

3 楽しくいきいき健康プロジェクト 平成29年度フォローアップ

上山型温泉クアオルト  
事業費15,143千円

<状況：◎完了、○実施中（継続）、△次年度、×取組なし又は未定>

事業名 具体的取組	事業内容等	平成29年度	スケジュール				第7次振興計画 大事業名・事業費	平成29年度実績			
		実施内容	29年度	30年度	31年度	32年度以降		進捗状況	事業内容	問題点(未達成)及び次年度以降に向けた課題等	所管課 実施団体
1 バリエーション豊かな健康プログラムの実施											
(1) 健康運動メニューの作成、実施 (温泉利用メニューを含む)	◇健康づくりへのウォーキングコース活用の推進 ◇ウォーキングが適さない人が出来る温泉を利用した運動教室を実施	◇市民を対象にした体力測定会の実施(2回)と継続的な運動実施による効果検証/認定コース毎の消費カロリー調査の実施(仙台大学との連携) ◇ウォーキングが適さない人が出来る温泉を利用した運動教室を実施					一般介護予防事業費 15,656千円	○	◇市民を対象にしたクアオルト健康ウォーキングの継続実施による効果調査としての体力測定会の実施(4回/141人)・結果分析(上市市医師会)・仙台大学との連携) ◇認定コース(葉山・蔵王高原坊平)における、気候性地形療法を用いたウォーキングによる消費カロリー調査の実施(仙台大学との連携) ◇温泉を利用した水中ストレッチ教室及び湯中運動教室の実施(46回/513人)	◇継続的な調査分析の実施 ◇湯中運動教室は応募者数が少なく、事業の見直し等も含めた精査が必要 ◇水中ストレッチ教室については、リピーターも多く、新規参加者獲得が必要	クアオルト推進室 健康推進課
(2) 企業や健康づくりの関係機関との連携	企業コラボ、ヘルスツーリズム等としての企業・事業所の健康経営支援	◇宿泊型新保健指導事業の実施 ◇首都圏企業と「上山型温泉クアオルト(健康保養地)活用包括的連携に関する協定書」の新たな締結						○	◇宿泊型新保健指導事業の実施(9回/92人) ◇協定書の締結(首都圏2企業)	◇参加者の生活習慣改善や行動変容に効果が見られた。(平成29年度…6か月評価時 90人平均値 体重-3.7kg/腹囲-4.5cm/生活習慣改善率97.8%) ◇第三期特定健康診査等実施計画の中で保健指導の新たな選択肢として宿泊型新保健指導が位置付けられた。今後、企業・健保からの導入も見込まれるが、年間の受入れツアー数に限りがあり、現状より増やせないため、今後、民間主導による受入・運営体制の再構築が必要	クアオルト推進室 上山市温泉クアオルト協議会
(3) 家族で楽しめる健康づくりの実施	◇上山の食材を使った栄養教室の実施 ◇市民公園等を利用したウォーキングの実施 ◇子育て中のお母さんのリフレッシュを目的としたウォーキングの実施(めんごりあ) ◇親子を対象としたウォーキングを中心とした各種体験教室の実施	◇上山の食材を使った栄養教室の実施 ◇健康増進事業や介護予防事業等での市民公園等の「クアの道河崎」を利用したウォーキングの実施 ◇小・中学校や福祉施設、子育て支援施設との連携事業の実施、世代間交流事業「親子里山わくわく探検隊」の実施					介護予防・生活支援サービス事業費74,151千円 一般介護予防事業費 15,656千円	○	◇地場産食材を活用したクアオルト給食の提供(市立2保育園) ◇クアオルト給食ふるさと献立の提供(市立5小学校) ◇上山の食材を使った親子料理教室の開催(2回/30人) ◇健康づくりサポート教室(1回/8人)やクアオルト歯つらつクラブでのウォーキングの実施(12回/238人) ◇めんごりあと連携した、子育て中のお母さんのリフレッシュを目的としたウォーキングの実施(1回/3人) ◇世代間交流事業「親子里山ワクワク探検隊」の実施(4回/小学生親子24組55人)	◇対象者の体力レベルに応じたクアオルト健康ウォーキングの実施 ◇総合的な視点からの地域資源を活かした楽しく継続的に健康づくりができる機会の創出	健康推進課 クアオルト推進室 福祉事務所 学校教育課 管理課
(4) 「健康マイレージ」の実施	ウォーキング、特定健診、がん検診、健康教室等も含めた制度の実施	事業の周知を図りながら、参加者増を図る。また、県のマイレージ事業も活用して、協力事業者の拡充を図る					健康増進事業費 31,567千円	○	◇「健康マイレージ」の実施(参加者519人) ◇新たに企業に対するアプローチを実施(市内1企業)	参加者は年々増えており、さらなる増加を図るには、スマホアプリ等を活用した新たな取組が必要	健康推進課
2 医療機関等と連携した健康づくりシステムの構築											
(1) 特定保健指導への導入	国民健康保険被保険者で特定健診の結果、特定保健指導に該当する方への導入	◇市民向け宿泊型新保健指導事業の実施 ◇特定保健指導対象者に毎日ウォーキングを勧め、参加拡大を図る					健康づくり推進事業費 5,427千円	○	◇宿泊型新保健指導事業を実施(国保被保険者1回/12人) ◇特定保健指導対象者に運動指導の一環としてクアオルト健康ウォーキングを実施(5回/3人)	体験後、継続して参加するなど行動変容に結びつく人もいるが、体験者自体が少ない	クアオルト推進室 健康推進課 上山市観光物産協会 (業務委託先)
(2) 各医療機関等との連携	特定保健指導、血液検査等の実施委託、長期治療プログラムとの連携	市内医療機関に、クアオルト健康講座の参加者を対象にした血液検査等の実施を委託					健康づくり推進事業費 5,427千円 一般介護予防事業費 15,656千円	○	クアオルト健康講座参加者に血液検査を実施(上市市医師会との連携 健康講座3回/33人)	—	健康推進課 クアオルト推進室
(3) 医療保険者との連携	◇クアオルト健康ウォーキングを予防事業に活用 ◇壮年期を対象とした、地域資源を活かした健康づくり機会を提供	企業・各種健康保険組合等に社員・組合員の健康づくりとしての提案・活用					蔵王坊平アスリート ウィレッジ管理費 34,362千円	○	企業・健康保険組合と連携し、社員・組合員の健康づくりとしてクアオルト健康ウォーキングを実施(14回/321人)	継続した働き掛けの実施	クアオルト推進室 健康推進課 スポーツ振興課
3 元気に心と体がうらおう温泉の活用											
(1) 旅館、共同浴場の活用	◇毎日ウォーキング参加者等へ入浴料金助成 ◇健康づくり教室に活用	毎日ウォーキング参加者等への入浴料金の助成を行うとともに、旅館等を利用したクアオルト健康講座等の実施						○	◇毎日ウォーキング参加者へ温泉利用券を配布し、温泉活用による健康づくりを実施(1,572人/利用率31.1%) ◇旅館等を利用したクアオルト健康講座等の実施(1回/7人) ◇寿荘の浴槽を利用した湯中運動教室の実施(16回/70人)	◇温泉活用による健康づくり効果の明確化 ◇湯中運動教室は応募者数が少なく、事業の見直し等も含めた精査が必要	健康推進課 クアオルト推進室 上山市温泉クアオルト協議会
(2) 健康運動指導士の確保	温泉を活用して行う水中運動を指導できる健康運動指導士の確保							×	—	—	健康推進課 クアオルト推進室
4 心にやさしいメンタルプログラムの実施											
(1) 精神科医療機関との連携	上山病院等との共同研究	上山病院と連携し、患者又は利用者からの体験及びエビデンスを調査し、データを蓄積・分析						○	クアオルト健康ウォーキングの実施による精神障害者の生活の質の向上、特に精神的健康度の向上への期待についてアンケート調査を実施(かみのやま病院との連携 3回/41人)	データの蓄積と実施効果分析の継続的な実施	クアオルト推進室

	(2) 企業、旅行者等との連携	企業コラボ、ヘルスツーリズムとして企画、広報	ストレス緩和の効果を広報しながら、企業等と連携したクアオルト健康ウォーキングをさらに広めていく						○	◇企業・事業所でのウォーキングの実施（14回/321人）◇企業協賛によるコラボウォーキングの実施（4社+市長/233人）◇一部企業におけるウォーキング前後のストレスチェックの実施	参加企業における効果の実感と継続的な実施	クアオルト推進室 観光課 上山市温泉クアオルト協議会 上山市観光物産協会
	(3) リラクゼーションの提供	クアオルト健康講座をはじめ、健康教室や企画ウォーキング等での提供	クアオルト健康講座をはじめとした健康教室等にリラクゼーションを取り入れるとともに、企画ウォーキング等での提供					健康づくり推進事業費 5,427千円 一般介護予防事業費 15,656千円	○	クアオルト健康講座で実施（2回/13人）	ストレス改善策としての様々なメニューの検討	健康推進課 クアオルト推進室
5	医科学的効果の検証											
	(1) 体力、血液検査等の実施	クアオルト健康講座における実施	クアオルト健康講座への実施					健康づくり推進事業費 5,427千円 一般介護予防事業費 15,656千円	○	健康講座参加者に対する血液検査（3回/33人） 体力測定（2回/22人）の実施	健康行動による心身の効果の明確化と情報発信	健康推進課 クアオルト推進室
	(2) 健康増進効果の検証	◇上山市医師会との連携調査 ◇学術機関との連携調査	◇クアオルト健康ウォーキング参加者の健康状態の変化について連携調査（上山市医師会との連携） ◇継続的な運動実施による効果調査					健康づくり推進事業費 5,427千円 一般介護予防事業費 15,656千円	○	◇クアオルト健康ウォーキング参加者の健康状態の変化について連携調査/調査項目、調査内容・方法について協議（上山市医師会・仙台大学との連携） ◇クアオルト健康ウォーキングの継続実施による効果調査としての体力測定会の実施（4回/141人）・結果分析（上山市医師会・山形県立保健医療大学・仙台大学との連携） ◇クアオルト事業10年間の取組から見てきた医療費への影響分析（大阪大学との連携） ◇継続参加者へのアンケート調査による効果について検証（山形県立保健医療大学との連携） ◇医科学的根拠に基づいたウォーキングであることを普及啓発	運動療法としての他のウォーキングとの差別化	クアオルト推進室 健康推進課
6	医療保険適用に向けた取組の検討											
	(1) 費用の70%助成	特定プログラムの自己負担額の70%を単独助成							×	—	—	
	(2) 自然療法の確立	学会、研究機関、医師会等の理解協力を得ながら国に要望							×	—	—	
	(3) 予防医学の医療保険適用	学会、研究機関、医師会等の理解協力を得ながら国に要望							×	—	—	