

# R6年度 健幸運動教室Ni-Co・健幸ポイント事業の成果



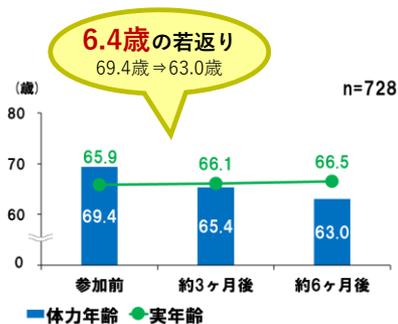
## 1 事業の参加人数とNi-Co 5年目の主な成果（1～5期生）

1期生 = 2020年9月～ 2期生 = 2021年7月～  
3期生 = 2022年7月～ 4期生 = 2023年7月～ 5期生 = 2024年7月～

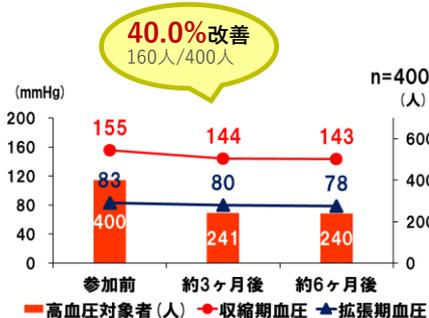
### ① 参加人数

事業	R3 (目標)	R4 (目標)	R5 (目標)	R6 (目標)
Ni-Co	364 (380)	470 (540)	582 (690)	644 (820)
ポイント	799 (880)	1,617 (1,790)	2,435 (2,620)	3,066 (3,060)
達成率	90.8 %	90.3%	92.9%	100.2%

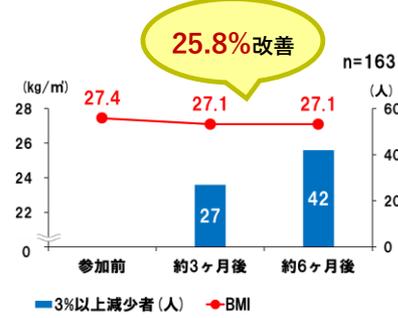
### ② 体力年齢の若返り効果



### ③ 高血圧の改善



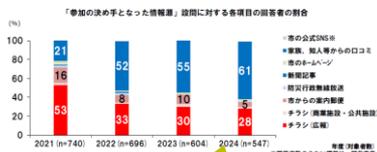
### ④ 肥満の改善



参加前にBMI25.0以上の者が対象

## 2 事業参加者（R3～R6）分析～健康無関心層への波及効果ほか～

### ① 参加の決め手となった情報源



口コミの割合は  
**21% (1年目)**  
⇒ **61% (4年目)**

「Ni-Co+ポイント事業」新規参加者データ R3から4年間

### ② 参加時に運動習慣のない人の割合



運動習慣のない割合は  
**55% (1年目)**  
⇒ **63% (4年目)**

「Ni-Co+ポイント事業」新規参加者データ R3から4年間

### ③ 健康投資額

健康投資額に関連のみられた項目  
※統計的に有意差のみられた項目

Ni-Co健幸運動教室への参加
社会活動への参加
一緒に歩く仲間(継続要因)
ソーシャルキャピタルが高い
1日1回以上の共食あり

重層分析(強制投入法)  
※関連のみられなかった項目・・・性別、年齢、セルフエフィカシー、ヘルスリテラシー、精神健康度、幸福度得点 等

令和6年度「Ni-Co+ポイント事業」参加者データ

参加者の健康関心  
度が向上

健康投資額  
が高い

(設問) 本事業への参加によって掛かった費用の金額は、この1年間でおよそいくら程度ですか。

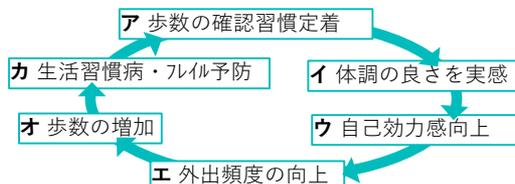
## 3 R7の方向性～上記1・2を踏まえて～

### ① 事業効果拡大のため新規募集を継続

【R7新規参加者目標】

Ni-Co +200人  
健幸ポイント +500人

### ② 継続参加の意識づけを強化



### ★健幸都市・にしわきの実現に向けて

・普及学に基づく社会的変容を目指す。  
⇒40歳以上人口の13.5% (参加者 約3,500人)

### ★継続する取り組み

・からだカルテ活用の習慣づけ、スタッフの声掛け強化  
・医療機関からの接続強化