

高知市いきいき健康チャレンジ2022

報告について



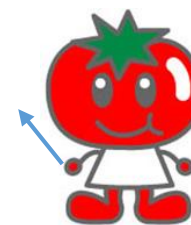
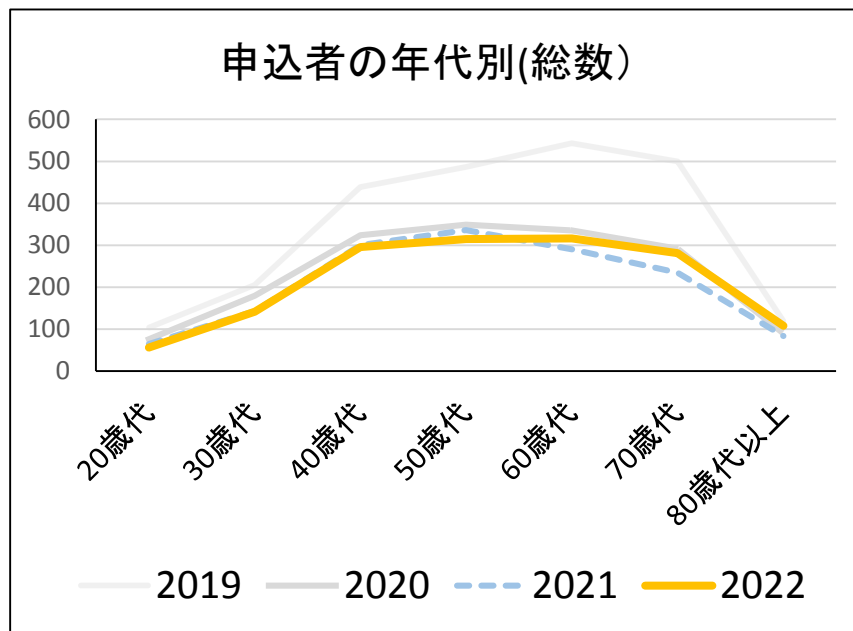
高知の食育8きょうだい
トマトちゃん

2022 実績報告

【申込者数】

1,515 名（前年度 1,453名）

うち、インターネット申込 454名 全体の30.0%
（前年度 355名 全体の24.4%）



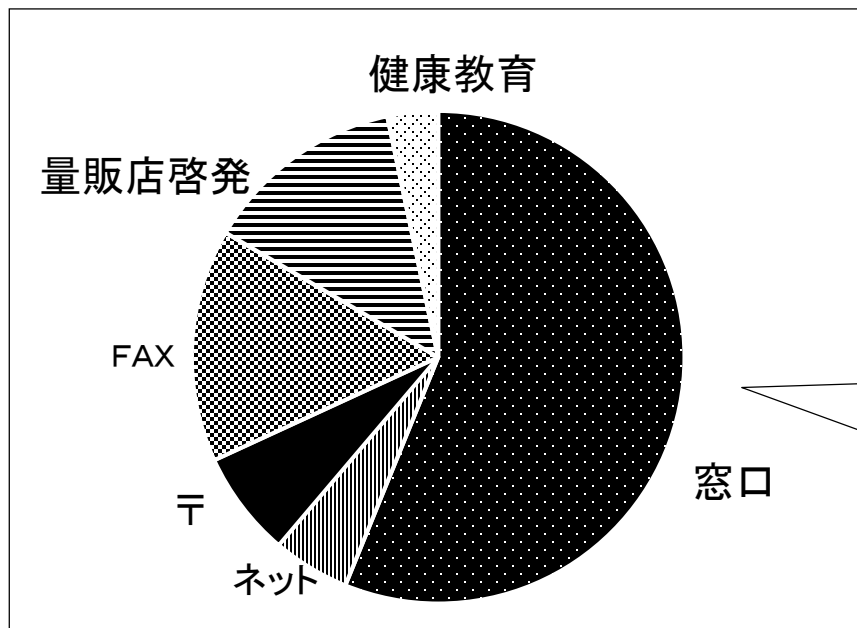
高知の食育8きょうだい
トマトちゃん

2022 実績報告

- 申し込んだ人のうち事業に2回以上参加している人の割合
→52.6%（前年度 52.9%）

例年、約半数の参加者が2回以上の参加歴あり。一部の市民には定着している。

- 申込方法の内訳



窓口、量販店啓発、健康教育での申込が全体の約7割を占めており、直接の声掛けにより事業に申し込む人が多いことがわかる。

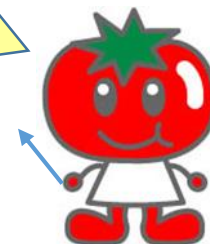
2022 実績報告

【働き盛りの若い世代への周知】

新規

- SNSの活用
 - ・ 高知市LINE
 - ・ 健康パスポートのお知らせ機能の利用
- 協会けんぽや産業保健センター，法人会等のメルマガ，会報への掲載

SNSで情報を発信すると，その後数日間はHPからの参加申込が増えました。若い世代に効果的に情報を届けるために有効な手段だと考えます。



高知の食育8きょうだい
トマトちゃん

2022 実績報告

【協力団体と連携した取組】

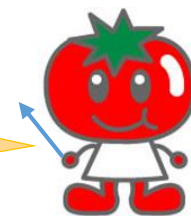
継続

● 量販店でのイベントの実施

- ・イオンモール高知 『SDGs イベント』 3日間
- ・フジグラン 『健康フェスタ』 2日間
- ・サニーマート (山手店, 中万々店)
- ・サンプラザ (鴨部店, 業務スーパー 一宮店)

【内容】 血圧測定, 減塩に関するフードモデルの展示,
お口の健康チェックなどとあわせて啓発を実施

「いきいき健康チャレンジのことを知らなかった」
「初めて知った」という方にもたくさん出会うことが
できました!



2022 実績報告

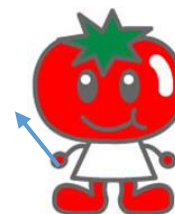
【協力団体と連携した取組】 継続

● 量販店での啓発の工夫

- ・ポケットティッシュにチラシを挟んで配布することで、手に取ってもらいやすくなった

配布数：約100個

チラシのみを配布するよりも、手に取ってもらえる回数が増えました。



高知の食育8きょうだい
トマトちゃん

2022 実績報告

【協力団体と連携した取組】

拡大

● 包括連携協定を結んだ企業との連携

- ・ 明治安田生命保険相互会社

企業主催のウォーキングイベントに参加させていただき、健康づくりに関するブースを設置。

- ・ 第一生命保険株式会社

企業のお客様にチラシを配布していただき、いきいき健康チャレンジについてアンケートを実施。

いつもと違う啓発の場を提供していただいたことで、今までお会いする機会がなかった方々にも会うことができ、新規参加者の獲得につながりました。



高知の食育8きょうだい
トマトちゃん

2022 実績報告

【協力団体と連携した取組】

◆ 第一生命保険株式会社

顧客に実施した，【いきいき健康チャレンジに関するアンケート】結果 アンケート回収数：160枚（男性94名，女性66名）

- 「いきいき健康チャレンジをご存知ですか？」
はい → 29% いいえ → 71%
- 「いきいき健康チャレンジに参加しましたか？」
はい → 4% いいえ → 96%

まだまだ周知が行き届いていない層がいるのだと実感しました。
今回、アンケートと一緒にチラシを配布してくださったので、
『いいえ』と答えた方にも事業を知ってもらえる機会になりました。



2022 実績報告

【障害福祉サービス事業所等の支援者への周知】

継続

● 障がい者就労支援事業所への訪問

R3年度 15事業所訪問
(うち、2事業所5名の申込みあり)

R4年度 12事業所訪問
(うち、8事業所42名の申込みあり)

訪問し、事業の内容や目的を職員の方に説明することで昨年より申込者数が増加しました。



2022 実績報告

- ・やめようか 妻の料理に もう一膳 (70歳代 男性)
- ・歩稼ぎの 2度の買い物 苦にならず (70歳代 女性)
- ・血圧は 妻の機嫌で 上下する (50歳代 男性)
- ・健康は 見える化させて 1歩ずつ (50歳代 女性)

川柳募集

あなたの健康づくりの取組を川柳にしてみませんか？

※今後の啓発活動に使用させていただく場合があります。

(お名前は公表しません。)



トマトちゃん
高知の食育8きょうだい

応援講座～栄養編～

協議会所属団体との連携

講演「栄養の整理整頓」

7月18日(日)

公益社団法人高知県栄養士会 理事 久武 啓子 氏



**73名の参加が
ありました!!**

応援講座～運動編～

協議会所属団体との連携

10月2日(日)

実技指導「運動で伸ばす健康寿命！」

～効率よく体力アップするための運動の基本とコツ～

日本健康運動指導士会高知県支部 健康運動指導士 濱田 泰行 氏



48名の参加が
ありました!!



健康チェックデー



会場：総合あんしんセンター

測定内容：体組成，骨密度，血管年齢，脳年齢，握力

開催日	時間	定員
9月21日（水）	【午前の部】 ① 9：30～10：30 ② 10：30～11：30	各回 15名 (1日 60名)
11月18日（金）	【午後の部】 ① 13：30～14：30 ② 14：30～15：30	
10月19日（水）	【夜の部】 ① 17：30～18：30 ② 18：30～19：30	各回 15名 (1日 30名)



**3日間で 計127名の
参加がありました！**
【前年度参加者：計75名（2日間開催）】

高知家健康パスポートについて



- R4年3月末で冊子タイプのパスポートが終了。それに伴い，シールの交付も終了。
- これまでに交付されていたヘルシースタンプシールをアプリ内のポイントに移行できる期間もR4年10月末に終了。
- プレゼントキャンペーン申込，ランクアップは，窓口に来なくても，アプリで手続きが可能になった。
- アプリと連携した啓発の実施（再掲）
→お知らせ機能を利用した申込受付を行った。



2023の計画

目標申込者数：2,500名

実施予定イベント

- スタートイベント 5月
- 応援講座～栄養編～ 7月
- 応援講座～運動編～ 9月，10月（2回開催）
- 健康チェックデー 9月，10月，11月（3回開催）
- 結果報告会 2月

来年度もご協力よろしくお願いたします！



高知の食育8きょうだい
トマトちゃん