

## よこはまウォーキングポイント事業の進捗状況について

昨年 11 月にスタートした「よこはまウォーキングポイント事業」については、29 年度までの参加目標を 30 万人としている中、平成 27 年 12 月 4 日現在で 15 万人を超える市民の皆様にご参加をいただいています。

引き続き、多くの方に、歩数計を活用した気軽な健康づくりとして取り組んでいただける魅力的な事業となるよう、共同事業者と共に事業を推進しているところです。

事業スタートから 1 年を経過しましたので、事業の進捗状況について報告いたします。

### 1 参加申込数

153,538 人(平成 27 年 12 月 4 日現在・速報値)

(内訳) 26 年度実績：95,923 人

27 年度 12 月 4 日現在：57,615 人 (27 年度予算：7 万人)

### 2 参加者の状況

#### (1) 市民（個人）の参加状況

(平成 27 年 9 月末の歩数計発送ベース)

年代	全体	構成比 (%)	男性		女性	
40 歳～64 歳	50,531 人	38.2%	17,841 人	13.5%	32,690 人	24.7%
65 歳～74 歳	51,987 人	39.3%	20,298 人	15.4%	31,689 人	24.0%
75 歳以上	29,655 人	22.4%	13,736 人	10.4%	15,919 人	12.0%
合計	132,173 人	100%	51,875 人	39.2%	80,298 人	60.8%

#### (2) 事業所の参加状況 (申込受付期間：平成 27 年 6 月～8 月)

##### ■事業所数：282 事業所

⇒①中小規模から大規模の事業所まで、また②民間企業から公共的な法人の事業所まで幅広く参加を受け付けました。

##### ■従業員数：3,594 人

⇒中小規模の事業所の健康づくりを支援するという主旨で行ったところ、1 事業所あたり 13 人程度の参加となっています。

### 3 リーダー設置状況

#### (1) 設置数

1,056 か所 (平成 27 年 11 月末現在)

#### (2) 内訳

業態	場所数
商店街加盟店	365
その他商業店舗 (百貨店、チェーン店等)	438
地域ケアプラザ・地区センター	139
その他公共的施設	114

#### 4 参加者の利用状況

##### (1) 参加者へのアンケート調査（平成 27 年 3 月末参加者から 4,000 人を抽出）

○約 8 割の参加者が「歩数計をほぼ毎日身に付けており」、また約 9 割の方が「より多く歩くようになった」と回答しており、その結果として運動量も増えたと考えられます。

○意識や行動の変化について、「外出頻度が増えた」、「運動への興味関心が高まった」、「運動するようになった」、「健康になった」の回答が、半数以上または半数近くに達し、全体の傾向としては、参加前と比べて運動習慣が身につく、健康感が向上している人が増えています。



「健康感」は、健康寿命を算定する際の指標の一つであることから、参加者の健康感の向上により、今後の健康寿命の延伸に期待できる結果を得られました。

##### (2) 統計データ調査（平成 27 年 6 月末現在の全参加者の登録データ）

○1 日 平 均 歩 数：男性 8,969 歩  
女性 6,897 歩

○リーダー利用状況：86.6%が 1 回以上利用。未利用は 13.4%

※未利用者の 76.4%は歩数計を使用（アンケート調査）

※「アンケート調査」及び「統計データ調査」の詳細は、12 月末までに公表予定です。

#### 5 新たに展開している事業の魅力アップ策

##### (1) 商店街でウォーキングポイント参加者限定の抽選会を実施（平成 27 年 11 月～12 月）

⇒9 か所の商店街で、よこはまウォーキングポイントの歩数計を提示することで、商店街の景品 500 本をご用意した、参加者限定の抽選会に参加できます。

##### (2) 年間累計ポイントによる「Wチャンス抽選」を実施（平成 28 年 1 月）

⇒平成 27 年 1 月から 12 月の年間累計ポイントを対象に、商品券や健康商品などの景品 5,000 本をご用意した抽選を行います。

☆ 今後、「アンケート調査」及び「統計データ調査」の結果を事業の改善につなげていくなど、本事業が市民の皆様の健康づくりのきっかけづくりとなり、また継続して取り組んでいただけるよう、事業の魅力向上に努めてまいります。