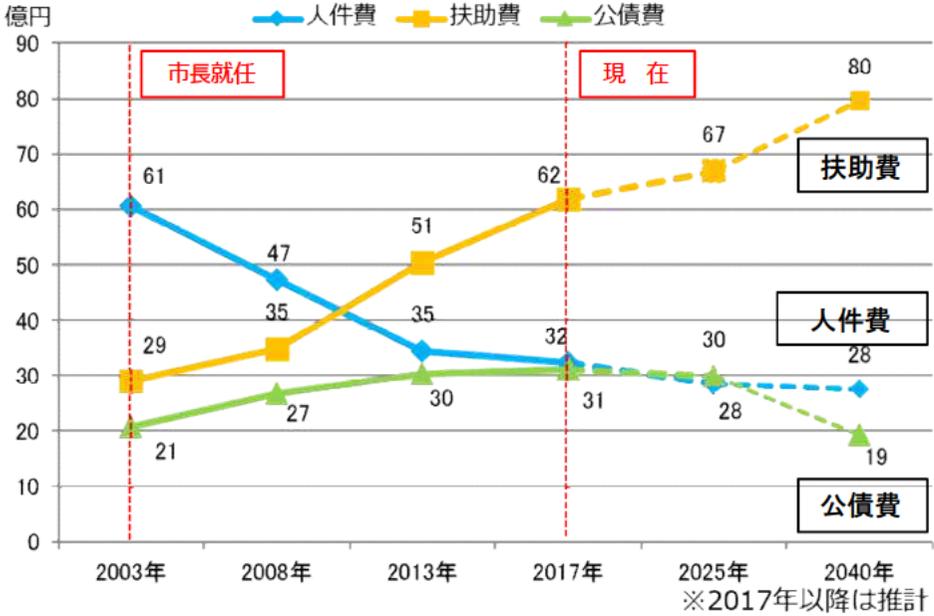


高石市の概要

- 人口 57,868人
- 世帯数 25,496 世帯
- 面積 11.30km²



高石市の義務的経費の推移と今後の見込み



健幸ウォーキングロード

高石市健幸ウォーキングMAP

★ 毎日が“元気”健幸ウォーキング

★ 健幸づくり教室

羽衣天女伝説コース(往復3.8km)

せせらぎコース(往復4.6km)

歴史探訪コース(1周3.4km)

鴨公園周回コース(1周0.6km)



健幸まちづくり諸施策

健幸づくり教室

(中央公民館、スポラたかいし、カモンたかいし)

- 国立筑波大学の久野研究室が監修するe-wellnessシステムを使用
- 参加者の体力年齢の若返り、生活習慣病や介護予防を目的に開催し、教室では有酸素運動・筋トレを実施

毎日が“元気”健幸ウォーキング (ウォーキング前の健康体操)

- ・ 市内5カ所で実施。
(浜寺公園健幸広場、芦田川ふるさと広場、鴨公園など)
- ・ 練功十八法と下肢の軽い筋トレ体操を20分実施後、各ウォーキングコースにて自主ウォーキング。



健幸ウォーキングロード

- ・ 自動車道を片側2車線から1車線に減らし、せせらぎ、自転車道、歩道を整備

第1回

健幸ポイントプロジェクト

期間：2014.12～2016.12

参加対象者：40歳以上の市民

参加者数：2,055人

使用機器：歩数計を貸与

データ送信拠点：市公共施設4カ所

平成28年度事業費：約3,000万円

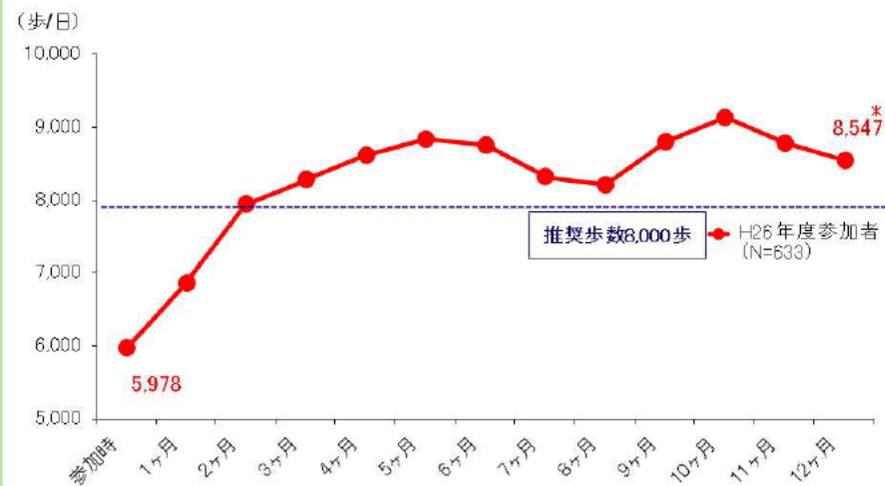
文科省、スポーツ庁等の交付金を活用

全体の参加者の7割以上が運動無関心層又は運動不十分層であった。



インセンティブは、無関心層の掘り出しに効果的！！

参加者の歩数は、2ヶ月目までに約2,000歩/日増加し、国の推奨活動量8,000歩/日を上回る



平均値を示す。*：時間の経過とともに有意に増加していることを示す。(有意水準1%未満)
 ・H26年度参加者1,090人のうち、参加時～12ヶ月目の全てに歩数データがある対象者633人(58%)を分析した。

本プロジェクト参加者の74%は、運動無関心層や運動不十分層であった。
 自治体別にみても一定の割合(57～81%)で運動無関心層や運動不十分層が参加した。

	全体	浦安市	大田原市	岡山市	高石市	伊達市	見附市
分析対象者	10,040人	1,566人	891人	3,496人	1,416人	1,431人	1,220人
運動無関心層	20%	13%	24%	19%	27%	21%	19%
運動不十分層	54%	44%	48%	55%	54%	59%	60%
運動充分層	26%	43%	29%	26%	19%	20%	21%

運動無関心層、運動不十分層、運動充分層の定義を以下の通りとする

分類	運動無関心層	運動不十分層	運動充分層
推奨活動量	満たしていない (8,000歩/日未満)	満たしていない (8,000歩/日以上)	満たしている (8,000歩/日以上)
スポーツ・運動教室参加状況	参加していない	参加している	-

第1回 健幸ポイントプロジェクトの成果



特定健診の受診や、受診結果の改善・基準範囲の維持に対してポイントを付与することで、**受診率が向上**

一人当たり総医療費の推移

	2013年度	2015年度	医療費増減	一人当たり医療費抑制額
参加者	26.5万円	33.1万円	+6.6万円	7.7万円
非参加者	25.9万円	40.2万円	+14.3万円	

参加者と非参加者で比較すると
一人当たり7.7万円の医療費抑制効果



健幸ポイントプロジェクト終了後の参加者アンケートでは、**70%以上がポイントが半額になっても継続する**と回答した。



健康意識の向上、運動習慣の定着！

第2回

高石健幸ポイント事業

期間：2017.10～

参加対象者：20歳以上の市民

参加者数：現在2,993人

使用機器：活動量計を貸与、又はスマートフォンアプリをダウンロード

データ送信拠点：市公共施設8カ所、**市内郵便局全7カ所**、
池田泉州銀行高石支店 等市内20カ所
及び全国のローソン・ミニストップ

平成30年度事業費：約4,600万円

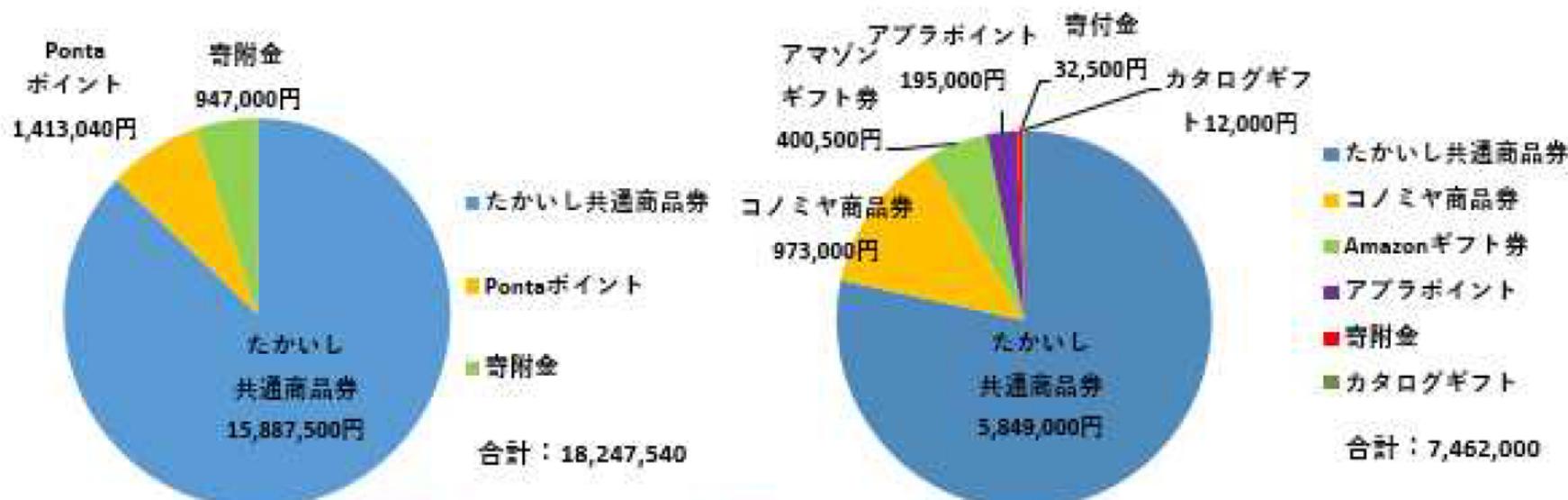
地方創生推進交付金を活用

拠点別データ送信状況
(2017.10.1～3.31)

(延べ人数)

施設名	利用人数
アプラ高石	2,606
ローソン(市内)	2,435
総合保健センター	2,098
ローソン(市外)	1,614
カモンたかいし	1,569
中央公民館	1,208
郵便局	1,106
スポラたかいし	788
取石公民館	568
瑞松苑	304
池田泉州銀行高石支店	137

健幸ポイントの交換内容



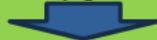
第1弾では87%、第2弾では94%が地域経済に還元されている！

国民健康保険制度の一元化

○保険者努力支援制度（市町村分）

平成28年度:150億円

平成29年度:250億円



平成30年度:約340億円



保険者努力支援制度の市町村分を財源とし、インセンティブ制度の健康づくり、重症化予防施策の実施が可能に！

健幸ポイントで日本全国を健幸のまちに！！

子育てウエルカムステーションHUGOOD（ハグッド）

たかいし駅前再開発ビルアプラたかいしH15～

官民連携事業として子育て世代の定住促進を目指し、地方創生の一環としてスタート

年間5万人が利用！



我がごと・丸ごとの地域づくり推進事業



コミュニティカフェ APP CAFÉ(アプラたかいし)

毎週第2・4火曜日開催

コーヒーを片手におしゃべりやワークショップ、読書、休憩
社会福祉協議会の相談員が在駐し、質問や悩み相談



地域の憩いの場づくりを応援
(アプラたかいし、各地域)

多数のワークショップを開催(申込不要、誰もが気軽に) 初対面の方同士でも作品が出来上がる頃にはすっかり打ち解け

シルバー世代の創業支援センター（案）



NPO法人泉ひまわりの会 理事長 喜谷和子氏（71歳）

大阪市立大学在学中に結婚、出産。PTA会長を3度経験し、45歳で高校の非常勤講師に。同時期に地域の主婦7人で有償ボランティアグループを立ち上げ。2000年にNPO法人設立し、社会福祉士や介護支援専門員の資格を取得。NPO法人理事長としての活動と共に、社会福祉士関係の講師や成年後見人としても活躍。

- ・オレンジカフェ（コミュカフェ）を週3回実施
一部レンタルスペースで手作り雑貨を販売等
誰でも自由にきて自由に帰るスタイル
- ・子ども食堂を月一回土曜日の昼に実施
子どものほか、高齢者、障がい者、子育てに悩む方など
→だれでも食堂

クラブやサークル活動のように自発的に参加して楽しむ
最終的には「自分たちのデイサービスを自分たちで行う」

健康な高齢者の創業（NPO・ボランティア含む）を支援



定年後のマンパワーを最大限発揮できるようコーディネート



配食サービス



子ども食堂

コミュカフェのレンタルスペース