

1 基本情報

事業名称	美BODY講座（子育て世代の運動習慣）事業				
事業目的	運動の楽しさの講義や手軽にできるストレッチの実技を通じて、仕事や子育て等で多忙な若い世代の体力低下や運動不足による将来的な生活習慣病等の発生を予防する。				
事業概要	20～40歳代の女性を対象に、北区健康づくりネットワーク講師による講義・運動の実践を行う。（対象となる年代の方が参加しやすいよう、保育サービスを実施している。）				
実施主体	北保健センター	実施場所	北保健センター	実施時期	7月3日・10月2日

2 設定指標

活動指標	参加人数		R4	R5	R6	R7
		目標	-	40	40	50
成果指標	「健康づくりに取り組める環境の充実（ウォーキング活動・健康教室など）」に満足している区民の割合		R4	R5	R6	R7
		目標	-	-	32	32
		実績	-	-	28.7	28.7

3 事業評価

決算額 94,420 円

①妥当性	○	②費用対効果	○	⑤総合評価	○	評価基準
北区は7区で出生数が最も多く、生産年齢人口（15歳～64歳）割合が最も高い区域である。令和5年度堺市健康に関するアンケート調査結果では運動習慣者の割合は増加しているが、20歳代～40歳代の女性では3割弱と低い。多忙な日常の中でも運動やスポーツの楽しさを体験することは、若い世代が運動習慣を獲得する契機になる。		北区健康づくりネットワーク主催で実施しており、官民連携した事業運営ができています。終了後1か月後の聞き取りにおいて、満足度が高く、運動習慣獲得のきっかけとなっていることから想定どおりの効果を得ている。		教室終了後1か月後の聞き取りにおいて、教室参加者の90%が教室参加をきっかけに、健康に対する意識の向上、運動習慣の獲得につながっており、将来の生活習慣病予防の効果があると考えられる。参加枠に一部空きが見られる状況であり、周知が十分に行き届いていない可能性があると思われる。周知方法やタイミングを工夫し、より多くの参加につなげていく必要がある。		◎：非常に高い水準で達成 ○：十分な水準で達成 △：達成度が限定的 ×：達成されていない -：評価対象外
③庁内・公民等連携	○	④区の計画への寄与度	○			
北区健康づくりネットワーク参画機関である大阪ろうさい病院、堺市立のびやか健康館、すまいる鍼灸整骨院、アクティブリハビリテーションクリニックとの協働により専門性の高い運動指導の提供が可能である。		R8年度北区「はっぴー・すまいる」ビジョン（基本方針）には健康増進が新たに加わり、計画の実現に寄与できると考える。				

4 課題と対応方針及び今後の方向性

課題	参加枠に空きがあり、事業の周知が十分に行き届いていない可能性がある。	今後の方向性	継続
対応方針	今年度作成した運動動画コードを案内リーフレットに掲載し、年度当初から地域や庁内で広く配布、実践内容を紹介することで参加促進を図る。		