

(提案書 様式①－１)

協働の機会提案書(アイデア提案用)

2016 年 9 月 26 日

印西市長 板倉 正直 様

(登録者) 登録番号 28—005

名 称 ALIpro

所在地 印西市武西学園台

代表者職氏名 代表 木村 憲 ⑩
連絡先

企画提案型協働事業を、下記のとおり提案します。

提案事業名	地域住民への身体活動増進プログラムの提供
現状・課題 (指定テーマ型の場合はテーマ名のみ記入)	超高齢社会における持続可能な社会を実現するため、中高齢者における健康維持・向上は重要課題である。2013 年厚生労働省「健康日本 21」において、生活習慣病（糖尿病、心臓病、脳卒中）の発症予防のための身体活動ガイドラインが示された。身体活動の重要性を広く住民に啓発し、住民の身体活動の増進を図る取り組みが求められる。
提案理由	地域社会の約 60%以上もの住民が運動習慣を持たないことが知られている。地域の健康増進を拡充するためには、運動に苦手意識がある、又は継続が難しい中高齢者への支援が急務と言える。
提案内容 (予算の概算も記入)	本団体 ALIpro は「地域住民への身体活動増進プログラムの提供」を協働事業として提案する。これは、運動習慣のない地域住民（40 歳以上）の日常的な身体活動（散歩、買い物、家事など）の増加を促す取り組みである。必要経費は 120 万円程度で見込んでいる。
貴団体の特性、協働で実施するメリット (提案者が事業実施できる能力や有利なアピールポイント)	本プログラムは、東京電機大学工学部（スポーツ健康科学研究室）との連携により発案された歩数計と IT 機器を利用した取り組みである。健康増進課（特定健診）との連携によって生活習慣病予備群へのプログラム提供、そして、プログラムの提供地域拡大による運動の継続性の向上が期待される。
事業実施により得られる効果 (自由提案型は今後の展望も記入)	本プログラムは、複数の地域施設（コミセンなど）を活動拠点し、IT 機器を用いて広域的な支援を提供できる。健康増進課との協働により、運動不足にある市民への周知とプログラムの提供といった継続的な支援体制が生まれる。これによって市の健康増進事業に一定の効果が期待され、ひいては健康長寿社会の実現にむすびつく。

(提案書 様式②)

協働事業計画書			
事業名	地域住民への身体活動増進プログラムの提供		
事業の目的	健康増進を目的として、運動習慣のない地域住民に積極的な歩行活動や日常的な身体活動を促す支援を行う。		
市の施策上の位置付け及び協働部署	(施策名) 生涯いきいきと健やかに暮らすための健康づくりの推進 (部署名) 健康増進課		
事業期間	平成29年4月1日 ～ 平成30年3月31日		
事業の内容 詳細に役割分担別に記入 (役割分担を、できれば事前に市の担当に相談して 記すか、希望を記す)	提案者	市	
	○データ管理・整理 ○ワークショップ開催 ○自立支援・ITサポート ○体力測定会の開催 ○必要機材の選定	○公共施設の提供・調整 ○参加者募集(案内配布・市報掲載)	
事業に要する経費 ※詳細については、様式③による	100,000 円	1,190,000 円	
事業の運営体制 (事業関係者、協力者、有資格者など)	情報工学(東京電機大学)ならびに健康科学(順天堂大学)を専門とする大学研究機関と連携し、市の協力を得ながら本団体主動のもと運営する。		
協働のメリット (各立場にとっての効果を簡潔に)	提案者	市民	市
	・団体主要事業の基盤形成、安定的運用 ・活動範囲と人的資源の拡充。	・生活習慣病予防 ・健康増進意識の高揚 ・健康寿命延伸 ・良好な人間関係の構築、生きがいづくり	・健康増進事業の拡充 ・医療・介護に関わる財政負担軽減
対話方法 市との協議や打ち合わせ方法	適宜、進捗状況についてメール等により情報交換を行う。事業の中間と終盤に本活動の実績・成果を相互に確認する機会を設ける。		
事業の周知や評価の方法	会員の募集は市報ならびにチラシにより周知する。本活動の達成目標(会員数、身体活動増進プログラムの効果)を明確化し達成度を評価する。		
備考	関係団体等：東京電機大学、順天堂大学		
	その他(添付書類等)		

(提案書 様式③)

企画提案型協働事業経費内訳書

総事業費（無償分を含む） 金 2,032,600 円

市から団体への委託費 （金 1,190,000 円）

【歳入】

項 目	積算根拠(内容・数量・単価など)	見積り金額(円)
市に負担を求める額	人件費 480,000 円 報償費 120,000 円 備品費 500,000 円 消耗品費 24,000 円 印刷製本費 60,000 円 通信運搬費 6,000 円	1,190,000
その他収入		0
提案者負担分	体力測定実施費用 100,000 円	100,000
無償労働力等換算金額	労働力 482,600 円 機材等 260,000	(742,600)
合 計(無償分を含めない)		1,290,000 円
無償分を含めた合計額		(2,032,600)

【歳出】

項 目	積算根拠(内容・数量・単価など)	見積り金額(円)
人件費	受付・情報管理業務 1000 円×4 時間×2 人×60 回	480,000
報償費	ワークショップ指導者謝礼 10,000 円×4 人×3 回	120,000
備品整備費	タブレット PC 50,000 円×4 台 活動料計(fitbit Zip) 5,000 円×60 台	500,000
消耗品費	リチウム電池 200 円×120 個	24,000
印刷製本費	チラシ、案内、テキスト等 60,000 円	60,000
通信運搬費	案内郵送料 6,000 円	6,000
体力測定実施費用	体力・認知測定評価・データ管理委託費 100,000 円	100,000
提案者が負担する 無償労働力	ワークショップ補助員:950 円×2 時間×8 人×3 回 自立支援活動:950 円×2 時間×8 人×10 回 体力測定準備・開催:950 円×6 時間×10 人×5 回	(482,600 円)
提案者が負担する 無償機材等	情報通信機器(WiFi-AP) 30,000 円 × 2 台 タブレット PC 50,000 円 × 4 台	(260,000 円)
合 計(無償分を含めない)		1,290,000 円
無償分を含めた合計額		(2,032,600)

(提案書 様式④)

年間事業スケジュール

実施予定日	活 動 内 容	必要経費	参加人数
平成 29 年			
4 月	<u>市報掲載準備、チラシ作成準備</u>	125,200 円	4 名
5 月	<u>市報掲載、チラシ配布</u>	64,800 円	4 名
	<u>身体活動増進プログラム（ワークショップ）</u>	540,000 円	50 名
6 月	第 1 回ワークショップ 「歩数計データをネットで見てみよう」	60,000 円	50 名
7 月	第 2 回ワークショップ 「歩数計データを参加者と共有しよう」	60,000 円	50 名
8 月	第 3 回ワークショップ 「ネットで目標を設定してみよう」	60,000 円	50 名
8 月下旬	<u>体力測定</u>	100,000 円	50 名
9 月－ 平成 30 年 1 月	<u>身体活動増進プログラム自立支援活動</u>	250,000 円	50 名/月
2 月			
3 月	<u>修了式・表彰（更新手続き）</u>	30,000 円	50 名

別紙

企画提案型協働事業 地域住民への身体活動増進プログラムの提供

平成２８年度最終審査 委員会総合意見

- 1 市民の健康増進に資する企画提案として評価します。地域が取り組む予防医療の新たなモデルとなるよう期待します。

各委員の参考意見（ふせんの転載）

実施に向けての意見

- ・市民の健康増進のためには、必要な事業だと思いますが、対象者の絞り込みは、市民への理解を得るのが大事だと思うので、御検討願います。
- ・参加者にある程度費用負担をさせるのはどうでしょうか。逆にそうすることで長続きすると思われる。
- ・40才以上の地域住民に対象を拡大したことで参加される幅が広がったと思うが、費用がかかりすぎるように思うので、初年度は参加募集の人数を少なくすることも考えられると思う。
- ・プログラム（協働の内容）は明確であるが、すでにスマートフォンアプリを活用した類似のプログラム（歩数計付きのスマホがほとんど）があるし、費用対効果の面で委託費（市から団体への委託費119万円）は、市民への無駄な二重投資の意味合いが強いかないと考えます。40歳以上の中高年を、このプログラムのターゲットにしたのは、適切だと思う。（65歳以上のターゲットから変更）
- ・予防医療分野に関する取り組みは重要であると考えますが、市との協働については若干課題があると思います。
- ・競争意欲だけを強調するのはいかななものか。逆にやりすぎて健康を害することにはならないか。
- ・健康にかかわる情報は、センシティブな個人情報であり、それらを共有する場合の協定についてはしっかりと整えて下さい。
- ・効果測定ができるのが大事です。どこまでできて到達したのか、目標を達成したのかがないと、ダラダラになるのではないかと気になります。
- ・身体活動増進という観点からは興味ある取り組みであるが、市との協働事業という面からすると、活動のみならず効果の確認や検証が重要になると思われます。成果データの市との共有や活用について引き続き検討し、有効なしくみを構築して頂きたい。
- ・5年後自立という目標達成のための工程表を（早く）作って下さい。

期待すること

- ・市民・大学・行政が一体となって取り組む事業として、独自性のある事業であると思います。参加する市民の方が永く活動に参加し続けることが、ポイントになってくると思いますので、運用の際には、工夫・試行錯誤を積み上げていき、活動の定着を目指して下さい。
- ・参加者のコミュニティが広がり、活性化することを期待します。
- ・2つの大学との連携を進めて新しい身体活動増進「印西モデル」ができることを期待しています。

- ・ 高年齢社会に向かって予防医療、健康年齢向上の為に是非頑張って下さい。市の医療費負担の軽減に繋がるものと思われる。