

令和3年(2021年)5月17日

西宮市議会議長 澁谷 祐介 様

健康福祉常任委員会

委員長 篠原 正寛

健康福祉常任委員会施策研究テーマについて(報告)

本委員会では、令和2年7月31日開催の委員会において、「西宮市健康ポイント事業について」を年間の施策研究テーマと定め、調査・研究をまいりましたので、御報告申し上げます。

1 西宮市健康ポイント事業について

昨年11月4日に中間報告書を提出して以降も、令和2年11月18日、令和2年12月10日、令和2年12月21日、令和3年1月8日、令和3年1月22日、令和3年2月5日、令和3年2月18日、令和3年3月9日、令和3年3月29日、令和3年4月14日及び令和3年4月28日に委員会を開催し、市当局より、本市の現在の取組状況や課題等の説明を聴取するとともに、質疑、委員間協議等を行い、意見要望を伝えました。

なお、市当局より、令和3年2月18日に「西宮市健康ポイント事業について」の所管事務報告を受けました。本年度施策研究テーマに深くかかわる内容であることから、調査対象に含めました。

当該施策研究テーマに対する各委員の個別意見は別紙のとおりです。

以 上

施策研究テーマ

「西宮市健康ポイント事業」について

提言書

健康福祉常任委員会

(令和3年5月17日)

「西宮市健康ポイント事業」について

本件は交通系電子マネーの発達による利用方法のミスマッチや電鉄会社の意向により、令和2年をもって既存の高齢者交通助成事業がそのまま継続できなくなる（その大半を占めていた電車利用を除いては改良の上継続）ことからその後の在り方に注目が集まり、当委員会でも5名がテーマの候補として掲げ、協議の末、全会一致をもって施策研究テーマに選出されたものである。その主旨は、「令和3年度から開始される健康ポイント事業について、「健康」を身体的なもの（例えば積極的な運動に例えられるような）と言う狭義に捉えず、高齢者が心身ともに今より向上するために有益なあらゆる行為・購買をメニュー化し、心身の状態を問わず誰もが何かを利用できる制度を目指すための具体的な方法・事例についての提言を目指す。」としたが、平成28年度当時の同委員会で同じく施策研究テーマとして挙げられた際にも記載されたように「協議に着手して実感したのは本事業の大きさである。これは事業費が大きい、対象者が多いと言うだけではなく、歴史的経緯と変遷、今後予想される社会的背景をも深く理解した上で、ただちに改造することは難しいという時間的な奥行きをも加味した提言が必要とされるように実感した」と言う背景は本質的に変わらず、たまたまシステムや対象電鉄事業者の都合で主たる用途が不可となったため、令和3年度からウォーキングを中心とした健康ポイント事業が開始されることとなったものであり、高齢者の健康増進に資する事業とは何か、あまねく高齢者にその恩恵が行き渡る事業とはどのようなものか、と言う事業の本質に一旦の結論を見たものではない。よって、さらに時間をかけた協議・研究と提言が必要であるが、令和3年度からともかく開始される予定の事業がどのようなものになるのか、がその後の進化発展に重要な基礎であり、令和3年1月、事業者を決定する前に中間報告を提出した。

その後は決定した当面の事業内容を基に契約期間である当初の3年間、そしてそれ以降について考える小項目を4つ追加し、最終的な理想としてこの事業はどうあるべきか、についても考察し、提言とした。

これまでの交通券と異なり、具体的参加者数が見える事業であるから、当初の3年間は契約の範囲内で、それ以降はそれまでの情報を蓄積した知見を活用し、事業としての成果も目に見えるよう改良を加えられたい。

最後に、当初より提言書完成まで一貫して真摯にご協力をいただいた当局担当各位に衷心より厚く御礼申し上げる次第である。

（参考：本件にかかる委員会開催日）

令和2年度（中間提言まで）

7月13日、7月31日、8月14日、8月24日、9月10日、10月7日、10月21日、11月4日

令和2年度（中間提言以降）

11月18日、12月10日、12月21日、1月8日、1月22日、2月5日、2月18日、3月9日

3月29日

令和3年度

4月14日、4月28日

掲載内容

中間提言（いずれも令和3年度事業に向けて）再 掲

- ・ 提言 1 事業費について 再 掲
- ・ 提言 2 システムの在り方や事業内容について 再 掲
- ・ 提言 3 事業の在り方・見せ方及び知らせ方について 再 掲
- ・ 提言 4 ポイントについて 再 掲
- ・ 提言 5 その他 再 掲

- ・ 決定した事業の概要

本提言

健康ポイント事業の将来について議論しておくべきこと

- ・ 提言 6 他事業、多世代、他団体との融合の在り方について
- ・ 提言 7 デジタルオンリーかアナログプラスか
- ・ 提言 8 インセンティブの在り方について
- ・ 提言 9 非運動系（文化、芸術、知的等活動）も取り入れていくべきか
- ・ 提言 10 私が理想とする健康ポイント事業は

- ・ 委員長所見（総論）

提言 1 事業費について

①システム開発コスト分（イニシャルコスト）は再来年度以降、主に還元にあわすこと（篠原）

コロナ禍で保健所（健康増進課）が新事業のシステム開発に当れない今、先行して高齢福祉課が初期投資を担うことは理解できるが、イニシャルコストを負担したあとは、その相当額をできるだけ参加者の直接還元にあわすことができるよう確保されたい。ポイントインセンティブを過大にしないという説明が為されているが、それは「景品狙い」という本末転倒を起こさせない手段であると思われる。景品狙いを防ぐことは理解できるが、他に景品そのものを健康習慣継続のため、あるいは健康増進の次のステップのための景品とすることなども有効な手段である。予算の関係もあるがインセンティブを貧弱にしてリスク回避を図ることは慎重にされたい。

②バス費用助成が想定外に多くなった場合について（佐藤）

高齢者交通助成事業では、鉄道利用者が8割を占めていた。この事業が無くなることでバス費用助成を望む人が多くなると予想される。市の利用見込み数を上回ってもすべて対象とすること。

③市民向けの予算配分の将来的な見込みを示して欲しい（河崎）

市民向けの予算配分を決定して欲しい。初年度の割合は健康ポイント3,000万円、高齢者バス3,000万円、福祉タクシー1,500万円位と思うが、将来的な目標割合を示して欲しい。

④高齢者バス費用助成については再考の必要がある（河崎）

鉄道とタクシーの選択肢が無くなることで、バス助成事業の予算が見込みを大きく上回った場合の対処を考えておく必要があると思います。

⑤健康ポイント、福祉タクシー拡充、高齢者バス費用助成の事業費について（山口）

昨年度の高齢者交通助成事業で電車利用された255,545（千円）をベースに予算化を行うこと。健康ポイントについては、初期段階は、市民への還元を確保すること。また、将来的事業拡大によりシステムの更新によって事業費が増大しないように、計画を明確化すること。

★委員長所見

当初のシステムづくりやその運用に費用がかかることは一定致し方ないが、継続してこれらの費用が予算を圧迫し、ポイントインセンティブが小さくなったり、どのように変化するかわからないバス・福祉タクシー利用者に対応できなくなることを懸念する声が多い。旧事業に費やしてきた予算をどのように配分していくのか、と言う見方もできるがウォーキングは全世代に拡大されていくとの展望もあるので、予算の分散化やアプリをうまく活用することでこれに対応されたい。

提言 2 システムの在り方や事業内容について

①システムは今後の展開に合わせられるよう当初から広い汎用性を有しておくこと（篠原）

まずは歩く＋アルファでスタートするとしても最終的には様々な心身の健康増進メニューが追加され、「歩く」以外の様々な行為を数値化・ポイント化して行く必要がある。開発時にはその要素を必ず加えられたい。また、いきいき体操等も初期段階からポイントとするのであればポイントを付与する小

型端末も当初から一定数必要になるものと思われる。

②健康ポイント事業に歩く以外のものも取り入れること（佐藤）

社会参加のために地域の見守り活動に参加していることや自治会、老人会等に参加していることも健康につながるのではないか。

③歩くことが困難な方の施策（佐藤）

高齢になると足が悪くなり長時間歩くのが困難な方や障害があり車いすを利用している方が、「歩く」だけのポイントでは事業に参加できない。これらの人の参加を可能にするためにはウォーキングだけでは不十分であり他の施策が必要。

④健康をテーマに歩くポイントなら、楽しくバーチャルウォーキングを（大迫）

ウォーキングも歩数など計測するのであれば、全国の名所など（例えば「四国お遍路コース」「東海道コース」「みちのくコース」など）のバーチャルウォーキングを市内の各ポイント事業参加者と歩数合計と合わせ旅するような楽しい健康ポイント事業にしていきたい。

⑤ウォーキング以外でのポイント付与について、現実可能な具体案を示すべき（かみたに）

ウォーキングのみによるポイント付与を示すと、誰しもまず考えるのは「では歩けない人は？」との疑問が浮かぶはず。同時に開始する事が難しくとも、障害のある方への合理的な配慮という観点から考え、障害のある方への現実可能なポイント付与施策を示しておくべきであると考えます。

⑥システムについて今後発展していけるように構築すること（山口）

初年度は、高齢者を対象としているが、今後の展開を鑑み、対象年齢の拡大、ポイント付与項目の拡充を図れるように構築すること。

⑦高齢者が誰でも参加できるシステムの構築について（山口）

障害等により歩行が困難な方に対しても、参加できるシステムを導入すること。

★委員長所見

ウォーキングが前面に出ることに対する、対象者が極めて少ないのではないかと懸念が多く見て取れる。この事業が「今歩いていない人」をどのくらい誘導しうるものなのか、についてのアイデアが具現化すれば今少し理解が深まるものと考えられるが、（それが正しかったのかの議論は別にして）対象者全員に利用券を送付していた旧高齢者交通助成事業と意識・無意識的に比較し、同様の予算をかけて受益者が極端に減るのではないかと不安が背景にある。次年度事業がただちにこれを乗り越えることはできないものと思うが、ポイント対象の拡大、ウォーキングを中心としたポイント事業への誘い方に対する見通しの萌芽が当初から必要であることを意識されたい。

提 言 3 事業の在り方・見せ方及び知らせ方について

①縮小される高齢者交通助成事業や既存の高齢者施策を一連の事業とするよう求める（篠原）

内部的に事業所管課と予算が分かれるのは当然ながら、表面的（市民目線的）には健康増進のための事業をあくまで目的を同じくする関連事業として位置付け、ワンプレートで見せて（広報し）最終的にはユーザーから見たとき、どんな高齢者にも利用可能な制度であるとアピールすることが大切である。

②初年度事業の広報等の見せ方について（大迫）

インパクトのある市民が周知しやすいチラシやポスターの写真等、西宮市出身のフィギュアスケートの紀平選手や阪神タイガースの選手、また歌手のあいみょんさんなどの有名な方に協力してもらい、市民のやる気を上げる工夫などが必要ではないか。

③健康ポイント事業について、事業者のための事業にしないで欲しい（河崎）

事業者の選定においては、事業費用も重要だが、一番重要視して欲しいのは事業内容の将来的ふくらみに対応可能な事業者を選定してください。

④まず、来年度からの事業の廃止についての経緯を詳細に告知すること（河崎）

多くの市民には、単なる事業費の圧縮と思われる所が有ると思うので。

⑤広報に関して具体化された戦略を示して頂きたい（多田）

新事業を行う際、どんなに良いプログラムを準備していても、無関心層に知らせることができなければ意味がありません。特に口コミに関しては、先行自治体のアンケート調査で回答者のうち4割以上の参加者が「決め手となった情報源」だと答えています。口コミの有用性について留意しながら、効率的な広報を展開して頂きたい。

⑥効果を把握する・してもらうことを徹底して頂きたい（多田）

健康度の改善、医療費の低減など、事業の効果検証に関しては長期的にデータを分析していく必要がある。と同時に、無関心層が健康づくりに関心を持ち、継続的に取り組みを続けるためには、参加者に短期間で効果を実感してもらうことも重要だと考える。

⑦実施概要を明確にすること（山口）

令和3年度事業については、高齢者交通助成事業の「高齢者の社会参加を促し、介護予防につながる健康づくり・生きがいづくり等を促進するために外出を支援する」実施概要を継続すること。

⑧高齢者交通助成事業活動実績を事務事業指標として事業を行うこと（山口）

令和元年度交通助成割引購入証交付人数 85,593 人を活動実績として、事務事業の指標と捉え、85,593 人を活動実績に近づくように努力していただきたい。

⑨広報活動の徹底を行うこと（山口）

「健康ポイント」を知っていただくには、今までの広報活動（ホームページ、市政ニュース、チラシ等）に留まらず、高齢者に向けた更なる広報活動を行うこと。

⑩広報の徹底（よつや）

事業内容を市民に伝える丁寧な広報が必要とかがえます。事業内容の趣旨・目的の概要だけでなく、実際のポイント付与に至るまで、どのような流れなのかを写真や図示を多用した印刷物や動画など高齢者の移動先やインターネット等で目につきやすいところでの発信をしていただきたい。

★委員長所見

前項とも関連するが、一方的にすべての対象者に送付されていた旧事業と異なり、自発的に参加・利用を表明してもらわねばならない事業であるから総合的・包括的なすぐれた広報が不可欠であるとの認識で一致していると考えられる。次年度のコロナ禍の状況は全く読めないが、永遠に続くものではないので、本市が市内の高齢者の健康増進のため、大きくアクションを起こした、と思われるようなスタートを期待したい。

提 言 4 ポイントについて

①ポイントインセンティブは個人の利得ではなく利他や相乗効果を中心とすること（篠原）

この事業の本質を失わず、ふるさと納税と同じ過ちを犯さないために、ポイントインセンティブの設定には慎重さが必要と考える。インセンティブは設定を間違えると私欲・物欲が先に立ち、公共心や「健康でいよう」という純粋な思いを棄損する可能性がある。インセンティブはお得な商品券などではなく、市内の公共的活動へのポイント寄附（例えば子供食堂など）や、ストレッチや歩き方の練習から得たポイントは足のサポーターやウォーキングに適した靴に交換できるなど、公共心や自己の次の意欲を喚起させることにつなげ、個人の利得が前面に出ず、よりよく生きようという意欲につながるよう設計されたい。

②コロナ禍における健康ポイントで得たポイントの使い道を検討してほしい（大迫）

健康ポイントで得た点数により、コロナ感染予防に繋がる「感染予防グッズ」や自宅でも出来る「健康器具」を対象にしてほしい。

③健康ポイント事業と市内の協力店での連携ポイント事業について（大迫）

連携健康ポイント事業参加者が日々ウォーキングで貯めたポイントで協力店にいけば割引サービスなどの特典があるご褒美ポイントシステム。

また、個人の還元だけでなく必要なところに寄付（プレゼント）する人の為に頑張れるポイントシステム。

④ポイント交換の方法について（かみたに）

貯めたポイントを景品や商品券に交換するだけでなく、美術館見学ツアーや市内の酒蔵などの工場見学、市長との対談、ごみ処理場や消防署体験など見て触れて、体験できる様な楽しめるポイント還元方法も参加意欲へ繋がると考えられるため検討して頂きたい。

⑤ポイント付与の方法について（かみたに）

西宮市内の各地域の名所を巡り、例えば山口なら公智神社、塩瀬なら紙すきなど巡り、巡り終われば、各支所でポイントを付与してもらう様な制度を加える事で、ウォーキングの楽しみだけでなく、観光や西宮市内を知る楽しみができ参加意欲にも繋がると考えられ、又、障害のある方にも参加いただけると考えられるため検討して頂きたい。

⑥歩くこと以外で移動をしている人にもポイントを付ける（よつや）

自主的に自転車で移動している人や車でも主体的に動く人の移動距離に応じてなんらかのポイントが付与できる工夫が必要である。たとえば自転車や自ら運転する乗用車による移動でも移動距離に応じたポイントの付与は検討できないのだろうか。

★委員長所見

ポイントはみずからの健康増進に意識を向けてもらう機会を創り出すための手段である。ポイント事業の拡大（参加者の拡大）は誰もが望む方向であるが、これが増えるとポイント付与の方法も多様化し、ポイントの不正取得も増えるのではないかと言う懸念が一般的には考えられる。当局は不正取得を誘発するほどのポイントインセンティブを用意しないことでこれを防止する考えのようだが、インセンティブの陳腐化は大切な手段を台無しにし兼ねない。

提言には様々なアイデアがあるが、要するにふるさと納税に見られるような個人の利得と言う動機ではなく、得たポイントがまた次の活動につながるようなラインナップをもってこれに応えられたい。

提 言 5 その他

①既存団体との融合（篠原）

ウォーキングを定量化し、記録している団体が既にあるようだし、システムを用いていなくても各地に「歩こう会」的な団体があると聞く。これら諸団体を意識としても、システムとしても当初から円滑に参加に導いていくことが事業初期には肝要であると考えます。

②正しい歩き方を学ぶこと（佐藤）

ただ歩くのではなく、正しい歩き方を学ぶことでより健康になるのではないかと。転倒しない歩き方や筋力を上げる歩き方等、「歩く」ことを学ぶ講座を実施するのはどうか。

③新年度事業にあたっては、With コロナに対して高齢者の健康な状態を維持するために、安全な環境の場を構築し健康ポイントに繋がるシステムを検討してほしい（大迫）

コロナ禍における健康ポイント事業の対象を拡大していくうえで不可欠であり、高齢者の健康状態を維持するために安全な環境を提供し、継続して外出ができる安全、具体的な環境を構築してほしい。

④最終的には市民と行政や事業者が若年層や無関心層まで行き届く重点戦略を何点か置く（健康・教育（勉強・読書・マナー）・環境・危機管理）（大迫）

提言の重点戦略は、これから 2025 年問題でのテーマに全て当てはまると感じました。超高齢化社会になれば健康や教育、環境、危機管理が特に重要です。

委員長所見（総論）

本提言提出時点では事業者の公募期間中であり、また次年度予算も未定である。どのような経験や考え方をもち事業者が選定されるのか、コロナ禍の影響を受ける次年度予算がどうなるのかによって大きく影響を受けるものと想像され、提言されたことすべてを包含することは困難とは思われるがおおむね一致していると考えられるポイントを整理するので、参考とされたい。

①バス・福祉タクシー利用について利用者数の変化を注視し、対応すること

高齢者交通助成事業はバスや福祉タクシーに特化する形で残されるが、特にバス利用に関しては旧来より増加するのではないかと多くの声を聞く。正直、やってみなければわからないのだが、健康ポイント事業は別の事業であり、どちらかの事業しか利用できない訳ではないので健康ポイント事業が望外にうまくスタートできてもバス希望者が予想より増加することはあり得ると思われる。当初予算を超える希望が寄せられた場合どうするのか、また旧事業では結局為しえなかった目的外利用（本人以外の利用）をどのように防止するのか新年度までに整理・準備されたい。

②あまねく広く、多く高齢者が事業の恩恵に浴する機会を創造すること

ウォーキングと言うとすでに健常な人が習慣的に行っており、新たな参加者を増やすことは困難なのではないか、かけた費用に対し、歩かない人、歩けない人にはその恩恵に浴する機会がなく、コストパフォーマンスが極めて悪い事業になるのではないかとする疑問が多くを支配している。

これに応える方向は二つあると思われるが、まずはウォーキング以外の健康増進行為を出来るだけ取り込み、事業の対象とすることである。これは短期的には具体的な既存の類似行為を取り込むことが有効で、例えば「いきいき体操」参加等が考えられる。またいまひとつは、運動以外の健康増進についても対象事業として取り入れることで、食について、市の推奨する健診の受診、あるいは地域活動への参加など、幅広く考えて行くことが必要になる。

初年度に多くの対象を用意することは困難であると思われるが、今後発展的に認定し、対象とできるよう当初から企画・準備しておく必要性を付言したい。

③ポイント付与・インセンティブの用い方に注意すること

ポイントインセンティブに魅力があることも大切な要素である。この「魅力がある」という概念を金銭的利得や豪華景品などとするのではなく、人や自分のためになる、次の行為につながるなど、公共心や自己啓発を大切に方向で考えていただきたい。継続すること、まわりを誘うことを誘発する大切なアイテムとして設定されるよう具申するものである。

④耳目を集めるような広報を心がけること

「モノは言いよう」という言葉があるが、出来上がったものを「事情により交通利用券が配布できなくなり一部の健常な人のための事業に変わってしまった」と印象付けるか、「西宮市は高齢者全体の健康増進のため、新しい一歩を踏み出した」と思われるかの差はあまりに大きい。

そのために、多くの人を対象となる仕組みが大切であるしポイントが自然に「良き行動」につながるものが大切なのであると思う。予算や事業、担当課が違うのは市役所の都合であり、一般市民には関係ない。ワンプレート、と表現したが新しい事業と既存の事業も組み合わせ、一気に広報することが鍵になるのではないかと。旧来の、利用者が限られて知名度も低かった既存事業が一体に見せることにより新しいメニューのように魅力的に見えることもあるのだと考える。

内容、出し方、媒体、きっかけとなるイベントなどあらゆるものを動員して耳目を集められたい。

また選定される事業者にはそれらに対するアイデアも期待すべきと付言するものである

・決定した事業の概要

中間提言後、ウォーキングを中心とした健康ポイント事業について公募が行われ、審査の結果以下の事業が選択された。

1. 事業概要

市内に住民登録のある70歳以上を対象（以後毎年4月1日現在で70歳に達した者を追加）とし、貸与する歩数計端末及びスマートフォンアプリで歩数やイベント参加等にポイントを付与する。高齢者の社会参加を促し、その健康増進、介護予防及び健康寿命の延伸を目的とする。

2. スケジュール

運用開始は令和3年度10月を予定。開始から一年間をポイント付与期間とし、当該ポイントの景品交換は事業開始から一年後に開始。以後一年毎。

3. 対象者数・利用見込

(単位：人)

| | 令和3年度 | 令和4年度 | 令和5年度 |
|-----------|--------|--------|--------|
| 対象者数 | 92,127 | 93,950 | 95,459 |
| 参加者数（上限） | 10,000 | 15,000 | 20,000 |
| （内）歩数計使用者 | 8,000 | 12,000 | 16,000 |
| （内）アプリ使用者 | 2,000 | 3,000 | 4,000 |

4. 事業費見込

(単位：千円)

| | 令和3年度 | 令和4年度 | 令和5年度 |
|-------------|---------|---------|---------|
| 委託料（開発） | 67,965 | — | — |
| 委託料（運営） | 171,211 | 122,000 | 123,000 |
| 手数料（ポイント原資） | — | 30,000 | 45,000 |
| 合計 | 239,176 | 152,000 | 168,000 |

5. 受託事業者

株式会社タニタヘルスリンク（3年契約）

6. 実施内容等

- ・歩数の蓄積は歩数計端末をローソンまたはミニストップの機器にタッチ、アプリは随時
- ・早い段階で特定健診及び長寿健診、いきいき体操等にポイント対象を拡大する
- ・市内各所にヘルスケアステーションを設置、自身のデータをPC以外でも確認できる
- ・定量評価、定性評価のほか、医療費分析で事業効果を測定できるよう設計する
- ・対象事業の拡充としては市が主催するイベント、受託事業者主催のイベントを検討
- ・インセンティブは年間3,000円を上限。健康増進に関する機器、寄附等及び別途抽選を検討
- ・対象年齢の拡大についても目的に効果的な参加対象者を検討、調整を開始する

(本提言)

健康ポイント事業の将来について議論しておくべきこと

前述の決定を受け、これを踏まえた上で以下に列挙する4点につき議論し、提言とした。受託者との契約は3年間なので契約内容としての制限があることを考慮し、現実性を持たせるためいずれの課題も当初3年間とそれ以降に分離して記載する。

提 言 6 他事業、多世代、他団体との融合の在り方について

- 他事業・・・健康ポイント事業は本市既存のどの事業とセットに出来るか？あるいはセットとして設計すべき新事業はあるのか？
- 多世代・・・ポイントウォーキングはいずれ本市でも対象年齢を拡大する方向と聞いているがその他に多世代の健康増進とジョイントできるものはあるか？また、さいたま市のように高齢者世代でも段階を付け内容に変化を付けることは可能か？
- 他団体・・・いきいき体操など、外部団体の事業とどのようにポイントを融合させるか？この場合の対象団体の基準は何か？

■当初3年間

(篠原)

- 他事業：既存の事業の中でフィジカル系を出来るだけポイント制に取り込む
- 多世代：期間後半には家族ウォーキングなどが可能となるよう検討
- 他団体：まずはいきいき体操を取り込むべき。その他、各地の歩こう会など既存団体との融合は目指すべき。また医師会（医療機関）や鍼灸師会、NPO等、健診や直接的健康増進系団体との協議検討を行い、拡充を計画すること。

(佐藤)

- 他事業：いきいき体操を加える。さらに正しい歩き方の講習を実施すること
- 多世代：特になし
- 他団体：自治会活動・老人会の行う行事等に参加することをポイント対象とするよう検討すること

(大迫)

- 自宅に引きこもりがちにならないためにも活用すべき事業として、地域活性化を目的に自治会・町内会が主催する清掃や祭り・各シーズンの行事やイベントの参加をポイント付与の対象とすることを検討すること。
- 他事業：65歳以上は指定健診以外でも健康診断を受診することによって一定の基準値などをクリアするとボーナスポイントが付与される仕組みを構築する。
- 多世代：まずは事業対象でない65歳以上70歳未満も健康診断を受診することでポイントを付与する。
- 他団体：西宮市内の民間病院・医院・クリニックのドクターはじめ市内医療機関との連携。

(かみたに)

他事業：社会参加する事で、自身の健康維持にも繋がると考えられるため、以下の事業をポイント加算対象として、協力してはどうか。

- ・シニアサポート事業（提供会員となり活動）
- ・にしのみやしファミリー・サポート・センターでの提供会員としての活動
- ・放課後キッズルーム事業見守りサポーターへの登録

多世代：3年間は、効果検証をする必要があるため拡大はせず、事業効果、事業の必要性を検証し、どの様に継続すべきかその後の年度へ引き継ぐ。

他団体：在宅の高齢者に対する理容・美容サービスの提供事業

(河崎)

他事業：ウォーキングから始めたポイント制を、なるべく早く、色々な方面に拡大する。

多世代：70歳以上の高齢世代のみ。

他団体：拡大準備期間とする。

(多田)

他事業：データ収集・分析のため、まずは独立した事業として運営すべき

多世代：全世代を対象とできるように準備をしておく。

他団体：データ収集・分析のため、まずは独立した事業として運営すべき。

(山口)

他事業：健康福祉局内の事業まで拡大すること。

多世代：導入された健康福祉局の事業と同じ対象年齢をすること。

他団体：まずいきいき体操の導入を進め、その他は、準備期間として調査・検討を行うこと。

(よつや)

他事業：2年目に、健康ポイント項目を追加できるものを多部局の事業を見ながら検証して追加が可能なら、3年目に追加する。

多世代：年度ごとに若い世代へと広げていく。

他団体：連携できる可能性のある他団体を調査し、3年目に連携、ポイント加算開始。

■ 4年目以降

(篠原)

他事業：フィジカル系に特化してポイント事業とすることを前提に既存事業を改良したり、有効な新規事業に入れ替えること

多世代：ウォーキングは全世代に拡大、その他も家族や友人との行動が可能となるよう広げる必要がある

他団体：いきいき体操のほか、民間やNPOのフィジカル系事業をポイントとして取り込み、ポイント付与者としての地位を与えること

(佐藤)

他事業：正しい歩き方の講習を実施すること

多世代：40歳以上に拡大（子育てや仕事に忙しいが健康面について注意が必要な時期となってくるため）

他団体：自治会活動・老人会の行う行事に参加することをポイントの対象とすること

(大迫)

さらに大型化し、家族、子どもや孫との参加システムを構築する。ポイント加算は各自ではなく、あくまで家族ポイントとする。

他事業：当初3年間と同じ

多世代：60歳以上に拡大。

他団体：各病院が効果を分析して拡大を目指す。

(かみたに)

他事業：・民生委員、児童委員として活動

・母親学級、プレパパ・ママの育児セミナーへの参加

子育て便利マップ「みやっこゴーゴーガイド（お出かけ編）」を利用しスタンプラリー

・甲子園浜マラソン大会へ出場

・西宮市立郷土資料館でのイベントに参加

・わがまちクリーン大作戦へ参加

・エコカード・エコスタンプシステムと連携

・二十歳の歯科検診、そのほか各種がん検診受検

多世代：効果検証をした後、十分な効果が得られるのなら、全世代型へ移行していく。

他団体：にしのみや食育・健康づくり応援団と連携

(河崎)

他事業：ポイント付与について、ウォーキング、いきいき体操から色々な運動へと拡大すること、さらに食事についてや認知機能等に関する様な個々の目標にもポイント付与出来る様に検討すること。

多世代：各世代に拡大。

他団体：宮水学園や自治会、老人会やボランティア団体、さらにもっと将来的には民間団体等へも拡大する。

(多田)

他事業：見守りホットライン事業。数日間ポイント加算がない高齢者に対してプッシュ通知や安否確認を行う。

多世代：西宮市食育・食の安全安心推進計画におけるライフステージ別の取り組み等とも連携し、家族ぐるみで健康への意識を高めてもらう。

他団体：高齢者のつどい場、ラジオ体操など。団体からの申込みによる登録制にする。

(山口)

他事業：身体と心の健康の観点から健康福祉局以外の事業についても導入し、新たな事業を拡大すること。

多世代：段階を経て全世代に拡大すること。

他団体：NPO等民間団体との融合・連携し拡大すること。

(よつや)

他事業：4年目以降、3年目に追加した他部局の他事業も含めて年度ごとに検証し追加する

多世代：年度ごとに検討して年代を広げていく。

他団体：一定の要件を具備した他団体の事業について随時加えていく。

★委員長所見

他事業に関しては現実的に当初は既存の本市事業の中で取り入れが可能ではないか、と想定されるものに提言が集中した。また4年目以降はそれらがさらに広がる傾向があり、この背景にはウォーキング中心では参加者が伸びないのではないか、あるいは身体的状況で歩くことを忌避する方にも事業の恩恵があって欲しいと言う考えが内在するものと類推する。

多世代に関しては当局が示唆した通り、高齢者中心から健康のための取り組みを壮年世代以下にまで広げるべきと言う意図が見える。こうなると市役所の職務分掌として担当課が横断することになるが家族参加等を実現するためには避けられない課題でもある。現在も続くコロナ禍では、健康増進課が属する保健所に新たな負担を求めることは現実的ではないが、アフターコロナにおいては健康増進課が、そして対象事業によっては市民局その他も巻き込んだ事業体制が実現できるよう計画を固めておくことが期待される。

他団体に関しては既存の健康のための活動を行う団体に始まり、世代や事業の範囲が広がればさらに多くの団体を巻き込むことが「市民の健康増進」に寄与すると言う考え方が主流となっている。

提 言 7 デジタルオンリーかアナログプラスか

現在の予定事業は歩数計やアプリの開発などデジタルオンリーであるが、参考として研究対象とした他市は参加帳などアナログ、もしくは併用が多い。契約上の制限もあり当局は消極的なようだが、アナログを導入することのメリット、デメリットについて研究・協議しておくことは参加対象、対象事業を増やすうえで不可欠ではないかとの考えから提言の対象とした。

■当初3年間

(篠原)

デジタルオンリー（そういう設計がされると考えるので）

(佐藤)

デジタルで良い

(大迫)

この先3年間はアナログプラスを考えることが必要かと思うが、いずれデジタルオンリーの時代が来ると思うので、例えば本人がウォーキングの目的地として市役所等を目指し、市役所・各支所で窓口を設け説明等するシステムやご本人様以外でも身内・家族様が変わりにポイントの手続きを行えるようなシステムにすることもいいのではないかと思う。

(かみたに)

デジタルが使用不可能な方々のために、支所でポイントへ変換するなど、デジタルとアナログは、両方使用できる様にするべき。

(河崎)

臨機応変に併用で対応すれば良いと思う。

(多田)

実際の健康づくりへの努力や成果に対してポイントを付与するべきであることを踏まえたうえで、デジタルへの対応が難しい高齢者やデジタル化できないプログラムがあった場合のことを考えるとアナログプラスも検討するべきであるが、追加の費用や手間とのバランスを考える必要がある。

(山口)

デジタルでのスタートで、良いと思う。しかし、健康に有効的と判断した新たな事業が、デジタル対応が困難な時にアナログでの導入ができるように準備を行うこと。

(よつや)

アナログプラスで進める。歩数計をコンビニで操作するのも高齢者にとっては負担が大きい事を考えれば、普遍的にすべての人が参加可能な方法を常に念頭に置くべき。

■ 4年目以降

(篠原)

手帳やシールなどの配布や管理は手間がかかるので限定しなければならないが、フィジカル系事業に必要・効果的で且つデジタルポイント化が困難な事業があれば躊躇なく、追加してはと考える。目的に対して忠実であるべき。

(佐藤)

アナログであれば参加したいと思う人もいると思うので参加者を増やすためにも可能なら導入すればいいのではないかと。アナログプラスで。

(大迫)

過去3年間で段階を踏んで、使用される市民の皆さま、ご本人ご家族様にも一定理解して頂けるレベルにあるのならデジタルオンリー時代に突入しても良いのではないかとと思うが、できない環境やできない方々のための相談窓口やデジタル講座等も含めて市民の皆さまがなるべくデジタルに馴染んでいけるように対応できるシステムでありたい。

(かみたに)

私の理想では、全世代型であり、そうなると、子供ではアナログも必要なのではないかと考えます。4年後も全ての方がデジタルを使いこなせるとは考えにくいので、併用を存続するべきと考えます。

(河崎)

臨機応変に併用で対応すれば良いと思う。

(多田)

事業参加者が増加した時に、どこまでアナログで対応できるのか。また、アナログプラスからデジタルオンリーに切り替えた場合の手間や混乱が懸念される。

(山口)

デジタルではポイント加算が困難な他事業・他団体と連携していく中で、アナログの導入を行い併用していく。

(よつや)

設定可能な範囲でアナログの事業を併用。

★委員長所見

他市事例研究によるところも多いと思われるが、現実の契約に鑑みて当初はデジタルオンリーで致し方なしと言う意見が多いものの、総合的にはアナログとの併用を希求する声が多くあった。

これは単にシールや帳面に対するノスタルジーではなく、①10年後は別にして現在の高齢者にはデジタルに対応できない人が一定おり、参加をためらうのではないかと、言う懸念 ②参加者の幅を広げるため量的数値化が困難な行為も対象にしたい、と言う希望が背景として考えられる。

逆に言えば高齢者でも容易に扱えるデジタル端末、参加が簡単に記録されるような端末を用いることでこれらの懸念に一定応えることができるのかもしれない。また一部記載にあるようにシールや帳面への印章を本庁・支所などでデジタルポイント化する折衷案も対象内容によっては検討に値すると思われる。

提 言 8 インセンティブの在り方について

活動参加のインセンティブは研究対象とした各市様々であり、現金など金銭的なものから記念品程度まで幅が広い。それが何であれ還元が多い方がいいのか、戦略的に用意すべきか、ボリュームはどのくらいか、成果によって差をつけるかなどについて研究・協議して来たが、いずれにせよ「動機づけ」としてこれが存在していることは各市同一であろう。本市はこれをどう捉え、どう活用すべきか、総予算にも関係し、この在り方が真の意味で「動機づけ」につながるかどうかとも事業の成否を分けるため、各自の考えを提言することに意義があるものと考え、項目とした。

■当初3年間

（篠原）

寄附や商品券類を景品とするのであれば3,000円程度が適当かと考えるが、景品が次の行動を引き出すためのものであればもう少し市販価格の高いものも考慮すべき。例えば受託予定事業者は健康に関する機器を販売しているので市販価格より割安で提供してもらい、割得感を演出すること。

（佐藤）

近隣商店で使用可能な商品券。福祉施設への寄付等。

（大迫）

予算の関係上もあるとは思いますが、金銭的にはより多く。最低年額5,000円、記念品は基本無し。ウォーキングなども大切ですが、自治会・町内会のお手伝いサポートなどを最重要視してポイント加算も最大にしていきたい。

健診を受診して、西宮市内で健康診断の健康基準を決めておいてクリアすればボーナスポイント。

（かみたに）

商品券や景品（景品は、西宮産の野菜や、米、お酒など西宮で生産されているものに限る。）

市長と対談・理容・美容券

（河崎）

運動系ポイントは、年額5,000円を上限とし、市内商店（商市連＋希望する加盟店）で利用できる様にする。

(多田)

まずは参加の意思表示の段階で万人にとって魅力的なインセンティブを用意して、それを周知する。一方で、商品券などは100ポイント=100円分、健康に関するグッズなどは50ポイント=100円分など内容によって還元率を変える。

(山口)

記念品、健康グッズ、協賛企業提供物品、寄付、地域商品券、Gポイントへの交換等

(よつや)

デジタルでポイントの細分化やポイント項目の多様化（たとえばポイントを他の事業の使用料などに転用できる可能性）が可能ならば、2年目が終わるころに検討すべき。

■ 4年目以降

(篠原)

インセンティブがその人の健康につながるものであって欲しい。事業としては体の健康と心の健康を分離した方が良いと考えるが、インセンティブには心の健康まで含むと考えれば特定福祉事業（例えば子供食堂など）への寄附による社会貢献やエコグッズ、芸術美術の鑑賞券等が有効であり、身体は健康だと考えると新しい運動や行動を引き出すためのシューズや身体サポーター、ウェアなどが有効である。単純な金銭的インセンティブは「その獲得が目的化する場合がある」と言う意味で事業の目的を汚染する可能性があると思う。また通年の参加者には同じものばかりだと飽きが来るので数年に一度は品目の入れ替え、もしくは追加することが望ましい。

(佐藤)

3年経過したのち対象者にアンケートをとるなど希望を聞く

(大迫)

3年目までのポイントに対しての拡大・地域の貢献レベルを上げる。

(かみたに)

当初3年間に加えて、消防署見学、上下水道局、ごみ処理センター見学、阪神甲子園球場マウンド投球イベントなどのイベントを優先的に招待

(河崎)

当初3年間の運動系にプラス非運動系（個人的な目標設定に対するポイント中心）は、ポイントに応じて商品を獲得。運動系の半額位を月額上限とする。

(多田)

参加者が増えて事業として安定してくれば、協力事業者も募りやすい。ポイントを使ってお買い物ができるなど地域の商店等にも協力してもらい、市の負担をなるべく軽くしていく。参加者自身の健康増進が一番のインセンティブとなるのが理想であり、ポイントはあくまでも付加価値として認識されれば、寄付に回そうとする人も増えると思われる。

(山口)

当初3年間に追加、電子マネーへの交換

(よつや)

ポイントの細分化と項目の多様化の拡大をめざす。

★委員長所見

いわゆる利得ポイント化への意見が多く、商業振興にもつながる一石二鳥の提案もあった。不正取得が多発するような在り方は望ましくないが、その気が起こらないほど低廉なインセンティブでは動機づけができない。様々な意見がある中、副次的効果があるよう設計されることが多くの意見を代表的に反映させることになるものと思われる。

提 言 9 非運動系（文化、芸術、知的等活動）も取り入れていくべきか

事例研究した他市ではすでにボランティア活動など、非運動系の行為もインセンティブの対象としている。地域の諸活動参加が減少していると言う別の課題もあり、高齢者等の居場所づくりも課題である。現担当課の所管範囲を超えるものと思うが本市は「健康」をどう定義づけるのか、直ちに、は無理でもより多くの人を巻き込んで行くためにこれをどうするか、取り入れるとすればどのあたりまでか等について研究・協議し、提言とした。

■当初3年間

（篠原）

当初の1～2年は困難かと思うが、利用者のアンケートなどを通して何に参加意欲が刺激されるか情報を集め、検討すべきと考える。ただ、医療費の払い出しや介護認定時期の変化など暦年での効果をきちんと検証するためには体の健康に特化した事業（フィジカル系）と心の健康に特化した事業（ノンフィジカル系）に完全分離するほうが合理的と考えるに至った。

（佐藤）

自治会活動、老人会の行う行事に参加することをポイントの対象とするよう検討すべき。

（大迫）

認知機能向上のため、軽度認知障害の予防（MC I）として市民の皆さまの趣味・特技＝文化・芸術・知的等活動を活かす場を構築する。非運動系も取り入れていく。

（かみたに）

まず3年間は、運動系のみ行い、効果検証をする。

（河崎）

ウォーキング、いきいき体操から拡大する努力をする。

（多田）

データ収集・分析のため、まずは運動系の事業として運営すべき。

（山口）

導入への準備期間とすること。

（よつや）

取り入れるべき。デジタルでもアナログでも、客観的に事業項目の内容が限定可能な範囲で、3年目に検討し、4年目以降に順次取り入れる。

■ 4年目以降

(篠原)

集めた情報を基にノンフィジカル系の社会参加・社会貢献を含めた非運動系事業を創設すること。生涯学習部門や市民参画部門等との融合が必要と考える。

(佐藤)

自治会活動、老人会の行う行事に参加することをポイント対象とする。

(大迫)

皆さまの趣味・特技を活かした文化発表会・展示を出来ることにつなげていくことのような非運動系も取り入れていきたい。

(かみたに)

当初3年間で踏まえた上で、運動に参加できない方々の健康ポイントをどの様にしていくかを検討し、できる限り多くの方々へ参加していただくために、非運動系を取り入れるべきかを検討していく。

(河崎)

運動系に参加できない事情を抱えている人は、個人的な目標を設定し、あらかじめ決めておく認定者（家族や介護者等）の認定によりポイントを付与する。

(多田)

趣味との線引きが難しいが、高齢者に関しては心身の健康に繋がると思われるため対象を広く設定しても良い。こうした活動が健康に繋がるというエビデンスが取れるよう、データ収集を行っておく。

(山口)

心身の健康を向上させていくため、例えば下記の事業の導入を進めるべきと考えます。

○心のポイント

・読書（市立図書館の貸出） ・公民館活動 ・登録団体での文化・教養活動等

○ボランティアポイント

・自治会の活動 ・各種団体活動（西宮型コミュニティ・スクール対象団体） ・地域ボランティア活動
・介護サポート等

(よつや)

3年目に検討した項目から順次、年度ごとに加えて取り入れるべき。

★委員長所見

総じて、当初は無理でもいずれは健康を広義に捉え、文化、芸術、知的、社会貢献等活動にまで広げて行くべきと言う意見が圧倒的である。ただ、形而上の健康増進と具体的・数値化、量的計測ができる健康増進では担当課や担当局が異なり、すべて一体で、と言う事業の構築は困難も予想される。

研究事例とした他市ではどのように所管しているのか研究する必要があるが、役所組織の大原則を考えるとポイント付与と言う部分だけを合一とし、それ以外は現在の所管に既存事業の改造や新設で対応してもらうことが現実的と言えるかもしれない。もちろん、そこには本市として一貫した健康増進都市としての概念を確立しなければならないことは論を待たない。

提 言 10 私が理想とする健康ポイント事業は

提言の最後に各々が考える健康ポイント事業の理想について記載する。これは実現の可能不可能、時期の問題を脇に置き、存分に理想を語ることを旨としている。ある意味ではそれぞれの同種事業に対する哲学を表しているとも言え、前述までの提言の基礎となっているとも考えられるので、一見されたい。

(篠原)

1. 概念として

「健康」を心身両面から捉え、体を動かすこと、心を動かすこと、最終的にはどちらにも該当させたい。また、現在健康な方から寝たきりの方まで、あらゆる状態の人にとって選択メニューがあり、利活用が可能である内容としたい。ただし、運動・検診等肉体的健康に貢献するフィジカル事業と知的、文化的、社会貢献及び参加的ノンフィジカル事業を一本化してしまうとフィジカル系（例えば歩いたことによる具体的な効果・効用）の成果が複雑化し、分析しにくくなるので、運動、検診、食の改善、鍼灸の利用など肉体に関するものをひとつのカテゴリーとし、かつ各項目ごとに利用者・利用度が判明し、医療費や介護給付費、介護度にどのような違いがあるか詳細な将来の分析を可能とした状態でデータを蓄積したい。それ以外のボランティアなどを含めたノンフィジカル系事業は、例えば生涯学習等とジョイントし、やはり特典が付くような形で参加できるよう立案されるのが理想である。

フィジカル系事業もノンフィジカル系事業も目的は健康寿命の延伸や現状の保持（悪化させない）であり、目標は介護給付費や医療給付費の抑制である。ただ、ノンフィジカル系事業は形而上の健康保持に寄与するものが多く、数量化は困難と思われるので、体も心も健康には不可欠としながらも分けて考える事が理想であると思に至った。

2. 在り方として

フィジカル系事業のポイントウォーキングは簡単で汎用性が高い反面、本来は高齢者専用ではなく全世代型が望ましい。よっていずれ所管替えも考えられるが、そのことで結果的に幅広いメニューの取り込みが困難にならないよう、局全体で数年かけて完成させるイメージを持ち、課横断で追加策の受け入れが可能となる在り方とされたい。

また、一定のメニューが揃った後もメニューの追加、利用度の高低によってメニューの入れ替えができるような柔軟な在り方が望ましい。もちろん、長い年月を経た具体的な効果検証を可能とするため、通年で利用者と非利用者の健康（介護・医療）に関する具体的な数値を統計（ランダム比較）として積み上げていく継続的社会実験の仕組みが当初から必要である。

3. 内容として

新事業用のメニューを考えることはもちろん、既存の高齢者向け施策（鍼灸マッサージ券、検診など）も新たにメニューの一環として位置づけ、リニューアルすること。いわばワンプレートに乗せることで健康増進のために本市が何を用意しているのかわかりやすくすること。

【事例】

フィジカル系事業 : ウォーキング、体操参加、水泳、ジムに行く、検診受診、健康セミナー、身体能力補正、鍼灸補助、食の改善

ノンフィジカル系事業：文化事業、生涯学習、外出促進（交通補助や図書館、美術館等）、芸術、ボランティア参加、地域行事参加

（佐藤）

対象は70歳以上とし、健康については心身両面から考え誰もが気軽に参加できること。

高齢者は心身ともに同年齢でも個人差が大きい、そのためにも健康ポイント付与の選択肢が多い方が望ましい。健康寿命を延ばすとともに現状を維持し悪化を防ぐことをめざしたい。

ポイント付与（現時点で考えられること）

- ・ウォーキング（できれば正しい歩き方を講習）
- ・ラジオ体操、いきいき体操に参加する
- ・老人会、自治会の活動（小学生の登下校の見守り活動）
- ・ボランティア活動（介護施設や障害者施設）、地域での活動
- ・公民館講座等の学習会の参加

（大迫）

1、理想の健康ポイント制度は、令和2年度まで「高齢者交通助成事業」として実施しているので、まず西宮市民の高齢者の方々に幅広く誰にでも使用して頂けるようなシステムで現金や商品券で頂けるようにしてほしい。※金額は最低年額3,000円～5,000円。

2、健診をはじめ、ウォーキング、いきいき体操、サロン、グランドゴルフ、市主催のイベント行事、自治会のイベント行事、芸術文化を鑑賞しに行けばポイント加算。ボランティア・清掃活動については高得点のポイント加算システム。

上記の運動や行事参加を合計していきポイント達成して頂くようなシステムをつくってほしい。

3、「健康ポイント事業」の中でも、各コースを作り、例えば誰にでもわかりやすく「自分磨きコース」はどんどん活動して自分の健康は自分で守ることを目的にがんばったポイントを現金や商品券で頂く方式と「地域貢献コース」など、自分の健康のために運動や活動したポイントは、地域の施設や学校、公園や西宮市の環境のために頑張る方式、コースを設ける。

「地域貢献コース」の中に、地元の飲食店や企業を応援サポートするコースを設け、頑張って貯めた健康ポイントで地元の飲食店などに一部コーヒー券やランチ券などのポイントでお店に足を運び還元して頂き地域のつながりを持つ仕組み。このような「各コース」を設けたらおもしろいのではと思う。

私の考えでは、現時点では、高齢者中心のポイント制度でいいと思いますが、「地域貢献コース」などのコースを開設するのなら、年齢を拡大していくのも1つの考えであると思います。

4、誰でも分かりやすい健康ポイント事業の内容が必要だ。中間提言でも述べたが、2025年問題・課題に備えたはっきりとした重点戦略を定め例えば、運動・食事・社会参加を大きなテーマとするなど、市民の皆さまが興味を持ち「楽しく」「お得」などの切り口から継続性を高めていく環境を盛り込んだ健康ポイント事業とリンクさせていく取組を実現したい。

5、西宮初で現在、流行ってきている話題のGPSウォーキングで西宮市をデッサンしながら歩いて楽しく目的を持ち健康ポイントをしていく。同じ歩くにしても、自分の住んでいる西宮市・地域をきれいにしながら歩くクリーンウォークは、月1回など定期的に日程を決めて掃除しながら歩くとポイントが倍増する。

- 6、生涯学習大学である宮水学園の各講座・コースに出席したらポイント加算にしていきたい。また宮水学園の講座やコースからヒントを得て、趣味、楽しく出来る運動、文化芸術活動を参考に探していきたい。
- 7、動物愛護も含めて散歩して頂きながらウォーキングアニマルセラピーも取り入れていきたい。動物管理センターの犬猫を中心とした本市の動物の散歩やお世話をするとポイント加算。
※飼い犬も、動物管理センターでの犬も加算対象。(同じポイント設定で平等に) 西宮市が動物にもやさしいまちづくりサポートをしていくきっかけに。
- 8、70歳以上の高齢者を対象として高齢者の社会参加でスタートするので、ウォーキングに適した時間帯(ある程度広げた)を対象者や一般市民に広報しておく。
- 9、高齢者の各居住地の地域包括支援センターの位置などを把握出来るようウォーキングコースに組み込んでおく。(強制ではないが)市内の高齢者にまだまだ周知されていない。電話での相談もいいが、イメージを付けておくため、何かあればすぐ相談できる高齢者あんしん窓口を場所で覚えてもらう。

(かみたに)

私が思う健康ポイント事業は、全世代型、市民全体に対する健康ポイント事業です。事業の目的が、医療費の削減や、健康寿命をいかに伸ばすかと考えると、幼少期の頃から家族で健康づくりの重要性について考える必要があると思います。

厚生労働省 平成29年度 国民医療費の概況によりますと、医療費の上位は、循環器系の疾患が1位、新生物2位、筋骨格系3位となっており、高齢者の介護要因の2位は脳血管障害であるとされています。循環器系の疾患は生活習慣病と深く関わりがあり、生活習慣は幼少期からの食生活や運動習慣など健康に対する意識づくりが大変重要になってくると考えます。例えば、会津若松市では、楽しく規則正しい生活習慣を身につけるため、子供版健康ポイント事業「キッズサマーチャレンジ」が夏休み期間を利用し実施されています。又、尼崎市では、将来、脳卒中、心筋梗塞などを発症した場合必要となる医療費などの負担を軽減するための予防行動を起こした事に対するインセンティブとして「未来いまカラダポイント」事業が、世代に関わらず全市民に対し実施されています。

これらを参考に、本市で実施されるウォーキングポイントに合わせて他課と連携し以下の様な取り組みはどうかと考えています。

- ・ 特定健診、生活習慣病予防検診など検診の受診でポイント加算
- ・ 検診受診後の保健指導を受けてポイント加算
- ・ 健康講座受診でポイント加算
- ・ 健康づくりに取り組む企業等に協賛して頂き、そこでのお買い物(利用)でポイント加算(健康に良いお弁当などの宅配を含む事で、身体が不自由で外出困難な方にも参加していただける)。
- ・ 子供対象の健康に対する企画でポイント加算
- ・ 各地域での巡りポイントを作成し、巡った箇所でのハンコを押して各支所でポイント付与
- ・ さくらやまなみバスに乗って各地域を巡るとポイント加算など追加していく。貯まったポイントは家族間でシェアできる様にする事で祖父母との繋がりにもなり、そのポイントは地域団体やPTAに寄付できる事も可能な仕組みにする。又、協賛企業での利用やお買い物券として活用できる様にする事で地域産業の活性化にも繋げる仕組みにする。

(河崎)

1. 対象者 市内在住の70歳以上の高齢者
2. 内容 要介護に陥らないために、また要介護度の進行を進めないため
 - ①日々の適度な運動
 - ②栄養バランスのとれた食事
 - ③社会とのかかわりを維持して認知機能を鍛えること

以上の3点が重要とされています。

①の運動系に参加できない人は、②と③の中から自分で出来る目標を立て参加することができる。

例えば②では食事の仕方や内容等、③では趣味の会の参加や読書等が考えられる

3. ポイント この事業は、高齢者の社会参加を促し、介護予防につながる健康づくり・生きがいづくり等を促進するために外出を支援する高齢者交通助成事業に代わるものです。

令和元年度の決算額が3億2,000万円を上回っていることから、なるべく早い時期に、1人年額5,000円を上限とするポイントをウォーキング以外の参加者にも還元できる制度にすること。

4. その他 市の商店市場連盟や希望する商店と連携して、集めたポイントを利用することが出来るようにすれば、商業の活性化に寄与するし、年金生活者のより一層の参加が期待できる。

(多田)

まず前提として、健康ポイント事業は健康増進・健康寿命延伸および認知症など特定の疾病の発症リスク低減による医療・介護費の抑制が目的である。したがってポイント付与の対象となる行動は、それらの目的に対して既にエビデンスがあるもの、もしくはエビデンスを導くための調査・研究の材料となるデータを収集できるものとするべきである。

また目的達成のためには、ヘルスリテラシーが低く健康づくりに対しての関心も薄い人の行動変容を促すことが不可欠であり、そうした無関心層へのアプローチ方法としてインセンティブ策は効果的であると考えられる。そこで予算の配分を考えるに、まずは参加の意思表示の段階で万人にとって魅力的なインセンティブを用意して、それを周知することに最大限の努力をするべきである。一方で、継続することに対するインセンティブは本人の健康に直接つながるものが相応しく、金銭的なものとは還元率に差をつけるなどの工夫があればよい。

歩くこと健康効果が実証されていることから、まずは「歩く」ということに限定して

- ・高齢者に限らず幅広い世代を対象
- ・人気アスリートなど著名人も参加するウォーキングイベントを開催
- ・まちバルや街歩きイベントと組み合わせて地域商店の活性化に結びつける

といったシンプルなことから取り組んで行くことで、無関心層に対して健康に対する意識を醸成することからはじめる。また、事業開始にあたって市政ニュースなどで健康に関するコーナーを毎回設けるなど、市をあげて健康増進に取り組んでいることを積極的にPRする。また、医師会・薬剤師会を中心に産学官が連携した健康づくり推進チームを立ち上げるとともに、大学や病院など研究機関が求めるデータを提供し分析してもらうことも重要である。科学的根拠が得られたならば、それ自体が大きなインセンティブとなり参加者の拡大が見込める。参加者が増えればインセンティブの部分に対して協力してもらえるスポンサー事業者等も必然的に増えていくと考えられるので、余った予算をまた新しいことに投資することも可能となる。

また、セミナーやイベントなどを開催する主催者側にもポイントを付与し、各自がある程度自由にポイントのやり取りを可能とすることで、例えばいきいき体操に参加された方に主催者がポイントを付与できたり、有料セミナーの参加費をポイントで払えたりすれば、当事業のさらなる発展につながると思われる。

さらに要介護者が自身の健康増進・介護度改善のためにしていること（食事メニューの改善など）に対してもポイントを付与し、介護度の改善に向けての大きなインセンティブを設ける。

(山口)

<目的>

本市における「健康ポイント」は、市民が心身ともに健康でいきいきと生活を送り、楽しみながら健康づくり、地域の社会貢献を行うことができる事業である。

<対象者>

西宮全市民

<事業の仕組み>

官民連携のS I Bを活用し、運動や健診の受診、食生活の管理、読書などの心身の健康づくり、社会貢献活動に対してポイントを付与し、貯まったポイントに応じて記念品、協賛企業提供物品、地域商品券、奨励金、Gポイント、寄付等に交換する。

<参加方法>

「健康ポイント」専用アプリと紙の「健康ポイント手帳」により、健康づくり活動の記録やポイントの管理を行う。

<ポイントの付与>

- ・健康づくり、社会貢献に取り組むきっかけとするとともに、健康づくり、社会貢献を楽しみながら継続できるようにするため、様々な仕組みを用意しポイントを付与する。
- ・付与したポイントは1年間でリセットし、当該年度のポイントは繰り越さないものとする。（ポイントの付与状況を検証し、リセットまでの期間延長も考慮する）

<ポイント項目>

- 運動ポイント：・ウォーキング ・いきいき体操 ・S C 21 の活動 ・登録団体でのスポーツ活動等
- 健診ポイント：・特定健康診査 ・人間ドック ・がん検診 ・歯科検診等
- 食生活ポイント：・食事のアンケート提出（市で作成した食べ物項目にチェック）等
- 心のポイント：・読書（市立図書館の貸出） ・公民館活動 ・登録団体での文化・教養活動等
- ボランティアポイント：・自治会の活動 ・各種団体活動（西宮型コミュニティ・スクール対象団体）
・地域ボランティア活動 ・介護サポート等

<効果検証>

- ・ポイント事業の実績についてデータ化し、傾向と要因を分析する。
- ・介護認定情報データを用いて、ポイント事業と健康増進・介護予防の関係を分析する。
- ・医療・介護レセプトデータを用いてポイント事業と医療費・介護費の関係を分析する。
- ・市立図書館の貸出状況とポイント事業の関係を分析する。
- ・地域活動参加者数とポイント事業の関係を分析する。

(よつや)

<目的>

高齢期になっても心身の健康を維持するためには「運動・栄養・交流」の3つが大切であるとされている。心身の健康を維持するため、特に「運動・交流」に着目した健康づくりや介護予防等の活動に対してポイントを獲得してもらい、獲得したポイントに応じた特典を受けるという仕組みで、健康な高齢期を迎えるという好循環を創出すること。

<対象者>

全市民

<事業の仕組み>

運動や健診の受診、食生活の管理、読書などの心身の健康づくり、社会との交流がはかれる社会貢献活動に対してポイントを付与し、貯まったポイントに応じて特典を得られる。

<参加方法>

「健康ポイント」専用アプリと「健康ポイント手帳」により、健康づくり活動の記録やポイントの管理を行う。

<ポイント獲得>

地域・社会への貢献活動や個人として積極的に行う健康維持活動によってポイント獲得

<ポイント項目>

ア 健康づくり・介護予防に取り組む活動

- ウオーキング・ラジオ体操、テレビ体操などの運動を週3日以上続けている
- いきいき体操に参加
- マラソン&ウオーク大会に参加
- 健康講座・健康講演会に参加

イ ボランティア活動など社会との交流

- わがまちクリーン大作戦に参加
- 保育ボランティアに参加
- 感染症予防を徹底しながらカラオケ・麻雀などに定期的に参加

ウ 個別（成果物が明確な知的作業）活動

- 日記を週2日以上書いている
- クロスワード、数独など週に2回以上

以上から最低2項目を選び、ポイントを加算していき特典取得（ポイント設定はご本人の現状に合わせてできることを増やせる）

委員長所見（総論）

本件を議論する過程で生じた課題や公式・非公式を問わず出された話題のうち、項目としなかったもの及び記載がわずかなもので必要と感じた項目を付加しておく。

①正しい歩き方の普及

ウォーキングの習慣化＝健康増進とは言い切れない面として、歩き方が悪い（体幹バランスや関節などにとって）場合は多く歩くことが逆に健康悪化につながりかねない、と言う危険がある。一日、一週間、一か月などのスパンで通常人が年齢に応じて（あるいは平素の運動量に応じて）適切と思われる歩数を啓発し、早くポイントが欲しいなど誤った動機で負荷をかけ過ぎないように留意するとともに、何といても正しい歩き方について、これも年齢や関節の状態などに合わせて細分化したものを可能な限り多くの参加者に伝え、応じてもらうことを併せて考えなければならない。現実的には市のホームページへの動画掲載、テキストの作成、いきいき体操参加者など、事業の参加者になりやすい一群に対する同時トレーニングのような、あらゆる手段を講じて健康に良い歩き方を習得してもらうよう設計されたい。

②継続した調査と効果の検証

本事業の目的は市民の健康増進であり、目標としてはやはり超高齢社会において健康年齢を伸ばし、介護保険や国民健康保険の給付を健全に抑制して行くことが求められる。このためには言うまでもなくどのような事業が効果的か、どのような参加者に成果が見られるかなど、多角的・継続的に分析できるデータ収集が不可欠であり、対象事業や進め方もいずれ蓄積されるこれらデータに基づいて改良され続けなければならない。データ収集と分析は予定されているようだが個人情報との兼ね合いを懸念する声もあり、安心でかつ効果的なデータの集め方、その内容について早期に議会・市民と共有しておくことを具申したい。具体的な変化が計測できる事業に踏み込んだ以上、交通券配布のように喜ばれているとかきっと役に立っているなど曖昧な成果を主張することは許されなくなったとの認識を共有されたい。

③ウォーキングの適さない市民へのフォロー

高齢者交通助成事業の代替え、ではないのだが、やはりそうした印象から逃れられず、自動的に全対象者送付であった事業と比較され、安からぬ費用がかかるのに対象者が激減した、と言う不満があるように感じられる。効果や成果が曖昧な事業からそれが明確になりやすい事業になったので、この概念を崩すべきではない（不満に押されて歩かない人には何か金銭換算されるものを提供するなど）と思うが、身体的には歩けてもその気になれない、明確な症状や診断が無くても歩くのが苦手（足が痛いなど）な高齢者もウォーキングの前段として健康増進行為に参加できるような設計が必要で、段階的に運動量が無理なく増加していく入り口的事業を早期に構築して行くことが求められるのではないかと考えられる。

健康福祉常任委員会

（委員長） 篠原 正寛 （副委員長） 佐藤 みち子

（委員）（五十音順）大迫 純司郎、かみたに ゆみ、河崎 はじめ、多田 裕、山口 英治
よつや 薫