

第 19 回 よこはまウォーキングポイント共同事業者選定等委員会 会議録	
日 時	令和 7 年 12 月 5 日（金）15 時 30 分～16 時 30 分
開催場所	横浜市庁舎 18 階さくら 14 会議室
出席者 （5 名）	岡村智教委員長（慶應義塾大学医学部衛生学公衆衛生学教授） 澤田亨委員（早稲田大学スポーツ科学学術院教授） 田口敦子委員（慶應義塾大学看護医療学部教授） 久保進委員（横浜市保健活動推進員会会長） 米山かおる委員（横浜市食生活等改善推進員協議会会長）
欠席者	なし
開催形態	公開（傍聴者なし）
議 事	1 令和 6 年度の事業実績及び 7 年度の取組について 2 第 3 期（令和 4～7 年度）の振り返り及び事業の今後の方向性について 3 その他
内 容	<p>1 令和 6 年度の事業実績及び 7 年度の取組について（資料 1）</p> <p>（岡村委員長）</p> <p>継続利用者数の推移を見ると、歩数計とアプリの比率が、令和元年は約 8：2 であったが、この 5 年間で約 4：3 にまで変化しているという認識でよいか。</p> <p>（事務局）</p> <p>ご認識のとおり。</p> <p>（澤田委員）</p> <p>着実に成果があがっていることを確認した。気になるのは、令和 6 年度の歩数計登録者の内訳で、75 歳以上の方が 51.5%を占めている。今後の事業展開でアプリが中心になると、高齢層の歩数計利用者が取り残されるのではないかと懸念をしている。現状で、高齢層のアプリ利用が進んでいる状況なのか教えてほしい。</p> <p>（事務局）</p> <p>次の議題で説明する資料 2 をご覧いただきたい。歩数計からアプリへの移行促進は、第 3 期の目標の一つになっている。高齢者の内訳は手元にないため全体の数値となるが、令和 7 年度の移行者数は 9 月末時点で 1,878 人である。このペースだと令和 7 年度は年度末時点でも昨年度の数値には及ばないことが推測されるが、過去 3 年間平均では年間約 8 千人の方が歩数計からアプリへ移行している。</p> <p>新アプリでは、幅広い世代が使いやすいよう、操作性やレイアウトを改善し、機能も充実させる予定である。高齢層の移行支援にもしっかりと取り組んでいきたい。</p> <p>（後日集計：令和 7 年度（9 月末時点）移行者 75 歳以上約 800 人（約 43%））</p> <p>（澤田委員）</p> <p>前回も伝えているが、健康日本 21（第 3 次）において「誰一人取り残さない」ということが大きなテーマになっている。高齢層へのフォローもぜひしっかりとお願いしたい。</p>

	<p>(久保委員)</p> <p>歩数計は運用開始当初から使用している。送料負担分のみで手に入るということで、多くの保健活動推進員が申し込んだ。歩数計利用者は 70 歳以上が多いと思う。自分もつい最近アプリを利用し始めたばかりだが、使い勝手は大事だと思う。歩数計はすぐに歩数が確認でき、使い勝手が非常に良い。新アプリも使い勝手が良いものになることを期待している。自分の周囲で歩数計を利用している高齢者は、アプリへ移行する気持ちがあまりないように感じている。今後の事業展開でアプリが中心になると、登録をやめる方もいるのではないかと思う。</p> <p>(田口委員)</p> <p>感想に近いものになるが、令和 6 年度の「参加者の声」で、「同じ趣味を持つ仲間と出会えて良かった」という感想がある。量的効果では測れない事業の副次的な効果も見ることができて素晴らしいと思った。量的ではない視点についても、継続的に見ていけると良いと感じた。</p> <p>(岡村委員長)</p> <p>定量的評価とこういう感想の評価の両方ができている事業はなかなかないと思う。両方がされていることを評価している。</p> <p>(米山委員)</p> <p>私も当初は歩数計を利用していたが、今はアプリで参加している。アプリが新しくなると聞いて期待している。健康に関する研修会を受講して、歩行時間と孤独感の相関について、歩行時間が長いほど孤独感が低いという研究結果を聞いた。歩くことは良いことであると改めて感じた。アプリが使いやすくなり、利用者が増え、健康横浜 21 を更に推進できることを期待している。</p> <p>(澤田委員)</p> <p>身体活動と社会とのつながりについて、田口委員や米山委員の発言を聞いて思ったのは、歩くということが孤独感と関係があるのかもしれないと感じた。また、アプリを通じて同じ趣味を持つ仲間と出会えることも良いが、一人であっても、アプリを利用することで、例えば、写真投稿機能などを通じて、誰かとのつながりを感じることでできるツールになるとなお良いと思った。</p>
	<p>2 第 3 期（令和 4～7 年度）の振り返り及び事業の今後の方向性について（資料 2）</p>
	<p>(久保委員)</p> <p>継続利用者約 4.9 万人のうち約 3.4 万人は歩数計利用者。先ほども申し上げたが、事業開始当初から歩数計を愛用している人も多く、新アプリに移行できるかが課題だと感じている。ほとんどの保健活動推進員が歩数計を持っているが、アプリはどのくらいの人が利用しているかはわからない。</p>

(澤田委員)

久保委員に聞きたいが、アプリを使うということはスマホを持っているということになる。スマホを持っているがアプリを入れないという人もいるし、そもそもスマホを持っていない人もいると思うが、どのような印象をお持ちか。

(久保委員)

難しいが、スマホ（アプリ）ではなく、歩数計を持っている人が多いと思う。歩数計も利用し始めてから約 10 年経つので、そろそろ壊れるのではないかと心配している。

(澤田委員)

目標①については、事業の効果検証ができており素晴らしいと思う。目標②新規登録者の促進については、ほぼ目標達成している。目標③④歩数計からアプリへの移行促進と既存利用者の継続支援については、アプリへのスムーズな移行の支援と、歩数計を利用してスマホを持っていない方に向けても、サポートしていく意思表示、誰も取り残さない姿勢を出していくことが重要だと考える。

(田口委員)

久保会長に聞きたいが、例えば、歩数計からアプリに移行したいと思っても、技術的に難しいと感じている人もいると思う。何らかのサポートがあればアプリを使用したいと思っている人は結構いるのか。

(久保委員)

周囲に聞いたことはないが、私もつい最近まで歩数計のみで参加していた。これまでも、アプリの利用を促されていたが、アプリの登録は難しいと思っていて、「アプリ」と聞くだけで敬遠している気持ちはあった。歩数計だけでも十分だと感じていたが、歩数計の寿命が近いと感じていたため、次の対応を検討していたところ、アプリの登録の方法を教えてください機会があり、渡りに舟という気持ちで登録した。

(田口委員)

スマホ教室でアプリを入れる講座等もあるので、手助けがあれば進むのか、そういったニーズはあるか気になるところではある。次の新アプリの展開方法にもつながると思いお伺いした。

(岡村委員長)

アプリを使ってみたい人は潜在的にいらっしゃるので、そういった手助けがきっかけになることはあると思う。

(澤田委員)

75 歳以上の歩数計利用者に、アプリへスムーズに移行してもらう方法として 2 つあると思う。

1 つは田口委員からも話があったが、アプリへの移行のサポートを行うこと。もう 1 つは、特に高齢者が、アプリに移行してみようと思うようなメリットやインセンティブ（特典）を工夫して付与することだと思う。

（事務局）

アプリへの移行については、特に高齢者の皆様は難しさを感じていると認識しているので、しっかりとサポートしていきたい。対面での移行支援や、アプリを利用してみたいと思っただけのような広報等を考えていく。また、新アプリは、現行アプリより幅広い世代の皆様が使いやすいレイアウトや操作性となるようつめているところである。

（田口委員）

新規登録者の促進についてだが、若い層の登録が進んでいない状況が数値からも見て取れるので、「事業所」と「子育て期」へのアプローチがポイントになってくると思う。そこを引き続き促していければ良いと思っている。若い人にとって、「ウォーキング」を改めてする感覚だと抵抗があるのではないかな。子育て期の人たちは家事等でも結構動いていて、意外と歩数にも反映されると思う。「ウォーキング」というネーミングだと、「ウォーキング」はできないなと思ってしまう可能性があるのでは、自分も対象者だと思えるようなネーミングを検討してみても良いのではないかな。

（久保委員）

新アプリは、どのように利用できるようになるのか。

（事務局）

新アプリについては、2 月頃のリリース、1 月末の記者発表を予定しており、そこで詳細はご案内する予定だが、現行アプリを利用されている方は、スムーズに新アプリに移行できる仕組みを考えている。現行アプリをご利用でなく、新規にダウンロードする方にもできるだけ分かりやすくお伝えしていく。

（岡村委員長）

歩数計やリーダーなどのハードは、寿命もあるし、販売されていないものもあるので、難しい状況があるのは理解している。また、レストラン等ではスマホで注文する所もあり時代の流れを感じている。

一方で、対面でのサポートはやはり大切で、チャットボットだけというわけにはいかない。また、親切のつもりで複雑でわかりにくいアプリは良くないので、留意してほしい。

田口委員から、「ウォーキング」以外の名称という意見もあった。条例名にも入っているので、簡単に変更はできないと思うが、どうするか考えてほしい。

また、各委員からの意見を受け止め、検討してもらいたい。

	<p>3 その他</p> <p>(事務局)</p> <p>本日は貴重なご意見を賜り感謝する。次回、第 20 回委員会の開催時期については、現時点では未定だが、次年度夏以降を想定している。新アプリの運用開始後の状況や、今後の具体的な目標設定等についてご説明させていただく予定である。</p> <p>また、委員の皆様の委嘱期間が令和 7 年 12 月末までとなっている。今後の委嘱に向けては、改めて個別にご連絡させていただく。</p> <p>なお、今年度末をもって、共同事業としての第 3 期を終える。次年度から、新たな形での事業実施となるが、引き続き、本委員会においては、よこはまウォーキングポイント事業の評価及び検証を行っていくことになるので、よろしくお願いしたい。</p> <p>(岡村委員長)</p> <p>以上をもって、第 19 回よこはまウォーキングポイント共同事業者選定委員会を終了する。皆様お疲れ様でした。</p>
--	---