

1 事業検証の基本的な考え

本事業は、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、健康行動・健康意識の向上につながることを目的として実施しています。

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ますが、健康寿命の延伸には、ウォーキング以外にもさまざまなファクターがあるため、健康寿命の延伸については、平成 29 年度も事業検証の対象外とします。

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し、

①は、事業が適正に運営されているか、②は、(a)健康状態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、を検証します（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、②については(a), (b)はアンケート調査、(b), (c)については歩数データ分析によって行います。

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）ため、検証にあたってはその点に留意します。

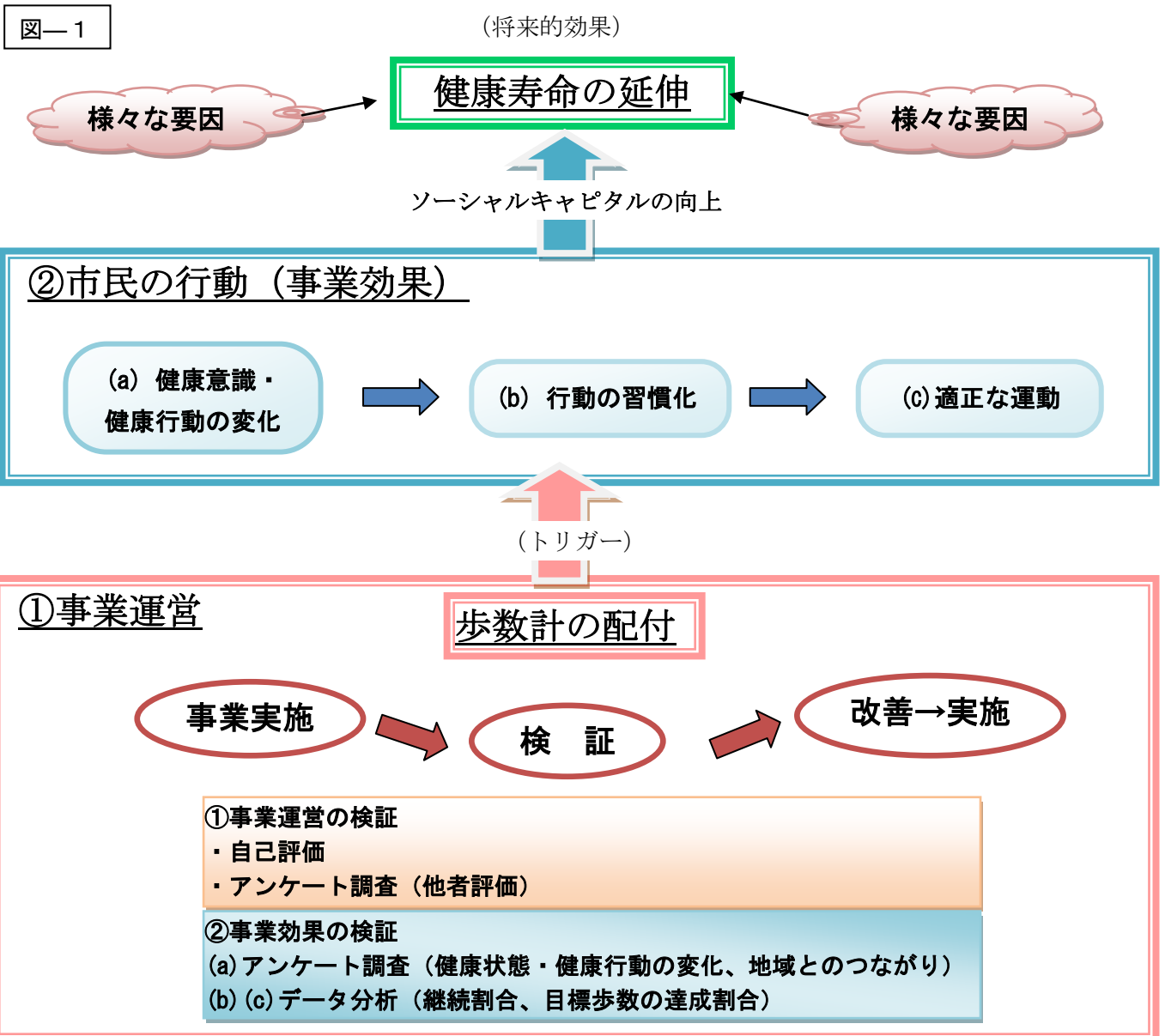
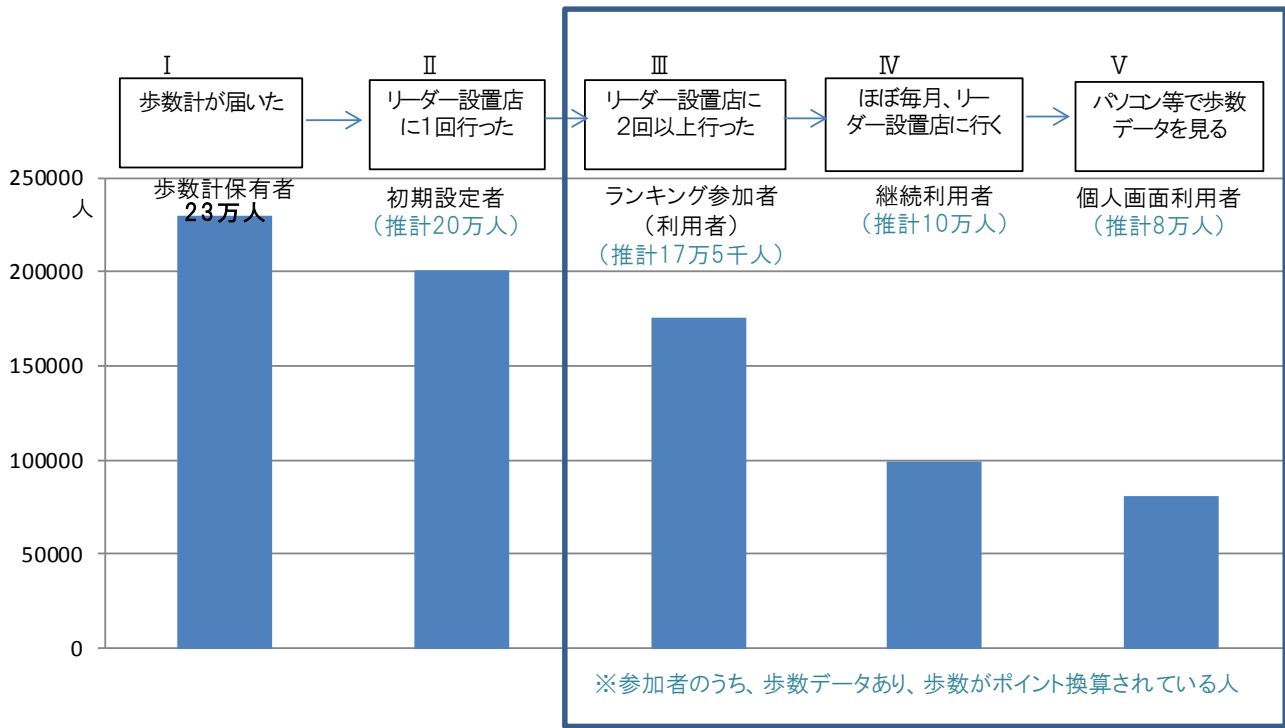


図-2

歩数計の利用状況(数字は平成29年3月末推計値)



## 2 平成29年度事業検証の内容について

平成28年度事業検証では、参加者の中で参加前に運動していなかった人の参加割合が増え、幅広い層の参加につながるとともに、事業に参加したことで、①約8割が「歩数計をほぼ毎日使用」し、②「参加前は運動していなかった人」も含め、2/3の人の一日の歩数が増え、半数以上が「運動するようになって」おり、③「参加前は健康ではなかったと感じている人」の6割以上が参加後は健康であると感じているため、参加者の健康状態・健康行動の変化に、この事業につながったことを検証しています。

平成29年度は、第1期の最終年度として、参加者の健康状態・健康行動の変化、運動習慣の継続状況、地域とのつながりの変化等を検証し、この事業の効果として、参加者の健康行動の変化が定着につながったか、健康状態がどう変化したか、ソーシャルキャピタルの向上につながっているかなどを検証します。

### (1) 利用状況調査報告書

(※斜体は平成28年度のみ項目)

	平成29年度	平成28年度
内容	①事業の参加状況(リーダー利用状況、歩数データの確認状況など) ②参加者の運動状況 ③事業参加による運動の動機づけと運動量の増加、運動習慣定着への効果 ④事業参加による健康感の向上、地域とのつながりの変化	①事業の周知度 ②事業の参加状況(リーダー利用状況、歩数データの確認状況など) ③参加者の運動状況 ④事業参加による運動の動機づけと運動量の増加、運動習慣定着への効果 ⑤事業参加による健康感の向上、地域とのつながりの変化
検証手法	アンケート調査 歩数データ分析 自己評価	アンケート調査 歩数データ分析 自己評価 e アンケート
報告時期	11月	11月

## (2) 検証手法別検証内容等

(※\_は平成 29 年度変更項目)

	平成 29 年度	平成 28 年度
e アンケート	実施しない	【回答者】横浜市在住 15 歳以上 e アンケート登録メンバー約 3,000 人
		【実施時期】5 月 27 日～6 月 10 日 【質問内容】事業の認知、参加状況、運動状況など
アンケート調査	【回答者】平成 29 年 3 月 31 日時点 参加者 6,000 人 (無作為抽出)	【回答者】平成 28 年 3 月 31 日時点 参加者 4,000 人 (無作為抽出)
	【実施時期】5 月下旬発送 11 月報告 【質問内容】 ①事業参加前の <u>外出</u> ・運動状況、健康状態 ②現在のウォーキング状況 ③歩数計使用状況、歩数計使用 <u>・不使用</u> 理由、 データ送信状況、パソコンの個人記録確認状況 ④事業参加後の <u>外出機会</u> ・ <u>交通手段の変化</u> 、 <u>運動(継続)状況</u> 、 <u>グループに参加して運動やスポーツを行う機会</u> や <u>イベント・講座への参加機会の変化</u> 、 <u>商店街・公共施設利用機会の変化</u> 、 <u>地域とのつながりの変化</u> 、 <u>健診受診機会や健診結果の変化</u> ⑤現在の健康状態 ⑥事業の魅力 など	【実施時期】5 月下旬発送 11 月報告 【質問内容】 ①事業参加前の運動状況、健康状態 ②現在のウォーキング状況 ③歩数計使用状況、歩数計使用理由、データ送信 状況、データ送信理由、パソコンの個人記録確 認状況 ④事業参加後の運動(継続)状況、グループでの 運動状況、イベントや講座への参加状況、商店 街・公共施設利用状況、地域活動(参加後の変 化)、地域とのつながりの変化 ⑤現在の健康状態 ⑥事業の魅力 など
歩数データ分析	【対象者】平成 29 年 3 月 31 日時点参加者	【対象者】平成 28 年 3 月 31 日時点参加者
	【実施時期】5 月下旬データ抽出 11 月報告 【分析項目】 ①参加者の状況 ②参加状況(月別推移) ③事業運営の検証(参加目標達成率、利用率他) ④歩数の分析(平均歩数、健康横浜 21 の指標と の比較、参加者全体と事業所単位での参加者の 比較) ⑤毎月利用者の分析(平均歩数、全体との比較)	【実施時期】5 月下旬データ抽出 11 月報告 【分析項目】 ①参加者の状況 ②参加状況(月別推移) ③事業運営の検証(参加目標達成率、利用率他) ④歩数の分析(平均歩数、健康横浜 21 の指標と の比較、参加者全体と事業所単位での参加者の 比較) ⑤毎月利用者の分析(平均歩数、全体との比較)