

# 健康寿命延伸のための成果報酬型健康増進プログラム

(RIZAP、長野県伊那市、長野県下諏訪町、福島県南相馬市、福島県田村市、福島県只見町、北海道上ノ国町、福井県南越前町、千葉県長柄町、神奈川県平塚市)

活動類型⑩その他



(出所) RIZAPホームページ

## 事例

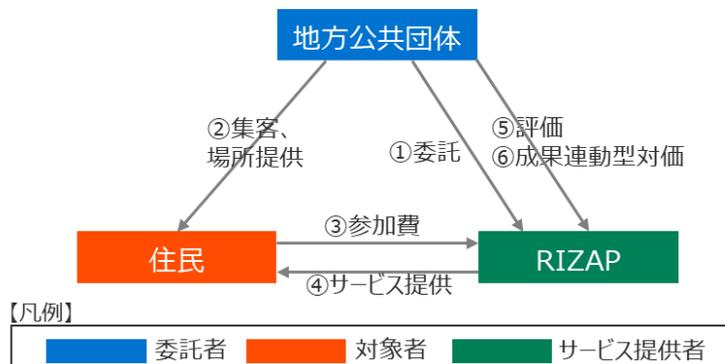
## 目指す成果

勤労世代、高齢者を中心とした住民の健康増進と、それによる医療費適正化を目指す。

## 取組背景

多くの地方公共団体で健康寿命延伸を目的とした健康講座や体操教室等が開催されているが、参加者の固定化、参加の成果が把握できず継続しないといった現状があり、無関心層の喚起や取組の継続が課題となっている。これに対して、RIZAPは「結果にコミットする」という理念に基づき、①知名度を生かし、また、名称も工夫した独自のプログラム（メタボ予防⇒ボディメイク、介護予防⇒若返り）による無関心層の取り込み、②ノウハウを用いて参加者を主体的に関与させることによる継続的な参加、③体力年齢の低下等の成果へのコミット、といった特徴を持つプログラムを地方公共団体に提供している。これまでに全国で約20の地方公共団体でプログラムを導入しており、そのうち地方公共団体のニーズに応じて9の市町でPFS(※)を活用している（令和2年2月時点）。

## 事業スキーム



対象者	メタボ予防プログラム：40～50代の住民 介護予防プログラム：60～75歳の住民
事業期間	各プログラム3カ月
成果指標	メタボ予防プログラム：5%以上の体重減少を達成した人数 介護予防プログラム：10歳以上の体力年齢の低下を達成した人数、医療費削減額
サービス内容	<ul style="list-style-type: none"><li>プログラム参加前後に対象者の体力測定を行い、株式会社THFとRIZAPが開発したRIZAP体力年齢推定式を用いて、体力年齢を算出する。</li><li>各地方公共団体の運動施設にて、器具を用いないで一人で実施可能なトレーニング（ストレッチ、足踏み運動、筋肉トレーニング等）を実施する（3カ月で全8回）。</li><li>参加者に対して栄養バランスの良い食事に関する説明を行い、参加者による3カ月間の食事内容の記録に対して、RIZAPトレーナーが週1回フィードバックを行う。</li></ul> ※メタボ予防プログラム及び介護予防プログラムの内容は同一（対象者が異なる）

## 取組効果

- 伊那市の介護予防プログラムでは、参加者の約9割が10歳以上の体力年齢低下を達成した。加えて医療費削減額も創出された。（ただし、医療費削減額の1/2が、「10歳以上の体力年齢低下」に基づいて支払われる成果連動型対価額を上回る場合に、その差額が支払われる仕組みとし、差額は発生しなかったことから、医療費削減額に基づく成果連動型対価は発生しなかった。）

(※) PFSとは、国または地方公共団体が、民間事業者等に委託等して実施させる事業のうち、その事業により解決を目指す行政課題に対応した成果指標が設定され、地方公共団体等が当該行政課題の解決のためにその事業を民間事業者等に委託等した際に支払う額等が、当該成果指標の改善状況に連動するもの。SIBとは、PFSのうち、事業に係る資金調達を金融機関等の資金提供者から行い、その返済等を成果に連動した地方公共団体からの支払額等に応じて行うもの。詳細は内閣府成果連動型民間委託契約方式ポータルサイト (<https://www8.cao.go.jp/pfs/index.html>) 参照のこと。