

令和5年度 葛飾区行政評価委員会評価表

事業名	高齢者の保健事業【区民の総合的な健康づくり支援】	担当部	健康部
		担当課	健康づくり課

基本情報

政策番号	2	政策	健康	施策番号	1	施策	健康づくり
事業の目的	健康寿命の延伸のため、区民が自ら健康を意識して健康づくりに取り組めるよう、スマートフォンアプリを用いて、日々の歩数や体重、食事などの記録のほか、各種健診や事業参加などの健康的な行動に対してポイントを付与し、獲得ポイントに応じて景品を贈呈するなどして、心、体、栄養及び口腔衛生等の総合的な健康づくりに取り組むことを支援する。						

実施内容	1 スマートフォンアプリを用いた健康づくり支援 (1) 歩数・活動量計測 (2) 体重・睡眠・血圧等の記録 (3) 食事の記録とAIによる栄養アドバイス※1 (4) 生活習慣病予防プログラム(体重、血圧、血糖値、血中脂質の維持管理)※1 (5) ストレスチェック (6) 健康づくりに役立つ記事や動画の配信 (7) ウォーキングイベント※2 (8) 健康セミナー※2 ※1…令和5年度より実施 ※2…対面またはウェブで実施
	2 行動を起こすきっかけや続ける仕組みとして、健康的な行動に応じたポイントの付与と、獲得ポイントに応じた景品の贈呈 (1) 上記「1」の行動 (2) 特定健康診査や歯科健診等の各種健診、がん検診等の各種検診、特定保健指導の受診※1 (3) 連携事業(健康づくり課、生涯スポーツ課、地域包括ケア担当課で実施しているイベント、講座)への参加※1 (4) かつしかの元気食堂お食事券対応店での指定メニューの利用 (5) 奥戸・水元総合スポーツセンター トレーニングルーム、プールの利用※2 ※1…令和5年度より対象を拡大 ※2…令和5年度より実施

実績情報

成果指標									
目標・実績	指標	指標の根拠	単位	区分	令和2年度	令和3年度	令和4年度	目標	令和5年度
	健康づくりに取り組んでいる区民の割合	政策・施策マーケティング調査	%	目標	—	66.8	67.6		70.8
65歳健康寿命	東京都福祉保健局調査	歳	実績	—	64.0	70.0	—	男：80.99 女：82.71	
目標との乖離の考察	健康づくりに取り組んでいる区民の割合は、令和4年度は目標値を上回っているが、本指標は社会情勢など様々な要因により数値が変わる面があるため、単年度ごとの成果に加え、経年で上昇させることを目標とした。								



活動指標									
目標・実績	指標	指標の根拠	単位	区分	令和2年度	令和3年度	令和4年度	目標	令和5年度
	参加人数	参加者数	人	目標	—	50	800		2,000
事業を通じて健康習慣が身に付いた	参加者アンケート	%	実績	—	50	758	95.0		
事業を通じて健康状態に良い変化があった	参加者アンケート	%	目標	—	90.0	95.0	80.0		
			実績	—	91.3	87.7			
			目標	—	—	—			
			実績	—	—	—			

所管課による自己評価

必要性	○	区民が自らの健康を意識し、健康づくりに取り組むきっかけを作ることに加え、行動変容につながる事が期待され、健康寿命の延伸や介護予防、医療費などの社会保障給付費の適正化に寄与する。
効率性	○	スマートフォンを所持していれば誰でも参加できることに加え、参加者の行動データの蓄積及び活用がアプリ内で完結できる手軽さがある。また、健診の受診や健康づくりにつながる区の講座・イベントに参加することでポイントを獲得できる仕組みとし、全庁横断的な事業連携を行っている。
有効性	△	参加者の健康習慣が身に付いたことや満足度の高さが伺える。一方、本事業は単年度ごとの実施であり、取り組んだ成果(数値が改善した等)が見えづらい点や、行動データの蓄積及び活用が短期間に限定される点がある。

各指標の達成状況に対する所管課の見解	参加人数は年々目標値を増加させているが、葛飾区基本計画に定める「健康長寿のまち、葛飾」を推進させるためには、より多くの区民の参加を促すことが重要である。
今後に向けた所管課の見解	事業開始当初は、健康づくりに取り組むきっかけを作ることに重きを置いていたが、今後は肥満や高血圧といった参加者の個別のテーマに沿って改善につなげる「成果」の面に注力することで、より健康になることと考える。このため、現状の本事業は単年度ごとに実施しているが、今後は複数年契約を視野に入れ、継続的な行動データの蓄積やAI等の活用により、個人に最適な健康づくりの提案を行うとともに、より多くの区民の参加を促すことが重要である。また、健康無関心層への参加促進のため、効果的なインセンティブ景品の導入なども併せて検討したい。

予算及び決算状況

					※単位は円単位		
内訳		令和2年度	令和3年度	令和4年度	経費の主な内訳		
予算	①当初予算	—	6,078,000	14,514,000			
	②補正予算	—	0	0			
	③繰越予算	—	0	0			
	④流用等	—	-543,000	0			
小計	①+②+③+④	0	5,535,000	14,514,000			
予算財源	一般財源	—	5,535,000	11,106,000			
	国庫支出金	—	0	0			
	都支出金 その他	—	0	3,408,000	都補助金：インセンティブを用いた健康づくり支援事業		
決算	⑤執行額	—	3,947,833	14,463,827			
	委託料	—	3,862,925	14,297,777	アプリ運営委託料等		
	消耗品費	—	78,800	71,503	R3：活動量計購入費、R4景品のクオカード購入費等		
	通信運搬費	—	6,108	2,547	受託事業者への資料送付送料		
	補助金	—	0	92,000	景品のかつしかの元気食堂お食事券費用		
		—	—	—			
		—	—	—			
⑥間接額	—	0	0				
⑦人件費	業務量(人)	—	0.60	0.70			
総コスト⑧=(⑤+⑥+⑦)		0	8,507,833	19,993,827			

り単 コ位 スあ トた	項目	令和2年度	令和3年度	令和4年度
	単位の定義	参加者数		
	実績数値(⑨)	—	50	758
	単位あたりコスト(⑧/⑨)	—	170,157円	26,377円

決算増減の主な理由	参加人数の増、及びインセンティブ景品の導入によるもの
-----------	----------------------------

無料で
誰でも
簡単に!



スマホ

を使って



歩いて、食べて、楽しく健康

かつしか健康チャレンジ 参加者募集

**最先端 AI 技術とプログラムで
あなたの健康をサポート!**

**楽しく続けられる
最新機能を搭載!**

AIによる食事アドバイスや生活習慣病予防プログラムに参加し、食事や体重の記録などを行うことで成果を実感!

例：体重コントロール、
血圧、血糖値を維持するための行動プログラムなど

※ポイントも獲得できます。

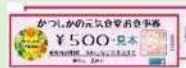


歩数スタンプ帳
目標歩数を設定し、
楽しく歩こう!

路線図ウォーク
毎日歩いて東海道新
幹線の駅を巡ろう!



たまったポイントで景品に応募!
(景品例：QUOカード、
かつしかの元気食堂お食事券)



◎対象者:

葛飾区在住の方 2,000名(定員に達し次第終了)

◎実施期間:

令和5年6月1日(木)～令和6年2月29日(木)

◎お申し込み方法:

**区公式サイトからお申し込み後、アプリを
ダウンロードしてください。**

お申し込みはこちら↓

- ① はじめに上記の公式サイトに掲載された、申し込み URL から事前申し込みをする。
- ② ①の申し込み時に登録したメールアドレスに、参加コードとアプリのダウンロード用 URL が記載されたメールをお送りします。
(メールの到着に日数がかかることもあります)
- ③ アプリをダウンロードして、参加者情報を入力したら登録完了!

区公式サイト
スマホを使って健康
づくり! ~かつしか
健康チャレンジ
(令和5年度)~



事業の概要は裏面をご覧ください ⇒

◎かつしか健康チャレンジ◎

ご自身のスマホにアプリをダウンロードし、歩数計測や食事・体重の記録などをするとポイントが付きます。区が実施する健康づくりに関する事業（連携事業といいます）への参加でもポイントが付きます。

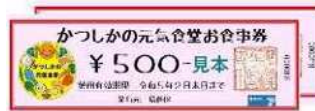
貯まったポイントを使って、景品への応募ができます（多数抽選）。応募の期間は3回あり、景品は各期間で1つ、最大3つ取得が可能です。

○ポイントと集計期間

実施期間の9か月を、6～8月、9～11月、12～2月の3期に分けて集計します。期の途中からでも参加できます。

●景品応募に必要なポイントをためる行動例（1期間を90日換算）

- 例1 1週間に次のことを3日以上行う
1日1,500歩以上スマホを携帯して歩く
アプリに食事内容を3食分入力する
- 例2 1週間に次のことを5日以上行う
1日3,000歩以上スマホを携帯して歩く
アプリに体重と睡眠時間を入力する
- 例3 1週間に次のことを2日以上行う
1日8,000歩以上スマホを携帯して歩く
アプリに食事内容を3食分入力する



景品の例

かつしかの元気食堂お食事券、QUOカード
（いずれも1,000円分）
詳細は区公式サイトをご覧ください。

ポイントは1日ごとに貯まります。アンケート回答や連携事業へ参加すると、もっと簡単にポイントがたまります。

○かつしか健康チャレンジ参加条件

次の全てに該当する方

- (1) 葛飾区在住の方で、参加する本人のスマホにアプリをダウンロードできること
※ダウンロードに必要なスマホOSについて
OS: iOS14.0以上、またはAndroid OS9.0以上です。必要な空き容量は52メガ程度ですが、アプリインストール時にはより多くの容量が必要となります。
- (2) スマホの使用が日常的に可能であること
スマホを携帯して歩くことで歩数や活動量の計測をするため、日常的にスマホの使用が可能な方がご参加ください。
- (3) 区公式サイトに掲載している事業概要と参加規約をお読みいただき、内容に同意できる方

●事業に関するお問い合わせ窓口 葛飾区健康づくり課

☎03-3602-1268（月～金曜(祝日・休日・年末年始を除く)8:30～17:15)

●アプリに関するお問い合わせ窓口 かつしか健康チャレンジヘルプデスク

☎0120-799-722（月～金曜(祝日・休日・年末年始を除く)9:00～17:00)

無料 誰でも 簡単に スマホを使って もっと楽しく健康に

【担当課】健康づくり課 ☎03-3602-1268



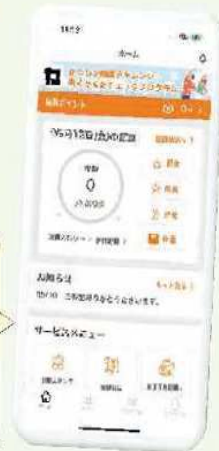
個人の方へ あなたの健康づくりをアプリで応援「かつしか健康チャレンジ」

最先端 AI 技術とプログラムで健康づくりをサポート！

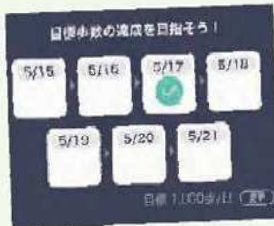
AIによる食事アドバイスに加え、体重や血圧、血糖値などを維持するための生活習慣病予防プログラムに参加し、食事や体重の記録などを行うことで、成果を実感できます。



この他、AIが4週間後の体重を未来予測するダイエットサポート機能を搭載する予定です。



楽しく続けられる最新機能を搭載！



▲歩数スタンプ帳：目標歩数を設定し、楽しく歩くことができます



▲路線図ウォーク：毎日歩いた歩数を距離に換算し、東海道新幹線の駅を巡ります

この他、ウォークラリー機能を搭載する予定です。

アプリ登録者限定イベント 測って知ろう！自分の体

一人一人の体のタイプを測定した後、タイプに合わせた体の使い方などをアドバイスします。申込方法など、詳しくはアプリ内のお知らせで案内します。

【日程】7月9日(日) 【会場】区内施設(予定)

【講師】^{このまひきみ} 瀧江寿治氏

東京2020大会(ソフトボール)、第1・2回WBC H本代表トレーナー



ポイントを貯めて、景品をもらおう！

歩数計測や食事・体重の記録などをするとポイントが付き、期間中に3,000ポイントを貯めると、景品に応募できます(多数抽選)。期間ごとに応募ができて、最大3回景品を獲得できます。

● かつしかの元気食堂お食事券

🔑 クオ・カード



1,000円分
計800人



1,000円分
計400人

ポイント集計期間

6～8月、9～11月、12～2月の3期に分けて集計します。集計期間の途中からでも参加できます。

申し込みはこちら

【対象】区内在住で、自分のスマートフォン*にアプリ【^{ライオン}WoLN】をダウンロードできる方2,000人※iOS14.0以上またはAndroid9.0以上

【実施期間】令和6年2月29日(休)まで

【申込方法】区HP(右の二次元コード)から事前申し込みの上、アプリをダウンロードしてください(先着順)。



アプリや機器の操作に不安がある方は

ヘルプデスク ☎0120-799-722(月～金曜日(祝日・年末年始を除く) / 午前9時～午後5時)

事業所の方へ 職場の健康づくりを区がサポート「働くからだチェックプログラム」

上記個人向けと同様のアプリを使用することで、事業所の健康づくりに関する取組状況のまとめが区から提供されます。物品を購入する必要もないので、気軽に健康経営を始められます。

【実施期間】9～11月

【対象】区内にある事業所で、1事業所当たり2～10人程度(計150人)

【申込方法】オンライン申請(右の二次元コード)で、6月30日(金)まで(多数抽選)。

【過去の参加事業所】

小売店、介護サービス業、理髪店、製造業など



お得なサポートが充実

- ▶ スマートウォッチの無料レンタル
- ▶ 食習慣診断を無料で実施
- ▶ ポイントに応じて、必ずプレゼントがもらえる(かつしかの元気食堂お食事券(最大3,000円分))



◀ 大洋堂書店の皆さん(スマートウォッチを借用)

過去に参加された方の声

- ・食や運動など一人ではなかなか始められなかったが、職場の人と共有しながらできるので取り組むことができた
- ・健康を意識するきっかけになった
- ・職場で参加することで、お互いポイントを競い合い、楽しくコミュニケーションがとれた

区民の総合的な健康づくり支援事業 (かつしか健康チャレンジ)

健康部健康づくり課

アプリの機能について

	名称	記録機能				AI等 による アドバイス 機能
		歩数・ 活動量	体重	食事	その他 (血圧等)	
令和5年度	WoLN (ウォルン)	○	○	○	○	○
令和3・4 年度	・からだカルテ ・ヘルスプラネット ウォーク（歩数計測 用）	○	○	○	○	×



WoLNイメージ

主なポイント獲得方法と景品（R5年度）

- 歩数記録 10～50pt
- 食事記録 20～60pt
- 体重記録 15pt
- ストレスチェック 50pt
- 健康診査やがん検診等の受診 100pt
- 区のスポーツイベントや介護予防講座等への参加 20～100pt

※1日当たりの獲得ポイント

期間内に3,000ポイントを貯めると、景品に応募できる。

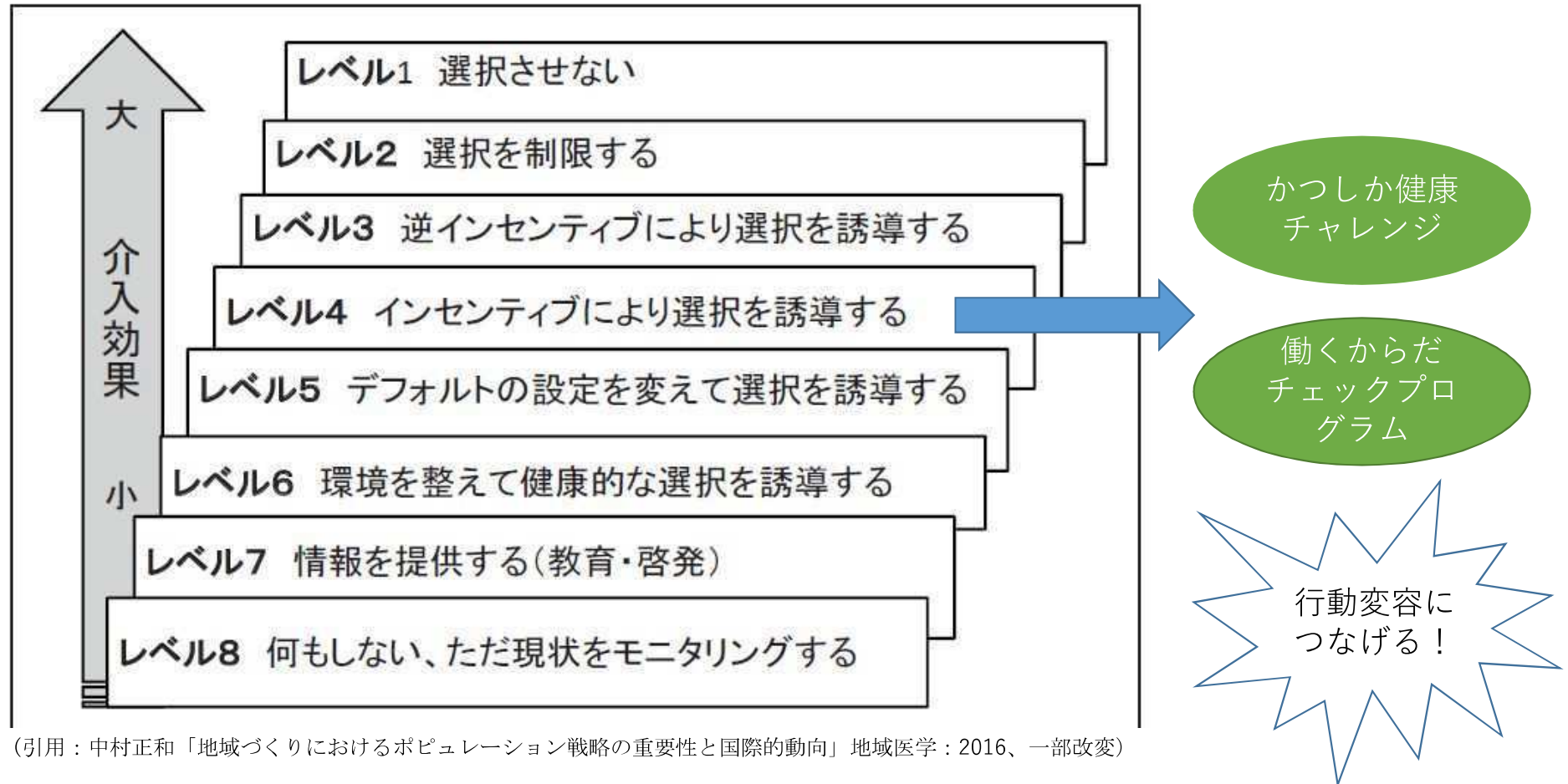
- かつしかの元気食堂お食事券 1,000円分



- QUOカード1,000円分



健康無関心層への介入のはしご



(引用：中村正和「地域づくりにおけるポピュレーション戦略の重要性と国際的動向」地域医学：2016、一部改変)

令和5年度 葛飾区行政評価委員会評価表

事業名	働く世代への総合的な健康づくり支援	担当部	健康部
		担当課	健康づくり課

基本情報

政策番号	2	政策	健康	施策番号	1	施策	健康づくり
事業の目的	働く世代から健康づくりに取り組む人を増やし、健康寿命延伸につながるよう支援する。						

実施内容	<p>健康寿命の延伸及び生涯にわたる健康づくりの向上をめざし、区内事業所の従業員を対象にウェアラブル機器を活用した3か月間の体重測定、歩数の入力を中心に、栄養（食）及びお口の健康など様々な側面から健康づくりを支援し、生活習慣改善に向けて継続しやすいプログラムを実施する。</p> <p>広報やホームページでの募集や区内事業者の会合等での事業説明や他部の事業でのチラシ配布等から申し込みをいただく。申し込みのあった事業所へ事業開始前に参加者の食習慣調査（簡易型自記式食事歴法質問票によるもの）を行い、結果と食習慣改善に関する情報、希望により体重計を送付する。各自のスマートフォンにアプリを入れ事業に参加いただく。身長、体重、歩数、食事、睡眠時間の入力、ストレスチェック、セミナーやイベントへの参加、健康情報の閲覧によりポイントが付与され、事業終了後にポイントに応じたインセンティブ（かつしかの元気食堂お食事券）がある。また、ウェアラブル機器の貸与、事業所ごとの取り組み状況カルテの提供（月1回）を行う。</p> <p>なお、事業についてはアンケート（事前、事後、定着後）を実施し効果判定を行う。</p>
------	--

実績情報

成果指標									
目標・実績	指標	指標の根拠	単位	区分	令和2年度	令和3年度	令和4年度	目標	令和5年度
	適正なBMIの値の人を増やす	事業実施後アンケート	%	目標	-	70.0	70.0		70.0
健康づくりに取り組んでいる人の割合	政策・施策マーケティング調査	%	実績	63.0	66.8	67.6	70.8	70.8	
目標との乖離の考察	毎年の参加者により健康に対する意識の違いがあり、令和元年度国民健康・栄養調査結果（20～69歳）の適正なBMI値の人は64.5%のため目標値を70%としている。								



活動指標									
目標・実績	指標	指標の根拠	単位	区分	令和2年度	令和3年度	令和4年度	目標	令和5年度
	参加人数	参加者数	人	目標	-	50	100		150
当プログラムが健康づくりのきっかけになった	実施後定着アンケート	%	実績	15	50	94	90.0	90.0	
			目標	-	90.0	90.0	90.0	90.0	
			実績	-	90.0	85.7			
			目標						
			実績						

所管課による自己評価

必要性	○	事業所の従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、実践することにより従業員の活力を高め、組織の活性化をもたらす、生産性の向上につながる。本人や家族の生活の質に大きく影響し、生活習慣病の予防や重症化予防に寄与し健康寿命の延伸につながる。
効率性	○	個別の指導には限界があるが、アプリの使用により多くの参加者へのアドバイスが可能である。個人の入力状況、傾向を把握し、事業所ごとの取り組み状況の報告（事業所カルテ）ができた。参加者が毎日入力を継続できる飽きないプログラムであれば無理なく健康になれる。
有効性	○	食習慣調査から開始することで食べ方に意識が高まり、体重測定や歩数の入力に取り組みやすくなる。健診の受診、イベントの参加、健康情報の閲覧などポイントが増える楽しみになり、健康に関する意識やBMI値の改善につながった。

各指標の達成状況に対する所管課の見解	参加者のBMI値の改善があり、定着アンケートにより「健康づくりのきっかけとなった」と85.7%の人が回答していることから、健康づくりを実践できる環境を整え、方法や知識を自ら習得できるアプリ等の利用に効果があった。多くの事業所の参加、終了後も事業所内の自主的な取り組みが継続できるよう支援が必要である。
今後に向けた所管課の見解	区内事業所数は16,636所、従業員数は128,556人（葛飾区の現況 令和4年度版）である。これまで広報等により周知するとともに関係団体及び事業所に個別に参加を求めているが、業種に偏りがあり規模的にも広がりが見込めないため、全庁的に関連部署との協力をすすめていく。事業所が参加しやすい体制整備の検討をすすめていく。

予算及び決算状況 ※単位は円単位

内訳	令和2年度	令和3年度	令和4年度	経費の主な内訳		
	①当初予算	9,863,000	7,173,000		5,473,000	
②補正予算						
③繰越予算						
④流用等	▲7,000					
小計 (①+②+③+④)	9,856,000	7,173,000	5,473,000			
予算財源	一般財源	7,428,000	4,700,000	2,889,000		
	国庫支出金	0	16,000	118,000		
	都支出金	2,428,000	2,457,000	2,466,000		
	その他	0	0	0		
決算	⑤執行額	4,856,500	5,041,325	5,239,133		
	(内訳)	報償費	0	0	101,250	事業所カルテ作成栄養士雇用
		消耗品費	0	24,926	725,944	体重計、リーフレット、ウェアラブル
		通信運搬費	0	0	26,723	食事調査分析センター、委託業者
		委託料	4,856,500	4,947,899	4,307,216	事業委託、食事調査分析委託
		補助金	0	68,500	78,000	景品のかつしかの元気食堂お食事券費用
	⑥間接額	0	886,228	924,811		
⑦人件費	業務量(人)	1.00	1.03	0.95		
総コスト⑧=(⑤+⑥+⑦)	12,656,500	13,755,553	13,668,944			

項目	令和2年度	令和3年度	令和4年度
単位の定義	参加者数		
実績数値(⑨)	15	50	94
単位あたりコスト(⑧/⑨)	843,767円	275,111円	145,414円

決算増減の主な理由	参加人数の増によるもの
-----------	-------------

働くからだ

職場ぐるみの健康習慣づくり
を葛飾区がサポートします

チェックプログラム

参加申込
受付中！



従業員の
健康増進

持続的な
企業価値の向上

人的資本
への投資

3か月間すべて**無料**で参加できます。
令和5年9月プログラムスタート！

こんな困りごとはありませんか？
つつい食べ過ぎ
うっかり運動不足

プログラム開始前に

食習慣チェック

15分程度のアンケートに答えることで個人別の診断結果がもらえます。日頃の食習慣を振り返ることができます。



3か月間チャレンジ！

体重・歩数の
測定と記録

日々の体重や歩数を測定しスマホアプリに記録します。データ送信機能付の体重計の貸与もあります。（事業所単位・任意）



＼ お好みで利用できるコンテンツも多数あります！

- ・ スマホアプリに**食事を記録**
栄養素等の過不足が1日単位でわかります。
- ・ **歩数や睡眠データ**等の自動測定
希望者にウェアラブル機器をレンタルします。（数に限りがあります）
- ・ **オンラインウォーキングイベント・健康セミナー**への参加
- ・ **管理栄養士への相談**



アプリ内のポイントを貯めると…

景品がもらえる

ポイントに応じて「かつしかの元気食堂お食事券」が最大3,000円分もらえます。



※スマートフォンアプリを利用する際の通信料等は各自でご負担いただきます。
※事業所担当の方には従業員への情報提供やアンケート協力をお願いします。

令和5年6月30日（金）までに **オンライン**でお申込みください。

お問合せ先 健康部健康づくり課 ☎03-3602-1268

お申込みフォーム
はこちら▶
(Logo form)



令和4年度参加者の実際の感想と成果

詳細や参加事業所の感想等は区ウェブサイトをご覧ください➡



気軽に健康経営を始められます

会社としての健康への取り組みを、手軽に始められることがよかった。社内で仕組みづくりをしたり、物品を購入したりする手間なくできる点がよい。



仕事にも良い影響を与えます

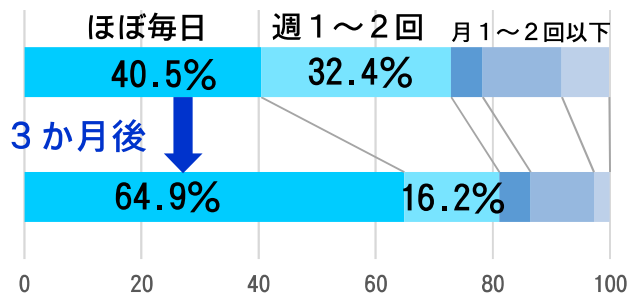
職場で参加することで、お互いポイントを競い合ったり、楽しくコミュニケーションがとれます。

職員間で会話が弾み、職場の雰囲気も明るくなりました。

食事や運動など、からだづくりについて一人でやろうと思ってもなかなか始められないことも、**事業者内でスタッフと共有しながらであるからこそ取り組みました。**

日常的に体重測定することで増減に気を遣うようになりました。

体重の測定頻度の変化➡
(令和4年度参加者全体)



定員はありますか？ 何人から参加できますか？

定員は全体で150人です。小規模事業所も大歓迎！ 1事業所当たり2～10名程度が目安です。

過去の参加事業所は？

小売業、製造業、理美容サービス、福祉サービス、金融、経営コンサルタント、開発研究など様々な事業所が参加されました。

スマートフォンアプリ等の利用に慣れておらず不安があります。

ご不明点についてはサポートセンターを設置しいつでもお問合せできる体制を整備しております。



葛飾区の取組

**区民の総合的な健康づくり支援事業
（働くからだチェックプログラム）**

健康部健康づくり課

- **所管部署**

健康部 健康づくり課 健康長寿推進担当係（事務3）、
栄養推進担当係（管理栄養士4）

- **事業開始時期** 令和3年度

- **目的** 働く世代のうちから健康づくりに取り組み、退職後も元気で健康長寿を目指す。

- **対象** 区内事業所で働く方

• 事業を始めた経緯

葛飾区には製造業をはじめとした小規模事業所が多く、健康づくりの取り組みが広まっていない。

一人で健康づくりを始めることや継続することは難しいが、職場参加であれば始めやすく継続しやすい。

健康づくりのきっかけを作り、職場から健康づくりを広げていく。

・令和5年度の事業内容

参加期間 令和5年9月～11月

対象人数 30事業所程度 150人

実施内容

- ①スマホアプリ（健康ポイントインセンティブ付き）の利用
- ②事業所への体重計無料設置
- ③ウェアラブル機器の無料貸出（希望者のみ）
- ④食習慣チェック（BDHQ：簡易型自記式食事歴法質問票）

スマホアプリを使ってできること

体重の記録

歩数、睡眠を自動測定

食事を記録して栄養バランスがわかる

健康セミナーへの参加

オンラインウォーキングイベント



ポイントインセンティブの活用

毎日の測定や記録、イベントへの参加によりポイントが付与され、ポイントは「**かつしかの元気食堂お食事券**」最大3000円と交換できる！

ポイント例

ログイン（10P/日）、体重入力（15P/日）、食事入力（15P×3回/日）、健診日入力やイベント参加（100P）

かつしかの元気食堂とは

区民が栄養バランスのよいメニューや不足しがちな野菜が取れるメニューを選べたり、塩分を控える注文ができるなど、健康的な職のサービスを提供する飲食店。

「かつしかの元気がでる食堂」「わたしのえらべる食堂」「プラス一皿の野菜料理があるお店」「元気なお弁当・おそうざい店」があります。現在72店舗。



- **周知・募集方法**

広報、ホームページ、各団体への説明

- **連携事業**

ランニング・ウォーキング教室（生涯スポーツ課）

かつしかの元気食堂推進事業、健康診査受診（特定健診・長寿健診・各種がん検診・骨粗しょう症健診・もの忘れ健診・歯科健診など）（健康づくり課）

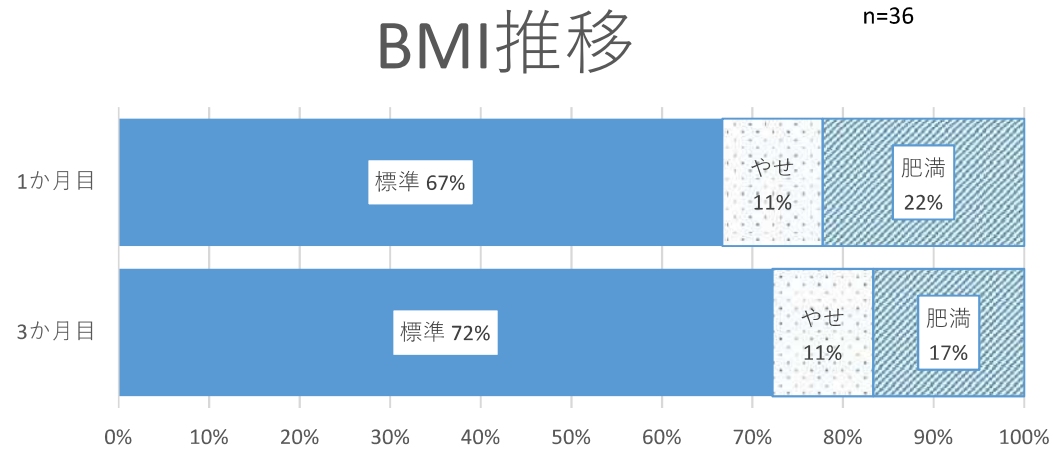
- **効果測定、検証**

実施前後、終了後1か月後、担当者アンケートによる

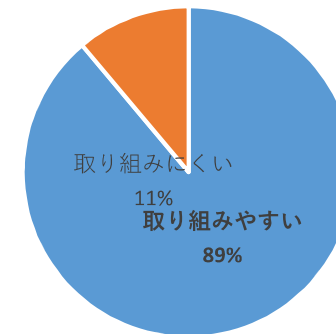
- **事業実施に当たり工夫・苦勞している点**

参加事業所の募集、連携先の確保、参加者のモチベーションの維持

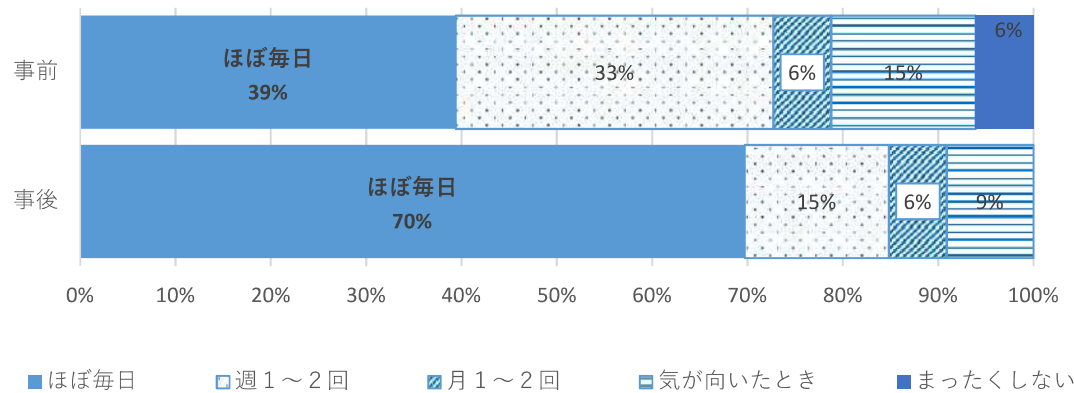
令和4年度 取り組みの結果



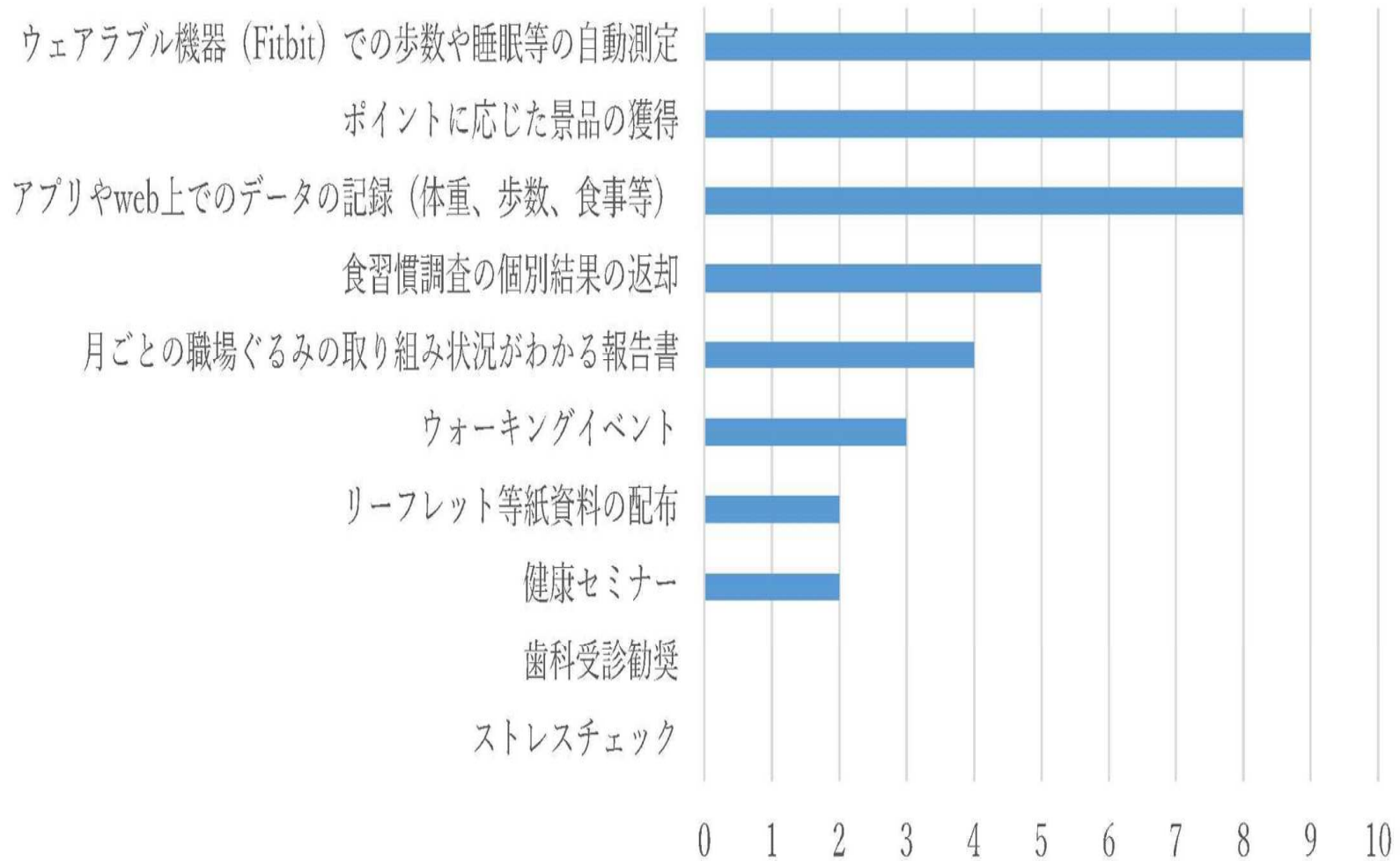
職場での取組みやすさ



体重測定頻度



事業所として取り組みやすい、効果的なもの



参加者アンケート回答数等の内訳

(アンケート内容及び結果は別紙参照)

●働く世代への総合的な健康づくり支援

令和4年度

- ・適正なBMI値を増やす

対象者数94名 回答者数36名 回答率 38%

- ・当プログラムが健康づくりのきっかけになった

対象者数94名 回答者数49名 回答率 52%

令和3年度

- ・適正なBMI値を増やす

対象者数50名 回答者数38名 回答率 76%

- ・当プログラムが健康づくりのきっかけになった

対象者数50名 回答者数33名 回答率 66%

●区民の総合的な健康づくり支援

令和4年度

- ・事業を通じて健康習慣が身に付いた

対象者数758名 回答者数57名 回答率 7.5%

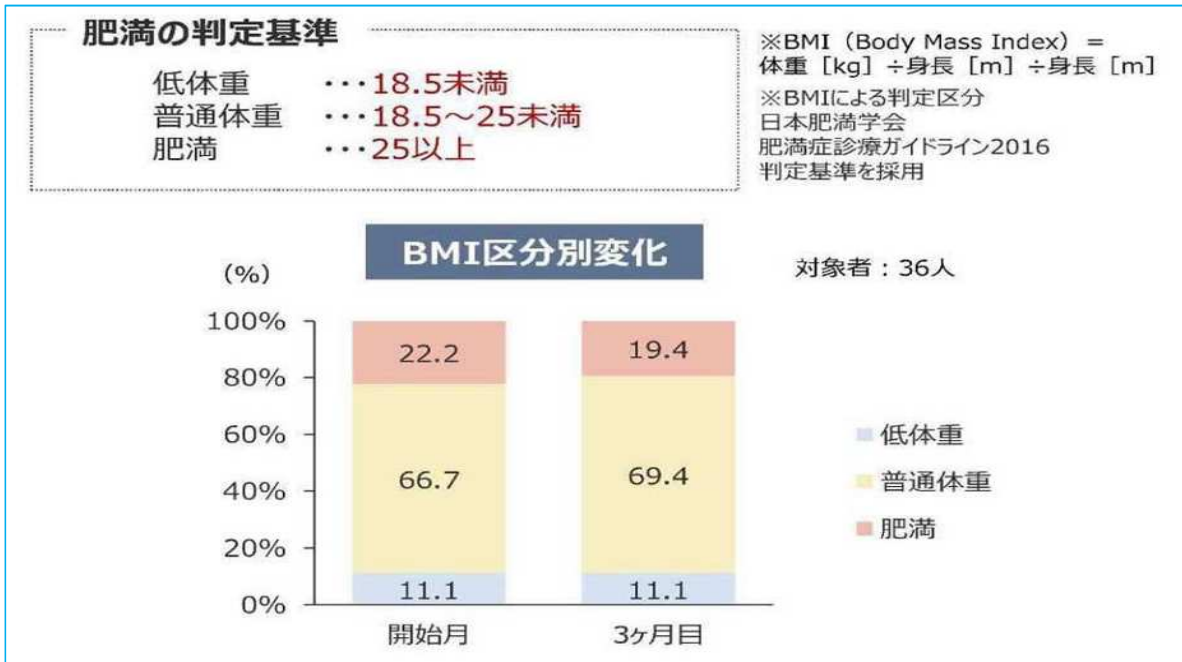
令和3年度

- ・事業を通じて健康習慣が身に付いた

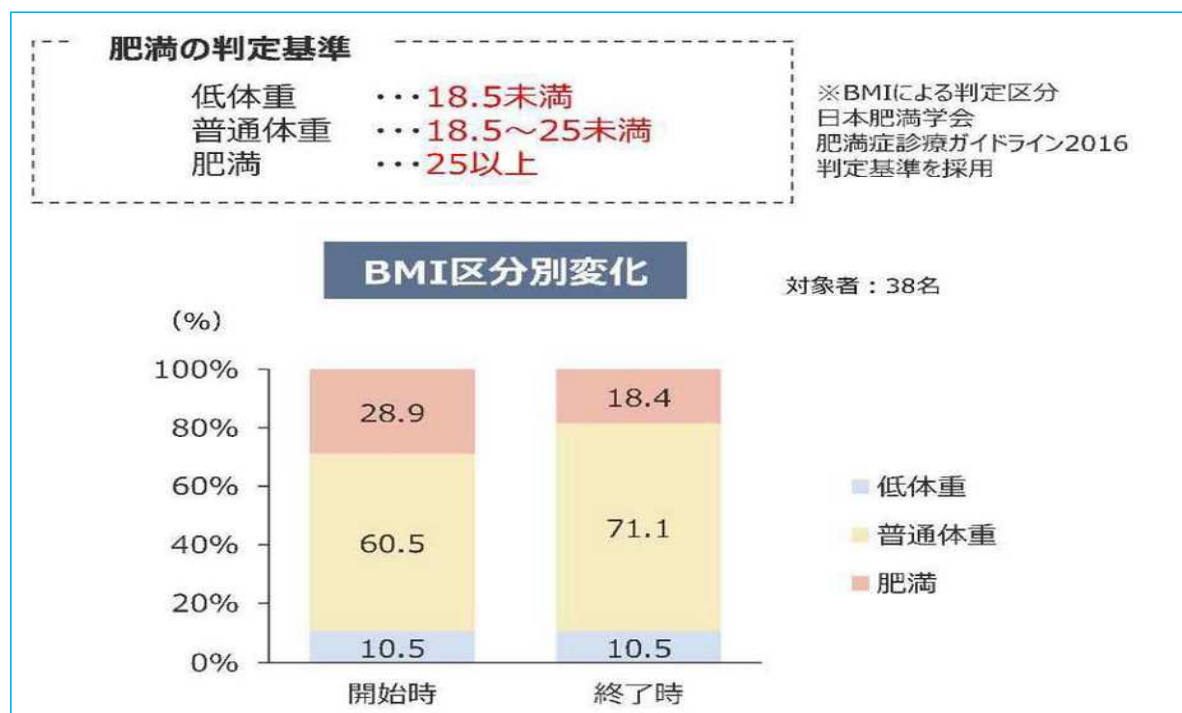
対象者数50名 回答者数23名 回答率 46%

BMI 区分の変化

令和4年度

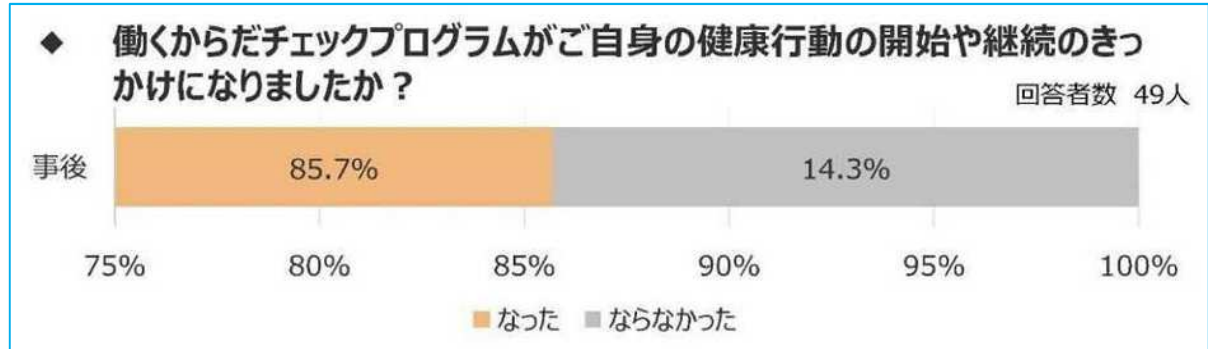


令和3年度



定着度アンケート評価

令和4年度



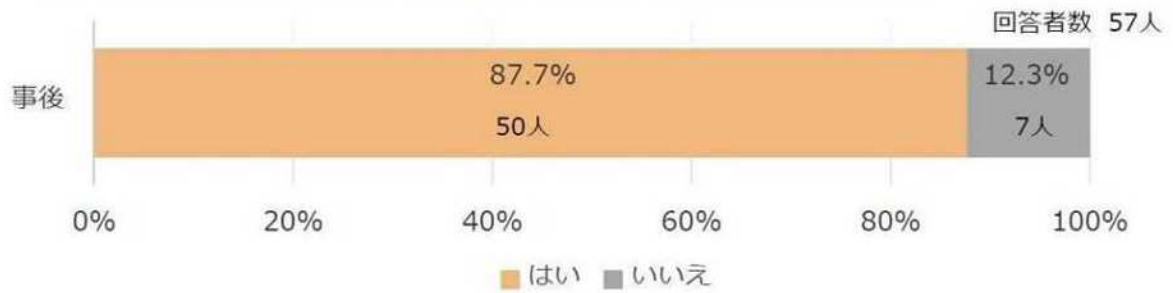
令和3年度



参加者アンケート評価

令和4年度

◆ 10カ月間の事業期間で健康習慣が身に付きましたか？



令和3年度

◆ 10カ月間の事業期間で健康習慣が身に付きましたか？

