

## 市町村健康増進計画等の推進に係る取組について（R4年度）

市町村名	延岡市
事業名	のべおか健康マイレージ事業
対象者	次の対象者のうち該当するものの□に✓をしてください。「その他」については、内容をお答えください。（複数回答可）
1 住民全体	<input checked="" type="checkbox"/>
2 出生～児童・青年の世代	<input type="checkbox"/>
3 働く世代	<input type="checkbox"/>
4 高齢期	<input type="checkbox"/>
5 その他	<input checked="" type="checkbox"/>
その他の内容 スマートフォンを持たれている人であれば、延岡市民でなくとも参加できる	
事業概要	<p>延岡市と延岡市健康長寿推進市民会議は、皆が健康を維持することで地域医療の体制を守ることを目的として、平成23年度より「健康長寿のまちづくり市民運動」に取り組んでおり、その活動の一つとして、同年度より紙形式による「のべおか健康長寿ポイント」を実施し、通年で60,000枚前後を発行し、6,000通前後のご応募をいただいている。</p> <p>しかしながら、応募者の7割超が高齢者であることから、現役世代にもさらに健康づくりに取り組んでいただくきっかけ作りとして、スマートフォンのアプリによる「のべおか健康マイレージ」制度を令和3年6月よりスタートした。</p> <p>のべおか健康マイレージは、歩いたり記録したりすることでポイントを貯めて、健康になりながらお得に利用できる延岡市の公式アプリである。貯めたポイントは、延岡市の地域ポイントアプリ「のべおかCOIN」と連携し1ポイント＝1円として、市内の加盟店でお買い物に利用することができる。</p> <p>ホーム画面は、市内の風景写真やのぼるくんの可愛いイラストでデザインされており、ランキング機能やヴァーチャルウォーキング機能など、楽しく利用いただけるコンテンツを複数実装している。</p> <p>また、「のべおか健康マイレージアプリ」は、「記録」機能が充実しており、従来の機能として多く利用されている体重・血圧・健診/検診の記録に加えて、体温の記録機能や、月経周期が記録できるビューティー機能等を備えている。</p> <p>本アプリは、「みんなが少しずつ健康的な生活習慣になり、健康を維持することで、医療従事者の負担を減らし、延岡市の地域医療の体制を守る」という目的のもと開発した。</p> <p>多くの方に楽しみながら活用いただくことで、健康増進と地域の活性化を目指している。</p>
参加者数	約16,300人（R6.1.15現在）
事業予算	14,810千円（R5当初予算額）

## 事業効果等

- 登録者の状況について
  - ・登録者のうち、20～50代の現役世代の割合は70%となっている。
  - ・特に40代・50代の登録が多くなっており、健康づくりへの関心が高くなっていくことが窺える。
  - ・全人口比では14%弱の参加率となっており、18～79歳の人口比では19%の参加率となっている。そのため、非常に浸透してきている状況となっている。
  - ・一般的な自治体の健康アプリの登録数は人口の2%前後が多いため、のべおか健康マイレージはかなり登録が多いアプリとなっている。
  - ・アプリの月ごとの登録者数は300名前後で安定していたが、今年度の後半からWeb広告を実施するなど、広報・広告業務を強化しており、その結果として10月以降の登録数は2,800名ほどと、急増している。
- アプリの利用率について
  - ・登録者のうち、53%の人が月に1度はアプリを開いている。
  - ・日常的な利用をめざすアプリの場合、DAU/MAUは10～20%くらいが標準的な数値のようであるので、49%であるのべおか健康マイレージは、非常によく使われている傾向にある。
- 今後、簡易な食生活記録の機能を追加する予定となっている。  
また、4ヶ所のチェックポイントを踏破するとポイントがもらえるリアルウォークコースを4コース追加予定であり、市内の各地域を網羅する予定となっている。

## 課題等

- まとめと今後の展開について
  1. のべおか健康マイレージアプリは、主に現役世代に利用されている。
  2. 健康に関心のある人の利用が多く、関心があまりない人たちにも一定の割合で利用されている。
  3. アプリを始めたきっかけは、広報・宣伝よりも、口コミの方が多い。
  4. 半数程度の方に継続的に利用され、利用することで健康関心度は上昇する。

このようなことを踏まえると、健康に関心が低い人をさらにアプリに呼び込むことで、健康への意識・行動の改善が期待される。口コミによって利用は拡大されているが、職域への案内を行っていくことで、現役世代の健康への関心が薄い層を引き入れ、アプリの効果的な活用を進めていく必要がある。

## 写真・グラフ等