

第2回川根本町高齢者等の運動習慣化による
介護予防事業推進委員会次第

日時 令和8年3月 17 日(火)

午後7時 00 分～

場所 山村開発センター2階 大会議室

1 開 会

2 委員長あいさつ

3 川根本町高齢者等の運動習慣化による介護予防事業について

(1) 事業の進捗状況について

(2) 今後の事業計画等について

4 その他

5 閉 会

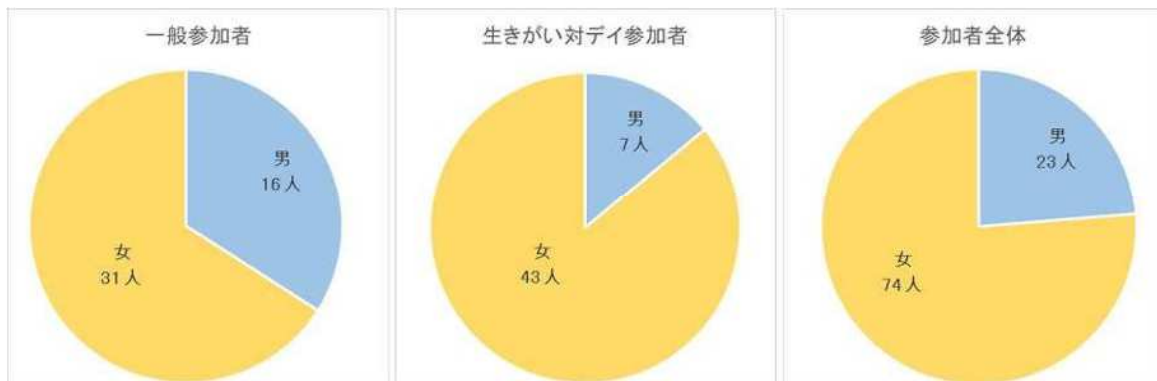
3 川根本町高齢者等の運動習慣化による介護予防事業について

(1) 事業の進捗状況について

ア 川根本町“元気”ウォーク

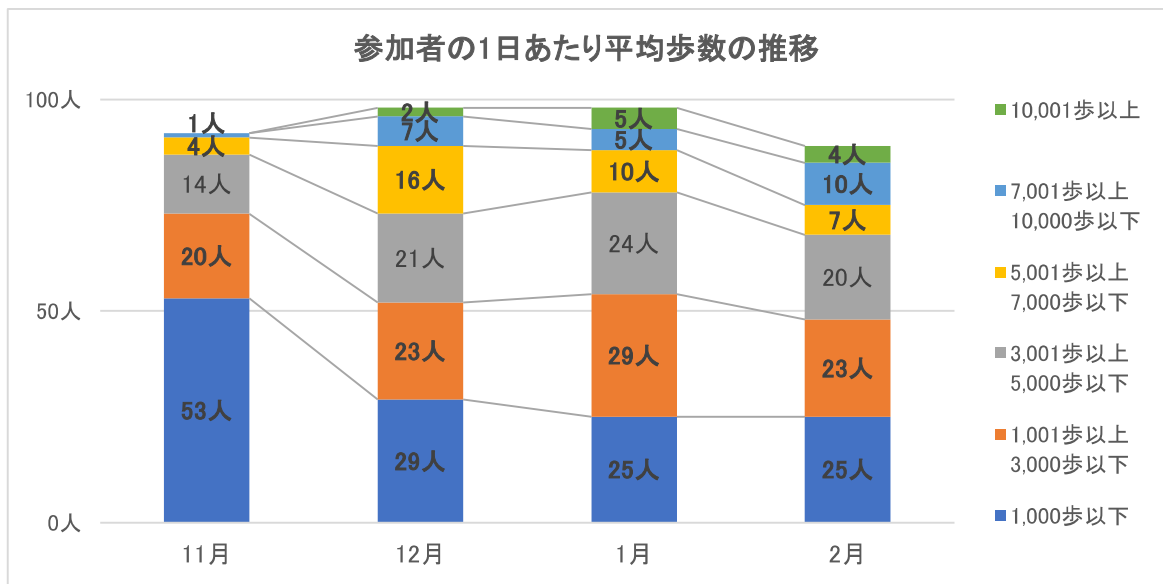
(ア)参加者の状況(3月現在)

- ・生きがい対応型デイサービス通所の参加者 50人
- ・一般公募による参加者 47人



(イ)活動量計のデータ測定状況について

	11月	12月 (前月比)	1月 (前月比)	2月 (前月比)
データ送信者数(人)	91	98 (+7)	97 (-1)	88 (-9)
平均歩数(歩)	2,331	4,037 (+1,706)	3,986 (-51)	4,181 (+195)
平均歩行時間(分)	29	39 (+10)	39 (±0)	41 (+2)



イ 認知症予防セミナー（生きがい対応型デイサービス通所者対象）

(ア)開催日 12月18日(木)、1月16日(金)、2月18日(水)

①午前10時～午前11時30分、②午後1時～午後2時30分

開催日に各2回ずつ全6回

(イ)場 所 高齢者生きがいの郷（上長尾829番地の2の2）

憩の家いずみ（奥泉358番地の5）

(ウ)講 師 浜松医科大学社会健康医学講座研究員 土屋 厚子氏

在宅保健師 高塚 祐子氏

(エ)内 容 健康講座、認知症予防のための講和、筋トレ体操、回想法 など

(オ)参加者 延べ100人

月日(曜日)	高齢者生きがいの郷	憩の家いずみ	計
12月18日(木)	(午後) 16人	(午前) 25人	41人
1月16日(金)	(午前) 11人	(午後) 25人	36人
2月18日(水)	(午前) 11人	(午後) 12人	33人
計	38人	62人	100人



ウ ウォーキングイベント（一般公募による参加者）

- (ア)日 時 ①12月9日(火)、②12月14日(日)、③1月15日(木)
午前9時～正午(③のみ8時30分開始)
- (イ)場 所 ①千頭・小長井地区周辺コース、②長島ダム周辺コース、
③久野脇・塩郷地区周辺コース
- (ウ)ガイド 一般社団法人エコティかわね 滝浪 利枝氏、神東 美希氏、稲 美香氏
- (エ)内 容 エコティかわねガイドによるガイドウォーキング、体組成計測定 など
- (オ)参加者 ①5人、②7人、③6人 計17人



エ 元気いっぱい教室(各地区巡回、町内全高齢者が対象)

- (ア)日 時 11月11日(火)～3月17日(火) 午前10時00分～11時00分
- (イ)場 所 上長尾集落センター他32箇所
- (ウ)指導等 本川根B&G海洋センター、地域包括支援センター職員
- (エ)内 容 歩行の効果と転ばない歩き方、茶 Ki 茶 Ki(ちゃきちゃき)体操の指導 など
- (オ)参加者



オ ノルディック・ウォーク教室（海洋センター事業との連携）

- (ア)日 時 11月18日(火)～2月25日(水) 午前10時30分～11時30分
①12/11(木)、②1/16(金)、③1/29(木)、④2/5(木)、⑤2/19(木)、
⑥2/25(水)
- (イ)場 所 本川根 B&G 海洋センター
- (ウ)指導等 かわねライフスポーツクラブ
- (エ)参加者 町内一般男女 延45人
①6人、②9人、③10人、④5人、⑤6人、⑥9人

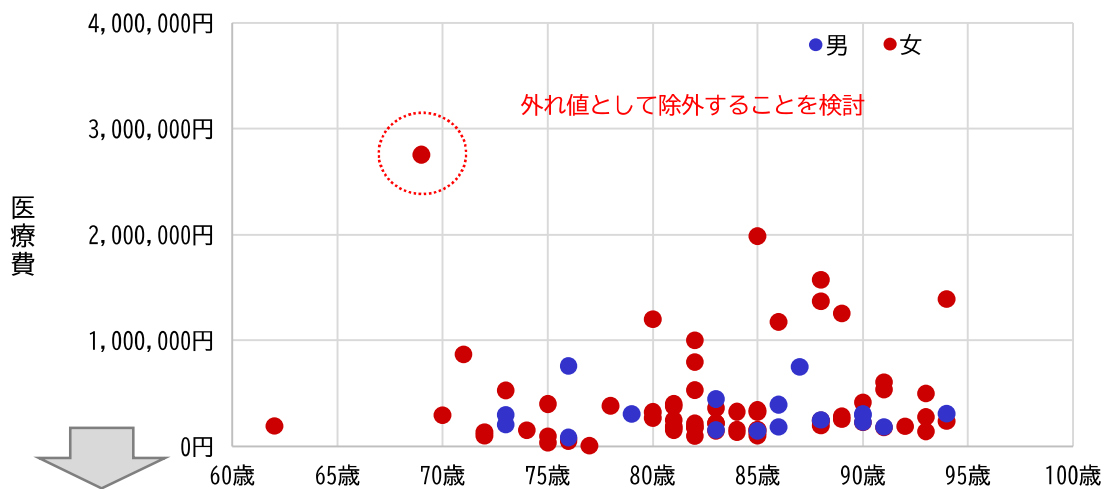
カ 医療費適正化額分析事業について（委託事業者報告資料）

参加群

健康づくり事業の参加者のうち、KDBシステムより2024年10月～2025年9月診療分の1年間の医療費を算出しました。下図に参加者の性別・年齢・1人あたり医療費の分布を示します。

参加者数 : 83 人 平均年齢 : 83.1 歳

1年内の1人あたり医療費（平均） : 411,132 円



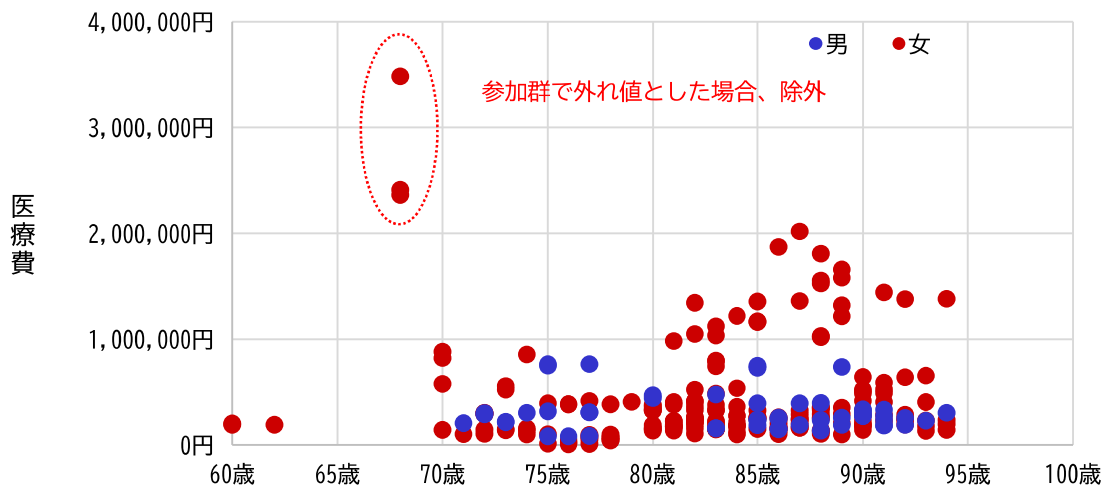
非参加群

参加群に対し性別・年齢・医療費の条件を出来る限り揃え、3倍の人数の非参加群を設定しました。

参加群から脱落者が事業参加の脱落者が発生した場合は、それに合わせて非参加群を調整できる形にしています。

設定人数 : 249 人 平均年齢 : 83.2 歳

1年内の1人あたり医療費（平均） : 411,055 円



(2) 今後の事業計画等について

ア 川根本町“元気”ウォーク

(ア)一般公募による参加者 50 人の追加募集《期間 3月末～4月 17 日(金)》

予定参加者数(継続者を含む)

- ・生きがい対応型デイサービス通所の参加者 50 人
- ・一般公募による参加者 97 人

(イ)機器等の設置(予定)

- ・体組成計 2台 役場本庁、総合支所
- ・リーダーライター 3台 役場本庁、総合支所、生きがい対応型デイサービス

イ 認知症予防セミナー(生きがい対応型デイサービス通所者対象) ※継続

(ア)回数 全 8 回(予定)

(イ)内容 健康講座、認知症予防のための講和、筋トレ体操、回想法 など

(ウ)場所 高齢者生きがいの郷、憩の家いずみ

ウ 機器データ取得及びウォーキング ※新規

(ア)実施 毎月第 3 日曜日など定期的に開催

(イ)内容 ・活動量計のデータ送信、体組成計測定
・ウォーキング(任意参加)

(ウ)場所 役場本庁または総合支所

エ 元気いっぱい教室(各地区巡回、町内全高齢者が対象)

- ・例年のとおり全地区を巡回して実施

オ ノルディック・ウォーク教室(かわねライフスポーツクラブ、海洋センター等と連携)

- ・“元気”ウォーク参加者を対象に5回の教室を開催予定
- ・町内で開催する教室等を“元気”ウォーク参加者に紹介

カ 医療費適正化額分析事業について

(ア)“元気”ウォーク参加者(群)

83 人(令和7年度実績値) 150 人(令和8年度想定人数)

(イ)“元気”ウォーク非参加者(群)

249 人(令和7年度) 450 人(令和8年度想定人数)

※対照群は、参加群の医療費額および年齢に合わせて、参加群以外の各層から無作為に抽出する。

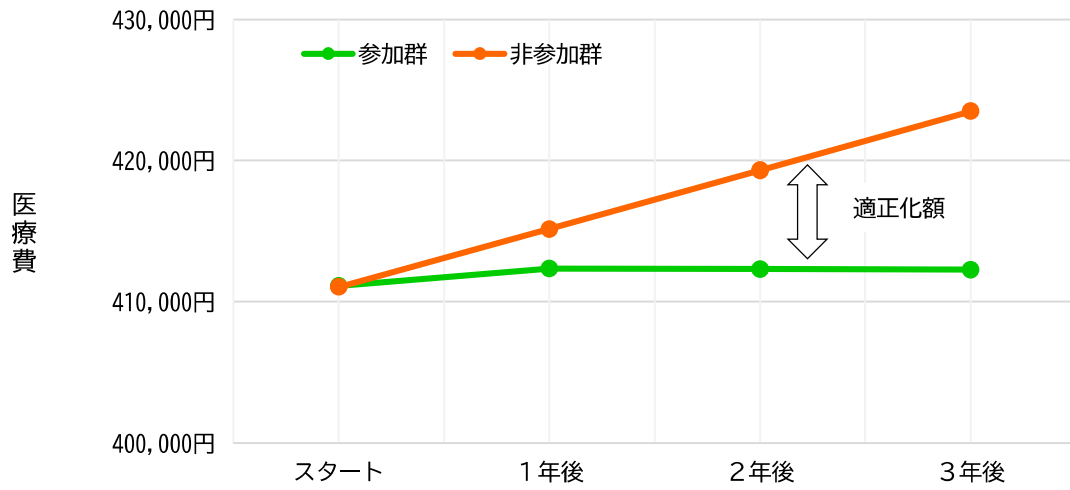
(委託事業者報告資料続き)

次年度以降のイメージについて

今後、1 年毎に医療費の縦断調査を行います。今回設定した非参加群を対象に医療費を追跡しますが、外れ値の発生や、事業参加の脱落者の発生に合わせて分析対象者の再選定を行う予定です。

す。

<イメージ>



4 その他

- ・令和8年度委員委嘱について