

西日本新聞社の健康増進の取り組みについて

ウォーキングアプリ「ふくおか散歩」



2021.7

福岡市 福岡100行政課題解決事業採択

経済産業省 令和元年度健康寿命延伸産業創出推進事業、令和2年度ヘルスケアサービス社会実装支援事業採択

運営主体：西日本新聞社、凸版印刷、正興ITソリューション

事業を始めたきっかけ

読者も健康に不安を感じる高齢の方々が増えている。



新聞社が「健康寿命延伸」に貢献できないか。

少子超高齢化において世界のトップを走るわが国にとって
“健康寿命の延伸”は是が非でも達成すべき課題。

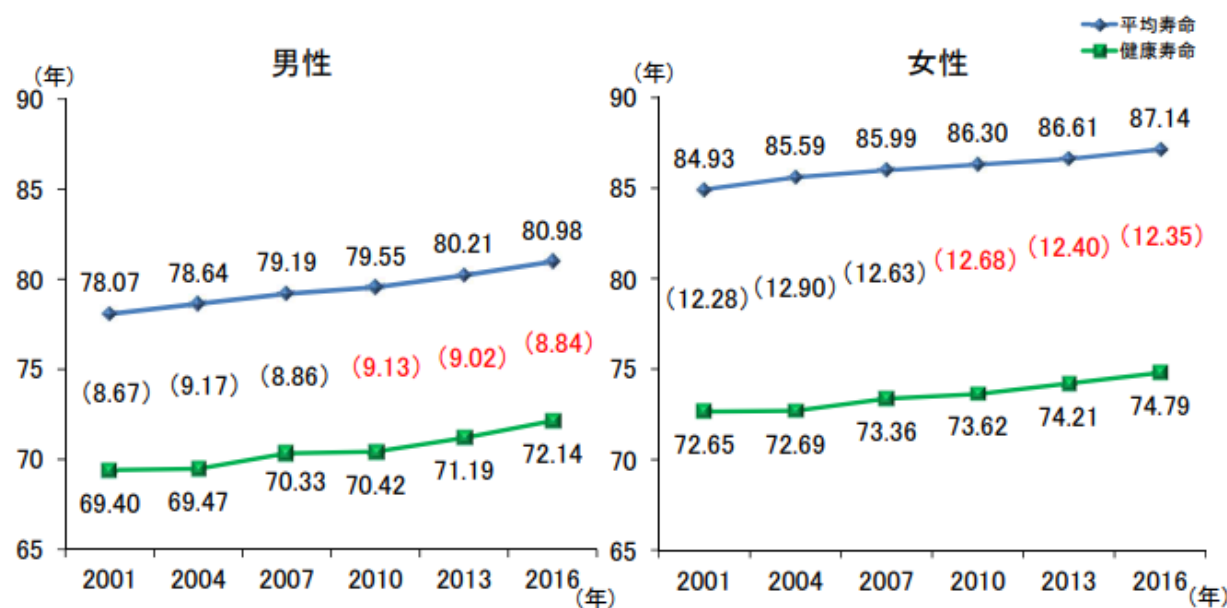


2025年には、65歳以上の方の人口は3,657万人に。
65歳以上の方ひとりを20歳から64歳の方1.8人が
支えることになると推計されている。



国は2016年から将来への成長へ向けて官民一体となって各分野への取り組みを行うため、未来投資会議を開催。2018年には会合の決定事項として「未来投資戦略」を発表し、その中で健康寿命の増加を重点施策のひとつとして位置づけられている。

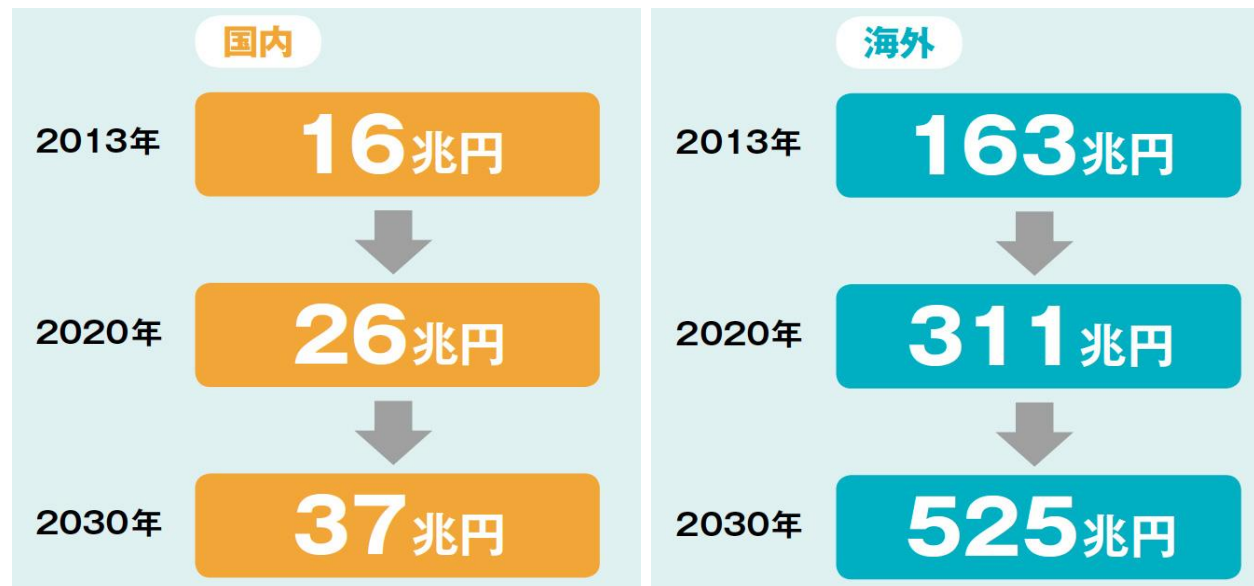
平均寿命と健康寿命の推移



健康寿命を2040年までに3年以上延伸「日本には健康寿命を延ばす余力がある」と厚労省研究会が報告。

伸び続けるヘルスケア市場

現在、ヘルスケア産業は既存の製薬会社、医療機器メーカーなどの既存企業のみならず、システム事業者、プラットフォーム、医療とは関係ないと思われていた企業が参入し、今後はデジタル技術の確認（DX）により医療機関と患者生活者がつながっていく時代が到来。

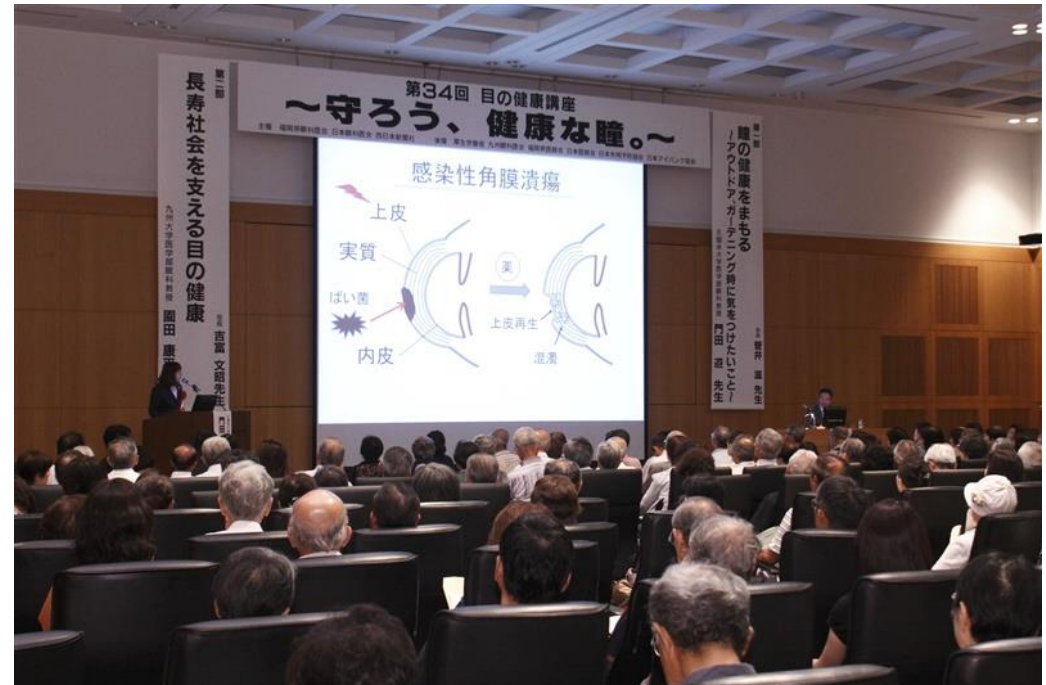


新聞社だからこそ取り組めるヘルスケア領域があるのでは。

これまでの伝統的なアプローチ

紙面での啓発

セミナー・シンポジウム



これに加えて、テクノロジー（ICT）を活用して、
新聞社の新たな可能性を追求したい。

健康づくりには心理的バイアスによる様々なハードルが・・・



続けるのは大変・・・



まだまだ若いから大丈夫。



そもそも健康づくりに興味なし。



何かを始めるにはお金もかかる



食生活に気を付けている
から自分は大丈夫。



めんどくさい・・・

2019年1月にアプリをスタート！
新聞社の新たなビジネス領域を広げることができました。

無理しないで！

まずは、楽しむ事から始めませんか？

大注目の地域特化型

お散歩アプリ

健康ポイントをためて
楽しく運動を始めましょう！

ふくおか
散歩

ふくおか散歩の「3つのミッション」

①地域の人々の健康寿命延伸に貢献

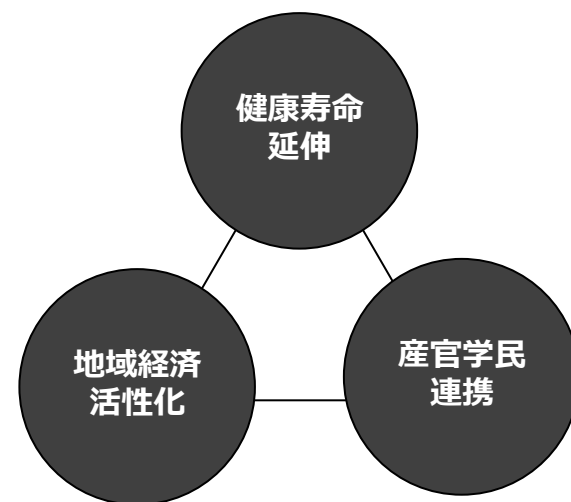
手軽にできる運動であるウォーキングを促進することにより人々の健康づくりに貢献。

②地域経済の活性化

貯まったポイントは地域の流通・小売店舗などで利用可能なものにし、経済活動に直結する仕組みとすることで地域経済の活性化に貢献。

③ヘルスケアのプラットフォーム

プロジェクトを起点として、人々の健康増進に役立つプラットフォームづくりを。民間だけでなく公共部門や各種団体、学術・研究機関との連携も視野に。



新聞読者(シニア)に使ってもらうため、 仕組みはシンプルさを追求！

歩数



ポイント



お得！

歩いて

貯めて

使う



ふくおか散歩の機能

お知らせ

暮らしや健康づくりに役立つ情報をお届け

福岡県警察からの交通安全に関するお知らせや、新生堂薬局管理栄養士からの健康情報、イベントの告知などを配信中。

クーポン

各種プレゼント

飲食店で利用できるドリンクやデザートサービスクーポンほか、さまざまなクーポンを随時配信。買い物代金の割引やギフト券プレゼントに応募できるクーポンも。



ギフトカード

スタンプラリー

ふくおかマンホールスタンプラリー

フリーペーパー「ファンファン福岡」および「福岡市」とタイアップ。ハートマークが刻まれたマンホールを探して歩くスタンプラリーイベントを開催。

実施期間 2020年10月29日～11月27日



対抗戦

アプリで対抗! ウォーキング大会 ～福岡市健康づくり月間杯～

アプリ内で参加グループを登録し、期間中のメンバーの合計歩数の平均で順位を競いました。上位チームには賞品をプレゼント。

実施期間 2020年10月19日～31日

福岡100
人生100年時代への
チャレンジ

チーム対抗! さんぽ合戦

新生堂薬局とのコラボ企画。新生堂薬局が開催した「FUKUOKAオンラインハッピーフェスタ」のイベントの一つとしてオンラインウォーキング大会を実施。

実施期間 2020年7月19日～8月1日



新生堂薬局広報部
新生堂ハピチ

イベント

博多大丸チャレンジウォークラリー

博多大丸館内に設置したチェックポイントを巡り、2次元コードを読み込むと健康ポイントがゲット。全てクリアした人にはドリンクをプレゼントしました。

実施期間 2019年9月19日～23日



地域貢献

地域応援プロジェクト

健康ポイントを地域の課題解決に取り組む団体に贈り、活動を応援するプロジェクト。目標ポイントに達した団体にふくおか散歩事務局から支援金を贈呈しました。

実施期間 2020年11月18日～12月18日



ベンチプロジェクト
誰もが外出しやすいまちをめざして
福岡市はベンチを贈っています

「行政との新たな連携」にも取り組んだ

福岡100

人生100年時代の
健康社会モデルをつくる
100のアクション

**福岡100 アプリで楽しく健康に
ウォーキング 実証スタート** 9/3~

パ・リーグウォーク
Walk!
ファン同士が
歩いてバトル

ふくおか散歩
ふくおか
散歩
区役所の
イベントとコラボ

20~40代の運動量アップへ!

【行政】

民間の活用
で健康増進
施策を推進



【新聞社】

地域課題に
ビジネスで
挑戦する

テーマ：市民が日常的に継続して歩くことにつながる取組み・仕組み

「人生100年時代を見据え、心身ともに健康で自分らしく暮らしていける持続可能な社会の実現」

○身体活動量が多い人は少ない人に比べ生活習慣病の発症リスクが低いことが実証されており、健康日本21福岡市計画では、市民が取組みやすい運動として、ウォーキングを推奨し、ウォーキングマップづくりや、ウォーキングイベントなどを開催している。

○健康日本21福岡市計画で設定している1日あたりの歩数の目標値について、平成29年度の間評価時点では、男女とも目標値に届いていない。また、健康づくりに取り組んでいる人の割合は、平成24年度の実績値から減少している。

※1日あたりの歩数

・男性(20歳以上)：7,621歩(2011年)⇒7,419歩(2016年)⇒9,000歩(2020年目標値)

・女性(20歳以上)：7,281歩(2011年)⇒7,706歩(2016年)⇒8,500歩(2020年目標値)

※健康づくりに取り組んでいる人の割合

57.6%(2012年)⇒54.4%(2016年)⇒75%(2020年目標値)

○健康づくりに取り組んでいない層は、30代、20代、40代の順で推移していることから、特にこれらの年齢層をターゲットとした、「自然に」「楽しみながら」「日常的に継続して」歩くことにつながる仕組みを取り入れていくことが必要となっている。

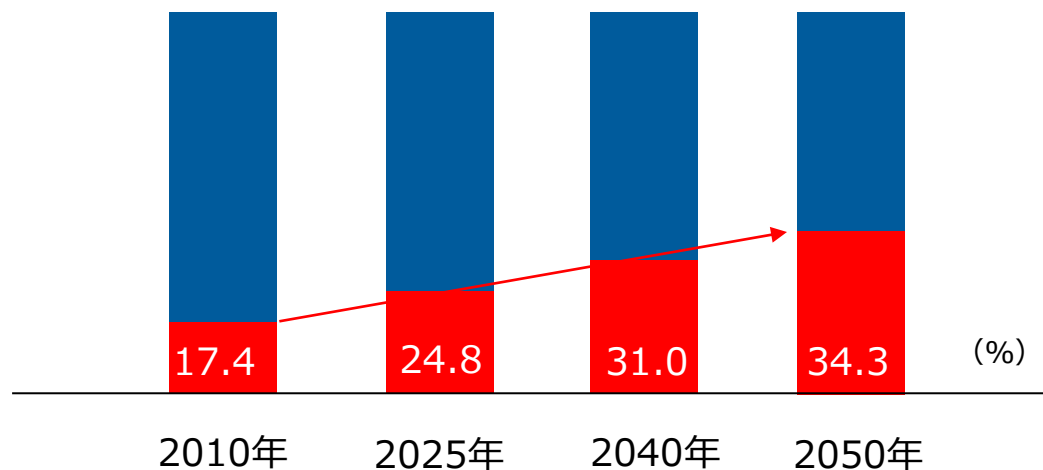


アプリを登録し利用された方の歩数の変化などを確認しその成果等を
今後の福岡市の健康づくり施策の検討に活かし市民の健康寿命の延伸を図る。



記者発表：令和元年9月3日

<福岡市の高齢化率>



福岡市では税金や年金保険料を払う働く現役世代の 数が増えないことで医療福祉財源が伸び悩んでいくことが予想される。
医療福祉の負担が急増するという大きな問題を抱えている・・・。

引用：福岡市健康先進都市戦略

要介護高齢者と認知症高齢者の将来推計



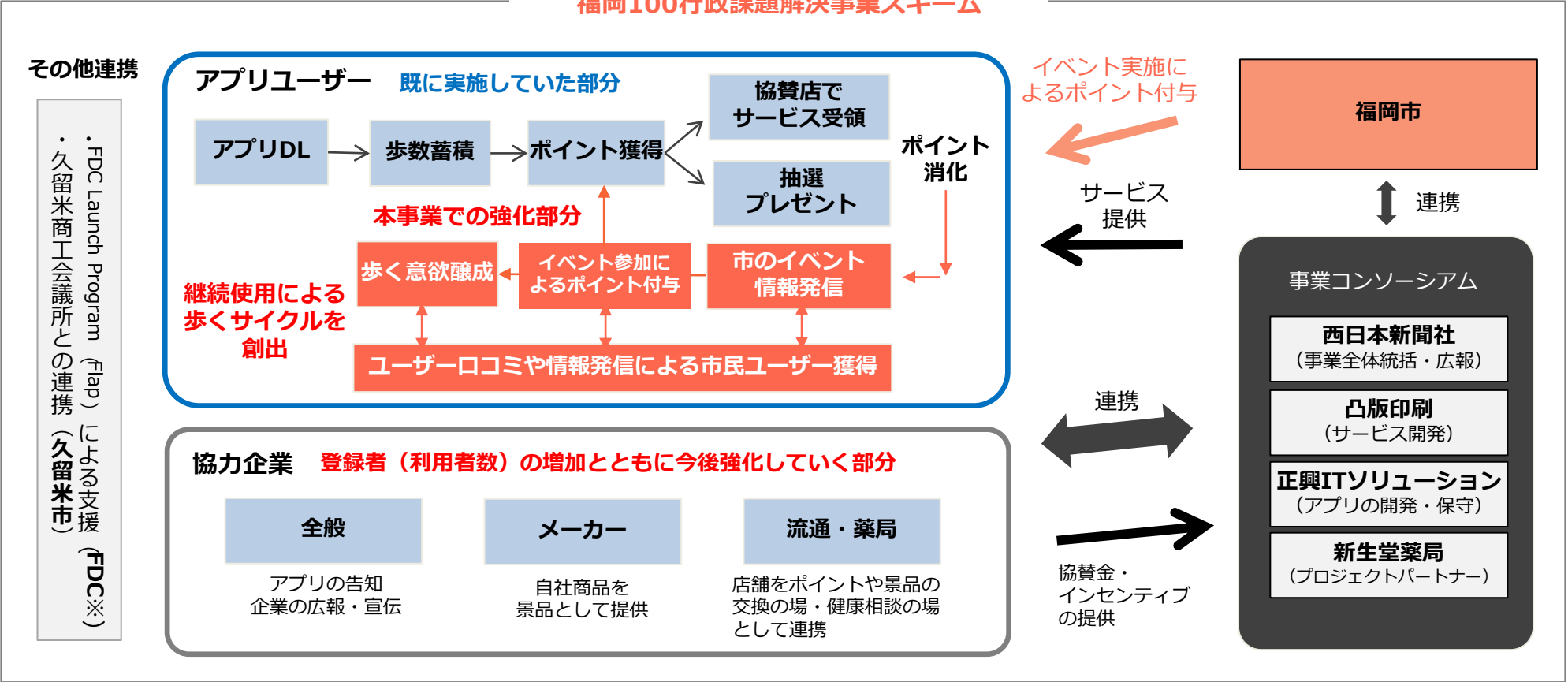
福岡市では2025年の要介護高齢者は約10万人、認知症高齢者は約5.5万人になると見込まれ、いずれも2014年の2倍近い水準となっている。

引用：福岡市健康先進都市戦略

ふくおか散歩は、民間企業による「自走型健康ポイントビジネスモデル」

新聞社の顧客接点、コンテンツ、広告ビジネスノウハウ
凸版印刷と正興ITソリューションのアプリ開発・運用ノウハウを持ち寄っている

福岡100行政課題解決事業スキーム



連携事業では市民の「歩数増」「継続性」に寄与する取組みを展開

同事業における4つの取り組み

①歩く意識の向上

市民参加型の「目指せ100kmウォーク」をはじめ、各区の健康フェスタとの連携により市民の歩数の可視化を図った。

②イベント情報の発信

福岡市の健康づくり関連のイベント情報の発信やポイント付与による参加意欲の向上を図り、歩く楽しみ提供し歩数の底上げを推進。

③他部署との横展開

保健福祉局を窓口交通局や住宅都市局、経済観光文化局などとも連携を行った。

④市民の歩数可視化（データ化）

アプリ登録者数や登録前後の平均歩数の推移などを可視化。今後の施策づくりに活用いただくためのデータを抽出した。

①歩く意識の向上

2019年10月の健康づくり月間にオンラインイベントを開催。

100kmウォーク、約250人が参加。約45%が達成。

2019年09月16日

【福岡市×ふくおか散歩ミッション】福岡100ウォーキングポイント企画を実施いたします

10月1日（火）～15日（火）まで福岡市とのコラボレーションによるウォーキングポイント企画を実施いたします。

詳細は今後「ミッション」よりご確認ください!!
ポイントゲットのチャンスです。

■福岡市ミッション参加者平均歩数

対象ミッション：【福岡市×ふくおか散歩 目指せ100km!福岡100ウォーキングポイント企画

期間：2019.10.1～2019.10.15

参加者	252人
内 達成者	113人

ミッション期間の平均歩数

参加者全員	11,000
達成者	14,568

結果として、アプリリリース時から

参加者の平均歩数は**約1,000歩増**

達成者の平均歩数は**約3,000歩増**

月別登録平均歩数

	2019年1月	2019年2月	2019年3月	2019年4月	2019年5月	2019年6月	2019年7月	2019年8月	2019年9月
参加者全員	9,220	9,766	9,807	9,674	9,706	9,623	9,217	8,626	9,326
達成者	10,548	11,389	11,497	11,381	11,627	11,852	11,345	10,970	11,846

	2019年10月	2019年11月	2019年12月	2020年1月	2020年2月	2020年3月	2020年4月	2020年5月	2020年6月	2020年7月
参加者全員	10,345	9,758	9,124	9,018	9,300	9,422	8,805	8,883	9,025	8,925
達成者	13,420	12,398	11,430	11,423	11,731	11,984	11,218	11,144	11,198	11,199

② イベント情報の発信

ウォーキングや健康啓発イベントなどの情報を配信 福岡100の事業紹介やアプリポイントが獲得可能なイベントも展開。

9月25日配信

地下鉄ウォーキング

2019年09月25日
博多旧市街ライトアップウォーク2019
千年煌夜コラボ企画！『地下鉄ウォー
キング』開催！

福岡市地下鉄は「博多旧市街ライト
アップウォーク2019千年煌夜」のコラ
ボ企画として地下鉄ウォーキングを開
催します。
この地下鉄ウォーキングに参加すると
「博多旧市街ライトアップウォーク
2019千年煌夜」の主なポイントを通る
ことができるほか、参加者限定の様々
な特典も準備されています。
寺社の街が光に美しく照らされ
る・・・そんな歴史情緒漂う博多部の
魅力を感じることができる地下鉄
ウォーキング。この機会に参加されま
せんか？

日時：10月14日（月・祝） 17：30～
19：00受付（ゴール受付は21：00ま
で）
※博多旧市街ライトアップウォーク
2019千年煌夜は10月11日（金）～10
月14日（月・祝）の各日18:00～21:
00に開催されています。
参加費：無料

参加特典として、地下鉄ウォーキング
参加の方は、博多旧市街ライトアップ
ウォークのチケットを、当日価
格:1,500円→前売価格:1,000円で購入
可能！

イベント詳細、参加特典などは[こちら](#)
[ら](#)

9月25日配信

ウォーキングマルシェ

2019年09月25日
秋的那珂川満喫＜ウォーキング×マル
シェ＞参加者大募集!!

南区では那珂川市と共同で両自治体を
越えて流れる那珂川河畔とその周辺で
ウォーキング大会を開催！南区と那珂
川市の住民双方が参加して交流を深め
ながら、那珂川風変の魅力スポットを
再発見しませんか？コースは「歴史を
じっくり10kmコース」「河畔をさくっ
と5kmコース」の2コースを準備してい
ます。

日時：令和元年10月26日(土)
時間：9:00受付開始、9:30開会式
会場：福岡市立老司小学校（福岡市南
区老司3丁目2-1）
定員：500名
※応募多数の場合は抽選となります
参加費：無料
申込方法：①希望するコース②チーム
全員分の名前（ふりがな）③代表者の
住所、電話番号、FAX番号を記載しハ
ガキまたはFAX、Eメールにて南区企画
振興課（092-562-3824）までお送り
ください。
締切：令和元年9月30日

イベント、申込詳細は[こちら](#)

10月3日配信

ロコモフェスタ2019

2019年10月03日
10月14日(月・祝) ロコモフェスタ
2019のご案内

ロコモティブシンドローム（ロコ
モ）・・・骨、関節、筋肉といった体
を動かす「運動器」の障害により、寝
たきりや将来介護が必要になる可能性
のある状態をいいます。
ロコモは放っておくと、日常生活に支
障をきたし、寝たきりの原因になるこ
ともあります。この機会にロコモを
知って・気づいて・予防しませんか。

日時：10月14日 月曜日（祝日） 10
時～17時
会場：ソラリアプラザ ゼファ（中央
区天神2丁目）
MC 西川たかのり氏
【ロコモを知る】
健康運動指導士 藤崎道子氏 トーク
ショー 1回目 12時半～ 2回目
16時～

【ロコモに気づく】
ロコモ健康体験コーナー（無料）
ロコモ度チェック（立ち上がりテス
ト、2ステップテスト）、骨密度測
定、血圧測定
【ロコモに予防する】
ロコモ予防運動紹介、ロコモ予防の食
生活のコツ（展示）
14時～フラダンス大会「ロコモカッ
プ」

12月20日配信

福岡100情報サロン

2019年12月20日
【ミッション追加！】福岡市役所1階福
岡100情報サロンで1000ポイントゲッ
ト！

2019年12月24日（火）～26日（木）
福岡市役所1階にて開催される福岡100
情報サロンにお出掛けすると、ふくお
か散歩のポイントが1000ポイントゲッ
トできます。人生100年時代に向けた明
るい未来への100のチャレンジも紹介さ
れているので、ぜひ遊びに行きましょ
う。

日時：2019年12月24日（火）～12月
26日（木）10:00～17:00
※26日は15:30までとなります。開催
期間外はポイント対応できませんので
ご注意ください。

詳細は[こちら](#)からご確認ください。

アプリユーザー
236人が参加。

※ポイント獲得数

② イベント情報の発信

福岡市各区の健康フェスタと連携し情報発信



アプリ

参加者総数

451人

【10月3日(木)福岡市×ふくおか散歩ミッション②中央区健康フェア】	61人
【10月4日(金)福岡市×ふくおか散歩ミッション③南区健康フェア】	54人
【10月5日(土)福岡市×ふくおか散歩ミッション④博多区健康フェスティバル】	80人
【10月10日(木)福岡市×ふくおか散歩ミッション⑤早良区健康まつり】	58人
【10月14日(月・祝)福岡市×ふくおか散歩ミッション⑥地下鉄ウォーキング】	98人
【10月18日(金)福岡市×ふくおか散歩ミッション⑦西区健康フェア】	55人
【10月18日(金)福岡市×ふくおか散歩ミッション⑧東区健康フェア】	45人

参加者にアプリポイントを付与することで来場促進にもつながった。

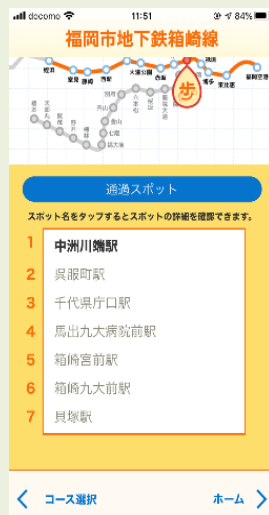
③他部署との横展開

<福岡市交通局>

初期設定であるバーチャルコースに加え、地下鉄コースを新設。ユーザーは自身の歩いた歩数を地下鉄駅の距離(km)で換算することが可能になった。

地下鉄バーチャルコース

各駅の紹介



<経済観光文化局・住宅都市局>

バルウォーク福岡2019と連携。

ライオン広場にアプリポイントが獲得可能なQRコードを設置。



実施期間2019年11月1日～3日



参加者総数

105人

<住宅都市局花とみどりのまち推進部>

地域応援プロジェクトで連携。

今後はスタンプラリーも



<道路下水道局>

市内のハートのレアマンホールを

探すスタンプラリーを開催



④ その他

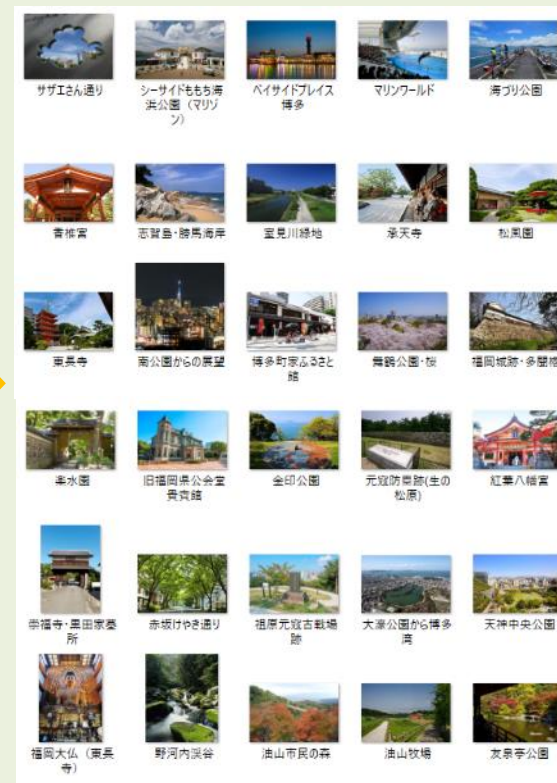
アプリ上で キャラクター表示

ホーム画面に福岡市健康づくり
イメージキャラクター
「よかろーもん」を追加



市内の観光地を紹介する バーチャルコースの設置

初期設定である福岡県内観光コースに加え、福岡市内観光コースを新設。
コース2週目以降は福岡市内のシンボルや観光名所が表示される仕様に。



散歩コースをバーチャルで表示。
歩数により観光名所の写真が表示

④市民の歩数可視化/ユーザー数

**イベント連携や情報発信などにより
福岡市内のユーザー数が大幅に増加。**

●ユーザー数（市内）

	2019/8/30	2019/10/31	2019/12/31	2020/1/31	2020/3/31	2020/4/30	2020/7/31
年齢	ユーザー数	ユーザー数	ユーザー数	ユーザー数	ユーザー数	ユーザー数	ユーザー数
指定なし	1,615	2,236	2664	2971	3718	3885	4347
18歳以上20歳未満	74	111	117	121	143	159	431
20代	311	421	499	548	712	756	879
30代	543	749	909	1042	1347	1430	1564
40代	888	1,229	1479	1663	2167	2275	2472
50代	1,292	1,667	1987	2183	2758	2903	3203
60代	1,019	1,328	1515	1704	2079	2188	2437
70代	334	447	522	586	710	755	875
80歳以上	38	50	61	70	77	99	115
合計	6,114	8,238	9753	10888	13711	14450	16323

事業連携前

事業連携後

**1年間でDL数が
約6,000DL⇒約1万6000DLに拡大できた**

④市民の歩数可視化/ユーザーの歩数

■過去歩数登録者ありの統計期間：2019.1.15－2020.7.31

		過去歩数	人数	平均過去歩数
全体		64,710,307	11,525	5,615
性別	男性	28,325,463	4,380	6,467
	女性	28,546,894	5,677	5,029
年代	18歳以上20歳未満	1,303,463	351	3,714
	20代	3,999,077	670	5,969
	30代	6,815,388	1,169	5,830
	40代	10,668,125	1,816	5,875
	50代	13,910,058	2,462	5,650
	60代	11,130,584	1,897	5,867
	70代	3,668,738	649	5,653
	80歳以上	511,216	93	5,497
	指定なし	12,703,658	2,418	5,254

連携事業期間中のユーザー歩数は、
登録前に比べて

各年代で**平均歩数が上昇**

*過去歩数、人数、平均過去歩数は、2020.8.7 16時時点での2020.7.31までに登録されているユーザーのプロフィールデータをもとに算出

		2019年10月	2019年11月	2019年12月	2020年1月	2020年2月	2020年3月	2020年4月	2020年5月	2020年6月	2020年7月
全体		6,770	6,849	6,509	6,197	6,370	6,362	5,821	5,868	5,993	5,752
性別	男性	8,212	8,324	7,845	7,475	7,810	7,871	7,300	7,108	7,106	6,839
	女性	5,841	5,919	5,662	5,411	5,522	5,454	4,932	5,045	5,216	4,973
年代	18歳以上20歳未満	5,038	5,219	5,453	4,234	4,278	4,739	4,007	3,781	3,781	4,124
	20代	6,873	6,583	6,678	6,348	6,426	6,559	5,180	5,531	6,062	6,061
	30代	6,550	6,830	6,716	6,378	6,577	6,350	5,307	5,444	5,979	5,735
	40代	7,191	7,201	6,804	6,573	6,679	6,591	6,043	6,387	6,443	6,237
	50代	7,028	7,165	6,792	6,458	6,562	6,486	5,903	6,023	6,205	5,956
	60代	7,031	7,173	6,778	6,399	6,745	6,736	6,516	6,602	6,593	6,259
	70代	6,531	6,696	6,137	5,914	6,237	6,742	6,496	6,307	6,211	5,692
	80歳以上	6,738	7,207	6,259	5,916	6,284	6,818	6,422	5,859	5,869	5,425
	指定なし	5,979	5,887	5,671	5,378	5,418	5,368	4,628	4,801	5,183	4,926

※赤枠はアプリ登録以前の

ユーザー平均歩数。

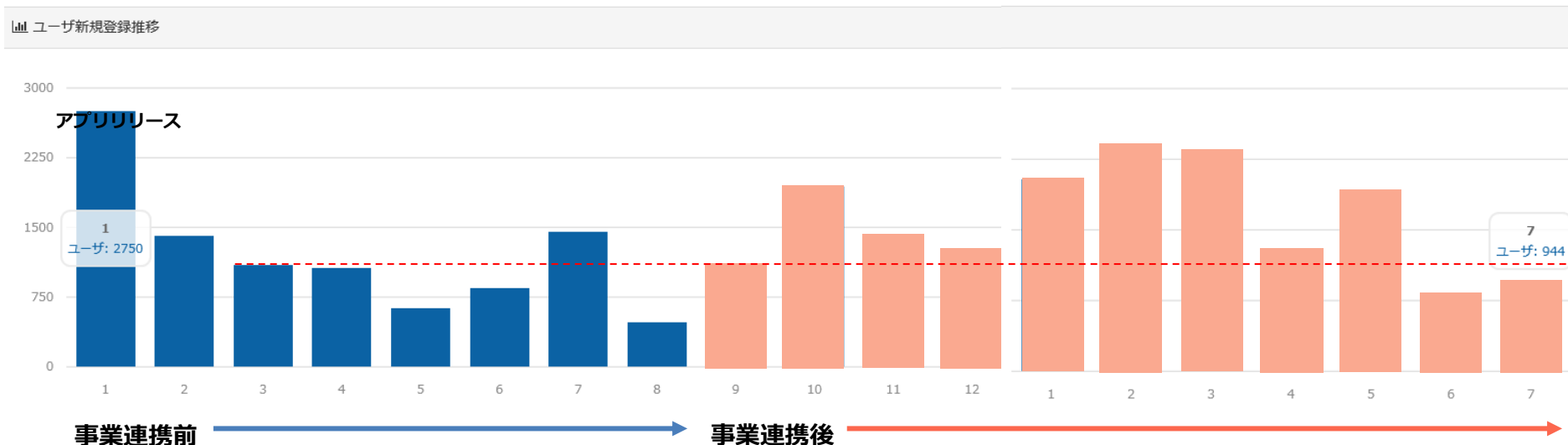
上記より歩数が増加している

箇所が黄色の網掛けです。

④市民の歩数可視化/ユーザー推移

事業連携前に比べ、連携後はアプリ登録数も増加傾向に。

プレスリリースを行った2019年9月と直前の8月比では**8月のDL数481人→1,119人増加率は8月から232%に。**
さらに10月は1,945人増で8月比404%。事業連携の効果で登録者数が飛躍的に増加したと言える。



自社展開①紙面展開

特に新聞広報では、西日本新聞朝刊を活用し大学教授や医療従事者からの「歩く」をテーマとした特集記事を展開。歩くことへの興味関心にコミットした結果、ユーザー数の拡大にもつながった。
今後も継続して紙面展開を実施予定。

上：2019年6月22日 下：2019年9月16日



2020年1月15日



2020年2月12日



2020年3月23日



自社展開②イベント展開

- ・ 協賛社獲得とユーザー向けイベントとして、2020年1月29日に福岡市にて「ふくおか散歩ウォーキングフェア」を実施。6社が協賛・2団体の協力を得た。約420人が来場した。※年間2回程度実施
- ・ 協力店拡大のために、登録店舗のウェブサイトでの紹介や店舗掲出ツールを作成した。

協賛
獲得

第三回 ふくおか散歩ウォーキングフェア

入場 無料

1月29日(水) 10:00~16:00

エルガーホール8階大ホール
(福岡市中央区天神1-4-2)

来場プレゼントは
当日をお楽しみに!

当日は「**DAMARU** 福岡天神店」とのコラボイベントも開催!! 詳細は当日配布のチラシにてご案内します。

ブース出展企業

- ・新生堂薬局
- ・福岡歯科大学 / 歯つり株式会社
- ・福岡市 60歳からの出張個別就労相談
- ・シーボン
- ・株式会社B&Sコーポレーション
- ・ファイテン
- ・クラブツーリズム
- ・日向往還重歩き広域連携事業実行委員会
- ・ふくおか散歩

抽選で豪華賞品プレゼント! 「ふくおか散歩」アプリ開設1周年感謝キャンペーン実施中

「ふくおか散歩」アプリ開設1周年を記念して、登録者に豪華賞品を抽選でプレゼントする感謝キャンペーンを開催します。アプリをまだ使っていない人は、まずアプリダウンロードを! ご応募はアプリ内「特典」→「クーポン」よりお申し込みください。

キャンペーン期間 2月28日(金)まで

A賞 JTB旅行券 30000円分 1人	B賞 新生活応援家電セット (加湿空気清浄機+掃除機) 3人	C賞 ホテルオークラ福岡 お食事券10000円分 10人
D賞 47CLUB キフトカタログ 20人	E賞 全国百貨店共通商品券 10000円分 50人	F賞 今治 ハンドタオル 70人
G賞 モバイルランニングポール 70人		

Wチャンス 抽選に外れた人の中から1000人に「ふくおか散歩」1000ポイントプレゼント

ふくおか散歩アプリのダウンロードはこちら

iOS端末 Android端末

協賛
獲得

「お口の中からはじめる全身の健康」
[講師] 福岡歯科大学 吉永泰周先生

健康講座 13:00頃~

「必笑! 笑いつくりは健康づくり」
NPO法人博多笑い塾理事長・笑術学・研究家の小ノ上マン太郎氏は、医学、社会学、人類学、脳科学などから「笑いと健康」について、20年以上独自に研究し、笑いを活用した身近な健康づくりを提唱。「笑顔で歩く、笑い合うウォーキングの健康法」を伝授します。

お楽しみ抽選会

第十一回 エルガーホール福岡落語会

マンモス展 その「生命」は群るのか (福岡市科学館)

ウォーキングフェアの開催

ウォーキングフェアでは、デンタルヘルスケア分野で事業展開するスタートアップ企業「歯っぴー」と連携し、簡易チェックブースを設けた。健康ポイント500ポイントで、約30名がチェックを受けた。

協力店舗をウェブサイトで紹介

協力店舗用ツール作成

ふくおか散歩ウォーキングフェアの新聞告知

© Nishinippon Shimbun 2021 27

自社展開③大学との連携

- 大学との連携を進め、新型コロナウイルス対策でオンラインとなった授業でふくおか散歩をツールとして活用。学生との意見交換やアンケートも実施した。

福岡工業大学 / ウェルネス科目に「ふくおか散歩」を導入

社会で生き抜いていける人材になるために必要な「教養力」の育成に力を注いでいる福岡工業大学（福岡市東区）が、2020年度の授業に「ふくおか散歩」アプリを取り入れました。導入したのは、社会環境学部・榑崎兼司教授が開講する1年生の必修科目「ウェルネス基礎」。前期は約650人が受講、後期は現在約450人が受講中です。



学生は自分の歩数を毎日チェックし、体調や食事などと併せて記録。振り返りノートを作成して提出します。一方オンライン授業では、運動がメンタルヘルスに与える影響などを学習。演習と講義の両面からウェルビーイングへの考えを深めていきます。

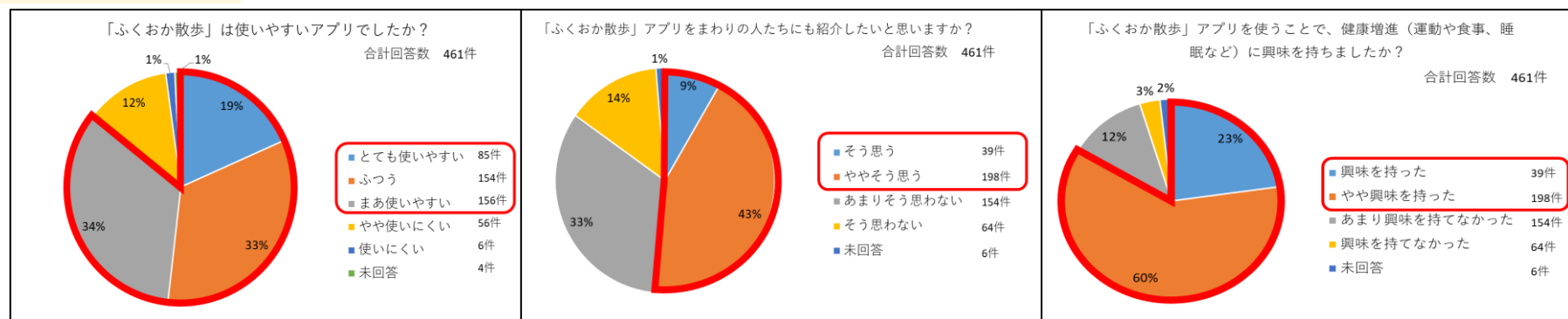
学生が提出したノートには「当たり前と思っていた健康や歩くことのありがたさに気づいた」といった感想もあり、榑崎教授は「データをもとに客観的に自己分析することもでき、学生に限らず、中高年など一般の人にもメリットのあるアプリだと実感しました」。来年度の授業への使用も前向きに検討しているそうです。

福岡工業大学「ウェルネス基礎」（社会環境学部榑崎教授）で活用。「地域創生入門」（10/22オンライン）では、学生の意見交換も実施。生徒からはアプリ機能について自由なアイデアが寄せられた。

<意見・アイデア一部抜粋>

機能案：「日記機能、チャット機能やすれ違い通信、ゆるキャラを用いたアラート機能」

使用感：「使用者同士での交流がまだまだ少ないように感じた。ちょっとした交流が高齢の方には特に大切だと思う。」「ゲーム性があれば利用が増えると思う」



アンケートでは、「操作が簡単で歩数も見やすかった」と86%が使用感を評価。アプリ紹介は、「自分の親世代に紹介することで少しでも健康に興味を持ってくれる」としたいと思うが52%だが、「普通の万歩計やGooglefitで十分だと思うので」などそう思わない学生も半数程度で意見が分かれた。73%の学生はアプリを活用した今回の授業で健康増進に興味を持った。

薬局チェーン店舗での「健康チェック」、管理栄養士による「健康レシピ」情報配信

2021年01月14日
【新生堂薬局 管理栄養士からのお知らせ】無料測定会中止のお知らせ

新生堂薬局栄養士よりお知らせです。

福岡県緊急事態宣言の発令に伴い、当面の顔店舗でのイベントを中止させていただきます。
開催の再開時期は現状未定です。
各店舗で既にご予約いただいていた皆様には店舗スタッフよりご連絡させていただきます。
楽しみにしていただいていた皆様には申し訳ございませんが、ご理解・ご協力の程よろしくお願い致します。

【中止となる健康測定会の日程】
1月16日（土）→室見店
1月16日（土）→東中間店
1月23日（土）→くりえいと宗像店
1月23日（土）→昇野店
1月24日（日）→豊大橋店
1月30日（土）→土井店

なお、店頭での栄養相談・栄養士による接客は感染対策に留意した上で実施させていただきます。
栄養士在籍店舗までお問い合わせください。

【栄養士在籍店舗】
→中尾店
→南大橋店
→塩原店
→昇野店
→室見店
→加布里店
→五島店
→土井店
→今の庄店
→くりえいと宗像店
→永太丸店
→東中間店
→徳力南方店
→サンリア久留米店

2021年07月16日
【新生堂薬局 管理栄養士がお届けする健康情報】ヘルシーレシピアレンジで簡単！ツナキャベツ

コロナ禍で自炊の回数が増えたり、いつもの違う料理にチャレンジしてみた方も多いのではないでしょうか。せっかく新聞したり、使い慣れたイメージのない調味料が揃ったり…そこで今回はお茶会に欠かせない「豆板醤」を使って、包丁いらずの簡単健康レシピをご紹介します。

★材料（2人分）
・キャベツ 200g
・ツナ缶（水漬）1缶（70g）
・味噌 9g 大さじ1/2
・しょう油 6g 小さじ1
・砂糖 3g 小さじ1
・豆板醤 3g 小さじ1/2
・ごま油 2g 大さじ1/2

★作り方
①キャベツを手で1口サイズにちぎる。
②耐熱容器に移し、レンジで2分30秒チンする。
③別の容器に調味料を全て入れてよく混ぜる。
④キャベツ、汁を掛けたツナ、③の調味料をよく混ぜ合わせたら完成。
※お好みで焼き海苔やごま（分量外）を飾ってもOK

★栄養価（1人分）
エネルギー (kcal) 71
たんぱく質(g) 7.2
脂質(g) 1.6
炭水化物(g) 8.2
食物繊維(g) 2.3
食塩相当量(g) 1.2

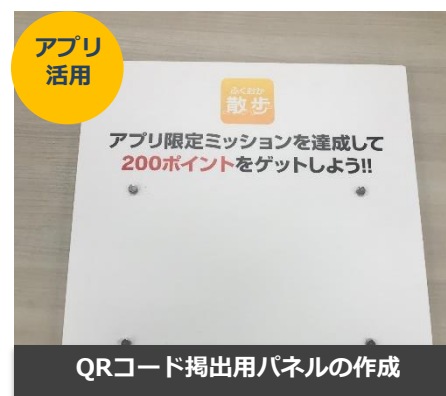
★サバイブシの水菜茹でアレンジもできます♪



- ・参加するとポイントが獲得できる、管理栄養士が行う「健康測定会（無料）」を新生堂薬局と開催。
- ・測定器を使って体脂肪率や筋肉量などを測定し簡単なアドバイスをを行い、500ポイントを付与するもの。
- ・毎月「6」のつく日に健康レシピ情報を配信

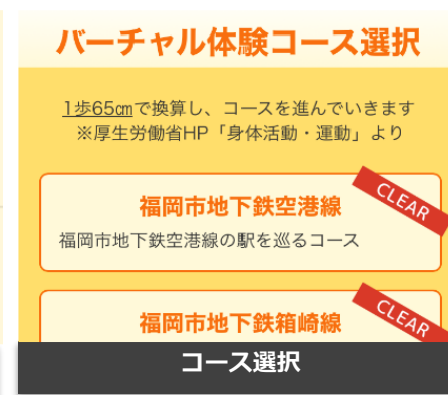
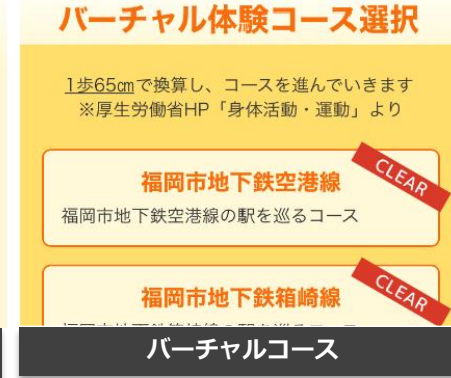
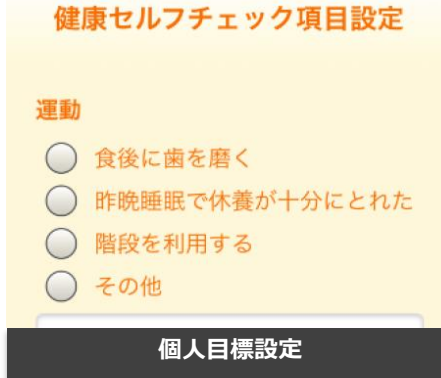
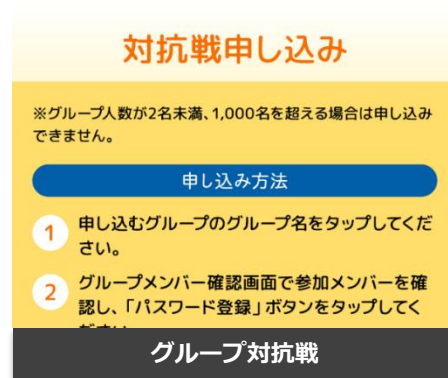
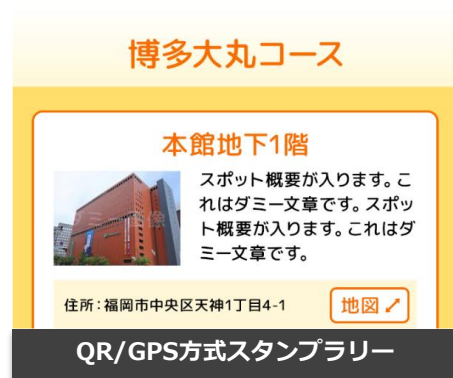
令和元年度健康寿命延伸産業創出事業における取組

経済産業省「令和元年度健康寿命延伸産業創出事業」に採択され、ダウンロード（利用者）数の増加に取り組んだ。新聞広報、テレビ、ラジオ、ウェブメディアとの連携を強化するとともに、ノベルティ作成や、イベントツール、店舗向けツールの作成により、ダウンロードとアプリ活用を促進した。

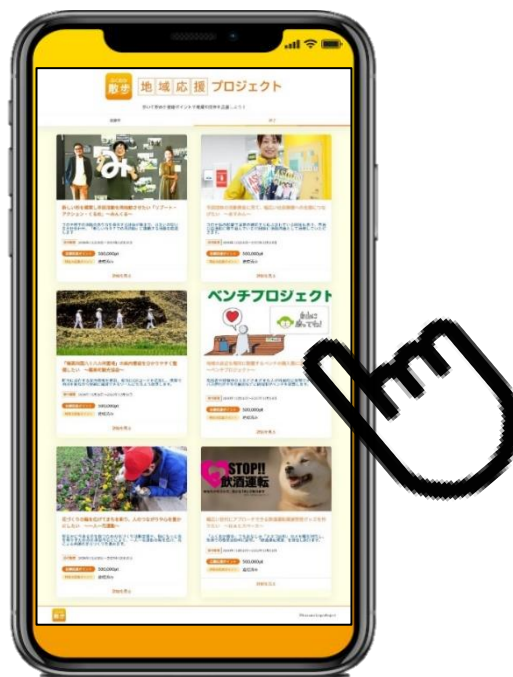


令和元年度健康寿命延伸産業創出事業における取組②

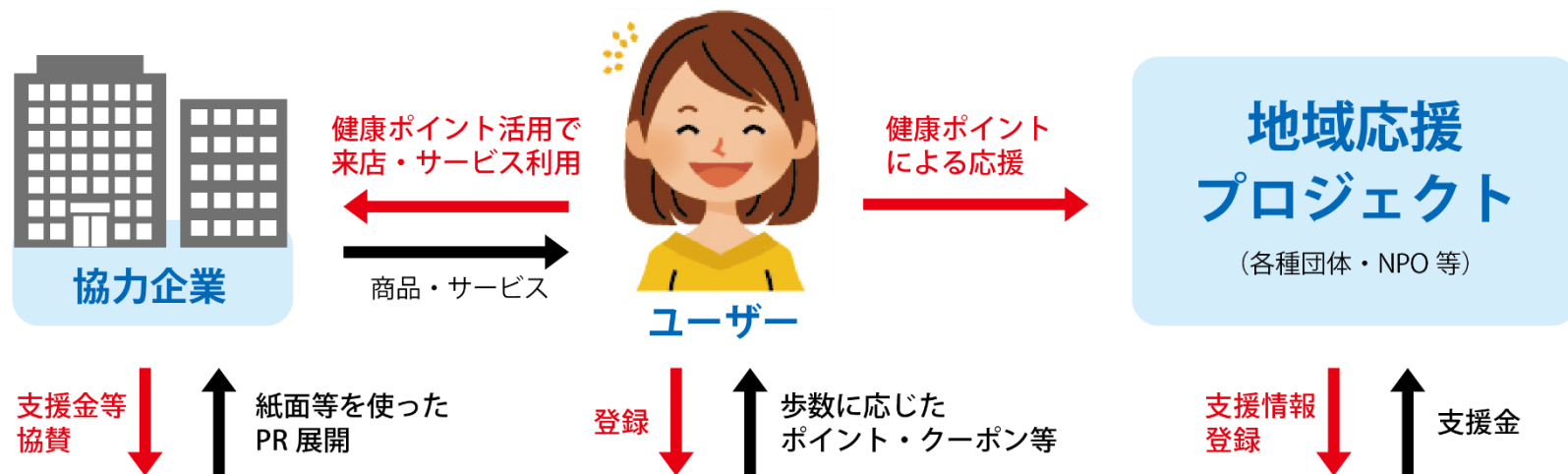
- ・アプリのメインターゲットである40-60代のユーザーを対象とした機能を追加実装
(GPSを活用したスタンプラリー機能、グループ対抗戦機能)
- ・歩く意欲の向上とアプリ継続利用に向けたサービス拡充UIの改修



ウォーキングアプリ「ふくおか散歩」を活用した地域活動団体支援 「地域応援プロジェクト」



アプリで得たポイントを「地域応援」に利用できる仕組みを新たに実装



ふくおか
散歩

西日本新聞ヘルスケアプロジェクト
ウォーキングアプリ「ふくおか散歩」

■街の花壇維持管理



■飲酒運転撲滅啓発グッズ



■街のベンチ設置推進支援



■街の観光案内整備



歩くことが地域貢献になる

これまでの状態像

「歩けば福がやってくる」



自分のために
歩こう！競おう！お得も
GET！

【自分のために歩く】

企画でチャレンジした状態像

「歩けば福がやってくる」

&

「地域が元気になる」

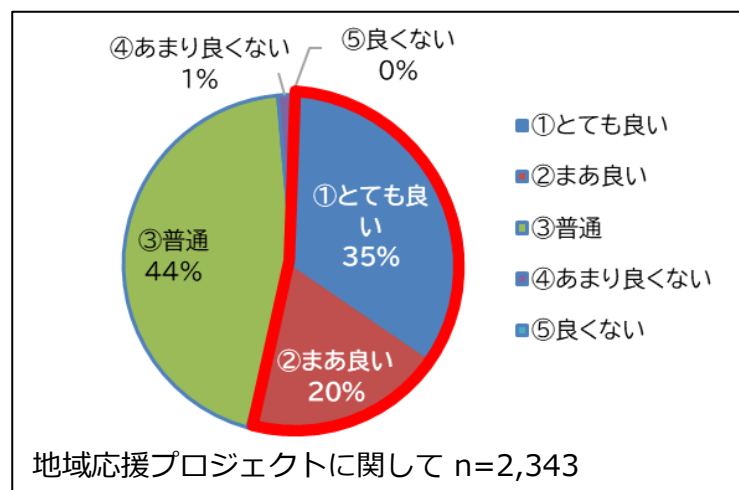


自分のために
歩こう！ポイント
は地域のために
使おう！

【自分のために歩く &
地域貢献】

✓ 割引クーポンやプレゼントで「お得を得る」だけでなく、**歩くことで自分以外の誰かが幸せになる世界観を提供。**

1,000人以上のユーザーが自分の健康づくりに加えて地域貢献に参加できると実感した。



50代(女性)
自分の運動が、人の役に立つなんて、最高です。特に篠栗町にはよく運動しに行ったので、篠栗を守ることに役に立てたら、うれしいと思いました。

60代(女性)
自分の頑張りがポイントになり、それで地域に少しでもお役に立てるのがうれしい。退職して久しぶりにやりがいを感じた。また企画してくださね。頑張って歩きますから。

60代(女性)
災害が頻発している現在、無理なく自分のできる範囲でお互いに助け合い、さらにはそれが地域の活性化につながるのとても素晴らしいのではないかな。

60代(男性)
花いっぱい運動など地域を応援することは、地域に住んでいる実感があります。

60代(男性)
地域応援は言葉はいいが、なかなか実行は難しい。こんな形であれば参加しやすい。

60代(女性)
自分の健康のためにポイントがもらえて、それが社会の役に立てるなら一石二鳥！

40代(女性)
こんな時期だからこそ、みんな頑張ろうという気持ちが大変だと思います。

40代(女性)
コロナで、人の気持ちが暗くなったり、経済が停滞したりしているときに、前向きになる企画はとてもいい事だと思います。

50代(女性)
歩くことで地域を応援できるなんてすごいと思います。応援が必要なものを知る事ができ、それに私も参加する。福岡の一員で役に立てているのかなとうれしくなります。

40代(男性)
3人の子どもが犠牲になった飲酒運転事故は今も心に残っています。飲酒運転ゼロを目標に頑張っている団体など、地域を良くしていこうという行動はとても喜ばしい活動だと思います。

6つの地域活動（計30団体）に総額300万円を支援。 支援金の原資を協力企業（30社）から集めた。



歩いて貯めた
健康ポイントで応援

ふくおか
散歩

支援金を贈呈

支援金の使途
目標応援ポイント 500,000pt

- 幅広い世代にアプローチできる啓発グッズとして、「ふくおか散歩」でもおなじみのキャラクター「ヌメコ日和」のTO DO メモ帳を制作
- 飲酒運転の「NOT TO DO」(やってはいけない)も分かりやすく表記したい
- 行政の窓口や大学などで取り扱ってもらう予定



支援金の使途
目標応援ポイント 500,000pt

- 地域団体からの要望をもとに、道路沿いの市有施設などに設置するベンチの購入費
- 「ベンチプロジェクト」は、誰もが心身ともに健康で自分らしく暮らせる持続可能なまちを目指す「福岡100」プロジェクトの取り組みの一つ

みんな
ベンチです

高齢者や妊婦中の人、
子ども連れの人など
さまざまな人が、外出の
際に休憩できる場所を
望んでいます

福岡市地域福祉課長
中村 将道さん

6つの地域活動（計30団体）

令和2年度ヘルスケアサービス社会実装支援事業における取組

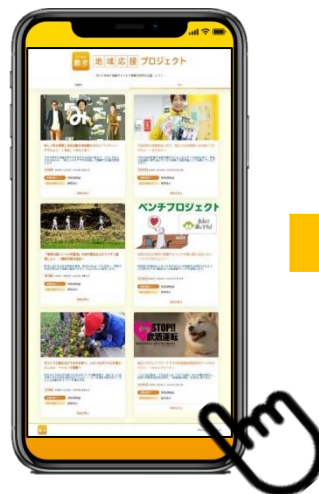
No	窓口	団体名/支援内容	件数
1	福岡市保健福祉局	地域の身近な場所に設置するベンチの購入費に活用したい～ベンチプロジェクト～	1
2	福岡市住宅都市局	花づくりの輪を広げてまちを彩り、人のつながりや心を豊かにしたい～一人一花運動～	1
3	NPO法人はあとスペース	幅広い世代にアプローチできる飲酒運転撲滅啓発グッズを作りたい	1
4	一般社団法人 篠栗町観光協会	「篠栗四国八十八カ所霊場」の案内看板を分かりやすく整備したい	1
5	福岡市NPO・ボランティア交流センターあすみん	市民団体の活動資金に充て、幅広い社会課題への支援につなげたい ①緑のキャラバン隊/公園や病院の花壇などで花と緑を育て活用 ②フードバンク福岡/食品ロスの削減と生活困窮者の支援 ③福岡城市民の会/鴻臚館・福岡城の復元・整備の促進、町づくり ④FOCUS/キャリア支援サービスの提供 ⑤トウマンハティふくおか/福岡在住の外国人支援やインドネシアにある日本語学校の運営支援 ⑥箱崎自由学舎えすべらんさ/不登校などで居場所を失った子どものフリースクール ⑦福岡被災地前進支援/被災した人々が前に進むために防災活動にも取り組む ⑧ママワーク研究所/仕事と子育てを両立したいママのサポーター ⑨Little Hands/学生による子ども育成・見守り事業 ⑩アカツキ/NPO法人の伴走型コンサルティング	10
6	久留米市市民活動サポートセンター みんくる	新しい形を模索し市民活動を再始動させたい「リポート・アクション・くるめ」 ①RUN伴+久留米/認知症の人とのタスキリレーを通じ、まちをオレンジ色に染めていく。 ②オレンジ健康フェスタ実行委員会/地域における認知症疾患の保健医療水準の向上を図る、 ③筑後を守るドローン隊/最先端の技術・プログラミング体験を通じた「子ども居場所づくり」 ④ちくご松山榎復活委員会/久留米で生まれた「松山榎」を復活と榎の良さや魅力を発信 ⑤ほとめきイベント実行委員会/世代を超えて子どもたちに喜ばれてきた「街なかの催し」 ⑥こえてゆけ! 次郎と駅伝大会 from くるめオンライン公民館、 ⑦♪メモリー・ケア♪/オンライン配信による音楽活動を取り入れたトレーニングによる認知症予防 ⑧健康麻雀の会/健康増進のための健康麻雀 ⑨心眼ハート♡あいず/見えない・見えにくい大人や子どもとの学習会や交流会 ⑩日本語支援 むつもん教室/外国人の小、中、高校生と成人のための日本語学習支援教室 ⑪がんサロンちっご 虹の会/患者・家族の交流会 ⑫NPO法人 ハッピーママくらぶ/発達障害の啓発や、親への支援を ⑬久留米断酒の会/断酒継続 ⑭一般社団法人 久留米健康くらぶ/認知症予防 ⑮くるめ 災害支援ネット/防災意識の啓発および被災地支援 ⑯IPC西国分/コミュニティーセンター	16

アプリ内に活動応援サイトを立ち上げ、新聞広告をメインにWEB記事・SNSなどでプロモーションを実施

●支援プロジェクト掲載済（11月）



●ユーザーによるプロジェクト応援（11月～12月）



●プロジェクト支援報告（21年1月）



令和3年度地方公共団体における効果的な熱中症予防対策の推進に係るモデル事業における取組

福岡市をはじめとした事業者による熱中症対策事業にも参画。
アプリを活用した（特に）高齢者やウォーキング実践層の熱中症予防及び啓発を実施。

※本事業は6/22～10/27まで



事業での追加UI



予防行動を案内



熱中症予測情報を案内



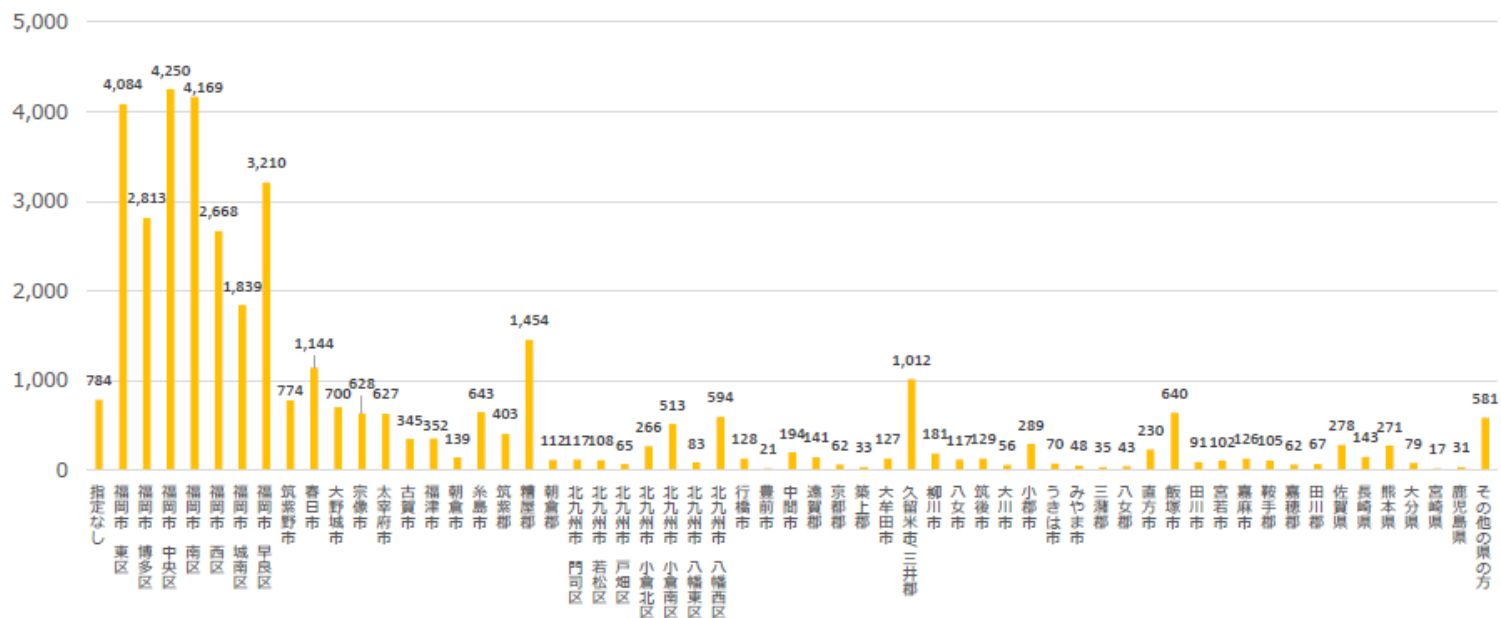
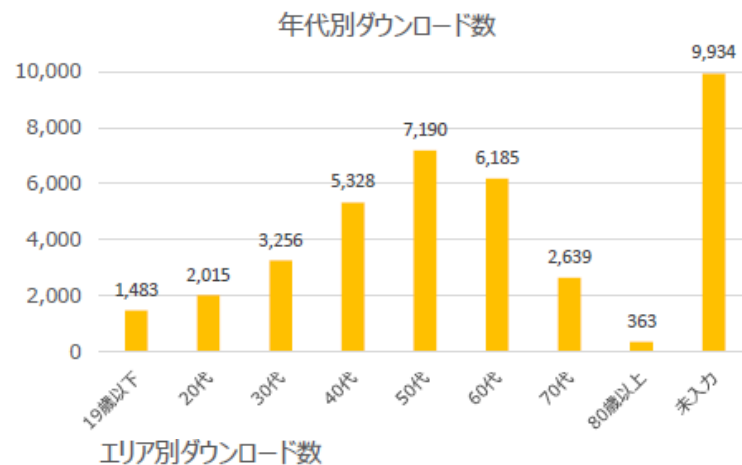
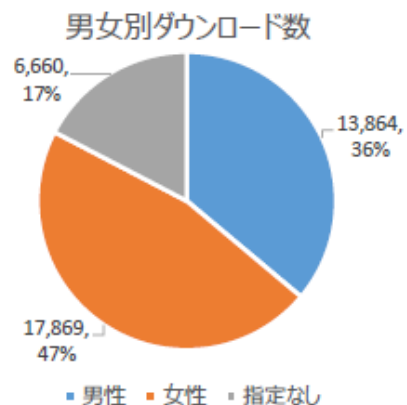
市内給水スポットを案内



朝刊での紙面啓発も実施

ふくおか散歩/ユーザーデータ（2021年5月末現在）

総ダウンロード数 38,393 件



最後に

「ふくおか散歩」事業は派手さは無いですが、
地域課題と向き合う取り組みとして、
これからも真摯に取り組んでいきたいと考えており
ます。私共の活動報告が皆様の事業の一助になれば幸いです。

ふくおか散歩事務局

(西日本新聞社メディアビジネス局内)

E-mail : fukuoka.sanpo@nishinippon-np.jp