

よこはまウォーキングポイント事業の参加登録者数が 30 万人を超えました！

歩数計を活用して、日常生活の中で、気軽に楽しく健康づくりに取り組んでいただく「よこはまウォーキングポイント」事業は、2月28日に、横浜市中期4か年計画(2014～2017年)に掲げる目標「参加登録者数 30 万人」を超えることができました。多くの皆様にご参加いただいていることに感謝申し上げます。

引き続き市民の健康づくりを後押ししていきます。

1 参加登録者数

2月28日(水)時点の累計参加登録者数 **300,193人**

※今年度のお申込み受付は終了しています。



2 第2期(2018～2021年度)について ～若い世代・働き世代の参加しやすさUP！

平成30年度からは、歩数計に加えスマートフォンの歩数計アプリも導入し、若い世代や働き世代もさらに参加しやすくなります。市民が広く参加できる仕組みを充実させ、健康寿命の延伸を目指します。

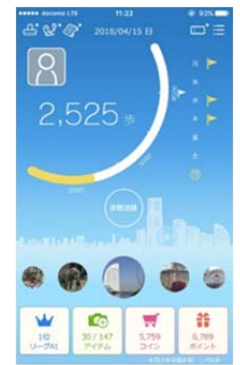
※現在、歩数計でご参加の方は、歩数計で参加し続けることも、歩数計アプリでの参加に切り替えることも可能です。

(1) 平成30年4月から、スマートフォンの「歩数計アプリ」を導入

アプリのダウンロードは、平成30年4月5日(木)9:30～を予定しています。

歩数計の紛失や故障で中断している方も、歩数計アプリに切り替えて再開できます。

歩数計アプリでは、歩数計と同程度のサービス利用に加え、スマートフォンならではの機能を活用し、地域の活性化につながる事業も展開します。



<アプリ画面イメージ>

<歩数計アプリの主な機能>

- ◇画面に表示された市内の魅力スポットを巡ることで抽選用ポイントを獲得できるGPSスタンプラリーの実施
- ◇お勧めのウォーキングコースの画面への表示
- ◇参加者から写真やコメント投稿で情報発信が可能
- ◇協賛企業提供による健康づくりやスポーツなどのクーポンの配信も予定



(2) 平成30年5月から、歩数計の新規参加申込を再開

歩数計での新規参加は、平成30年5月1日(火)から再開します(先着5,000個予定)。

申込み方法は、郵送受付のみとなりますので、申込書を記入し、下記郵送先までお送りください(送料負担あり)。

申込書配布場所

区役所(広報相談係、福祉保健課)、
市役所(市民情報センター)、
地域ケアプラザ、各区スポーツセンター
※配布開始は4月末頃を予定しています。

郵送先

〒231-0017 横浜市中区港町1-1
横浜市健康福祉局保健事業課 ウォーキングポイント担当



歩数計は
プレゼント！
(送料負担あり)

裏面あり

<参考> 4年間の取組実績

全国に類を見ない、大規模な健康づくり事業として展開してきている「よこはまウォーキングポイント」の、これまでの取組についてまとめました。

平成 26 年度（事業開始は 11 月から） ～わずか 5 か月で 90,000 人以上が参加～

日常生活の中で積極的に運動に取り組むことで、生活習慣病予防につなげてほしい年齢層の方々の意識し、参加対象を 40 歳以上として事業を開始しました。歩数計がもらえることが健康づくりを始めるきっかけとなり、また、歩数がポイントになって、景品獲得にもつながるユニークな取組が受け入れられ、11 月の開始からわずか 5 か月で約 96,000 人にご参加いただきました。

平成 27 年度 ～先駆的に健康経営と連携！～

全国でも横浜市が先駆的に取り組んでいる「企業の健康経営」とも連携するため、事業所単位での参加登録を取り入れ、市内の 281 事業所に参加いただきました。参加者が 66,000 人増え、年度末で約 162,000 人となりました。

平成 28 年度 ～拡大の工夫で「第 5 回 健康寿命をのぼそう！アワード」を受賞!!～

「若い世代」「働き世代」の健康づくりをさらに支援していくため、6 月から参加対象年齢を 18 歳以上に拡大しました。また、より参加しやすくするため、WEB 申込の開始、事業所の通年募集、歩数計の一括配送等の工夫をしたところ、参加者が 70,500 人増え、年度末には約 232,500 人となりました。

その結果、11 月には全国の様々な健康づくり事業の中から、「第 5 回 健康寿命をのぼそう！アワード」の自治体部門のトップである「厚生労働大臣 優秀賞 生活習慣病予防分野 自治体部門」を受賞しました。



平成 29 年度 ～市民の健康づくりの広がりを実感！～

地域の様々な活動団体の皆様と協力し、身近な方に参加を呼びかけていただいたり、イベントや区民まつり等で新規申込受付を積極的に行うなど、参加促進に取り組んだ結果、参加者が目標の 30 万人を突破しました。また、毎年行っているアンケートでは、これまで「運動するつもりがなかった」方など、健康づくりを始めてほしい方々の参加が増えていることも確認されており、ウォーキングを通じた健康づくりの裾野が着実に広がってきています。

◆市内各地では、ウォーキングを地域ぐるみで継続する取組も始まっています◆

例えば、瀬谷区の本郷連合自治会では、保健活動推進員等が中心となって地域に呼びかけ、220 人の参加を得て、7 日間で 7 つのコースを歩くウォーキングイベントを開催するなど、各地域で歩くムーブメントが広がっています。

こうした健康づくりの盛り上がりを第 2 期へとつなげていきます。

「歩数計をつけてレインボーウォーキングをしよう」
に参加している皆様（瀬谷区）



☆「よこはまウォーキングポイント」の詳細は、下記をご覧ください。

URL: <http://enjoy-walking.city.yokohama.lg.jp/walkingpoint/>

よこはまウォーキングポイント

検索



お問合せ先

(本事業の全般について)

健康福祉局保健事業課担当課長

栗屋 しらべ

Tel 045-671-2338

(歩数計の供給、インセンティブの提供、専用リーダーの設置・管理、システム運用等について)

ドコモ・ヘルスケア株式会社コーポレート本部経営戦略部

柳澤 友紀

Tel 03-6721-7504

凸版印刷株式会社広報部

島田 欣哉

Tel 03-3835-5636

オムロンヘルスケア株式会社広報渉外部

中島 智

Tel 03-6718-3595