

～「あるくまちみどり」を目指して～

# みどり市元気プロジェクト

分類：健康維持・生涯活躍の推進

みどり市 企業版ふるさと納税

担当課：保健福祉部 健康づくり局 健康管理課

## 背景

みどり市では、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病で服薬している人の割合が全国平均よりも高く、40歳～74歳で運動習慣のない人は約6割に上っていました。

⇒ 生活習慣病の予防、健康維持・増進のためには運動の必要性を普及し、生活の中に定着化させる必要がありました。

## 取組み内容

活動量計をつけて歩き、データを送信、ネット上のマイページで歩数などを「見える化」しています。参加者自身が簡単に振り返りできるため、活動量を増やすきっかけとなります。その結果、生活習慣病の予防及び改善を図る事業です。

歩数等によってポイントを付与し、市内協力店で使える「商品券」と交換し、健康増進だけでなく、地域の活性化につなげています。

## 具体的な取組

- ・市施設5か所を測定スポットとして解放
- ・市内企業等にて出前測定会
- ・商業施設にて出張健康相談の実施
- ・のぼり旗の作成、設置
- ・チラシ全戸配布
- ・前年度保健指導対象者へ個別指導
- ・市主催イベントにて事業連携など

## 企業様へのメッセージ

「歩くことで自分も、まちも元気になる」ことを目指しています。本取組みにご賛同頂ける企業様より、お力添えをいただければ幸いです。



目標額

700万円

