

全世代・全員活躍型『生涯活躍のまち』構想
～夢いっぱいコンパクトタウン くみやまCCAC構想～

健康×ウォーキングアプリの取組

令和5年12月18日

京都府久御山町 国保健康課・企画財政課

久御山町の概要

久御山町は、こんなまちです。

- 面積： 13.86 km²
- 人口： 15,422 人
(R5.10.1現在)
- 事業所数： 約1,600 事業所
- 昼夜間人口比率： 206.6 %
(R2国勢調査)
- 宇治川と木津川に挟まれ、山城盆地で
もっとも低いところに位置する
- 令和6年度は、町制施行70周年の記念年です。
(昭和29年10月1日施行)



前川沿いの桜並木



久御山町役場



久御山工業団地



田園風景



久御山ジャンクション



くみやま夢タワー137

久御山町の生涯活躍のまち構想（令和2年3月策定）

計画期間

令和2年度から令和6年度までの5年間

基本理念

あらゆる世代の住民が、「居場所」と「役割」を持ってつながり、交流しながら、健康でアクティブな生活を送り、必要に応じて医療・介護を受けることができ、若年層をはじめ、障害者など誰もが地域で働く場を確保し、子育て世代が安心して出産・子育てできる地域づくりを推進することにより、久御山モデルの「地域共生社会」を実現すること。

久御山町の地域の課題

(1) 計画的な土地利用

- ①広域的な視点からのまちづくり
- ②土地利用構想

(2) 全世代・全員の協働

- ①自治会
- ②生涯学習
- ③高齢者・障害者福祉、男女共同参画
- ④全世代・全員協働の拠点

(3) 少子高齢化社会における継続的なケア

久御山町の取組～次の5つの要素をコンセプトに！

- 住まい <取組例> 新市街地（みなくるタウン）の整備
- ケア <取組例> 歩くまちくみやまの推進
- 活躍 <取組例> 少子化対策と子育て応援
- 定住 <取組例> まちのにわ構想による中央公園再整備
- コミュニティ <取組例> 全世代・全員活躍まちづくりセンターの整備

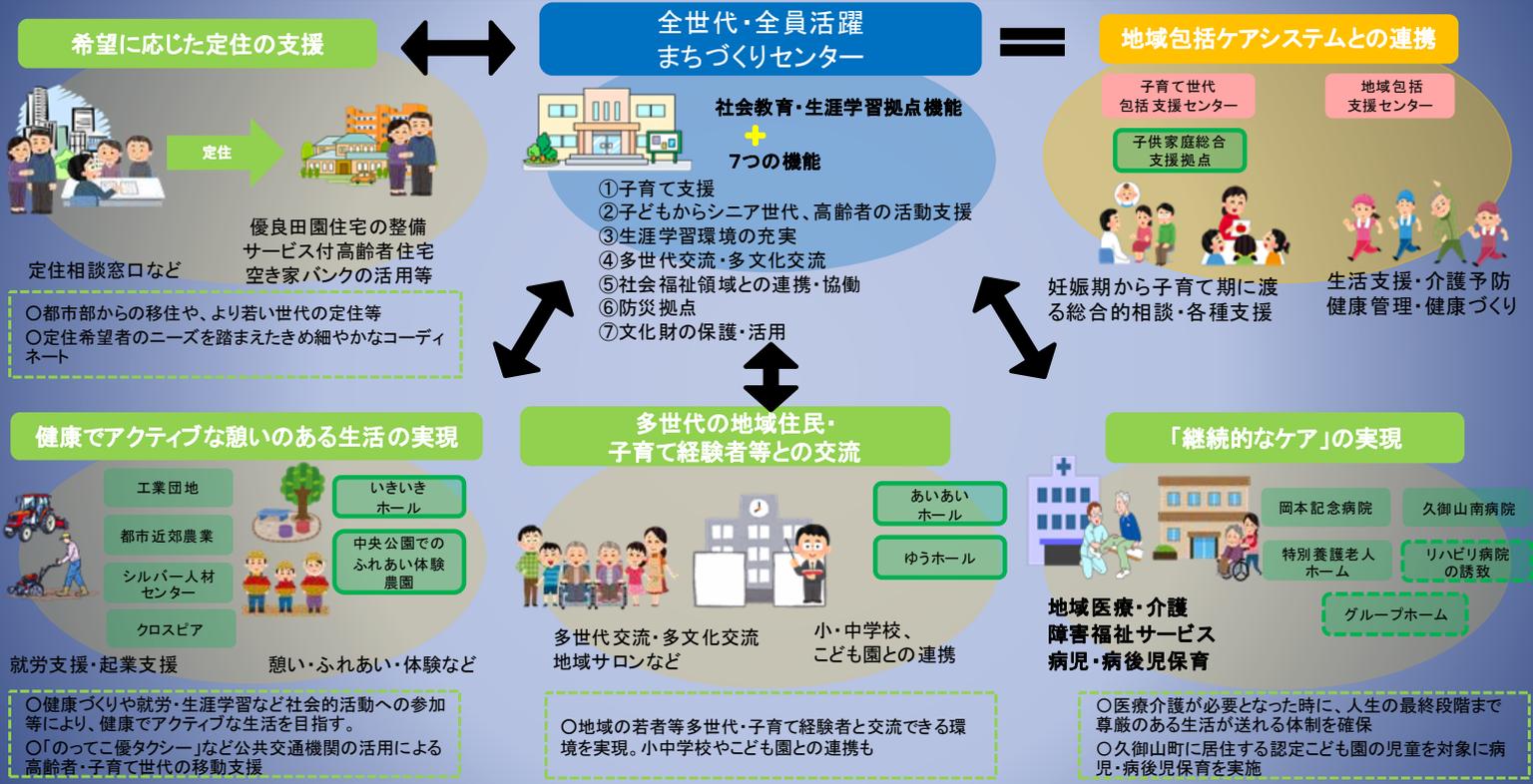
◇全世代・全員活躍まちづくりセンター建築

令和7年のオープンに向けて、基本設計及び詳細設計が完成したところ。
令和6年度着工予定。



久御山全世代・全員活躍共生型社会の実現

◎あらゆる世代の住民が、「居場所」と「役割」を持ってつながり、交流しながら、健康でアクティブな生活を送り、必要に応じて医療・介護を受けることができ、若年層をはじめ、障害者など誰もが地域で働く場を確保し、子育て世代が安心して出産・子育てできる地域づくりを推進することにより、久御山モデルの「地域共生社会」を実現することを構想の基本理念とする。



官民連携の取り組み

○久御山町、教育委員会、社会福祉協議会、シルバー人材センター、医療・福祉サービス事業者、農業関係団体、商工会、地域住民などの参画により、多様な意見が適切に反映されたまちづくりを推進するとともに、持続可能なサービスを提供
○人・暮らし・産業をつなぐ久御山町”まちのにわ”構想とのリンク

それでは、ここから、、、

『健康』をテーマとし、

デジタル技術＝ウォーキングアプリを活用した、

久御山町の「歩くまちくみやま推進事業」について、

説明させていただきます。（登壇者交代）

歩くまち「くみやま」推進事業ってどんな取組??

『ただ一つのテーマ“歩く”を通した“まちづくり”』

“All Life Up Kumiyama Original” 『くみやまALUKO』
～すべてのライフステージを向上させる、久御山町オリジナルの事業～

公共交通との調和や環境負荷の低減、住み続けたいと思える魅力あるまちづくりなど、健康増進のみをターゲットとする事業ではなく、

「“歩く”をテーマとしたまちづくり」まで昇華する事業展開を目指し、部門横断的な取組として全庁的に連携を図りながら事業を進めています！



歩くまち事業開始のきっかけと地域課題等

活用のきっかけ

平坦な地形を生かし、全世代が積極的に歩くことを意識することによって、健康増進や介護予防等に自ら取り組むウォーカブル「歩くまちくみやま」を目指すにあたり、住民等の「取組成果の見える化とインセンティブの付与」、行政が求める「データ収集及びデータ活用の容易性」の両者を確立できる仕組みづくりとしてデジタル活用の検討を行った。

その際、既存アプリではきめ細やかな対応が難しいと考え、町の独自施策に柔軟に対応できるよう、オリジナルのウォーキングアプリを開発することとした。

地域課題・資源等の整理

鉄道駅が立地しない本町において公共交通が課題であり、公共交通ネットワークを検討すると共に、自動車に頼りすぎない移動手段の推進を図る必要がある。

そこで、“歩く”ことに着目し、“歩く”ことを通して、他者と繋がれる環境づくりにデジタル活用が有効であると考えた。“歩く”ことは健康にも環境にも望ましいものであり、“歩く”ことでコミュニケーションが生まれ、町の歴史や産業・名勝に触れ、行き交う人々によりまちの賑わいと活力をもたらすものであると考えた。

歩くまち事業立案と他部署連携

事業立案

全世代・全員活躍のまちづくりの実現に向け、年齢や性別の有無を問わず誰もが交流できる「地域共生型」のまちづくりの推進は必要不可欠であり、交流しながら、健康でアクティブな生活を送れる仕組みづくりとして、“歩く”ことに着目した。健康づくりを所管する国保健康課において、従来から取り組んできた、健康診断等の受診や健康づくりに関わる事業等への参加によりポイントが貯まる「くみやま健康マイレージ事業」の見直しをきっかけに、ウォーキングアプリを活用し、日常に“歩く”を取り入れ、“歩く”ことを一つのテーマとしたまちづくり事業を立案した。

所管部署等の整理

“歩く”ことを一つのテーマとした、健康長寿のまちづくりを目指す事業として開始したため、健康づくりを所管する国保健康課が主導し、生涯スポーツの観点から生涯学習応援課と連携して本事業を進めている。

公共交通との調和や環境負荷の低減、住み続けたいと思える魅力あるまちづくりなど、健康増進のみをターゲットとする事業ではなく、「“歩く”をテーマとしたまちづくり」まで昇華する事業の展開を目指すため、歩くまち「くみやま」推進本部を設置し、全庁的に連携を図りながら事業に取り組んでいる。

民間事業等の参画と住民説明

民間事業者等の参画

アプリ開発について、企画力と創造的な発想を有する業者選定を行うため、ヒアリングシートを用いた技術提案を受け業者を選定した。住民・企業・団体が主体的に歩くまちの取組に参画できるよう、住民参加型の協議会を設置。健康づくりに関するノウハウを持つ民間事業者を活用し、行政と住民等の架け橋となり、運営主体を行政から同協議会に段階的に移行できるよう事業を進めている。さらに、町内企業や農産物直売所が容易に“歩く拠点”として認定できる制度を構築することにより、民間事業者等が本事業に参画しやすい制度設計を行っている。

地域住民等への説明

開発したアプリを多くの住民等に利用してもらうため、町の広報紙や町公式ウェブサイト、町公式LINEで周知するとともに、町が主導し商工会のダイレクトメール発信や路線バス車内広告、町内医療機関や寺院・公共施設でのチラシ配架を行った。また、歩くまち関連イベントを町が複数回実施し、参加者へのポイント付与等を行うことにより、広く周知している。モバイルデバイスを不得意とする方等に対しては、イベント時や窓口でアプリダウンロードをサポートしたことにより、ダウンロード者数は日々増加しており、中でも健康増進に関心のある高齢者の占める割合が高くなっている。

財源の手当て

財源の手当て

事業を立案する過程で、全世代を対象とした健康増進や介護予防等に自ら取り組むウォークブルを目指した事業内容が、全世代・全員活躍のまちづくりに該当することから、地方創生推進交付金（現：デジタル田園都市国家構想交付金）の活用を考え、事業立案と同時並行で交付金申請に向けた準備を行った。また、オリジナルアプリを活用した先進的な取り組みをパンフレットとして作成し、PRすることにより企業版ふるさと納税の協賛金獲得に向けた取り組みを進めている。

歩くまち事業の経過 ①

【歩くまち宣言】

- 令和3年11月3日 「歩くまち」を推進する都市であることを宣言

【推進組織】

- 歩くまち「くみやま」推進本部（令和3年7月設置）
 - ・本部 8名（理事者及び部長級以上）
 - ・幹事会 12名（関係課長）
- 歩くまち「くみやま」推進協議会（令和4年7月設置）
 - ・住民参加型協議会 委員13名（うち会長1名、副会長1名）

【計画等】

- 歩くまち「くみやま」推進事業計画（令和4年3月策定）
 - ・計画期間 令和4年度から令和7年度まで
- 歩くまち「くみやま」推進事業実行計画（令和4年10月策定）
 - ・計画期間 第1次 令和4年度から令和7年度まで



歩くまち事業の経過 ②

【ツール】

- 町公式ウォーキングアプリ「夢見る健幸くみやまALUKO」
 - ・リリース 令和3年11月1日
- 「歩くまちくみやま」ウォーキングマップ（令和3年度作成）

【歳出予算】

- 令和4年度 5,525千円
 - ・歩くまち「くみやま」事業運営費 1,925千円
 - ・ウォーキングアプリ関係 3,600千円
- 令和5年度 6,516千円
 - ・歩くまち「くみやま」事業運営費 2,916千円
 - ・ウォーキングアプリ関係 3,600千円



オリジナルアプリのメリット・デメリット

【メリット】

- 町独自の運用やカスタマイズが可能
- お知らせ機能によりイベント情報等の発信が可能
⇒他部署でのイベント情報等も発信し参加者が増加
- ランキング機能により利用者同士の歩数が視覚化
⇒歩くことへの機運上昇・住民交流が増加
(利用者の平均歩数が年々増加)
- 利用者のデータ抽出が可能
⇒KDBシステム等との併用により、歩く効果解析が可能
- インセンティブの充実
⇒「歩数=ポイント」の仕組みによるインセンティブ付与

【デメリット】

- 年間ランニングコスト
⇒ダウンロード者数の増加により、一人当たりのコストを下げています！
- その他、コスト以外のデメリットは現時点ではありません♪

アプリの利用状況（ダウンロード者数及び年齢層）

【ダウンロード者数】

●令和5年12月1日時点 1,021人

【ダウンロード者年齢層】

- 若年齢層（30代未満） 8.8%
- 中年年齢層（30代～50代） 48.1%
- 高年齢層（60代以上） 43.1%

※大学連携・子育て支援課・教育委員会等と連携する中で、子育て世代等の若年齢層や中年年齢層をターゲットに利用者増を狙った企画を進めています。

令和3年度から今年度までの主な取組

- 歩くまち事業を推進する組織づくり
- 「歩くまち宣言」記念イベント開催（ウォーキングイベント）
- 歩くまちシンポジウム開催（歩くことの効果を発信）
- 地域の生産者等との連携体制構築
- “歩く”と“食”など地域サークルとの連携体制構築
- 住民参加型協議会主催によるイベント開催
- 官×民×学の連携体制構築
- 住民・企業を容易に参画できる仕組みづくりを構築
- 町の重点施策や他部署事業とのコラボ事業を展開
- 小さな取組を細やかに実施

本部会議（庁内連携会議）を実施

歩くまち事業を全庁的に推進するため、理事者・各部課長（ほぼ全ての）を全員集結！そんな会議でも、“楽しく事業推進”をモットーに会議を実施しています♪
この事業が庁内事業展開における“新たなスタイル”となる『モデル事業』となるよう取り組んでいます♪

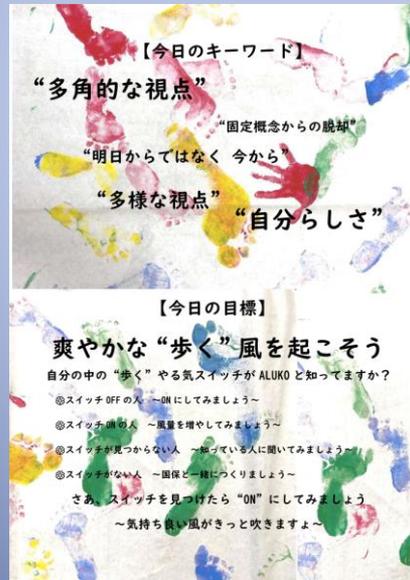


歩くまち「くみやま」推進本部会議
次 第

日 時：令和5年7月11日（水）
午前 10時から
場 所：特別会議室1・2

- 開 会 摸 抄
- 歩くまち「くみやま」推進事業スケジュールについて
- 歩くまち宣言記念イベントについて
- 事業推進に係る意見交換
- そ の 他
- 閉 会

夢見る健康くみやま ALUKO



【今日のキーワード】
“多角的な視点”
“固定概念からの脱却”
“明日からではなく 今から”
“多様な視点” “自分らしさ” “自分らしさ”

【今日の目標】
爽やかな“歩く”風を起こそう
自分の中の“歩く”やる気スイッチがALUKO知ってますか？

- ◎スイッチOFFの人 →ONにしてみましょう～
- ◎スイッチONの人 →風量を増やしてみましょう～
- ◎スイッチが見つからない人 →知っている人に聞いてみましょう～
- ◎スイッチがない人 →関係と一緒に作りましょう～

さあ、スイッチを見つけたら“ON”にしてみましょう
～気持ち良い風がきっと吹きますよ～



資料 0

“歩く”とは？

貴方にとっての“歩く”とは？

みんなの健康を大切に
やっぱり健康で歩きたい
新しい発見で歩く
歩かされても健康で歩きたい
進化の過程を歩きたい
健康を大切に
楽しむ
歩かないと歩けない
自分の体で歩きたい
歩行
消費と歩行
生き
運動

では、久御山町にとっての“歩く”とは

職員の数だけ
住民の数だけ
答えがあるんじゃないだろうか

ならば、より多くの人達と
それぞれの“歩く”に取り組んでみましょうよ

何か楽しそうじゃない？
ワクワクしない？

住民参加型協議会を設置

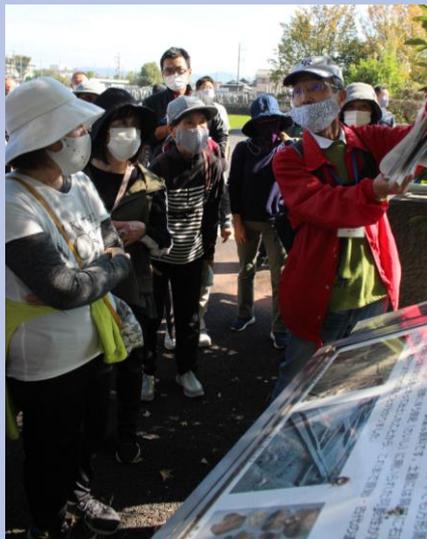
歩くまち事業を行政だけで進めて行くのではなく、住民・企業・団体を巻き込んで推進しています！

協議会メンバーは、大学教授・企業・農業・各種団体・一般公募で構成♪
※行政と住民を繋ぐ架け橋として、民間事業者を交える事で継続的・安定的な事業展開が可能となるよう進めています♪



「歩くまち宣言」記念イベントの実施

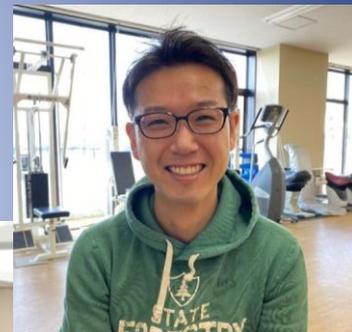
毎年11月3日を「歩くまち宣言」記念日として、ウォーキングイベントを実施！



ウォーキングと併せて、町内の遺跡や名勝の説明、子ども向けのスタンプラリー、農産物直売所巡りなど、“歩く”に“楽しさをプラスして”実施♪

シンポジウムの開催により歩く効果を発信

“正しい歩き方”をテーマに筑波大学人間系教授や徳洲会病院理学療法士による講演を実施し、歩く効果を発信！



歩く×農産物直売所との連携体制構築

健康のために歩きましょう！だけではなく、歩くことに“+楽しみ”を常に検討する中で、新鮮野菜を買いながら歩く事を企画。

農家さんと直接交流することにより、調理法なども教わります♪
そして、このイベントを通して直売所へのリピーターも増加!!



次期農家の
担い手との
交流も
楽しみの
一つです♪

歩く×生産者との交流を創出

歩くイベントと併せて親子芋掘り体験を実施し、地域の農産物生産者との交流を創出！

多種の芋を収穫し、種類に合った調理法を生産者が伝授しています♪



歩く×花き農家との交流を創出

歩くイベントと併せて花の寄せ植え体験を実施し、地域の花き農家との交流を創出！

花の育て方のポイントなどを花き農家が伝授♪



「歩く」×「食」を通した健康づくり

ウォーキングイベントで、食文化サークルのご協力により地元産野菜を使用した健康スムージーを提供♪

野菜嫌いな子ども達にも飲みやすい様にと…3種類のスムージーを用意♪



歩く×写真サークルとのコラボ

「貴方だけが知っている町の魅力」と題し、写真コンテストを開催！審査員には、町内写真サークルの皆さんにご協力をいただきました。

この企画は、写真家さんとの役場窓口での雑談から始まりました♪
住民さんの“こんなんやってみたい”は出来るだけ実現させたい!!



歩くまち写真コンテスト審査風景2022年(令和4年)10月26日



協議会主催のスマホDeフォトウォーク

歩く時の楽しみ創出の一環として、写真を撮りながら歩こう企画！
皆で歩きながら映えポイントや日頃気づかないポイントを探します♪



写真関係企画の今後の課題として、インスタ等の活用より、撮った写真を気軽に投稿できる仕組み作りを構築していきたいです!!

ナイトウォークによる他部署連携

公園の更なる利用向上を目指し、地域住民が主体で実施するクミナリエに、歩くまちもコラボ！

“光で自らを彩り” 約30分のウォーキングをし、公園イベントに合流♪



ナイトウォークと併せて、地域防災パトロール（総務部）・道路管理夜間パトロール（事業部）を実施♪（イベント時は常に他部署に声掛けしています!!）

官×民×学連携体制構築

歩くまち事業を通して、京都文教大学との連携体制を構築！
各イベントの企画側で学生が参加し、学生の感性を取り入れた事業展開をしています♪



“じゃらん じゃらん” 認定制度

住民を対象とした認定制度を構築し、個人としての小さなスケール感でアプリの普及啓発や歩く魅力の発信・イベント時の賑わい創出等に取り組んでいただいています♪



簡単に参画できる仕組みづくりを進める中、町が実施する養成講座に1回参加いただくだけで認定します♪

“じゃらんじゃらん”は「散歩・散策」という意味の言葉です。

“歩く拠点”認定制度

企業・団体等を対象とした認定制度を構築し、組織としての大きなスケール感で取り組んでいただいています♪

⇒企業等に設置の休憩施設等（ベンチ・トイレ・自販機等）の利用等。
アプリの普及啓発やアプリ賞品として自社製品等を提供。



電話 | 本で認定しています！！

アプリ賞品に町内名産物を活用

アプリの賞品には、町内企業等の商品を選定することにより相乗効果を図っています♪

また、歩く拠点等からご提供いただいた賞品を贈呈♪



歩くまち×環境施策①

町内の間伐材を活用し、子ども向けの工作企画を実施！
ヒノキ・杉の香りがするクリスマスオブジェ・鉛筆立て・小箱を作成♪



環境基本条例の施行に伴い、遊びを通して環境への関心を高める企画を実施♪脱炭素社会の構築について学んでいただきました♪

歩くまち×環境施策②

“ロスフラワー”という言葉ご存じですか??

綺麗に咲いている様に見える花・・・
茎が細く、水を吸い上げる力が少し弱いので
商品として販売することが難しいものなども
ロスフラワーなのです。

ロスフラワーは廃棄するのに人の手間も掛かり
ゴミとなることで環境にも負担が・・・

町内の花屋さんから、このような課題を教えて
いただき、ロスフラワーを活用したイベントを
企画しました♪

“ロスフラワー”で人も地球も笑顔に

“ロスフラワー”って何?!

「ロスフラワー」と聞いて皆さんどのような花をイメージしますか?
私は花屋さんで店頭で並んでいる「売れ残ってしまい枯れてしまった切り花」
そのようなイメージしかありませんでした。しかしそれではありません。
こんな見事な大輪の花やコスモスも「ロスフラワー」なのです・・・



こんなに可愛いコスモスもロスフラワー・・・
茎が細く、水を吸い上げる力が少し弱いので
商品として販売するのは難しいので
また、畑に沢山眠っているコスモスも同様であり
この様一列ずつて同じ様な理由で廃棄されます

こんな綺麗な花たちがゴミだなんて知っていましたか?!

ロスフラワーは廃棄するのに人の手間も掛り、ゴミとなることで環境にも負担が・・・



フラワーロス対策への取り組み

ロスフラワーで人に贈ってもらおうことができないか?
ロスをなくし環境負荷を減らすことができますか?
そこで考えられたのがロスフラワー活用事業



“フラワーシャワー”

ロスフラワーの花びらを丁寧にちぎり、カゴいっぱいのお花びらをかけ合い!
小さな子ども達は満面の笑顔で大はしゃぎ!

花吹雪の中いるお子さんをお父さんやお母さんも撮影をしてみます
子どもだけではなく、大人も男女を問わずやっぱり花が好き
使った後の花びらをまとめて“たい肥にすればゴミはなくなる”
別荘に得意をお持ちの方などにも、五感を楽しく楽しんでいただくことができます

“花びらアート”

花びらや葉の形は千差万別です
それぞれの特徴を活かし、イラストを描いたうえで
花びらなどを貼付けていきます
女性に生花のドレスを新させたり、動物の毛に粘着したり
あなたのイマジネーションにより無限に表現が広がります



“少しでも知ってもらい・興味を持ってもらいたい”

世の中にこんなに“綺麗な花たちが廃棄物として処分されている”こと
ロスフラワーを活用することで、“多くの笑顔を生み出せる”こと
廃棄される花たちを“たい肥として処理することで環境負荷を減らすことができる”こと
ロスフラワーには“まだまだ沢山の利用方法がある”こと
ロスフラワーが輝ける場を増やせるよう、あなたに知ってもらい・興味を持ってもらいたい

久野山町はSDGsの目標達成に向けた取組を加速します



歩くまち事業の小さな一歩①

ウォーキングイベント時にブース内で缶バッジ作りを実施！
ただ缶バッジを作って渡すのではなく、ちょっとした工夫を♪
イラストの周りにすべて「歩くまちくみやま」の文字を入れています!!



実は上記の信号機・・・久御山町に実際にある物をイラスト化しQRコードを♪

歩くまち事業の小さな一歩②

職員に歩くまちを広める事業の一環として、職員互助会共催によるストレッチ&ヨガ教室を月1回実施！



歩くを少し取り入れた講座を開催し、職員にも歩くまちを推進すると共に、自身の健康増進への関心を高めています♪

今後の事業展開について

【行政的な視点】

歩くまち事業を行政主体で実施していくのではなく、住民・企業・団体が主体的に実施していけるよう段階的に運営主体を移行させていく。

そして、10年後の目指すべき姿として掲げている

★生涯にわたり心身が健康で笑顔あるれるまち

★自然と賑わいと活力があるれるまち

の実現を目指していきます！

【担当の個人的な視点】

歩くまちの取組としてどんな事をしてるの？って聞かれたら・・・

「200」の取組を紹介できるくらい、大きなイベントから小さな取組まで実施していきたいと考えています！

そして、住民も企業も行政も“皆が楽しんで”を一番の推進力として進め、行政の事業展開における“新たなモデル”となるような取組としていきたいです♪

ご静聴ありがとうございました(>_<)

この後の意見交換も引き続き
よろしく申し上げますm(_ _)m

