

1 平成 27 年度からの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 28 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。

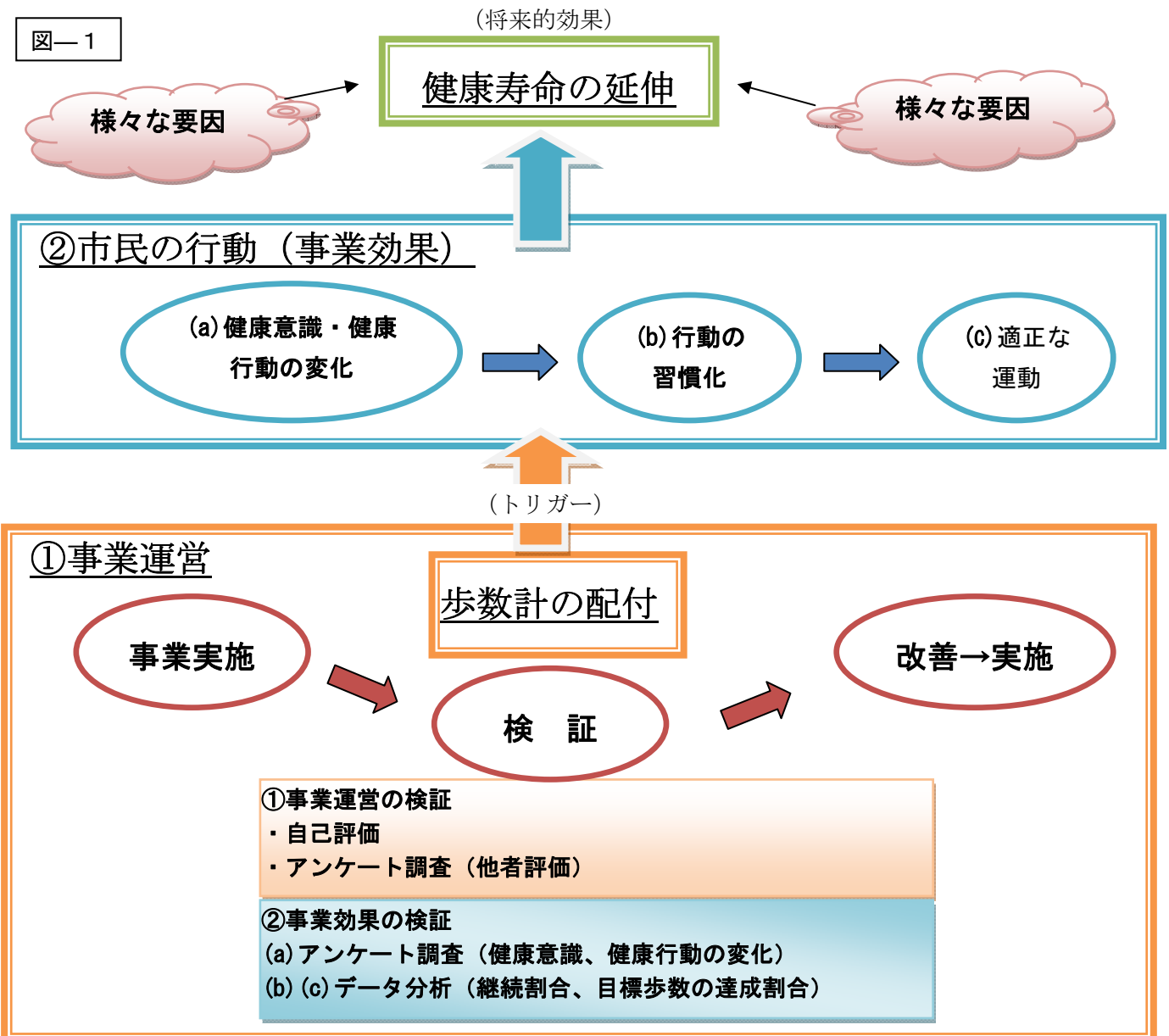
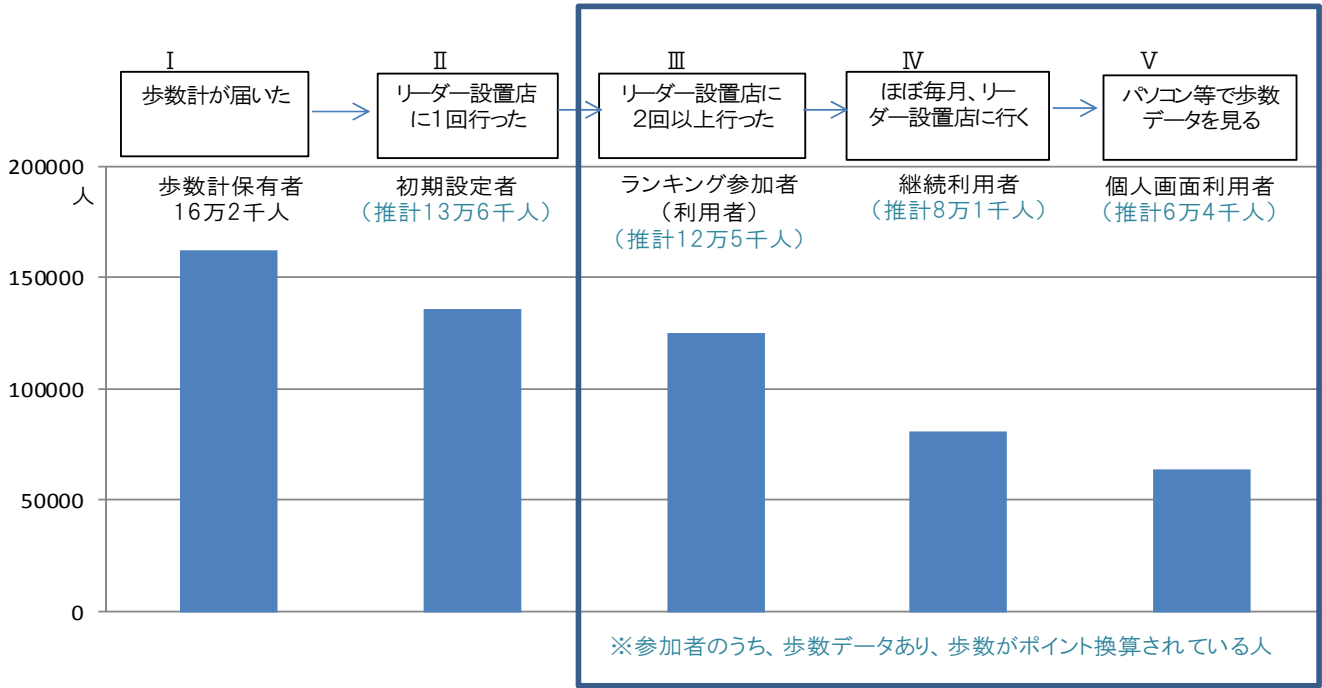


図-2

歩数計の利用状況(数字は平成28年3月末推計値)



2 平成28年度事業検証の内容について

平成27年度事業検証では、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約9割が参加前と比べて「より歩くきっかけ」になり、③約5割が「運動するようになって」おり、参加者の健康行動・健康意識の変化にこの事業が繋がったことを検証しています。

平成28年度は、事業開始から1年半経過したことを受け、その後の参加者の健康行動・健康意識の変化、運動習慣の継続状況、地域活動の変化等を検証し、この事業の効果として、参加者の健康行動・健康意識の変化が定着につながったか、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

(※_は平成27年度からの変更項目)

	平成27年度	平成28年度
内容	①参加状況 ②運動の動機づけ ③リーダー利用状況 ④歩数データの確認状況 ⑤運動量(ウォーキング状況) ⑥意識の変化	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事業参加者の運動状況 ④事業参加による運動の動機づけと運動量の増加、 <u>運動習慣定着への効果</u> ⑤事業参加による健康感の向上、 <u>地域とのつながりの変化</u>
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 <u>eアンケート</u>
報告時期	12月	<u>11月</u>

(2) 検証手法別検証内容等

(※__は平成 27 年度からの変更項目)

	平成 27 年度	平成 28 年度
e アンケート	未実施	【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 27 年 3 月 31 日時点 参加者 4,000 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】6 月中旬発送 12 月報告	【実施時期】6 月上旬発送 11 月報告
	【質問内容】 ①事業を知ったきっかけ ②現在のウォーキング状況 ③歩数計使用状況、歩く動機づけ、データ送信状況、パソコンでの個人記録確認状況 ④事業参加前の運動・地域活動状況 ⑤事業参加後の運動への興味関心、運動習慣、外出頻度、睡眠状況、体調管理、健康感等の変化 など	【質問内容】 ①事業参加前の運動状況 ②現在のウォーキング状況 ③歩数計使用状況、 <u>歩数計使用理由</u> 、データ送信状況、 <u>データ送信理由</u> 、パソコンの個人記録確認状況 ④事業参加後の運動（ <u>継続</u> ）状況、 <u>グループでの運動</u> 状況、 <u>イベントや講座への参加状況</u> 、 <u>商店街・公共施設利用状況</u> 、 <u>地域活動（参加後の変化）</u> ⑤現在の健康状態 ⑥ <u>事業の魅力</u> など
	【対象者】平成 27 年 6 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】8 月下旬データ抽出 12 月報告	【実施時期】5 月下旬データ抽出 11 月報告
歩数データ分析	【分析項目】 ①参加者の状況 ②参加状況（月別推移、未初期設定者、休眠者） ③事業運営の検証（目標達成率、利用率他） ④歩数の分析（平均歩数と EX 量） ⑤リーダー 6 か月継続利用者の分析	【分析項目】 ①参加者の状況 ②利用者の状況（継続利用者） ③事業運営の検証（目標達成率、利用率他） ④歩数の分析（平均歩数） <u>（参加者全体と継続利用者、事業所単位での参加者との比較）</u>