

「ヘルス・データ活用による健康増進に係る取組についての評価基準」取組事例について

◆歩数管理アプリ等の登録者数増加やアプリ参加者の平均歩数増加のために実施した取組

【取組①】ALKOOマイレージ坂戸市民限定大抽選会

- ・実施時期：令和6年10月1日～10月31日
- ・対象者：坂戸市内に住民登録のある方、「コバトンALKOOマイレージ」へ参加中の方
- ・取組内容：各賞の条件を満たした参加者の中から抽選で、賞品が当選する。
  - 賞：(1) めざせ8,000歩賞 120名
    - 条件：令和6年10月の1か月間の1日平均歩数が8,000歩に達した方
    - 賞品：坂戸街おこし応援券
  - (2) Let's5,000歩賞 30名
    - 条件：令和6年10月の1か月間の1日平均歩数が5,000歩に達した方
    - ※10月の1か月の1日平均歩数が8,000歩未満の方が対象
    - 賞品：企業からの協賛品
- ・結果/効果：当選者 150名
  - 事業参加者 1,502名
  - 抽選対象者（抽選条件を満たした方）
    - (1) めざせ8,000歩賞 451名
    - (2) Let's5,000歩賞 327名
- ・平均歩数については、抽選会を開催することで歩く頻度が「増えた」と「少し増えた」と回答した方が全体の64%となり、歩く意識が向上したことが見られる。また、月別の平均歩数については、4月～9月の6か月間の平均歩数と比較すると、10月の平均歩数は762歩増加した。
- ・新規参加者数については、4月～6月の6か月間の平均値に対して、広報やSNS等で周知を開始した9月から参加者数の増加が見られた。

【取組②】コバトンALKOOマイレージ参加者限定 楽しく健康チャレンジ講座

- ・実施時期：令和6年10月11日、10月18日
- ・対象者：坂戸市内に住民登録のある方、「コバトンALKOOマイレージ」へ参加中の方
- ・取組内容：第1部 快眠セミナー
  - 講師：一般財団法人 明治安田健康開発財団 健康増進支援センター 専門スタッフ 林久美子氏
- 第2部 ラジオ体操で健康づくり
  - 講師：女子栄養大学 実践運動方法学研究室講師 鈴木大輔氏
- ・結果/効果：新規参加者数については、4月～6月の6か月間の平均値に対して、SNSやチラシ等で周知を開始した9月から参加者数の増加が見られた。

◆歩数管理アプリ等に関連した健康増進事業の中で感じた課題

- ・20代、30代のアプリ登録者数が少ないため、若い世代の参加者を増やすことが課題にあがっている。