資料 11

よこはまウォーキングポイント事業について

1　趣旨

よこはまウォーキングポイントは、ウォーキングを通して、日常生活の中で気軽に楽しみながら健康づくりに取り組める事業です。

ウォーキング機能に特化したアプリを、健康増進を促す新たな機能を備えたアプリに更新し、令和８年２月に運用を開始しました。

2　アプリの参加登録状況

・順調に参加登録が進み、参加者数は約 4.8 万人となっています。

・働き子育て世代を中心に、幅広い世代の方々にご利用いただいています。

（令和８年６月末時点）

年代	全体		男性		女性	
18～39 歳	4,401 人	9.2%	1,652 人	6.9%	2,659 人	11.4%
40～64 歳	22,318 人	46.9%	10,357 人	43.5%	11,704 人	50.2%
65～74 歳	12,842 人	27.0%	7,079 人	29.7%	5,700 人	24.5%
75 歳以上	8,023 人	16.9%	4,746 人	19.9%	3,243 人	13.9%
合　計	47,584 人	100.0%	23,834 人	100.0%	23,306 人	100.0%

※性別の選択は任意のため、男性と女性の合計は全体と一致しません。

3　アプリの概要

もっと楽しく健康づくり



スマホひとつで歩数計測（スマホを持って歩くだけ）

かんたん健康管理（体重・血圧などを記録し、日々の健康を簡単管理）

あなたに合わせた健康サポート（健康記録等をもとにしたアドバイス・健康ミッション）

ポイントで商品券が当たる（歩数等に応じたポイント抽選）

4　歩数計からの移行支援

歩数計は生産終了等に伴い令和９年３月末までの運用となります。市民の皆様の継続的な健康づくりにつながるよう、アプリへの移行支援に取り組んでいます。

アプリのダウンロードはこちら▼

\よこはま/ ウォーキングポイント

\よこはま/ ウォーキングポイント

操作性やレイアウトを改善！
幅広い世代が使いやすいアプリに
リニューアル！





対象：18歳以上の横浜市内在住・在勤・在学者／参加無料

よこはまウォーキングポイントは、ウォーキングを通して、日常生活の中で気軽に楽しみながら健康づくりに取り組める事業です。

もっと楽しく健康づくり

気軽に始めるウォーキング

スマホを持って歩くだけ。
アプリを開けば、今日の歩数が
すぐ確認できます。

毎日の健康を簡単管理

体重、血圧、睡眠時間などを記録し
アプリで簡単に
日々の健康を管理できます。

楽しく続ける健康習慣

歩数等に応じてポイントが貯まり
抽選で商品券が当たります。

あなたの健康づくりを応援

毎日の健康記録や健診結果をもとに
あなたに合ったアドバイスや
健康ミッションをお届けします。

現在、歩数計をご利用の方（データ移行対象の方）

歩数計からアプリへのデータ移行方法等については、**令和8年5月頃**にホームページなどでお知らせしますので、ご確認ください。

よこはまウォーキングポイント　歩数計

令和9年3月末までに
移行手続きをお済ませください。

アプリへのデータ移行には**「歩数計マイページ」のログインID・パスワード**が必要となります。

※ご不明な場合は、よこはまウォーキングポイント歩数計事務局にお問い合わせください。

電話 0570-080-130 ／ 045-681-4655
（9時30分～17時30分、土日休日・年末年始を除く）

FAX 0120-580-376　メール navi-ywp@ml.city.yokohama.lg.jp

新規にアプリをご利用の方（歩数計をご利用でない方）

01 スマートフォンのカメラで二次元コードを読み込む

02 App Store または Google Play を選択



03 けんこうマイレージアプリをダウンロード



アプリの詳しいダウンロード・登録方法はホームページをご確認ください！

よこはまウォーキングポイント　アプリ

※現在、歩数計をご利用の方が、こちらからダウンロードを行った場合、データは引継がれませんのでご注意ください。

アプリでポイントを貯めて抽選に参加！

※応募方法は、抽選実施時期にアプリ内でお知らせします。

毎日の歩数はもちろん、**健康記録の入力**や**健康ミッションの達成**、さらに**アプリにログイン**するだけでもポイントが貯まります。**500ポイント貯めた方は、1,000円分の商品券が当たる抽選に応募できます。**毎日のちょっとした行動を通じて、楽しみながら健康づくりに取り組めます。

※歩数ポイント：1,000歩で1ポイント（1日10ポイント上限）
その他のポイント付与の詳細は、ホームページ等をご確認ください。

お問合せ先
よこはまウォーキングポイントアプリ事務局
電話 045-345-2901（9時～17時、土日休日・年末年始を除く）
FAX 045-330-6455　メール navi-appywp@ywp.city.yokohama.lg.jp
横浜市健康福祉局
健康推進課
OPEN YOKOHAMA

第3期健康横浜21 推進スケジュール（予定）

資料12

	令和8年度				令和9年度				令和10年度
	4-6月	7-9月	10-12月	1-3月	4-6月	7-9月	10-12月	1-3月	（仮）
健康横浜21推進会議		● 8/25				● 8月下旬予定			【年2回予定】
女性の健康づくり推進検討部会		● 7/21		● 2月下旬予定		● 7月予定		● 2月下旬予定	【令和9年度で終了予定】
主な作業		・実態調査（アンケート）の項目検討・具体的な取組の検討（気軽な相談の場、企業向けの取組）		・具体的な取組の検討（気軽な相談の場、企業向けの取組）・よこはま若者コホート研究（追加調査）の報告（仮）		・具体的な取組の評価 ・具体的な取組の検討		・事業評価	
歯科部会		● 7/8				● 6～7月予定			【年2回予定】
主な作業		○推進状況の確認				○推進状況の確認			○計画の評価・推進
食育部会		● 7/17				● 7月予定			【年2回予定】
主な作業		○推進状況の確認				○推進状況の確認			○計画の評価・推進
国の動向（予定） 【健康日本21】									

資料 13

禁煙支援・受動喫煙防止対策事業について

１　事業概要

喫煙は、がん、循環器疾患、糖尿病、ＣＯＰＤ（慢性閉塞性肺疾患）等の様々な病気のリスクを高めます。子どもやその保護者等に向けた喫煙の害についての啓発や、喫煙者の禁煙チャレンジ支援等を通じ、市民の健康の維持・増進に取り組みます。

また、健康増進法に基づき、施設屋内の受動喫煙防止対策を進めるほか、受動喫煙がないまちを目指し、屋外の受動喫煙防止対策についても、関係部署と連携しながら、取組を進めます。

２　令和８年度の主な取組

禁煙支援については、主に青年期を対象とした喫煙防止の強化や関係団体等と連携した全世代への禁煙推進等を行います。

受動喫煙防止については、路上喫煙に関する調査等の結果を踏まえて、駅周辺などの路上喫煙が多発する場所のパトロールを強化するほか、喫煙マナーなどについて、ＳＮＳや街頭、公共交通機関等での広報・啓発を行い、受動喫煙防止を推進します。

(1) 屋外の受動喫煙防止対策の強化　＜拡充＞

令和９年１月からの屋外全面禁煙を契機として、たばこを吸う人と吸わない人の双方が、「受動喫煙のないまちは暮らしやすい」ということに共感し、互いを思いやりながら気持ちよく過ごせる環境づくりを進めていくため、関係局が連携してプロモーションに取り組んでいきます。

世界禁煙デー・禁煙週間（５月31日～６月６日）にあわせて、横浜市庁舎を受動喫煙防止のシンボルカラーであるイエローグリーンにライトアップするほか、公共交通機関のサイネージやＳＮＳを活用した啓発を実施しました。

○駅周辺でのパトロール実施回数

令和７年度：1,904回

令和８年度：2,050回

※１回あたり２時間、通勤時間を中心に２名体制で喫煙者に声かけを行い、周囲への配慮を促しています。



駅周辺パトロール



横浜市庁舎
ライトアップ

(2) 市民向けの周知啓発

携帯電話の位置情報を活用した喫煙者へのダイレクト広報、公共交通サイネージ、ＳＮＳなど、様々な媒体を活用し、受動喫煙防止に関する広報・啓発を実施しています。



喫煙者へのダイレクト広報
（位置情報をもとに喫煙所の利用者に広告配信）

(3) 20歳未満への喫煙防止教育

これまで20歳未満を対象としたリーフレット等の配布を行っていましたが、新たに大学内のデジタルサイネージにおいて、喫煙防止に関する啓発動画を放映しました。



喫煙防止啓発動画

(4) 事業所を通じた禁煙チャレンジ支援

希望する横浜健康経営認証事業所を対象に講師を派遣し、従業員が禁煙に取り組むうえでの事業所の課題に対するアドバイスを行います。また、禁煙治療専用アプリを活用した禁煙プログラムの利用料を一部補助し、禁煙に取り組む事業所を支援します。

○講師派遣事業所数：令和７年度　７事業所

○禁煙プログラム補助制度利用事業所数：令和７年度　６事業所

(5) 身近な場所で禁煙相談できる環境づくり

区役所等でのイベントの機会を活用して、たばこの害について啓発するとともに、禁煙相談を行います。また、禁煙外来や禁煙支援薬局をホームページ等で掲載するなど、身近な場所で禁煙相談が可能であることを周知していきます。

(6) 受動喫煙に関する通報対応

市民から寄せられる通報に基づき、屋内の受動喫煙防止対策に関する法令違反の改善を指導するとともに、屋外に設置された灰皿についても、設置者に対し、受動喫煙が生じないよう必要な対策の実施を依頼しています。

また、路上喫煙が深刻なスポットにおいて定期的な街頭啓発や看板掲出による注意喚起を行い、喫煙時の配慮を呼びかけます。



啓発看板

○通報対応件数　　令和６年度：545件　　令和７年度：699件

(7) 飲食店向けの周知啓発

各区で実施される食品衛生責任者講習会において、屋内禁煙のルールなど受動喫煙防止対策について説明します。

○食品衛生責任者講習会の受講者数と実施回数

令和６年度：5,178人　90回　　令和７年度：4,870人　89回

資料 14

広報・プロモーションの取組について

1　令和７年度の取組状況

(1)　「Yokohama Healthy Journey！健康クイズ！」の実施

令和７年 12 月１日から 12 月 25 日までの約１か月間、「第３期健康横浜２１」の取組を推進するため、３つのカテゴリー・９つの健康行動にチャレンジするキャンペーンを実施し、５千人以上の方に参加いただきました。



(2) 健康横浜２１インスタグラムの運用

健康横浜２１公式 Instagram アカウント（令和６年 11 月に開設）において、毎週、水曜日に健康に関するトピックスを投稿しました。

ア　実績

投稿件数：55 件　　フォロワー：1,336 人（令和８年３月 31 日末時点）

イ　主な投稿内容

・健康に関する豆知識・アドバイス、イベントや事業紹介

・産婦人科医　重見大介氏による女性の健康に関する動画等

@KENKOYOKOHAMA21

《参考》アカウント及び投稿内容イメージ



2　令和８年度の主な取組

「第３期健康横浜２１」で掲げる主要な健康課題の改善に向けて、市民の皆様の意識や行動の変化を促すため、引き続き、ターゲットを明確にしたプロモーションに取り組みます。具体的には、「健康横浜２１」公式インスタグラムでの継続的な情報発信や、関連イベントの開催などを通じて、市民の皆様に健康づくりの重要性をわかりやすく伝えていきます。

資料 15

糖尿病等の重症化予防事業について

1　事業趣旨

糖尿病・糖尿病性腎症の重症化を予防し、人工透析導入者を減らすことなどによって、QOL の向上、健康寿命の延伸を目指すことなどを目的に、本市では、糖尿病予防総合対策として下記の事業を実施しています。

(1) 糖尿病性腎症重症化予防事業(健康福祉局保険年金課)
(2) 医療との連携推進　　(医療局がん・疾病対策課)
(3) 糖尿病等の重症化予防事業　(健康福祉局健康推進課・18 区健康づくり係で実施)
　ア 個別支援(必須):概ね3～6か月にわたる支援を行い、支援前後の評価を実施
　イ 集団支援(任意・選択制):集団を対象とし、糖尿病に関する知識の普及啓発や保健指導を実施
　ウ 普及啓発(任意・選択制):乳幼児健診等で妊娠糖尿病等の普及啓発を実施

2　令和７年度の変更点

令和 6 年度までは、前述の(3)イの集団支援を必須としていましたが、対象としたい働き世代へのアプローチとはならず、また個別支援の方が、行動変容や検査項目に改善がみられたこと等から、各区の実情に応じて集団支援より個別支援や普及啓発に重点をおけるよう、変更しました。

3　令和７年度の実績　※「(３)糖尿病等の重症化予防事業」のみ

ア. 個別支援		イ. 集団支援					ウ. 普及啓発			
		単発		複数回					(再掲)妊娠糖尿病	
実人数	延べ人数	実施回数	実人数	全実施回数	実人数	延べ人数	実施数	実人数	実施数	実人数
252	443	11	225	17	136	264	512	13,124	486	11,961

＜参考＞　ア. 個別支援（実人数）

令和２	令和３	令和４	令和５	令和６	令和７
165	170	173	148	163	252

4　令和８年度の取組

これまでの取組を基盤としながら、生活習慣病全般に対する総合的な支援を通じて、発症予防と重症化予防に取り組んでいきます。

●国民健康保険特定健康診査の結果を利用した対象者募集（ダイレクトメール）

広報等で保健指導の希望者を募るだけではなく、更に効果的にＰＲするために、国保特定健康診査の結果（糖尿病に関する検査データ）を活用して、事業の対象者にダイレクトメールを送付することとしています。

【対象者】 下記①～④に該当する者

① 前年度特定健診実施時年齢 39～73 歳

② ヘモグロビン A1c　6.4～6.9%

③ 特定保健指導非該当者

④ 該当年度 6 月 21 日で国保加入者

【実績】

	発送者数	(内)個別支援・集団支援の申込数
令和５	4,231	167（3.9%）
令和６	4,592	162（3.5%）
令和７	4,593	149（3.2%）

【参考資料】

市民向けリーフレット（全対象者に送付）

「糖尿病の専門家が今、あなたに伝えたい３つのこと」

