

【令和2年2月時点】

【令和7年1月更新】

事業名称：美馬市版 SIB ヴォルティスコンディショニングプログラム
事業概要：美馬市の「美と健康」のまちづくりを推進し、運動習慣の定着と将来的な医療費・介護給付費の適正化を目指して、徳島ヴォルティスを含む複数のサービス提供者が連携して開発したヴォルティスコンディショニングプログラム ¹ を市民に提供する。

※本事例における金額は、全て税込み表示とする。

●基本データ

地方公共団体	徳島県美馬市	
社会的課題及びその背景	美馬市では「美と健康」のまちづくりを推進している。また、高齢化の進行に伴って増加する医療費・介護給付費の適正化が課題となっている。 一方で、徳島ヴォルティスは、従来から運動習慣の定着を目的とするスポーツ教室などの地域貢献を行ってきたが、その重要性や必要性は認識しつつも、あくまでも無償の活動が中心であったため人的・経済的資源を投入することに制限があるとの問題意識があった。地域に根付くクラブチームとして、持続可能な地域貢献への取組を行いたいという思いがあり、そのためには地域貢献活動として具体的な成果とともに収益化が可能なビジネスモデルが必要であった。	
目指す成果	運動機能を改善して運動習慣の定着を図り、将来的な医療費・介護給付費の適正化を目指す。	
サービス対象者	姿勢の悪さや慢性的な痛みを感じる20歳以上の市民約1,800人（治療が必要な場合や、病気・けがで既に治療中の人、要介護（要支援）認定者は除く。）	
事業関係者	委託者	美馬市
	受託者	徳島ヴォルティス株式会社
	サービス提供者	徳島ヴォルティス株式会社、大塚製薬株式会社、株式会社 R-body、株式会社タニタヘルスリンク
	資金提供者	株式会社阿波銀行、徳島県信用保証協会
	第三者評価機関	なし ※筑波大学名誉教授の河野一郎氏がヴォルティスコンディショニングプログラム（以下「プログラム」という。）の内容を含む事業全体を監修する。
中間支援組織	株式会社日本総合研究所	

¹ 動作評価に基づいたトレーニングの指導手法をマスターした徳島ヴォルティスの普及コーチによる運動プログラムと栄養補助食品の提供、活動量等の計測を行うサービスの総称

【令和2年2月時点】

【令和7年1月更新】

サービス内容	<p>【サービスの概要】</p> <p>このプログラムは、9週間を1クールとして、1週目（初回）に身体機能などのチェックを行う。2週目～8週目には、週1回の集合プログラムと、自宅でのトレーニングなどに取り組んでもらい、9週目（最終回）に再度身体機能などのチェックを行う。また、プログラム修了から3週間後にOB・OG会を開催するとともに、運動習慣や体調、健康満足度などの状況をアンケート調査で確認している。</p> <p>【サービスの特徴】</p> <ul style="list-style-type: none">・運動面 <p>徳島ヴォルティス（Jリーグクラブ）の普及コーチが、アスリートから一般まで幅広い対象者へ提供可能なR-bodyのコンディショニングメソッド（R-conditioning）を使って市民の運動機能改善に向けたプログラムを実施する。</p> <ul style="list-style-type: none">・栄養面 <p>大塚製薬からプログラムごとに栄養情報を提供するとともに、ボディメンテゼリーの摂取や食生活等の記録を実施する。</p> <ul style="list-style-type: none">・ICT、ライフログ <p>タニタヘルスリンクのICTデバイスによる活動量のデータレコード（週1回チェック）を実施する。また、日々のライフログ、コンディショニングチェックを実施する。</p>
成果指標	運動習慣の改善度 基本チェックリスト ² の改善度（65歳以上のみ対象）
事業期間	平成31年4月～令和6年3月（5年間） 【内訳】 サービス提供期間： <ul style="list-style-type: none">・令和元年度：令和元年7月～令和2年3月・令和2年度：令和2年8月～令和3年3月・令和3年度：令和3年4月～令和4年2月・令和4年度：令和4年4月～令和5年2月・令和5年度：令和5年4月～令和5年11月 ※新型コロナの影響により、令和2年度は年間4クールのうち2クールが中止。

² 地方公共団体が介護状況を把握するために用いるリスト。25項目からなる。このうち本プログラムでは運動器の機能に関する5項目を用いる。

参考 URL : <https://www.mhlw.go.jp/topics/2007/03/dl/tp0313-1a-11.pdf>

【令和2年2月時点】

【令和7年1月更新】

		<p>※最終年度である令和6年2月～3月については、事業全体の成果のとりまとめや評価、課題検討などを行う期間として確保している。</p> <p>評価時期：</p> <ul style="list-style-type: none"> ・令和元年度：令和元年10月、12月、令和2年3月 ・令和2年度：令和2年11月、令和3年3月 ・令和3年度：令和3年7月、9月、12月、令和4年3月 ・令和4年度：令和4年6月、9月、12月、令和5年3月 ・令和5年度：令和5年6月、9月、12月 <p>支払時期：</p> <ul style="list-style-type: none"> ・令和元年度：令和2年4月 ・令和2年度：令和3年4月 ・令和3年度：令和4年4月 ・令和4年度：令和5年4月 ・令和5年度：令和6年3月
契約金額	総額	38,400千円（初年度は別途契約有）
	最低支払額	35,400千円
	成果連動支払額	<p>3,000千円（上限）</p> <p>【内訳】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・基本チェックリスト改善度：2,400千円 ・運動習慣の改善度：600千円 <p>※参加者数が目標値の3分の1に達成しなかった場合は、基本チェックリスト改善度、運動習慣の改善度に基づく成果連動支払額の上限からそれぞれ2分の1が減額される。</p>
財政効果の試算	費目	<p>医療費（運動習慣のない者が運動習慣を持つことによる削減額。市負担分）</p> <p>介護給付費（基本チェックリストにおける運動器の機能の項目5項目中3項目以上に該当する者が、5項目中2項目以下に改善することによる削減額。市負担分）</p>
	金額	<p>4,485千円 ※支払額は除いていない。</p> <p>医療費：5年間合計の参加者1,800人の中で、運動習慣のない人（720人想定）のうち6割の人（432人）が、運動習慣を持つことで運動機能が改善すると、医療費が約185千円改善する。</p> <p>介護給付費：5年間合計の参加者900人の中で、基本チェックリストにおける運動器の機能に関する項目5項目中3項目以上に該当する人（213人想定）のうち7割の人（149人）が基本チェックリストにお</p>

【令和2年2月時点】

【令和7年1月更新】

		いて5項目中2項目以下に改善すると、介護給付費が約4,300千円(市、第1号被保険者分)改善する。
国の補助の活用の有無		経済産業省平成30年度健康寿命延伸産業創出推進事業(中間支援組織の派遣) 地方創生推進交付金
債務負担行為の有無		あり(5年間)
事業者選定方法		受託者の選定に公募は実施していない。
成果実績		<ul style="list-style-type: none">・実施回数 16クール/予定18クール(478セッション/予定648セッション)・延べ参加目標者数 1,800人 ※新型コロナの影響で中止した2クール分を差し引くと1,600人・申込者数 1,407人・延べ参加者数 1,279人・実参加者数 710人・参加者の参加回数 1回:490人、2回:108人、3回:43人、4回:18人、5回以上:51人(最高:13回)・年齢区分ごとの延べ参加者数(括弧内は実人数) 20歳代:54人(32人)、30歳代:74人(54人)、40歳代:124人(86人)、50歳代:283人(151人)、60歳代:476人(241人)、70歳代243人(132人)、80歳代:25人(14人)・性別ごとの延べ参加者数(括弧内は実人数) 男性:247人(175人)、女性:1,032人(535人)・成果指標の達成状況 ①運動習慣(1日30分以上、週2回以上)のない者のうち運動習慣を持つようになった者の割合 目標:60%、達成状況:64.8% ※運動習慣のない参加者352人中、228人が運動を習慣化②基本チェックリストにおける運動機能の項目5項目中、3項目以上該当する者のうち2項目以下に改善した者の割合(65歳以上の参加者のみ) 目標:70%、達成状況:84.9% ※3項目以上該当者53人中、45人が2項目以下に改善・成果指標以外の効果測定結果 プログラム参加時とプログラム修了から3週間後にそれぞれアンケート調査を実施した結果、参加者の体調、健康満足度等の項目で有意に改善していることが確認された。

【令和2年2月時点】

【令和7年1月更新】

●事業詳細

ア 事業実施の経緯

徳島ヴォルティスは徳島県と美馬市を含む県内6市4町をホームタウンとする四国初のJリーグクラブである。発足時から、地域貢献とサポーター拡充を目的として、子供から高齢者まで幅広い世代に対してスポーツ教室等を展開している。

しかしながら、あくまでも無償の活動が中心であるため人的・経済的資源の投入に制限があるとの問題意識があった。一方、収益事業として展開するには、売上を確保できる対象(民間企業等)のみを対象とせざるを得ず、子供や高齢者等幅広い世代が参加できるという良さが失われる可能性がある。そのため、徳島ヴォルティスのスポンサーである大塚製薬とともに地方公共団体にとってメリットがある成果を創出し、それに応じた支払を得ることができるSIBであれば、収益事業化の可能性があると考え、検討を開始した。

大塚製薬及び徳島ヴォルティスは、住民の健康に貢献できるサービスを開発するとともに、SIB事業の委託者となり得る地方公共団体の探索を行った。その中で、徳島ヴォルティスのホームタウン内で最も高齢化率が高く、「美と健康」のまちづくりを推進している美馬市が強い関心を示したことで、SIB導入に向けた三者での協議を開始した。

サービス内容の詳細な検討に当たっては、平成30年度経済産業省健康寿命延伸産業創出推進事業(以下「平成30年度経済産業省事業」という。)が提供するSIB事業の個別支援として派遣された日本総合研究所を中間支援組織とし、日本総合研究所が中立的な立場で成果指標や支払条件等の設定、行政コスト削減額の試算の支援をした。

そして、美馬市と大塚製薬は、「健康増進に関する連携協定」を結び、さらに徳島ヴォルティスを含む三者で「健康増進のためのプログラムに関する覚書」を締結し、本SIB事業に取り組んだ。

予算の確保については、美馬市が、本SIB事業実施に要する費用を算定し、それを踏まえて予算額を設定した。美馬市役所内では、本SIB事業に対して、徳島ヴォルティスの活動により地域住民の健康増進がさらに期待できる点を評価し、新規事業であるものの大きな異論なく庁内の合意を得て、予算を確保することができた。また、受託者の選定においても、立ち上げ期の段階から、地元の事業者として徳島ヴォルティスが本SIB事業を行うことを前提としていたため、公募による選定は行わなかった。

イ 体制の詳細

美馬市と徳島ヴォルティスとで業務委託契約を締結した。

徳島ヴォルティスは、美馬市との業務委託契約締結を受けてから、大塚製薬とともに地元金融機関からの資金調達を目指して資金提供者の探索を行った。その結果、阿波銀行からの資金調達が実現した。美馬市からの支払の一部は成果連動であるため、成果連動支払リスク(成果が出なければ美馬市から支払がなく、調達した資金を回収できないリスク)を阿波銀行が負う。ただし、徳島ヴォルティスは徳島県信用保証協会の保証を付保しているため、仮

【令和2年2月時点】

【令和7年1月更新】

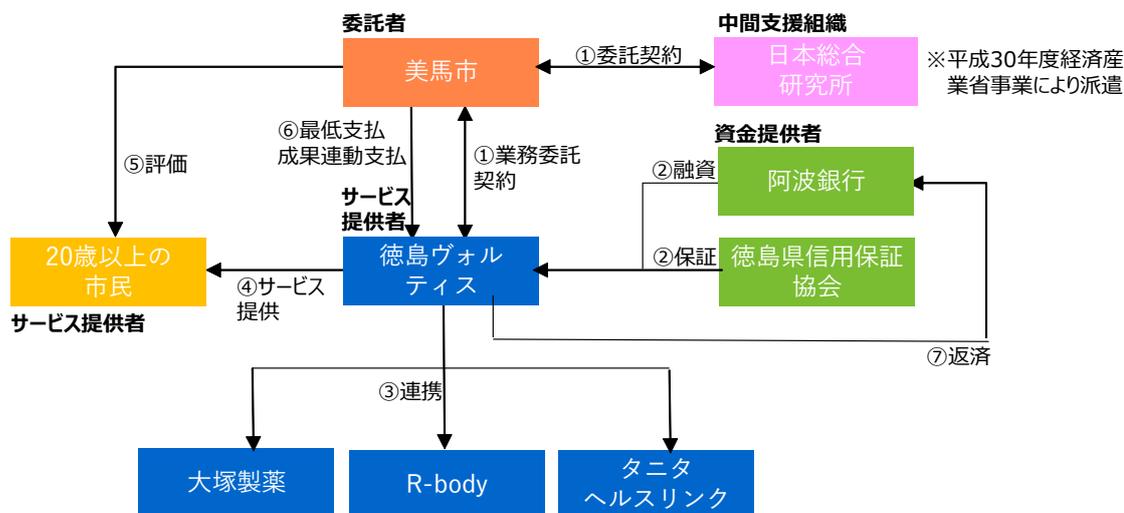
に成果連動支払がない場合は、徳島県信用保証協会が徳島ヴォルティスによる阿波銀行に対する返済の一部を負う。

徳島ヴォルティスが中心となり、プログラムを開発した後、美馬市が広報紙等で参加者を募集し、応募した対象者に徳島ヴォルティスがプログラムを提供する。プログラムは、初年度及び最終年度は、毎年3クール実施し、2～4年目は毎年4クール実施する。

事業の進捗確認について、プログラム内容に関する協議（プログラム提供が計画どおり実施されているかの確認やプログラムの提供中に発生する問題の把握、解決策の検討等）を徳島ヴォルティスをはじめ、大塚製薬、R-body、タニタヘルスリンクと美馬市で各クール終了後に行う。これとは別に、美馬市は日本総合研究所に対して、美馬市への助言とともに、成果指標や評価方法の再考の必要性の判定や、立上げ期に想定していなかった成果の探索等を委託している。

評価は、各クール終了後に美馬市が行う。支払条件の確定と最低支払及び成果連動支払は年度ごとに行う。徳島ヴォルティスは美馬市から支払われた成果連動支払額を阿波銀行への返済に充当する。

図表1 事業体制



ウ 事業スケジュール

平成30年7月から平成31年3月の約9カ月間で導入可能性調査を行った。

事業期間は、平成31年4月から令和6年3月までの5年間である。初年度及び最終年度は年間3クール設定し、クールごとに参加者を集めてプログラムを提供する。2～4年目は年間4回クール設定し、クールごとに参加者を集めてプログラムを提供する。サービス提供期間は、サービス内容等を踏まえて美馬市、大塚製薬、徳島ヴォルティス、日本総合研究所

【令和2年2月時点】

【令和7年1月更新】

で協議し、設定した。

評価は各クール終了後に美馬市が実施し、年度末に支払額を確定させる。

図表2 事業スケジュール

		平成30年度				令和元年度				令和2年度				令和3年度				令和4年度				令和5年度			
		Q1	Q2	Q3	Q4	Q1	Q2	Q3	Q4	Q1	Q2	Q3	Q4	Q1	Q2	Q3	Q4	Q1	Q2	Q3	Q4	Q1	Q2	Q3	Q4
庁内検討		■																							
導入可能性調査			■	■	■																				
契約締結						■																			
サービス提供	第1クール						■				■				■				■				■		
	第2クール							■				■				■				■				■	
	第3クール								■				■				■				■				■
	第4クール																								
評価	第1クール						■				■				■				■				■		
	第2クール							■				■				■				■				■	
	第3クール								■				■				■				■				■
	第4クール																								
	事業全体																								■
支払	最低支払										■				■				■				■		
	成果連動支払										■				■				■				■		

エ 評価手法

① 成果指標の設定

成果指標は、基本チェックリストの改善度及び運動習慣の改善度である。

基本チェックリストの改善度は、基本チェックリストの運動器の機能に係る項目の改善により、一定の介護給付費の伸びの抑制が見込めることから、美馬市、大塚製薬、徳島ヴォルティス、日本総合研究所による協議により、成果指標として設定した。運動習慣の改善度は、週2回以上、1日30分以上の運動を行っていない人が運動習慣を有することにより、一定の医療費の伸びの抑制が見込まれることから、美馬市、大塚製薬、徳島ヴォルティス、日本総合研究所による協議により、成果指標として設定した。

各成果指標の目標値は美馬市、大塚製薬、徳島ヴォルティス、日本総合研究所が協議を行って設定した。

なお、参加者数が目標値の3分の1に達しなかった場合は、基本チェックリスト改善度、運動習慣の改善度に基づく成果連動支払額の上限からそれぞれ2分の1が減額される。

【令和2年2月時点】

【令和7年1月更新】

図表3 成果指標一覧

成果指標	目標値
基本チェックリスト改善度	サービス利用者へのアンケートにより、65歳以上のプログラム参加者で、厚生労働省「介護予防マニュアル改訂版」に示された基本チェックリストにおける運動器の機能に係る5項目中、プログラム開始時に3項目以上に該当した者（以下「該当者」という。）の7割以上が、プログラム修了後に2項目以下の該当者（以下「非該当者」という。）に改善する。
運動習慣の改善度	サービス利用者へのアンケートにより、運動習慣のない者の6割以上が運動習慣を有するようになる。

（出所）美馬市提供資料

② 評価方法

本事業では第三者評価機関は設置していないが、プログラムを含む事業全体を筑波大学名誉教授の河野一郎氏が監修している。

評価は事前事後比較法³を採用した。

徳島ヴォルティスは、対象者に対して、プログラム開始前に事前アンケートと身体機能チェックを行い、プログラム開始前の運動習慣や基本チェックリストの該当状況を把握する。そして、プログラム修了3週間後に事後アンケートと身体機能の再度チェックを行い、比較することで改善度を算定する。

美馬市は算定した改善度に基づき、各クールの成果達成状況を評価した上で、各年度末に支払額を確定させる。

オ 支払条件

支払条件は、日本総合研究所提案の下、美馬市が徳島ヴォルティスと協議の上決定した。

美馬市による支払は、最低支払と成果連動支払から構成される。最低支払額の内訳は、コーチ派遣料、プログラムサポート費用、ボディメンテゼリー費用、活動量計費用等の事業実施に係る実費相当額である。

成果連動支払額は、成果指標ごとに支払基準及び支払条件を設定している。成果連動支払額は年間600千円である。美馬市の事務手続きを簡略化するために、支払は年度単位で行う。成果指標ごとの支払基準値及び支払条件は以下のとおりである。

³ 事業の実施前の値と実施後の値を比較する方法

【令和2年2月時点】

【令和7年1月更新】

図表4 支払基準

成果指標等	目標値	支払条件
プログラム参加者数 ※成果指標と位置付けていないが、成果連動の支払額の基準額に影響する。	1年目及び5年目：年間300人の1/3以上 2～4年目：年間400人の1/3以上 ※1年目、5年目はプログラムが年間3クール（各回100人参加）、2～4年目は年間4クール（各回100人参加）	各年度におけるプログラム参加者数の合計が、左記の参加者目標値を下回った場合は、成果連動支払額の基準額（介護給付費相当480千円、医療費相当120千円、計600千円）をそれぞれ2分の1に減額する。
基本チェックリスト改善度	サービス利用者へのアンケートにより、基本チェックリストの該当者の7割以上が非該当者に改善される	目標値を満たすと、成果連動支払額の8割を支払う。（目標値を満たさない場合は、達成率に応じて設定した支払率を乗じた額を支払う。）上限480千円、下限0円
運動習慣の改善度	サービス利用者へのアンケートにより、運動習慣のない者の6割以上が運動習慣を有するようになる。	目標値を満たすと、成果連動支払額の2割を支払う。（目標値を満たさない場合は、達成率に応じて設定した支払率を乗じた額を支払う。）上限120千円、下限0円

（出所）美馬市提供資料

【令和2年2月時点】

【令和7年1月更新】

図表5 支払表（基本チェックリストの改善）

業務委託料	各年度の成果連動による委託料（基本チェックリストの改善）＝各年度の成果連動による委託料（600千円）×0.8×下記の達成率による支払率							
成果指標	<p>65歳以上のプログラム参加者で、厚生労働省「介護予防マニュアル改訂版」に示された基本チェックリストにおける運動器の機能に係る次の5項目中、プログラム開始時に3項目以上に該当した者（「該当者」）のうち、プログラム修了後に2項目以下の該当に改善した者（「非該当者」）の割合が70%以上</p> <ul style="list-style-type: none"> ・階段を手すりや壁をつたわず昇っているか ・椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっているか ・15分程度続けて歩いているか ・過去1年間に転んだことがあるか ・転倒に対する不安が大きいのか 							
算出に用いる達成率	プログラム開始時「該当者」のうちプログラム修了時「非該当者」数／プログラム開始時「該当者」数（小数点以下四捨五入）							
達成率	10%未満	10～19%	20～29%	30～39%	40～49%	50～59%	60～69%	70%以上
支払率	0%	10%	20%	40%	50%	70%	90%	100%

（出所）美馬市提供資料

図表6 支払表（運動習慣の改善）

業務委託料	各年度の成果連動による委託料（運動習慣の改善）＝各年度の成果連動による委託料（600千円）×0.2×下記の達成率による支払率							
成果指標	プログラム開始時に運動習慣（1日30分以上、週2回以上の運動習慣）のなかった参加者のうち、プログラム修了後に運動習慣を持つようになった者の割合が60%以上							
算出に用いる達成率	プログラム開始時に運動習慣のなかった参加者のうちプログラム修了後に運動習慣を持つようになった参加者数／プログラム開始時に運動習慣のなかった参加者数（小数点以下四捨五入）							
達成率	10%未満	10～19%	20～29%	30～39%	40～49%	50～59%	60%以上	
支払率	0%	10%	30%	50%	70%	90%	100%	

（出所）美馬市提供資料

【令和2年2月時点】

【令和7年1月更新】

図表7 支払額内訳

		令和 元年度	令和 2年度	令和 3年度	令和 4年度	令和 5年度	合計
成果連 動支払 額 ※上限	基本チェ ックリス ト改善度	480 千円	480 千円	480 千円	480 千円	480 千円	2,400 千円
	運動習慣 の改善度	120 千円	120 千円	120 千円	120 千円	120 千円	600 千円
最低支払額		9,000 千円	6,900 千円	6,900 千円	6,900 千円	5,700 千円	35,400 千円
合計		9,600 千円	7,500 千円	7,500 千円	7,500 千円	6,300 千円	38,400 千円

※参加者数が目標値の3分の1に達しなかった場合は、基本チェックリスト改善度及び運動習慣の改善度に基づく成果連動支払額の上限からそれぞれ2分の1が減額される。

カ 中間支援組織の役割

中間支援組織である日本総合研究所は、立上げ期に導入可能性調査を、サービス提供期に美馬市への助言や事業期間中発生する可能性のある様々な課題検討（成果連動支払を対外的に説明する方法、財政効果の試算結果の検証等）を担うとともに、中間評価において美馬市への支援を行った。

立上げ期の導入可能性調査の具体的な内容は、成果指標の素案作成、行政コスト削減額の試算、支払条件の素案作成等である。

プログラム提供期は、前述のとおり美馬市に対するSIBに関する助言のほか、成果連動支払を対外的に説明する方法、財政効果の試算結果の検証、さらにはプログラム提供の状況に応じた成果指標や評価方法の再検討、立上げ期に想定していなかった成果の把握等である。また、美馬市が中間評価を行う際に必要な助言を行った。

キ 評価結果

本事業のプログラム参加者数は図表8、成果指標の達成状況は図表9及び10のとおりである。

図表8 プログラム参加者数

	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	総計
延べ人数	267人	131人	259人	331人	291人	1,279人
実人数	264人	116人	153人	117人	60人	710人

(出所) 美馬市提供資料

【令和2年2月時点】

【令和7年1月更新】

図表9 基本チェックリスト改善度の達成状況

	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	総計
A:介護予防 マニュアル 基本チェッ クリスト3 項目以上該 当者(事前)	16人	11人	10人	13人	3人	53人
B:Aのうち、 2項目以下 該当者 (事後)	16人	9人	9人	9人	2人	45人
実績値 (B/A)	100%	81.8%	90.0%	69.2%	66.7%	84.9%
成果連動 支払額	480,000円	480,000円	480,000円	432,000円	432,000円	2,304,000円

(出所) 美馬市提供資料

図表10 運動習慣の改善度の達成状況

	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	総計
A:運動習慣 のない者の 数(事前)	91人	64人	90人	76人	31人	352人
B:Aのうち、 運動習慣を 持つように なった者の 数(事後)	53人	42人	59人	49人	25人	228人
実績値 (B/A)	58.2%	65.6%	65.6%	64.5%	80.6%	64.8%
成果連動 支払額	108,000円	120,000円	120,000円	120,000円	120,000円	588,000円

(出所) 美馬市提供資料

プログラム参加者数は、5年間総計で延べ1,279人(リピーターを除く実人数では710人)であった。当初の目標は1,800人であったが、新型コロナウイルス感染症の影響で2ク

【令和2年2月時点】

【令和7年1月更新】

ール分のプログラムが中止になった。1クールの目標が100人であったので、2クール分を引くと目標人数は1,600人となる。コロナ禍では、集合プログラムの実施が困難であったものの、徳島ヴォルティスがプログラムの動画を制作し、YouTube上で公開する形式で参加者に視聴してもらい、運動習慣の継続に努めた。

参加者は日常的に運動している訳ではないが、「健康のために何かしなければいけない」と感じている層が多く参加してくれたと感じている。これは、市の事業でプロスポーツクラブのコーチが教えてくれるということの影響が大きかったと考える。参加者は女性が全体の3/4を占め、年齢層は60歳代、50歳代、70歳代の順に多かった。プログラムは、徳島ヴォルティスのホームゲームがある日は避け、土曜日・日曜日コースと木曜日コースを実施した。土・日曜日の方が参加者が多いのではないかと考えられたが、実際には平日コースの方が枠が埋まるのが早かった。リピーターは最も多い人で16クール中13クール参加した人がいた。5クール以上参加した人が51人であった。これらの人の中には自分たちのグループを作って一緒に参加をしている人もいた。

「チェックリストに基づく介護度の改善度」については、令和4年度と令和5年度に目標値70%を下回ったが、5年間トータルでは84.9%となった。

「運動習慣の改善度」については、初年度の令和元年度以外は目標値60%以上を達成しており、5年間トータルでも64.8%となった。

その他に、定性的な効果として、参加者から以下のような効果が報告されている。

- ・草抜き等の作業が苦にならなくなった。気になっていた姿勢の悪さも改善傾向である。
- ・下半身のしびれ等の座骨神経痛に悩んでいたが、プログラムを通じて改善された。
- ・自分の身体の衰えがよく分かった。知らないうちに関節が硬くなっていたり、関節の可動域も狭くなっていたりすることに気付くことができた。

これまでの成果を踏まえて、令和6年度からは、コンディショニングの裾野を更に広げるため、コンディショニングに関する一段高いレベルの知識や技術を身につけた市民を市が「コンディショニングエキスパート」として養成・認定する取組を始動した。令和6年12月時点で、60名のコンディショニングエキスパートを認定している。また、新たに招聘した、コンディショニングコーチの資格を有する地域おこし協力隊が「コンディショニングエキスパート」と一緒に、市内各地で「コンディショニング教室」を開催し、幅広い市民にコンディショニングの普及を図っている。

こうした取組を通じて、市民それぞれのライフステージにおいて最高の能力が発揮できる状態（ライフパフォーマンスの向上）を目指していきたい。