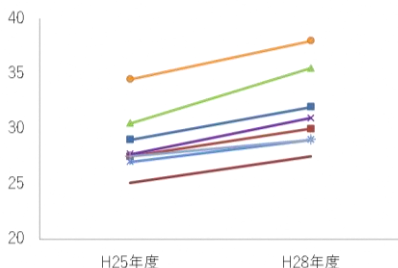


アプリを使ったウォーキング勧奨 きょうと流健康モール事業

1 ねらい

- ・「健康に無関心な人たち」は市町や団体のイベントには来てくれない。
→いつもの休日に、買い物に行く先で健康づくりのきっかけに出会える
- ・WAONポイントなど、「金銭的メリット」が有効か？
- ・ウォーキングアプリ、店内ウォークの活用

2 地域の健康課題



管内全ての市町で、メタボ者が府平均を上回る

3 対象と方法

【対象】

- ・令和元年10月6日（日）及び12月1日（日）にイオンモール久御山店に来店した府民。



【方法】

- 参加者全員にポカリスエットプレゼント
- ウォーキングアプリのダウンロードとモルウォーク体験
- 体力測定・体脂肪測定・足の測定会（2回目のみ）
- 約2ヶ月間、アプリでウォーキング支援
- アプリ参加者は抽選でWAONポイント最大7,000円

宇治市の皆さんをはじめ、管内全市町の協働で実施しました

4 当日の様子（1）



たくさんの子育て世代が参加！
（ウォーキングアプリをダウンロードしています）



あるもっ都
ARUKOTTO

2019年8月30日（金）スタート！

参加者全員にポカリスエットプレゼント

ウォーキングアプリのダウンロードとモルウォーク体験

体力測定・体脂肪測定・足の測定会（2回目のみ）

約2ヶ月間、アプリでウォーキング支援

アプリ参加者は抽選でWAONポイント最大7,000円

0570-077-122

4 当日の様子（2）



買い物の途中に立ち寄って、体力チェック

足の測定会も大好評でした

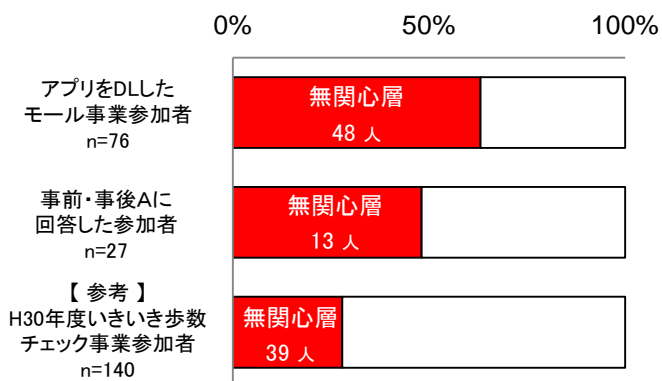


5 結果

イベント参加190人 うちアプリDL 106人 (京都市民 76人 府外 30人)

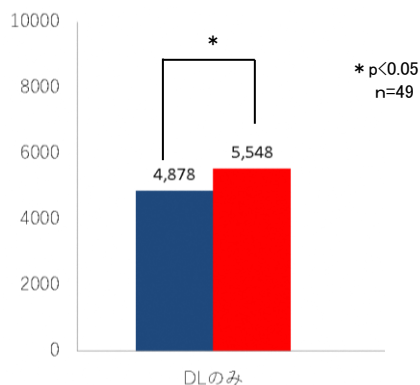
【 ①健康無関心層の参加が得られたか 】

図1 健康無関心層の事業参加割合 * $p < 0.05$



【 ②アプリの効果はみられたか 】

図2 アンケート未回答・WAONポイント応募なしの歩数変化



5 結果のまとめ

- ・健康無関心層、働きざかり世代を対象とし、これまでと比べ多くの参加があった。
- ・アプリをDLしただけで、WAONポイント等金銭的メリットがない人も歩数は増加した。
- ・大規模商業施設は数少ないことから、今後は中～小規模商業施設等での実施を検討。