

「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】

- ・取組名 : ヴァーチャルウォークラリー
- ・実施時期 : 令和7年11月～12月
- ・対象者 : 18歳以上の市民および在勤者で健康管理アプリを利用している方
- ・内容 :
 - ◇アプリ内で行う期間限定イベント。アプリ内の歩数が蓄積されることにより、アプリ上に設定されたスポットが進み、仮想的にウォークラリーを楽しむことができる。
 - ◇一般市民は個人単位で、企業や団体所属者は個人単位のほか、チーム対抗戦も楽しむことができる。
 - ◇参加者の中から抽選で500円分のデジタルギフトをプレゼント。
- ・結果/効果 :
 - ◇登録者数 通常月に比べ、新規登録者数が3倍以上(取組②の効果と重なる)
 - ◇健康行動 期間中は、男女ともに平均歩数がそれぞれ1,000歩増える
健康行動を実施した方(1,000ポイント達成者)の割合が、通常月比6～7%増加

【取組②】

- ・取組名 : 全員デジタルギフトプレゼント
- ・実施時期 : 令和7年10月
- ・対象者 : 10月中にアプリ内ポイントを1,000ポイント以上貯めた市民
- ・取組内容 :
 - ◇10月中にアプリ内ポイントを1,000ポイント以上貯めた市民全員に、500円分のデジタルギフトをプレゼント。
 - ◇通常月は、1,000ポイント達成者の中から4人に1人の確率で300円分のデジタルギフトをプレゼントしているため、「当選確率」、「金額」が共にアップする。
- ・結果/効果 :
 - ◇登録者数 通常月に比べ、新規登録者数が3倍以上増加
 - ◇健康行動 健康行動を実施した方(1,000ポイント達成者)の割合が、前月比6%増加

【取組③】

- ・取組名 : 企業訪問(職域連携)
- ・実施時期 : 令和7年9～10月
- ・対象 : 市内に所在する企業
- ・取組内容 :
 - ◇取組み①、②のイベント開催前に企業を訪問し、健康管理アプリの紹介と併せて双方の健康に関する情報交換を行う。
- ・結果/効果 :
 - ◇登録者数 登録者の中でも働き世代の獲得につながった

◆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等

- ・働き世代の利用者の割合が、全体の割合に比べると少ない。
- ・健康アプリは個人が好きな時間、場所で利用できるため、健康意識が比較的高い方が利用を継続している。一方で、元々運動習慣が無い方や、一人では継続することが困難な方の運動機会の提供として、参集型の運動教室を実施している。メインターゲットとしている働き世代の参加者を取り込むため、夜間開催や託児を設けるなどの工夫を行っている。今後は「健康意識がそれほど高くない働き世代の参加者」の参加者を増やすためのアプローチ、開催方法を検討していく必要があると考える。