

いたばし健康づくりプロジェクト事業の概要について

1 目的

本事業は、「いたばし健康プラン～板橋区健康づくり 21 計画（第二次）～」で掲げた基本理念「区民一人ひとりが健康づくりに取り組めるまち」の実現のため、区が重点的に取り組む「栄養・食生活」と「運動」の分野で、効果的なヘルスプロモーション活動を推進する事業である。

㈱タニタと連携して事業を効率的・効果的に展開するとともに、スポーツ・産業・観光などの様々な分野との連携による相乗効果により、区民が取り組む健康づくりを積極的に支援し、区民の健康づくりへの機運をより一層醸成していくことを目的としている。

2 事業概要

- (1) 参加者に活動量計を配付し、区内の体育施設や健康福祉センター等に計測機器（体組成計、血圧計）を設置する。
- (2) 参加者がウォーキング等の運動を行い、各所の計測機器で活動量、体組成、血圧等のデータを測定し、それらを WEB サイトに蓄積する。データ管理をすることで、成果の見える化による自ら健康管理することが可能となる。
- (3) 運動を中心とするプログラム・イベントや健康講座、栄養講座等により、参加者への健康に関する情報提供を行う。さらに、商店街の空き店舗を活用し「健康」や「食」をテーマにしたイベント開催や情報発信を行うことにより、商店街活性化も図る。

3 各種コース概要

- (1) 健康増進コース：500 名(参加費 3,000 円 6 か月間)
- (2) 国保生活習慣病予防コース：100 名(参加費 1,000 円 6 か月間)
※国保特定健診受診者対象
- (3) アクティブコース（板橋 City マラソンを目標）：250 名(参加費 3,000 円 6 か月間)
- (4) スタンダードコース（いたばしウォーキング大会を目標）：250 名(参加費 3,000 円 6 か月間)

4 平成 27 年度のスケジュール

機器設置 平成 27 年 4 月（高島平健康福祉センターを除き設置済）

事業期間 3 の(1)(2)：平成 27 年 9 月～平成 28 年 3 月

3 の(3)(4)：平成 27 年 5 月～平成 27 年 10 月

平成 27 年 10 月～平成 28 年 3 月

5 平成 27 年度予算額

35,883 千円

(内訳) 設備経費 13,127 千円

事業経費

(1)健康増進コース 6,480 千円

(2)国保生活習慣病予防コース 4,425 千円

(3)アクティブコース 2,926 千円

(4)スタンダードコース 2,647 千円

(5)商店街連携事業 6,278 千円