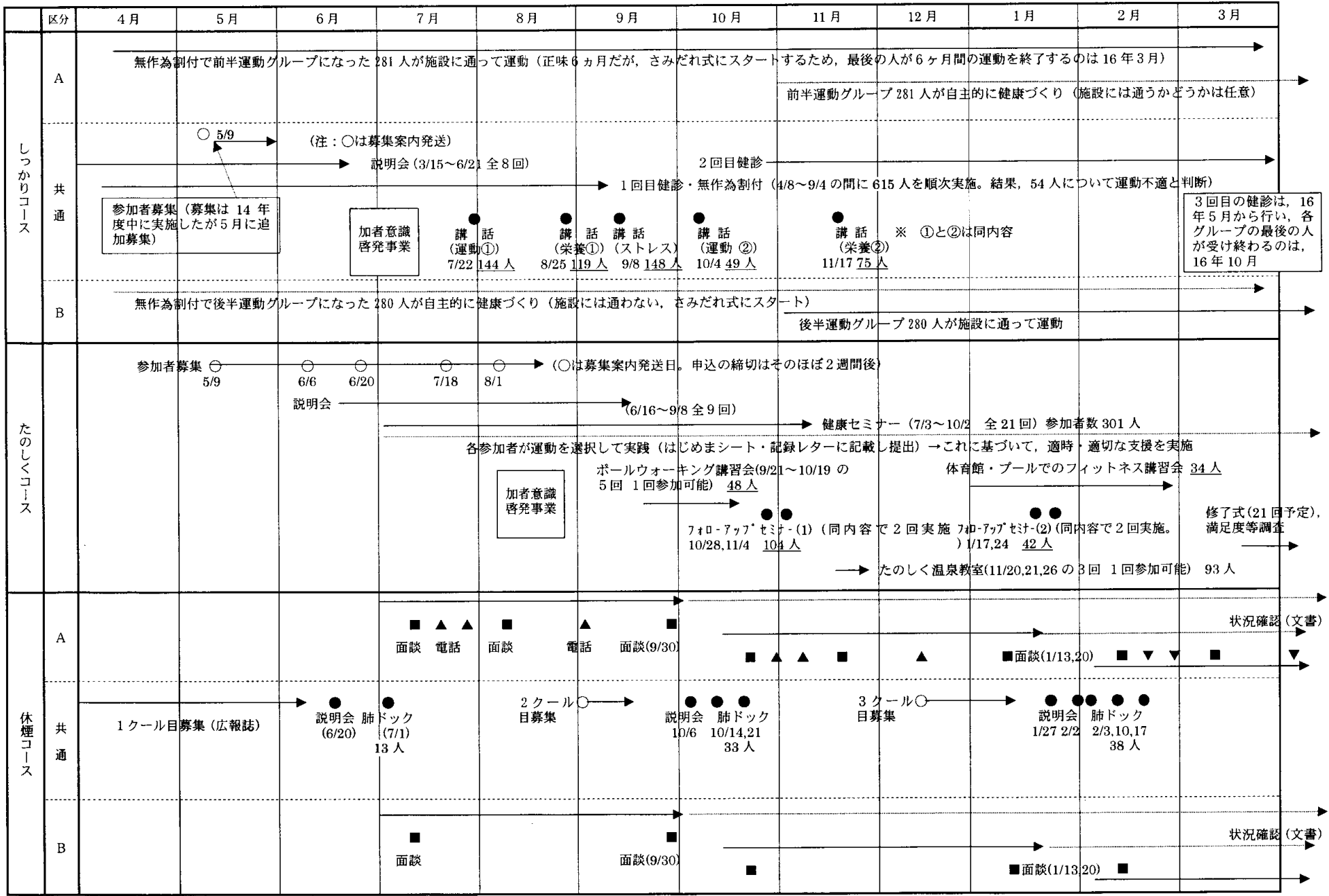


札幌市国保ヘルスアップモデル事業 15年度実施内容

参考資料 2-1  
北海道札幌市



3回目の健診は、16年5月から行い、各グループの最後の人が受け終わるのは、16年10月

## 平成 16 年度の事業の方向性について(補足説明)

平成 15 年度においては、生活習慣病予防の観点から、運動系のコースとして、

ア 主に、スポーツ施設において専門の指導員が指導を行う形態による運動が健康及ぼす効果を測定することを目的とし、しっかりコースを実施した。

しっかりコースでは、介入群を前半運動グループ(しっかりコースA)と後半運動グループ(しっかりコースB)に二分し、施設での運動実践の効果を検証するため、介入前、介入6ヵ月後(運動方法変更時)及び介入終了時に健康診査を行い、施設での運動の効果を検証することとしている。

イ また、運動習慣がない方に対して、運動習慣の確立を図ることを目的として、たのしくコースを実施した。

ところで、しっかりコースとたのしくコースは別個に募集したため、しっかりコース参加者はスポーツ施設において密度の濃い指導を受け、健康状態にもプラスの効果が得られたと考えられる(6ヵ月経過時点での計測結果)が、一方で、たのしくコースにおいては、自己実践を6ヵ月にわたり行ってもらったものの、コース内容に満足されたかどうかは今後の満足度調査の結果を待たなければなりません。ただ、現状では、しっかりコースとたのしくコースの介入程度が大幅に異なっており、参加者のさまざまな健康づくりに対する要望に応えることは現状では難しいと考えられます。

また、しっかりコースは運営に多額の予算が必要であり、モデル事業終了後の方向性を検討する際、スポーツ施設での指導をどの程度にすることが、実際的なのか早めに検討を行っていく必要があると考えます。

そこで、平成 16 年度の運動系のコースの設定にあたっては、上記の点を踏まえ、また、モデル事業終了後の本市の保健事業の方向性検討の参考とするため、しっかりコースとたのしくコースの介入内容の見直しを検討したいと考えている。

検討の中では、事業参加者の範囲、介入形態(強度・頻度・期間)、募集方法などが検討されると考えられますが、平成 15 年度とは異なる方向性が出ることも考えられます。

現時点では、平成 16 年度の事業内容を確定することは困難ですが、想定としましては、しっかりコースとたのしくコースの募集の一本化、参加者によるコース内容の選択性(従来のだのしくコース、従来のしっかりコースA、両者の中間的なコース)の導入など、前年度事業内容を活かしつつ、長期的に運営可能な実施内容であるかの検証も行う方向で検討しております。