

飛び地自治体連携による成果連動型スポーツ健康まちづくり事業について

金ケ崎町保健福祉センター

1 地方創生として目指す将来像

100 歳になっても生涯現役で活躍できるまちとして、地域活動に参加し、スポーツ・健康づくりを楽しみ、地域で役割を持ちながら暮らすことができるまちの実現を目指していく。

2 事業内容

(1) 健幸ポイント事業

18 歳以上の町民を対象として、活動量計（消費エネルギー、歩行時間等が測定できるデータ送受信機能つき歩数計）や体組成計などを活用し、からだの状態を「見える化」することにより運動を始める、続けることを支援する健康づくり事業。

①ポイント獲得イメージ



②ポイントの種類

歩数に対して

- 1 毎日歩数ポイント (1 日)
- 2 がんばってますポイント (月平均)
- 3 歩数アップポイント (ゴール達成)
- 4 見守りポイント (新規)

体組成に対して

- 1 体組成測定ポイント
- 2 変わりましたポイント (BMI、筋肉率)

行動に対して

- 1 送信ポイント
- 2 アンバサダー養成講座受講ポイント
- 3 行きましたポイント (事業参加)

③専用アプリ「からだカルテ」



④健幸アンバサダー養成

地域住民に心に届く情報として、健康に関する正しい情報を伝え拡散する人材を養成。

R 3 43 人 R 4 46 人 R 5 23 人

(2) 健康の駅整備

みどりの郷休業に伴い、令和 5 年 11 月から生涯スポーツセンターに健康の駅を移設。体組成計等を配置した。

3 事業KPI達成状況（令和5年度末時点）

		目標	西脇市	大野市	南丹市	金ヶ崎町	4市町平均
参加者数	新規参加者の目標達成率	100%以上	87.5% 875人/1000人	100.9% 948人/940人	51.8% 518人/1000人	81.7% 245人/300人	80.5%
	継続参加者の目標達成率	90%以上	97.6% 1522人/1560人	98.9% 1513人/1530人	82.5% 924人/1120人	97.3% 908人/933人	94.1%
80歳以上参加者	新規参加者のうち80歳以上の割合	15%以上	8.9% 78人/875人	7.4% 70人/940人	11.6% 60人/518人	4.5% 11人/245人	8.1%
運動不 充分層	新規参加者のうち運動不 充分層の割合	60%以上	89.7% 693人/773人	91.0% 834人/916人	87.5% 393人/449人	80.5% 169人/210人	87.2%
継続率	直近3か月間で歩数データをアップロードしている者の割合	85%以上	82.8% 1984人/2397人	84.9% 2090人/2461人	82.7% 1192人/1442人	75.0% 865人/1153人	81.3%
歩数の 変化①	【新規参加者】 運動不 充分層のうち推奨歩数達成 or 1,500歩以上増加した者の割合	60%以上	61.5% 411人/668人	60.5% 491人/811人	52.6% 189人/359人	52.9% 81人/153人	56.9%
歩数の 変化②	【継続参加者】 年間の平均歩数が推奨歩数を達成している者の割合	55%以上	28.8% 346人/1200人	25.1% 327人/1304人	23.4% 181人/775人	35.1% 247人/703人	28.1%

4 地域再生計画に掲げる目標値に対する状況（4市町合計）

KPI(重要業績評価指標)	2021 年度累計 (1年目)	2022 年度累計 (2年目)	2023 年度累計 (3年目)	2024 年度累計 (4年目)	2025 年度累計 (5年目)
①健康寿命の延伸/医療費・介護給付費の抑制額 (百万円)	—	—	465/293	496	647
②健幸ポイントプログラムの参加者数 (人)	2,432/2,580	5,247/5,820	7,453/8,550	10,110	11,500
③80・90 歳代の健幸ポイントプログラムの参加者数 (人)	247/380	528/870	755/1,280	1,510	1,720
④事業を通じた市民の健康投資* (万円)	—	1,464/1,290	3,641/2,940	4,310	5,100

*健康投資 事後アンケート設問「本事業に参加することによって掛かった費用(運動教室等の参加費、スポーツ用品・用具購入費、交通費、飲食代等)の金額は、この1年間でおおよそいくら程度ですか。」について、回答者の平均金額を算出し、年度ごとの参加者数を乗じて算出。

5 事業費実績及び今後の見込

	補助 対象	R3実績	R4実績	R5実績	3年間合計実績	R6見込	R7見込	5年間合計見込
歳出	人件費	1,604,831	2,013,791	2,124,903	5,743,525	2,650,000	2,650,000	11,043,525
	委託料	31,294,294	26,899,446	29,704,016	87,897,756	23,097,370	26,796,060	137,791,186
	(1) 中間支援	●	3,465,000	3,465,000	10,395,000	3,465,000	3,465,000	17,325,000
	(2) 評価	●	2,750,000	2,447,500	6,050,000	2,530,000	6,050,000	19,827,500
	(3) 運営及びシステム提供		24,818,794	21,218,109	22,067,939	15,624,130	15,802,820	99,531,792
	①システム利用	●	9,990,000	5,428,500	7,059,360	6,613,200	6,613,200	35,704,260
	②運営 1 (補助対象)	●	12,029,114	13,444,109	11,335,379	4,636,430	4,134,620	45,579,652
	③運営 2 (商品券)		1,147,000	2,345,500	3,234,200	3,152,500	3,833,000	13,712,200
	④運営 3 (健康の駅整備)		1,652,680	0	0	0	0	1,652,680
	⑤運営 4 (健康の駅運営)	●	0	0	439,000	1,222,000	1,222,000	2,883,000
	(4) 人材育成	●	180,220	803,328	307,764	378,240	378,240	2,047,792
	(5) 成果報酬	●	80,280	-1,034,491	-2,186,687	1,100,000	1,100,000	-940,898
	需用費	76,706	0	4,400	81,106	101,000	101,000	283,106
	役務費	0	0	0	0	0	0	0
	総事業費	32,975,831	28,913,237	31,833,319	93,722,387	25,848,370	29,446,060	149,016,817
	(うち補助対象経費)	28,494,614	24,553,946	26,469,816	79,518,376	20,117,000	23,064,060	122,699,436
歳入	デジタル田園都市国家構想交付金	14,247,000	12,276,973	13,234,908	39,758,881	10,058,000	11,532,030	61,348,911
	企業版ふるさと納税		2,000,000		2,000,000			2,000,000
	保険者努力支援交付金 (健幸ポイント分)	803,000	260,000	508,000	1,571,000	508,000	508,000	2,587,000
	ふるさと応援寄附基金繰入金					15,000,000	(未定)	15,000,000
	一般財源	17,925,831	14,376,264	18,090,411	50,392,506	282,370	17,406,030	68,080,906
抑制効果 医療費抑制額**					43,668,000	53,160,000	62,820,000	159,648,000

**医療費抑制額

3年間合計 (株) つくばウェルネスリサーチによる2023年度医療費・介護給付費抑制効果分析報告書 (R 6.3月) に基づき、1人あたり抑制額 (1年目69,000円、2年目60,000円) に令和5年度末時点でデータのある40歳以上参加者数を乗じて算出。

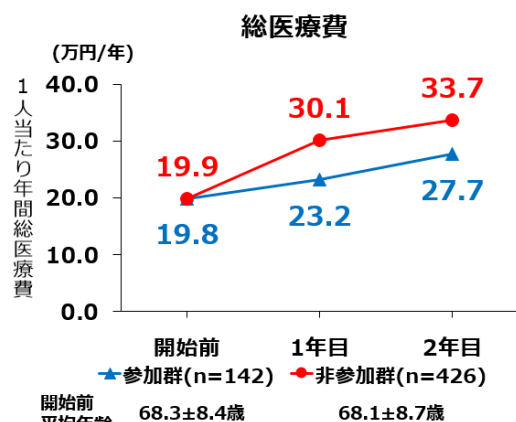
R 6及びR 7 3年目以降の1人あたり抑制額を2年目抑制額と同額 (60,000円) と仮定し、40歳以上の参加目標数を乗じて算出。

6 評価機関による事業評価の結果（評価分析実施機関：株式会社つくばウエルネスリサーチ）

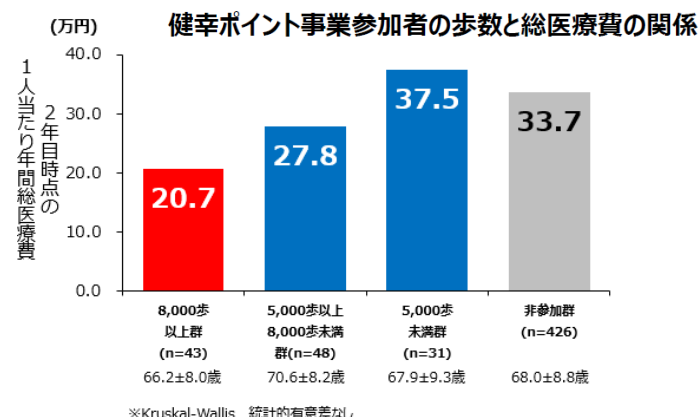
事業に参加した人では、健康度が改善し、医療費等の抑制効果も期待できることが金ケ崎町参加者のデータから得られた。

（１）１人あたり年間医療費の抑制効果

プログラム２年目において、参加している人の１人あたり年間総医療費は参加していない人に比べて約 60,000 円抑制される傾向が示された。さらに歩数別にみると、8,000 歩以上の人の医療費は、それ以下の歩数の人や参加していない人に比べて抑制される傾向が示された。



※Mann-Whitney U検定(各年の参加群と非参加群の比較) 統計的有意差なし

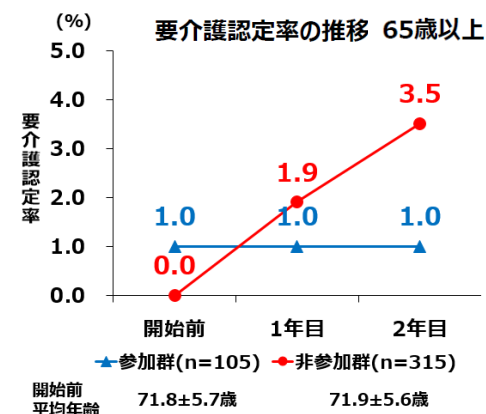


本データの留意事項

1) 本データは、2021年度から2022年度末時点まで健幸ポイント事業を継続した者の1人あたり総医療費を示している

（２）要介護認定率の抑制効果

参加している人の要介護認定率は1%のままで推移したのに対し、参加していない人では2年目において3.5%に上昇した。事業に継続して参加することで介護予防効果が期待できる。



（１）、（２）分析対象

令和３年度から継続して参加している人のうち歩数データがある 40 歳以上の国民健康保険又は後期高齢者医療保険加入者 142 人（40～64 歳 37 人、65～74 歳 74 人、75 歳以上 31 人）除外要件：参加前総医療費が 500 万円以上の者及び参加前に要介護認定のある者

(3) 肥満や筋肉量の改善

プログラム開始前と1年後のデータを比べると
ころ、BMI25以上と判定された91人のうち14人
(15%)が適正值(BMI25未満)に改善した。

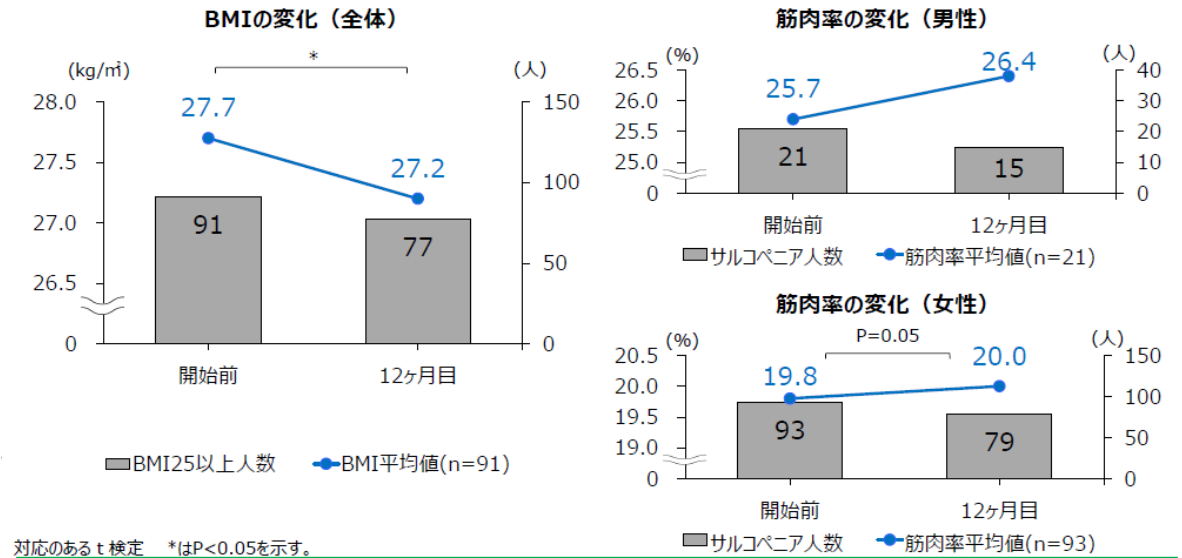
また、サルコペニア***と判定されていた114人の
うち20人(18%)の筋肉率が改善した。

***サルコペニア

筋肉率 男性 27.3%未満、女性 22.0%未満

(3) 対象

令和5年度までに参加を開始した人のうち開始前及び1年後の
体組成測定データのある人 363人

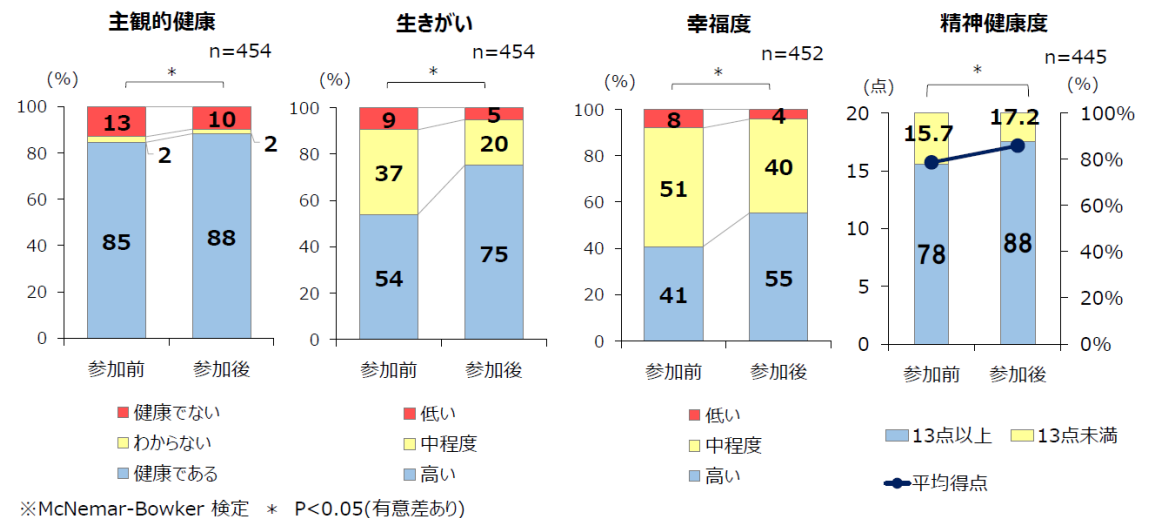


(4) 生きがいや幸福感を感じるの増加

①参加前後を比較すると、主観的健康度、生きがい、
幸福感、精神健康度について有意な改善がみられ、
精神面においてもプラスの効果が示された。

(4) ①出典

令和5年度参加者アンケート(金ヶ崎町) 回答数 465人

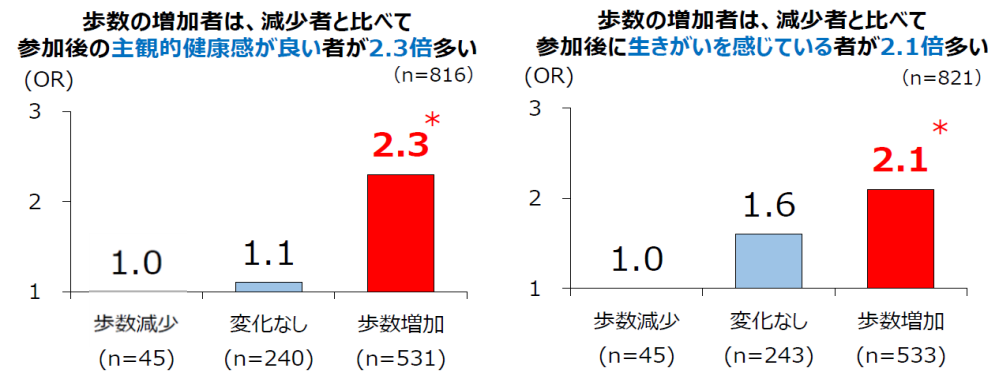


②参考として、同様の取組を行っている他自治体のデータと合わせてみると、参加前 5,000 歩未満の人では、歩数増加者は歩数減少者と比べて主観的健康観及び生きがい度がそれぞれ 2.3 倍、2.1 倍有意に高く、歩数増加の取組が精神面にも好影響があることが示されている。

4 (2) 出典

令和 5 年度参加者アンケート（遠野市、八幡市、指宿市、飯塚市、田原本町、湯梨浜町、大野市、金ヶ崎町）

回答数 主観的健康感 8,549 人 生きがい 8,561 人



参加前歩数が5,000歩未満かつ歩数・ポストアンケートデータを有する者を対象
二項ロジスティック回帰分析(強制投入法) *P<0.05 年齢と性別を調整