通して運動習慣の定着化をめざします。

参加資格
十和田市民で健康に自信があり、所定の距離を歩けるかた。
※車椅子、杖やシルバーカー、ベビーカーでの参加はご遠慮ください。
※小学生以下は保護者または大人のかたと参加してください。

定員
500名

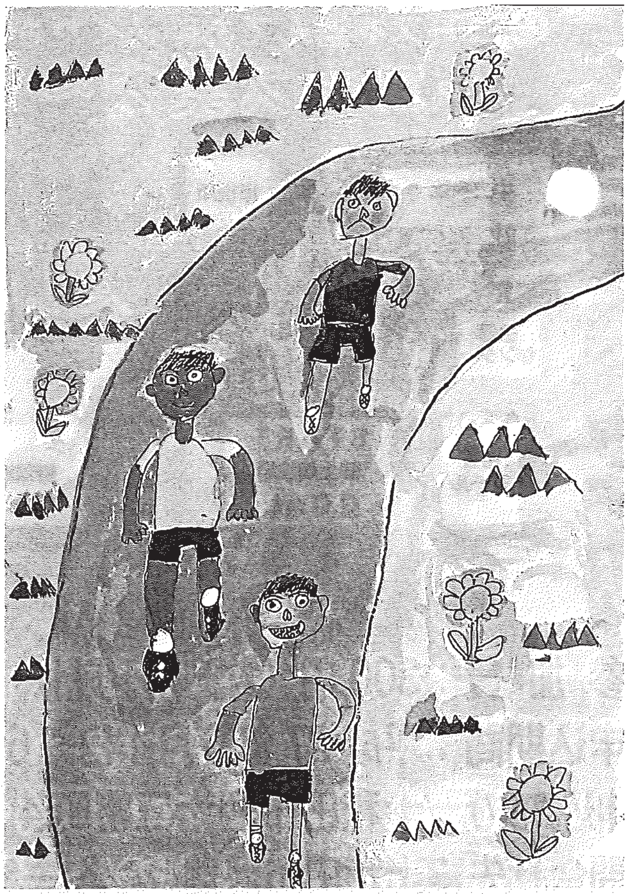
申込方法
参加費を持参のうえ、十和田市保健センター窓口へおこしください。
申込み時には、万歩計と記録表をお渡しします。
【20歳以上の方】
○血管年齢及び血圧測定を行います。
○運動習慣に関するアンケートの記入をお願いします。

申込受付期間
平成27年6月1日㈪～6月15日㈪　8：30～17：00 ※土日は除く
※6/4㈭・6/11㈭は、8：30～19：00まで対応します。

持ちもの
参加費 300円、「健康とわだポイントラリー」ポイントカード

☆その他☆

❶ 大会当日の開催合図は、午前7時にのろしをあげます。開催の有無について不明な場合は、電話にてお問合せください。
❷ 申込者は、万歩計を持参して参加してください。
❸ ウォーク中の参加者自身の転倒等のけがについては、主催者側で加入する傷害保険の範囲内で対応しますが、その後の責任は負いません。
大会当日は健康保険証(コピー可)をご持参ください。
❹ 当日体調が悪い場合は、無理をしないで係員へ連絡してください。（係員はスタッフ腕章【赤】を付けています。）
❺ ウォーク中は係員の指示に従ってください。
❻ 手荷物預かり所は設置しませんので、貴重品は各自で保管してください。盗難紛失などの責任は負いません。
❼ お車でお越しの際は、周辺の有料駐車場をご利用ください。
❽ スタート時間やコースは、突発事故、天候等により変更する場合があります。


平成26年度 健康づくりポスター
小学校低学年の部応募作品「みんなでマラソン」

健康長寿応援事業について

①健康を楽しもう！とわだエンジョイウォーク大作戦の実施状況

【目的】　健康づくりのためのウォーキングの推進を図るとともに、市民が毎日の生活の中で、楽しみながら、意識して体を動かすことができるよう運動習慣の定着化を図る。

【内容】

夏のとわだエンジョイウォークの開催：平成27年7月5日(日)　小雨決行

集合場所 ； 十和田市陸上競技場

時　間 ； 9:30～12:00

参加資格 ； 健康なかたで、所定の距離を歩ける十和田市民

参加料 ； 300円(万歩計、傷害保険料、記録表、飲料水)

参加特典 ； 万歩計、記録表ほか、終了後食生活改善推進員会による手作り軽食あり

申込時 ① 血管年齢及び血圧測定を実施する。

② 運動習慣に関するアンケート実施する。

③ 万歩計と記録表及び注意事項等を記載したパンフレットを配布する。

参加者　282名

- 20歳未満　39名
- 20～30代　27名
- 40～74歳　189名
- 75歳以上　27名

○官庁街コース(2.9km)

○ノルディックウォーク体験コース

○商店街コース(5.8km)

●冬のとわだエンジョイウォークを平成28年1月30日(土)に開催予定。

【開催に至るまでの取り組み】

①実態把握のためのモニタリングを実施(平成26年度)

②モニターやウォーキング実践者等によるミーティングの開催(全2回)

第1回目：モニターからの体験談、ウォーキング実践者からの情報提供、運動習慣定着のためのアイディアなどについて、意見・情報交換

第2回目：7/5開催の「夏のとわだエンジョイウォーク」について、当日の進行、役割分担、ポスター及びチラシの内容・配布先等について意見交換

③キックオフミーティングの開催(6/26)

○ ウォーキングの楽しみ方や安全なウォーキングと効果について学ぶ

○「日頃の運動習慣について」グループワーク

【特別枠】平成27年度　健康長寿応援事業

「健康とわだポイントラリーPART2」実施要項

１．目的

市民の健康づくりへの関心を高めるために、健診受診率や健康講座の参加率の向上を図ることを目的に実施する。

２．概要

各種健康診査を受診したかたや健康講座等へ参加したかたにポイントを付与し、一定のポイントが集まったら参加賞と引き換えることができる。さらに集めたポイントに応じ、抽選で健康に関する景品を贈呈する。

３．対象者

平成28年3月31日時点で20歳以上の十和田市民

４．ポイント付与ポイント付与対象事業

（各１０ポイント）

・市が実施する各種健康診査　※必須

（特定健診、胃・肺・大腸・乳・子宮頸がん検診、前立腺がん検診、骨粗しょう症検診）

※今年度初めて対象となる年度末年齢40歳のかた（子宮頸がんは20歳）には、特別ポイントとして受診した項目１つにつき２０ポイントを付与する。

・職場などで受診した事業所健診

・さわやか健康講座

・町内会主催の地域健康教室

・とわだエンジョイウォーク

・特定保健指導

５．ポイント対象期間

平成２７年４月１日～平成２８年２月２９日

６．実施方法

①各種健康診査や健康講座等に参加した際に、ポイントカードにスタンプを押す。

②集団方式以外で健診を受診した場合には、十和田市保健センターもしくは十和田市役所国民健康保険課窓口へ健診結果表を持参してもらい、受診したことを確認後、ポイントカードにスタンプを押す。

③合計３０ポイント以上に達したら、十和田市保健センターもしくは十和田市役所国民健康保険課窓口にて、ポイントカードと引き換えに参加賞をプレゼントする。ただし参加者一人につき１回までとする。

④集めたポイントに応じ、抽選で健康づくりに役立つ景品をプレゼントする。
⑤ポイントカードを紛失した場合、新しいポイントカードの再発行をし、累計ポイントは再付与しない。

6．参加賞・景品応募について
（1）参加賞の内容
※以下のうちいずれか1つ
・市民の家無料入浴券　2回分
・市総合体育センターウォーキングコース無料利用券　2回分
（2）景品の内容
特　賞　フットマッサージ機
1等賞　腹筋マシーン
2等賞　自動血圧計
3等賞　体重体組成計
4等賞　活動量計
※平成28年3月上旬に抽選会を非公開で実施する。当選者にはハガキ通知し、3月末までの引き換えとする。
（3）参加賞引換・景品応募期間
平成27年7月13日～平成28年2月29日

対象	ポイント数	賞	内訳
全員	30ポイント	参加賞	・市民の家無料入浴券2回分 ・市総合体育センターウォーキングコース無料利用券2回分
抽選	※集めたポイント数が多いほど、当選確率が上がる	特賞1本	フットマッサージ機
		1等1本	腹筋マシーン
		2等2本	自動血圧計
		3等3本	体重体組成計
		4等5本	活動量計

7．事業の周知方法について
（1）ポイントカード付きパンフレットやポスターを作成し、配布および掲示をする。
（2）市広報や市ホームページを活用する。

健康とわだポイントラリーＰＡＲＴ１　平成２６年度実績及び平成２７年度計画

■カード兼おしらせ　配布数約１万部

参加賞	配布数	利用者数
スポーツ賞「市総合体育センターウォーキングコース」無料利用券　（１名様分）	１８０部	３７人
リラックス賞「市民の家」無料入浴券　（２名様分）	１，０７０部	４６７人
参加賞配布合計	１，２５０部	５０４人

■抽選
１等：エアロバイク　・・・１本
２等：自動血圧計　・・・・２本
３等：体組成計　・・・・・３本
４等：万歩計　・・・・・１０本
５等：飲料水とクラッカー　・・・１００本

■平成２６年度実施してみての反省
・年度途中での実施だったため、市民への周知が遅く、認知度が低かった。
・集団健診を実施するだけで応募条件が満たされることから、健康講座や特定保健指導の参加率向上にはつながらなかった。
・集団健診終了後、その場で参加賞と引き換えていく人が多かった。

■平成２７年度の改善点
・市民への認知度を高めるため、年度初めの集団健診開始からポイント制を開始する。
・カード兼おしらせリーフレット及びポスターを関係機関へ掲示する。
（市内開業医・薬局・整骨院・保育園・幼稚園等）
・新規の健診受診率向上のため、今年度初めて健（検）診対象者となるかた*が受診するとさらにポイントが2倍獲得できるようにした。
＊年度末年齢４０歳のかた（子宮頸がん検診は年度末年齢 20 歳のかた）
・ポイント数が多い順に抽選で、健康づくりに役立つ景品を贈呈する。
・冬場の運動習慣定着のためにも、「市総合体育センターウォーキングコース」無料利用券１名様分を２名様分に増やした。