

「健康長寿のまち・京都いきいきポイント」 客観性の実現

京都市保健福祉局

健康長寿のまち・京都推進室 健康長寿企画課

白崎 晃太郎

健康長寿のまち・京都 いきいきポイント

- ・主体的に楽しみながら健康づくりに取り組むことができるよう、日々の健康づくりの活動を「健康ポイント」として「見える化」することで達成感を得つつ習慣化を図るとともに、一定の活動成果によって抽選でプレゼントが当たる仕組みの事業
- ・参加者自身が目標を定める毎日の健康づくりや、各種健診の受診、健康につながるお出かけなどの取組成果を「いきいきポイント手帳」に記録することで、自己申告により「健康ポイント」を貯め、50ポイント以上貯まればプレゼントに応募することができる
- ・歩数が自動で記録されるなど、健康づくりの記録が手軽にできる
スマートフォンアプリ「健康長寿のまち・京都いきいきアプリ」もリリース

いきいきポイントの変遷

平成28年度



平成29年度



平成30年度



令和元年度



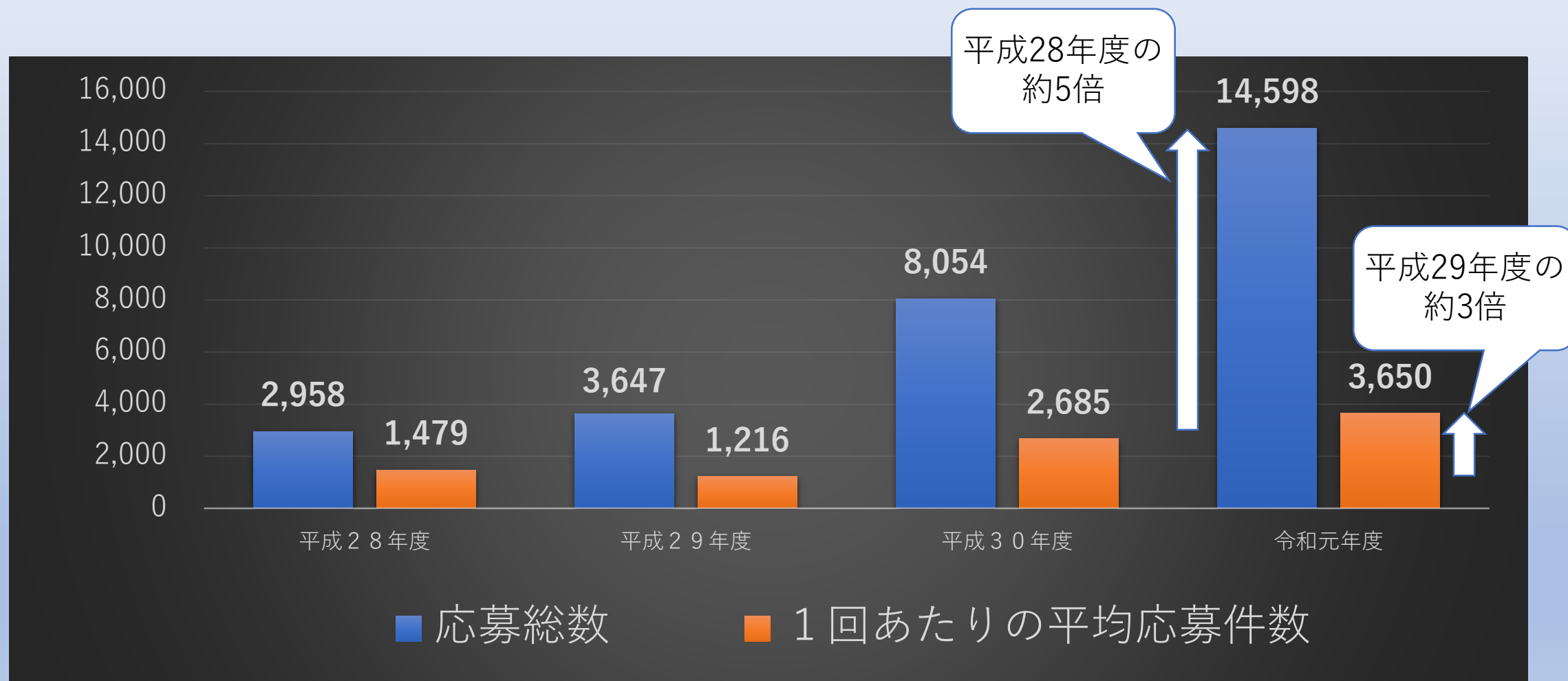
令和2年度



いきいきアプリ

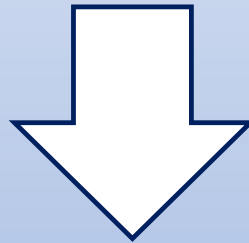


プレゼント応募件数の推移



いきいきポイントの方向性

- ・自己申告制でポイントを貯めていく仕組みであるため、健康づくりにつながっているか客観的に把握することができない。
- ・健康づくり自体、「健康になった」と自覚するまでに時間がかかる。



- ・客観性がある健康づくりを提供することで習慣化につなげる。
- ・「統合データ」やIoT/ICTを活用して、産官学連携により実効性が高い健康づくりについて研究し、医療・介護費の削減効果やEBPMが計れるものに再構築する。

【新しいいきいきポイント全体イメージ】

