

1 基本的な考え

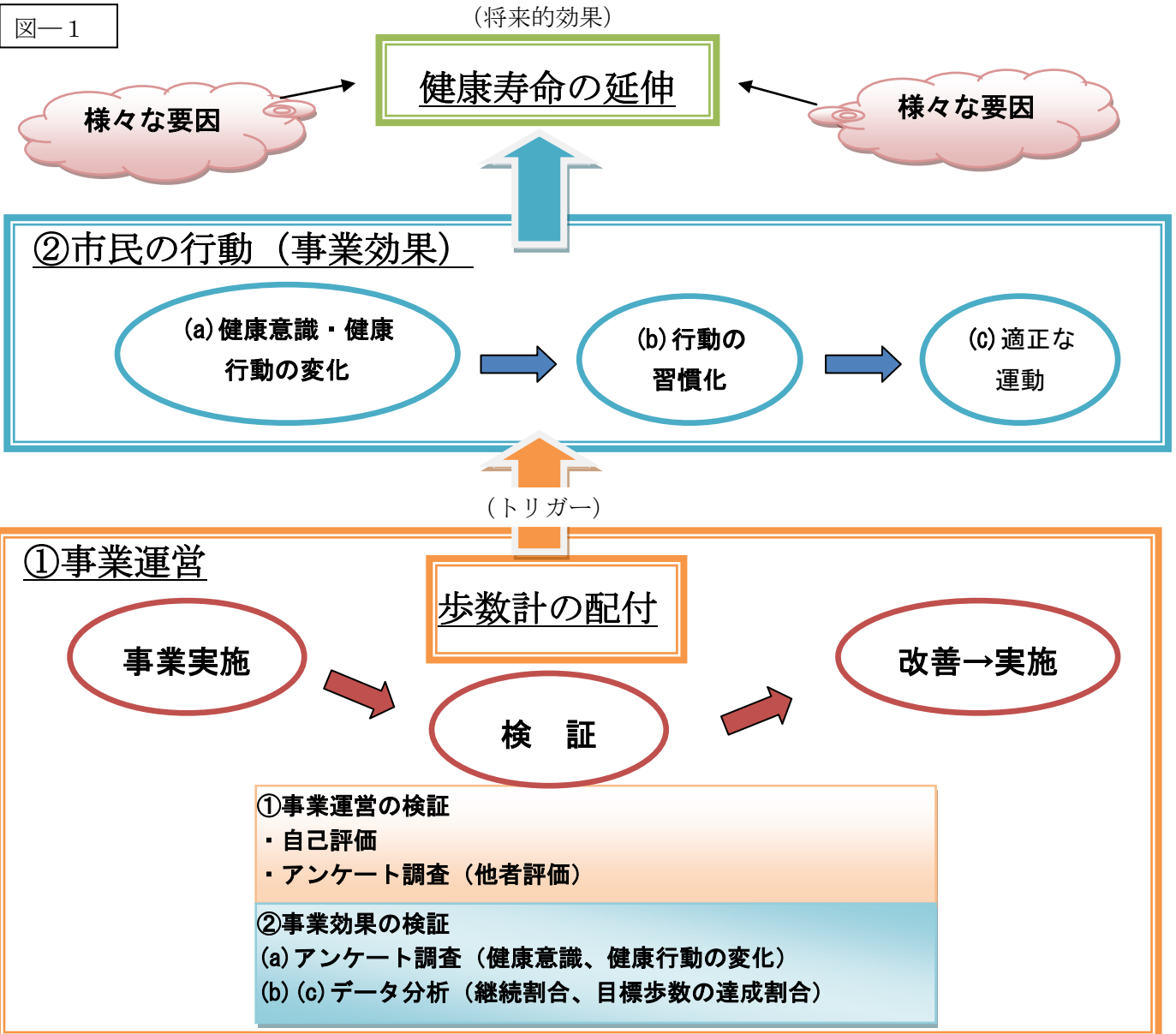
本事業は、40才以上の方を対象に、歩数計を配付することでウォーキングや健康増進活動を促進し、さらに、継続のインセンティブを付与することで、ウォーキングの習慣化とその強化を目的としている。長期的には、適度なウォーキングにより健康寿命の延伸に寄与することを目標としている。なお、健康寿命の延伸の寄与には、ウォーキング以外にもさまざまなファクターがあるが、本事業検証の対象外とする。

本事業の検証は、①事業運営の側面と、②市民に対する効果の側面を対象とする。

①は、事業が適正に運営されているか、②は、(a)健康意識や健康行動が歩数計を有する前後でどのように変化したか、(b)ウォーキングの習慣がどの程度継続しているか、(c)それは適切なウォーキングであるか、を検証する(図-1参照)。

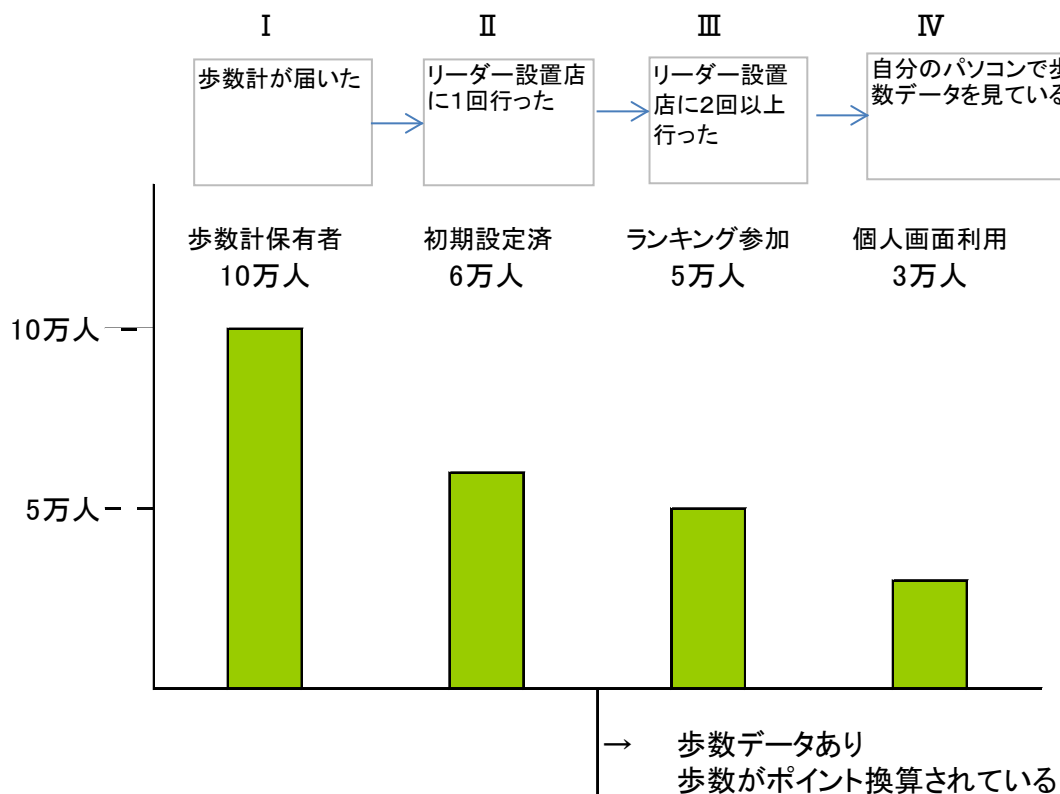
検証の手法としては、①については、共同事業者の提案内容を含めた事業スキームが適正に運営されているかを横浜市と共同事業者とで自己評価し、一部をアンケート調査で補足する。②については(a)はアンケート調査、(b)、(c)については歩数データ分析によるものとする。

なお、歩数データに関しては、全ての参加者のデータを保有するものではない(図-2参照)ことから、検証にあたってはその点を留意する。



## 歩数計の利用状況(数字はH27年3月末推計値)

※ II 以降は10万人の内数



## 2 検証手法

### (1) 自己評価

根拠：市民協働条例第15条

評価項目：歩数計の使用状況、リーダーの運営状況、WEBシステム、インセンティブ、事務局運営状況など

公表方法：ホームページなどを予定

### (2) アンケート調査

調査目的：①歩数計使用前後の健康意識と行動の変化、②事業運営の適切さ、③社会参加行動の変化（文部科学省補助金申請の必須事項）を調査する。

調査対象：本事業の参加者

抽出方法：歩数データのある集団と歩数データのない集団に留意し、抽出する。

調査項目：フェイスシート（性別、年齢、居住区、同居者、勤務形態）

- ①→休養・食事・体の痛みの変化、体調管理意識・ストレスの状況の変化、主観的健康度、運動への関心度や運動習慣の変化など
- ②→歩数計をもつことで歩くきっかけになったか、リーダー設置場所の利用頻度、ホームページ個人ログイン画面の利用状況、ウォーキングのきっかけ（景品・寄付）、事業を知ったきっかけ（広報媒体）など
- ③→外出頻度の変化、友人関係の広がりの変化など

とりまとめ時期：12月予定

### (3) 歩数データによる検証

目的：ウォーキングの継続状況と適度な歩数であるかを検証する。

対象：歩数データをオムロンヘルスケア株式会社が運用する「ウェルネスリンク」システムにアップロードしている参加者

方法：「ウェルネスリンク」システムからデータを抽出して分析する。

データ抽出項目：下記の通り。性別、年代別、居住区別に分析する。⑤～⑦は継続者の集団を中心に分析する。

	項目（予定）
①	歩数計送付数
②	初期設定済者数
③	参加者数（歩数データがある者の数）
④	継続者数（歩数データが一定期間ある者の数）
⑤	平均歩数
⑥	平均EX量
⑦	カロリー消費量

とりまとめ時期：12月予定