

## 令和4年度第1回いきいき健康プランにっしん21推進委員会 次第

日 時 令和4年7月28日(木) 午後2時から  
会 場 日進市保健センター2階会議室

### 1 あいさつ

### 2 議題

(1) 委員長・副委員長の選出について

(2) 令和3年度事業実施状況について【資料No. 1-1、1-2】

(3) 令和4年度事業実施計画について【資料No. 2-1、2-2】

(4) その他

次回予定 令和5年3月13日(月) 午後2時から

## 令和4年度いきいき健康プランにつしん21推進委員会 委員名簿

	種別	所属	氏名
1	学識経験を有する者	愛知学院大学心身科学部健康科学科 教授	伊藤 高行
2	学識経験を有する者	保健師	大須賀 恵子
3	各種団体の代表者	東名古屋医師会 日進支部代表者	石山 雅美
4	各種団体の代表者	愛豊歯科医師会 日進支部代表者	大矢 健司
5	各種団体の代表者	日進市薬剤師会 代表者	荒川 正規
6	各種団体の代表者	荒川工業株式会社 代表者	今村 慎吾
7	各種団体の代表者	日進市商工会 代表者	鈴木 英雄
8	各種団体の代表者	日進市食生活改善推進委員会 代表者	久野 理加
9	各種団体の代表者	日進市運動普及推進委員会 代表者	中條 和代
10	各種団体の代表者	日進市レクリエーション協会 代表者	高藤 幸枝
11	各種団体の代表者	日進市老人クラブ連合会 代表者	大下倉 太郎
12	各種団体の代表者	日進市立日進西中学校 養護教諭	鐘ヶ江 広子
13	各種団体の代表者	愛知県瀬戸保健所 健康支援課長	原口 浩美
14	各種団体の代表者	尾三消防本部日進消防署 副署長	近藤 晃
15	各種団体の代表者	ほっとカフェ12にここ	萩野 ミドリ
16	公募の市民		不破 高保
17	公募の市民		山本 信子

(事務局)

日進市 健康福祉部 健康課 (保健センター)

健康福祉部	部長	川本 賀津三
	参事	伊東 あゆみ
健康課	課長	松浦 理早
	主幹	小川 まゆみ
	課長補佐	堀尾 順一
	課長補佐	藤井 明子
保健企画係	係長	海野 享子
	主査	木村 千春
	主事	八木 佳紀
	管理栄養士	出雲 絵梨奈

取組課題		目標とポイント	R3 実施状況	
基本方針1 生活習慣病の発症と重症化を防ごう！	重点 1 がん	【目標】 ・定期的に健（検）診を受け、生活習慣を改善し、健康を管理する  ・症状の進展や合併症など、病気の重症化を予防する	1 がん検診プロジェクト (1) がん検診受診勧奨のための啓発物品の作成・配布 ア 集団がん検診の乳がん検診受診者に浴室にて使用できるパンフレットの配布 イ がん検診に関するヘルピー健康だよりの作成・配布 成人事業の他、乳幼児健診通知時にも同封 (2) 30代さわやか健診受診券送付時にがん検診受診券を同封（※） (3) がん征圧月間等にあわせ大腸がんについての情報を記載したトイレトペーパーを公共施設のトイレ個室内に設置、またポスターも適時掲示 (4) 公用車に受診勧奨マグネットを設置 (5) 広報にっしん「健やかにつしん通信」での記事掲載 (6) 市民が多く集う場所への啓発物品設置依頼  (7) がん検診の実施 ア 集団がん検診 年20回実施 イ 国保特定健診と同時実施 計9日 ウ 個別がん検診 令和3年6月から11月まで 受託医療機関数35施設 (8) 40歳以上のがん検診対象者及び節目年齢対象者全員にがん検診等受診券を送付 (9) 節目年齢者の料金半額制度を実施 (10) 全国健康保険協会（協会けんぽ）愛知支部の個別通知時にがん検診市内実施医療機関案内を掲載 (11) 第一生命と協力し、がん検診に関するチラシの配布 (12) デジタルサイネージに表示	
	重点 2 循環器疾患 (血圧・脂質異常症)	【ポイント】 ・若い世代を含めたポピュレーションアプローチ ・早期発見・早期治療	1 30代さわやか健診実施（個別方式に変更） 2 特定保健指導の実施 3 特定健診等健診受診率向上にむけた取り組み	4 生活習慣病予防
	重点 3 糖尿病	・健（検）診受診率の向上 ・重症化の予防 ・関係機関との連携	1 30代さわやか健診実施（個別方式に変更） 2 特定保健指導の実施 3 特定健診等健診受診率向上にむけた取り組み	4 重症化予防対策事業（保険年金課と共同実施） (1) 糖尿病重症化予防検討会 (2) 糖尿病コントロール不良者への保健指導の実施
	その他		1 低栄養リスク者への、健康教育や訪問指導（高齢者の保健事業と介護予防事業の一体的事業）（保険年金課と共同実施）（※） 2 重複・頻回受診者訪問（保険年金課と共同実施）	3 健康講演会の開催「健康長寿のためのフレイル予防」
基本方針2 健康な生活習慣を実践しよう！	重点 1 栄養・食生活	【目標】 適切な量と質の食習慣を身につけ、実践する  【ポイント】 ・適切な量と質の食習慣の普及啓発 ・野菜摂取量の増加 ・食育の推進	1 野菜をとろうキャンペーン (1) 野菜摂取リーフレット配布 配布数 約2,200部 幼児健診（1歳半・3歳児健診）、老人クラブ等で配布 (2) 広報にっしん「健やかにつしん通信」での記事掲載 2 食育推進協力店登録依頼と周知 2店舗登録（瀬戸保健所共催） 3 ヘルピー健康だより「魚を食べていますか？」 （名古屋学芸大学）大学連携協働事業の配布（大学・乳幼児保護者・企業等） 4 おやつについてのリーフレットを幼児健診（1歳半・3歳児健診）受診者に配布  5 幼児食教室1回開催 6 保育園プチ食育講座実施 7 保育園出前講座（食改委託） 8 食生活改善推進員育成 9 通いの場や老人クラブでフレイル予防、低栄養リスク者へ栄養講話実施（高齢者の保健事業と介護予防事業の一体的事業等）（※） 10 食育チラシとレシピの配布（幼児、がん検診、企業）（食改委託） 11 親子健康手帳（母子健康手帳）発行時に食事の基本を掲載した葉を配布	
	重点 2 身体活動・運動	【目標】 体を動かす習慣をつくる  【ポイント】 ・体を動かす習慣をつくる（プラス10の啓発） ・にっしん体操のより一層の啓発 ・ウォーキングの推進	1 体操スポット立ち上げ支援事業 2か所 2 体操スポット活動支援 29か所（年度内 新規立ち上げ2か所を含む） 3 市ホームページ・広報等でのにっしん体操など体操効果等の周知の継続 (1) 市ホームページでのにっしん体操の紹介及び動画掲載 (2) 「健やかにつしん通信」でのにっしん体操スポット記事掲載 4 保育園出前講座・サロン等でのにっしん体操の実施 (1) 保育園出前講座 13園 (2) 出前講座、講習会、各種イベントでの普及継続 のべ321回 のべ6,487名参加	5 ヘルピーストレッチの周知・普及（動画配信、DVD配布、「心にも作用するストレッチ」動画作成（※）） 6 ウォーキングマップ推進事業 (1) ヘルピーウォーキングマップ増刷（3コース） (2) 「健やかにつしん通信」での記事掲載 7 老人クラブ健康教室（オールフレイル予防教室）でフレイル啓発（保険年金課と共同事業）（※）18回338人 8 フレイルに関するパンフレットを作成し広報誌折込で全戸配布（※） 9 運動普及推進員養成・育成 養成15人終了
	3 休養・心の健康づくり	【目標】 ストレスと上手につきあう  【ポイント】 ・こころの健康の啓発活動 ・睡眠や休養についての知識普及啓発	1 こころの健康啓発 (1) 「こころがホッとする言葉」の周知 保健センター封筒への掲載 (2) こころが元気になる歌詞を盛り込んだにっしん体操の普及 (3) 「健やかにつしん通信」での記事掲載 (4) 「心にも作用するストレッチ」動画作成（※）【再掲】 (5) ヘルピー健康だより「心にも作用するストレッチ」作成（※）	(6) こころの健康講演会の開催 (7) 厚生労働省『働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」』を市ホームページ外部リンク掲載 (8) 親子健康手帳（母子健康手帳）交付時にメンタルヘルスケアの啓発

取組課題		目標とポイント	R3 実施状況
基本方針2 健康な生活習慣を実践しよう！	4 たばこ	【目標】 吸わない、吸われない環境をつくる  【ポイント】 ・たばこの健康影響知識の普及啓発 ・受動喫煙防止対策の推進	1 健康増進法一部改正に伴う「受動喫煙防止対策」周知（市役所等公共施設敷地内全面禁煙実施） 2 啓発（広報誌等での周知） (1) 禁煙体験談の募集・作成 ア 募集チラシ配布 イ 禁煙体験談集の配布（保健センター窓口）
	5 アルコール	【目標】 適度な飲酒でアルコールと上手につきあう  【ポイント】 ・多量飲酒予防・妊婦の飲酒予防 ・他分野（心・栄養）に関連付けたアプローチ	1 啓発活動 (1) マタニティ教室での情報提供 (2) ヘルピー健康だより「アルコールとの付き合い方」の配布 (3) アルコール関連問題啓発週間にあわせ、適酒量模型及びリーフレットの設置
	6 歯の健康	【目標】 自分の歯で、おいしく食べて健口に過ごす  【ポイント】 ・歯と口腔の健康知識の普及啓発 ・定期健診受診の動機づけ	1 歯科健診事業 (1) 妊産婦歯科健診 (2) 成人歯周病検診 節目成人歯周病検診対象者へ検診受診券送付 (3) 1歳半児、2歳児、3歳児歯科健診 2 受診勧奨実施 節目成人歯周病検診未受診者へ受診勧奨通知送付 送付数 8,033通 3 8020・日進8820運動表彰（ <b>愛豊歯科医師会日進支部</b> と共催） 表彰者数 231名（8820表彰 39名・8020表彰 192名、うち同時表彰 4名）
基本方針3 健康を支える社会環境を実現しよう！	重点 1 健康を支え、守るための環境づくり	【目標】 協働により支え合い、健康づくり活動を実践している  【ポイント】 ・健康づくりを行う仲間づくりの推進（つどいの場プロジェクト等との連携） ・地域で健康づくりに積極的に参加する実践者の育成	1 体操スポット立ち上げ支援事業【再掲】 2 体操スポット活動支援【再掲】 3 体操講習会（指導者養成講座）開催 4 健康づくり市民サポーター事業 登録数 団体3団体 個人684名 5 「健やかにっしん宣言」周知 (1) 健康施策を市民へ周知し本計画を推進 (2) 市職員名札に「健やかにっしん宣言」の文言を掲載 6 にっしん健康マイレージ事業の実施 まいかカード発行885枚 チャレンジシート配布数5,320部 職域対象とした制度の周知・参加勧奨 <b>第一生命</b> と協したチャレンジシートの配布 <b>愛知県との連携による健康アプリ導入とその周知普及</b> （※） 協賛品の募集（2社） 7 健康づくりマスコットキャラクター「ヘルピー」の周知 (1) 健康課作成の通知、チラシ、封筒への「ヘルピー」使用
	その他必要な取組課題	1 健やか親子・母子保健	【目標】 子どもをみんなで守り育てる  【ポイント】 ・妊娠期から子育て期までの切れ目のない支援
	2 安全 (事故防止対策等)	【目標】 命を守る方法を知り、行動ができる  【ポイント】 ・命を守る知識の普及啓発	1 出前講座にて高齢者に転倒予防を啓発 2 事故防止対策の啓発 (1) 乳幼児健診等での情報提供 計64回 (2) 「健やかにっしん通信」での子どもの事故予防記事掲載【再掲】
計画進行管理			1 推進委員会 第1回：令和3年7月15日(木) 第2回：令和4年3月17日(木) ※新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、オンライン方式を併用  2 ワーキンググループ研究会 第1回：令和3年6月 書面開催 第2回：令和3年2月 書面開催 テーマ「歯と口腔の健康づくりの取組について」

## 令和3年度「いきいき健康プランにっしん21」推進事業 実施状況

## 【令和3年度健康・福祉フェスティバル】

新型コロナウイルス感染症対策のため中止

## 【令和3年度ヘルピー健康だより配布数】

No.	内容	部数	配布先	時期
1	がん検診	32,960部	節目がん検診通知	5月
2	女性のがん (子宮がん・乳がん)	1,808部	乳幼児健診案内通知	毎月
3	アルコール	10部	保健センターなど	通年
4	ヘルピーウォーキングマップ	300部	市役所など	通年
5	たばこ	10部	保健センターなど	通年
6	朝食摂取	100部	健診など	通年
7	栄養成分表示	100部	健診など	通年
8	野菜摂取	100部	健診など	通年
9	地産地消	500部	健診、企業など	通年
10	バランスのよい食事	1,130部	企業、運動普及推進員、健診・教室など	通年
11	食事量・バランス	630部	企業、運動普及推進員、健診・教室など	通年
12	食品ロス	8,222部	特定健診・がん検診受診者、保育園、幼稚園、成人式、企業、食生活改善推進員、運動普及推進員、健診・教室など	通年
13	魚を食べていますか？ (※)	6,670部	市内大学、健康づくり市民サポーター	3月
14	歯周病予防	8,033部	成人歯周病検診勧奨通知	10月
15	歯科	10,766部	成人歯周病検診通知	4月

※今年度作成したもの

## 【令和3年度 広報にっしん「健やかにっしん通信」掲載内容】

号数	内容
4月号	にっしん健康マイレージ、風しん・高齢者肺炎球菌予防接種
5月号	禁煙週間
6月号	熱中症予防
7月号	ヘルピーストレッチ
8月号	産後ケア

9月号	がん検診、食生活改善普及運動・健康増進普及月間
10月号	高齢者インフルエンザ予防接種、30代さわやか健診
11月号	子どもの事故防止
12月号	成人歯科検診、オーラルフレイル
1月号	元気クラブ同好会、冬場の感染症
2月号	ヘルピーウォーキングマップ・健康マイレージ
3月号	にしん体操・体操スポット

### 【令和3年度 にしん体操普及活動】

月	回数	参加人数
4月	36回	590人
5月	11回	182人
6月	20回	332人
7月	43回	834人
8月	29回	502人
9月	3回	35人
10月	55回	1,370人
11月	58回	1,529人
12月	42回	1,039人
1月	23回	587人
2月	32回	736人
3月	29回	599人
合計	381回	8,335人

主な事業名
<ul style="list-style-type: none"> <li>・にしん体操スポット</li> <li>・保育園出前講習会</li> <li>・コミュニティサロン、地域サロン</li> <li>・老人クラブ健康教育</li> <li>・運動普及推進員養成講座</li> </ul> 他

### 【令和3年度 ヘルピー着ぐるみ稼働状況】

月	稼働日数	対象者数
8月	1日	1,000人
10月	5日	5,380人
11月	5日	480人
12月	4日	740人
1月	1日	50人
3月	0日	0人
合計	16日	7,650人

主な事業名
<ul style="list-style-type: none"> <li>・保育園出前講習会</li> <li>・がん教育教材ビデオ撮影、保健委員会活動「けがゼロにこここ週間」(南小学校)</li> <li>・手洗い指導(竹の山小学校)</li> </ul> 他

取組課題		ポイント	令和4年	現時点での方針
基本方針1 生活習慣病の発症と重症化を防ごう！	重点1 がん	<ul style="list-style-type: none"> <li>若い世代を含めたポピュレーションアプローチ</li> <li>早期発見・早期治療</li> <li>健(検)診受診率の向上</li> <li>重症化の予防</li> <li>関係機関との連携</li> <li>がん患者の療養生活の質の向上</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>がん検診プロジェクト                             <ul style="list-style-type: none"> <li>大腸がんの情報を記載したトイレトペーパー等の設置</li> <li>協会けんぽ被扶養者への案内通知依頼</li> <li>企業と協力し、がん検診に関するチラシの配布</li> <li>40歳以上及び節目年齢者にがん検診等受診券を送付</li> </ul> </li> <li>重症化予防対策事業                             <ul style="list-style-type: none"> <li>受診勧奨訪問・電話</li> <li>糖尿病コントロール不良者への保健指導の実施</li> </ul> </li> <li>がん患者の就労や社会参加の支援(※)</li> </ul>	中間評価の結果を踏まえ、その年に応じたがん検診プロジェクトを実施し、受診意欲の向上をはかる
	重点2 循環器疾患			地域の状況に応じた取組の実施
	重点3 糖尿病			受診日当日の指導や事後指導の積極的な取組を実施して受診率の向上を図る。
基本方針2 健康な生活習慣を実践しよう！	重点1 栄養・食生活	<ul style="list-style-type: none"> <li>適切な量と質の食習慣の普及啓発</li> <li>野菜摂取量の増加</li> <li>食育の推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>野菜をとうろくキャンペーン</li> <li>「主食・主菜・副菜を組み合わせるとバランスよく！」を周知啓発</li> <li>おやつの内容や量を周知するリーフレットを幼児健診で配布</li> <li>ヘルピー健康だより配布(大学連携協働事業)</li> <li>プチ食育講座(幼児)</li> <li>高齢者のフレイル・低栄養予防</li> <li>親子健康手帳(母子健康手帳)発行時に食育菜を配布</li> <li>食育推進協力店登録の勧奨</li> <li>保育園出前講座、レシピの配布、各種料理教室(食改委託事業)</li> </ul>	その年に応じた栄養課題に対する事業の実施
	重点2 身体活動 ・運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>体を動かす習慣をつくる(プラス10の啓発)</li> <li>にしん体操・ヘルピーストレッチの普及啓発</li> <li>ウォーキングの推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>体操スポット支援事業(新規・継続)</li> <li>幼稚園出前講習会・サロン等での実施</li> <li>現行のウォーキングマップ普及及び周知</li> <li>ヘルピーストレッチ音声解説CD・DVDを活用した普及啓発</li> <li>ヘルピー健康だより配布</li> <li>高齢者のフレイル予防</li> </ul>	にしん体操スポットを増やし、体操できる環境づくりを継続 身体活動・運動の必要性を認知し実践する市民を増加させていく働きかけ その年に応じた、ウォーキングマップを活用したウォーキング推進事業を実施
	3 休養・心の健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>こころの健康の啓発活動</li> <li>睡眠や休養についての知識普及啓発</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>こころの健康啓発</li> <li>こころの健康講演会</li> <li>親子健康手帳(母子健康手帳)発行時にメンタルヘルスケアの啓発</li> <li>「心にも作用するストレッチ」動画配信、DVD配布(※)</li> <li>ヘルピー健康だより「心にも作用するストレッチ」の配布</li> </ul>	継続的な知識普及啓発事業等の実施
	4 たばこ	<ul style="list-style-type: none"> <li>たばこの健康影響知識の普及啓発</li> <li>受動喫煙防止対策の推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>親子健康手帳(母子健康手帳)発行時等の禁煙・受動喫煙防止指導</li> <li>健康増進法の改正に伴う周知(市役所等公共施設敷地内全面禁煙実施)</li> </ul>	禁煙や受動喫煙防止を支援する社会・環境づくり
	5 アルコール	<ul style="list-style-type: none"> <li>多量飲酒予防・妊婦の飲酒予防</li> <li>他分野(心・栄養)に関連付けたアプローチ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>啓発活動</li> <li>親子健康手帳(母子健康手帳)発行時の禁酒指導</li> </ul>	禁煙や受動喫煙防止・適正飲酒について 妊産婦期から始めるライフステージ別の知識普及啓発
	6 歯の健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>歯や口腔の健康知識の普及啓発</li> <li>定期健診受診の動機づけ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>健診・受診勧奨の実施(成人・妊産婦)</li> <li>2歳児歯科健診および10か月なかよし教室でリーフレットを配布</li> <li>8820・日進市8020表彰</li> <li>歯と口腔の健康づくりに関する施策の推進</li> <li>プチむし歯予防講座(幼児)</li> <li>高齢者のオーラルフレイル予防</li> <li>後期高齢者を対象とした歯科健診(※)</li> </ul>	中間評価で課題とされた30～40歳代の就労世代、若い世代を中心とした定期健診受診の意欲向上と知識啓発の実施 子どもの歯と口腔の健康についての知識普及啓発 高齢期における口腔機能向上の取組を実施

取組課題		ポイント	令和4年	現時点での方針
基本方針3 健康を支える社会 環境を実現しよう！	重点 1 健康を支え、守るための環境づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康づくりを行う仲間づくりの推進（つどいの場プロジェクト等との連携）</li> <li>地域で健康づくりに積極的に参加する実践者の育成</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>体操スポット支援事業(新規・継続)【再掲】</li> <li>体操講習会(指導者養成)</li> <li>健康マイレージ事業(健康アプリ)の周知普及(企業と協力)</li> <li>協賛品の募集</li> <li>企業が行う健康事業との連携</li> <li>食生活改善推進員養成・育成</li> <li>運動普及推進員育成</li> <li>老人クラブ等集いの場での健康講座(保険年金課等と連携)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>地域における健康づくりの実践者・リーダーの定期的な養成・育成(食生活改善推進員・運動普及推進員・こっしん体操ひろめ隊)</li> <li>市民一人ひとりが行う健康行動を支援する社会環境づくり</li> <li>「健やかにこっしん宣言」につながる効果的な健康施策の実施</li> <li>こっしん体操スポットを増やし、体操できる環境づくりを継続【再掲】</li> </ul>
	その他	1 健やか親子・母子保健  2 安全(事故防止対策等)	<ul style="list-style-type: none"> <li>妊娠期からの要支援家庭への支援</li> <li>子育て世代包括支援センター(利用者支援事業(母子保健型))</li> <li>産後ケア事業(短期入所型・居宅訪問型)</li> <li>SIDS、事故防止、予防接種等の事故・感染症予防啓発</li> <li>子どもの基本的な生活習慣の確立に向けた教育や情報提供</li> <li>多胎児家庭への外出支援</li> <li>オンライン相談の実施</li> <li>新生児聴覚検査の助成(※)</li> <li>多胎妊婦健診の助成(※)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>子どもの健やかな育ちを支援する体制の整備と育児情報の提供</li> </ul>
計画の進行管理			<ul style="list-style-type: none"> <li>ロコモティブシンドローム対策</li> <li>事故防止対策の啓発</li> <li>救急医療関連情報の普及・啓発</li> <li>新型コロナワクチン接種の推進、感染症予防対策</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>市民が適切な医療を受けることができるような情報提供の実施</li> <li>転倒防止・事故防止対策の啓発の継続的な実施</li> <li>新型コロナウイルス感染症予防対策の実施</li> <li>関係機関や関係各課の事業実施状況の共有と全庁的な計画推進</li> </ul>



令和4年度第1回いきいき健康プランにっしん21ワーキンググループ研究会 まとめ

日時 令和4年6月14日(水)

午後1時30分から3時30分まで

参加者 ネットワーク研究員 12名

職員研究員 15名

## 1 グループワーク内容

## (1) テーマ

「にっしんウォーキングマップの活用方法を考えよう」

## (2) 方法

テーマに沿って話し合い、ウォーキングマップを活用した事業やイベントを提案し、発表する。(別紙参照)

## 2 発表内容

Aグループ	
テーマ	ヘルピーGO
対象	働き盛りのファミリー層
目的	こころと身体と家族の健康
具体的方法	<p>アプリの活用。</p> <p>ヘルピーウォーキングに参加してヘルピーキャラクターを獲得。</p> <p>ヘルピーの獲得数に応じて飲食店などで利用できるクーポン券を発行。</p> <p>健診の場や学校等のお便りでマップの周知。</p> <p>アプリ内で参加者内の順位を表示し、競争意識を高めて利用してもらう。</p>
まとめ	<p>ウォーキングマップの認知度が低いので、学校のお便りを利用するなど、子どもから親世代へのアプローチで周知を図る。また特定健診やがん検診などの場も利用してマップを周知。アプリを使用して、ポケモンGOのようなキャラクターを獲得することで、歩く意欲を高める。また飲食店で利用できるクーポンを獲得できるようにしたり、参加者内で順位を出したりすると、さらに意欲が高まると考えた。</p>

Bグループ	
テーマ	食べ歩きをしながら運動習慣を身に付けよう！
対象	運動嫌いな人
目的	<p>運動習慣を身に付ける</p> <p>健康を意識する</p>
具体的方法	<p>健康マイレージのアプリと連動し、ウォーキングポイントをためる。</p> <p>スタンプラリーにする。公共施設をチェックポイントにしてQRコードを読み取りポイントを貯める。</p> <p>ウォーキングコース内にある飲食店をスタンプラリーのチェックポイントにする。</p> <p>チェックポイントとなる飲食店では農家さんと協力して規格外の野菜を売</p>

	ってもらえるようにしたり、野菜メニューを作るなど、野菜の摂取をすすめる。
まとめ	スタンプラリーにしてポイントを貯めることで歩く意欲を高める。またチェックポイントに飲食店を指定して食べ歩きができるようにする。お店は野菜中心のメニューなど健康を意識したメニューにすることで、食べて健康になることも意識する。

Cグループ	
テーマ	ヘルピーGO
対象	家族持ち世帯
目的	アプリを活用して健康づくり
具体的方法	アプリを使ってイベントの周知。 ポケモンGOのように各ポイントで写真をとると日進の様々なキャラクターが出現する。レアキャラもある。 ポイントを貯めると景品がもらえる
まとめ	既存のアプリ（子育てアプリや健康マイレージ）と連携することで、周知を高める。まずは習慣化よりきっかけ作りとしてとしてイベントを行う。アプリの開発は民間委託や大学連携で作成する。

Dグループ	
テーマ	お月見どろぼうウォーキング
対象	全市民
目的	
具体的方法	QRコードをコース上に設置してポイントを貯める。 3箇所溜まったらガチャができるなどの特典あり。 景品（日進の特産品）はお米や野菜など（豪華な景品もあり）
まとめ	日進の伝統的なイベントに掛けることで、日進の特徴をだす。どこにポイントがあるかは歩いてみないと分からない。 ポイントを貯めることで、ガチャができるなどのお楽しみを設定する。

Eグループ	
テーマ	歩いてミッション！お米券ゲット大作戦
対象	全世代
目的	お米を景品とすることで、参加する気にさせる。お米は老若男女問わず必要。
具体的方法	ミッションをクリアすることでポイントを獲得できる。 定期的（3か月）にミッションを変える ミッション①HP上の指示通りに写真を撮る ミッション②自分の歩いた軌跡を残す（GPS機能を用いる） ミッション③最低歩数をクリアする
まとめ	既存のアプリ（スマホ内の歩数計やグーグルマップのタイムライン）を利

用する。ゲーム感覚で参加意欲を高め、参加してもらう。皆が欲しいと思う景品を用意する。

### 3 まとめ

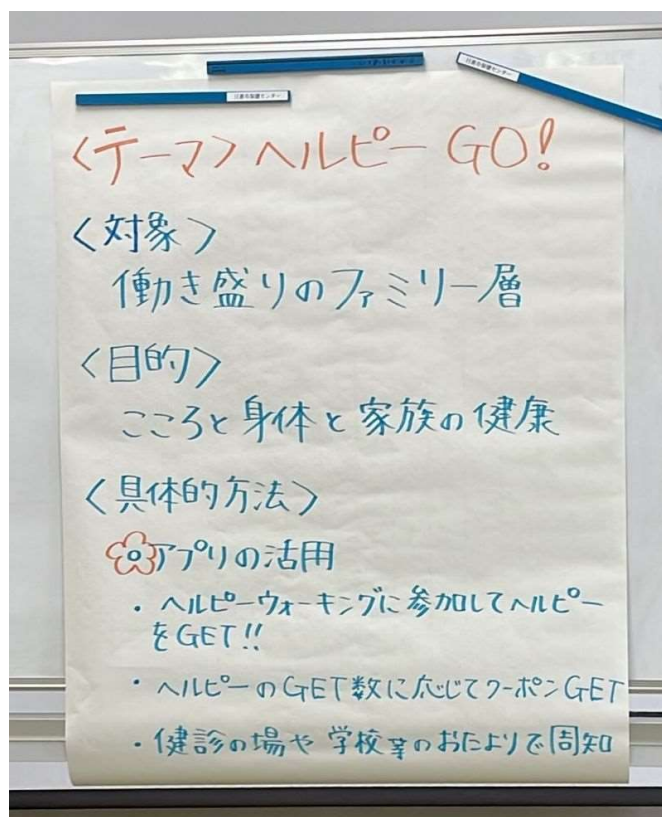
どのグループもスマートフォンの使用、アプリの活用を提案された。QRコードを設置したスタンプラリー、キャラクターの獲得など、ポイントを貯めることで特典をつけるイベント考えた。またポイント貯めることで、クーポン券や景品と交換できるようにし、歩く意欲を高めるなど、運動習慣のない人に運動のきっかけを作るには、ゲーム性があるイベントが効果的ではないかと考える。また景品には地元産地のもの（お米や野菜）にしたり、クーポン券の利用は地域の飲食店にすることで、地域の活性化を同時に図る提案もあった。

周知に関しては、子どもから親世代へのアプローチを図ったり、既存のアプリ（子育てアプリなど）を利用することなどを提案された。

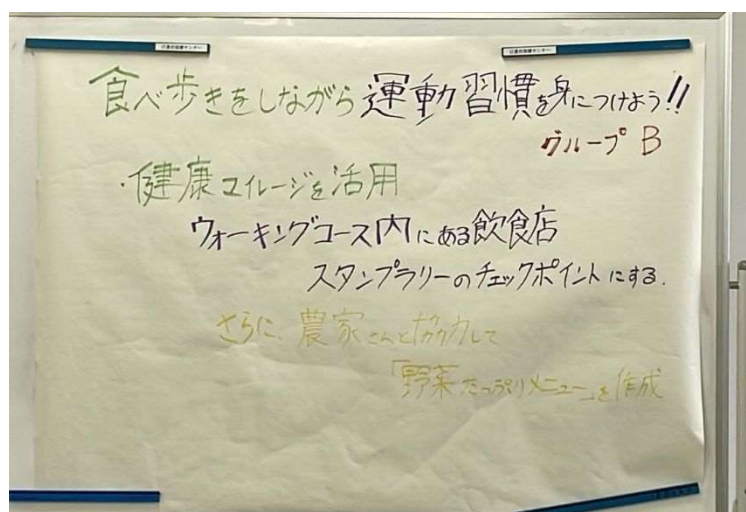
また既存のアプリ（健康マイレージや、スマホ内の歩数計、マップ機能など）と連動した方法も考えた。

運動習慣を身に付けにくい働く世代へのアプローチとして、スマートフォンの利用、アプリの活用は効果的だと考える。ウォーキングマップの活用として、今後、既存の健康マイレージアプリなどと連動した事業を検討していく。

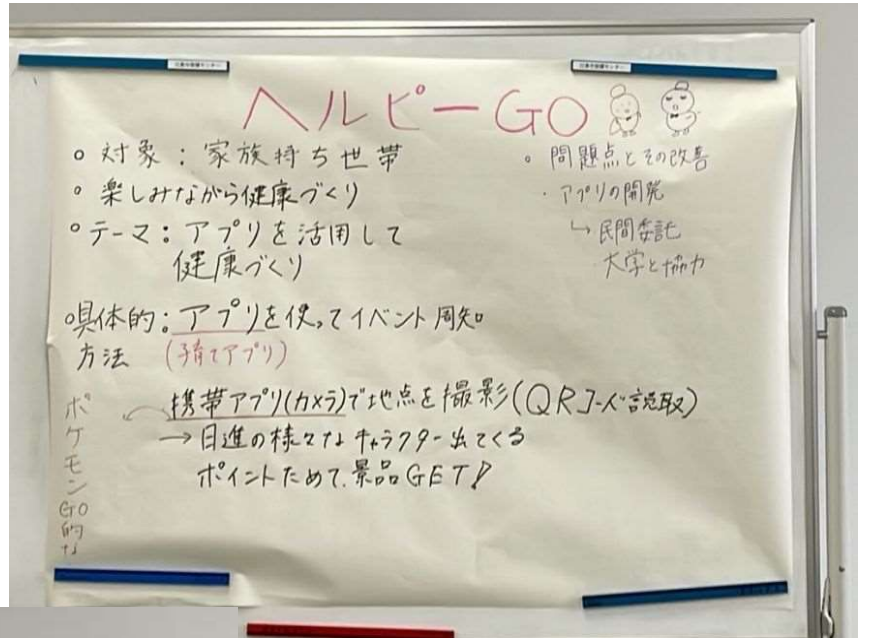
#### 【Aグループ】



#### 【Bグループ】



【Cグループ】



【Dグループ】

【Eグループ】

