

IV 事業効果及び活用方法



1 事業の効果

- (1) 第3章の結果に示されているように、本事業により、中高年向けのメタボ対策の新たな運動療法プログラム開発を行うことが出来た。
- (2) 職場で行う集団的なメタボ対策プログラムとしての有効性を確認できた。
- (3) 同プログラムの職場における効果的な実施手法を学ぶことができた。
- (4) マスコミ等の報道により、介護予防・健康づくり事業の重要性を市民に周知できた。
- (5) 本事業はその後も継続的にマスコミで取り上げられ、スローステップ運動・スロージョギング運動のブームに貢献したと自負している。
- (6) 運動に参加した市職員により、自発的な運動グループ「チーム601」が生まれた。
(601は、毎日運動を行っていた601会議室にちなむ)
同グループは福岡大学と連携しながら引き続きステップ運動を継続中であり、他の職員の参加も呼びかけて活動の和を広げている。
- (7) アンケートにあるように、運動実施者の本プログラムへの満足度が高かったが、周囲の評価も高く、今回運動に参加できなかった経過観察群60名から、事業継続についての強い要望が出された。
そのため、本事業終了後も「にこにこステップ運動教室」を設置し、経過観察群及びその他の希望者を対象に、職場でのステップ運動を継続的に実施することとした。

2 活用方法

- (1) 職域において集団で行うメタボ対策プログラムとして、にこにこステップ運動は有効であり、実施のためのノウハウを習得することができた。
チーム601とも連携し、この成果を各所にPRし、他の自治体や企業での取り組みを推進したい。
- (2) 事業成果のより実践的な活用方法として、本事業の成果を健康プログラムとして、ビジネスモデル化できないかを検討する。