

ICTと自然が共存する マシン・ウォーキング体験



SDGs 未来都市

豊橋市

愛知県 豊橋市

- ・愛知県南東部にある人口約37万人の中核市
- ・山、海、川など自然に恵まれ、農業が盛んな面もあれば、地域の中核として新幹線等公共交通のハブ機能や通勤・通学先として都会的な面も



背景

- ・高血圧の人が多い(全国／愛知)
 - ・ウォーキングアプリの開発やウォーキングイベントを実施
- ⇒誰でもはじめやすい運動習慣として「**歩く**」を推進！

課題

- **無関心層の取り込み**
色々やっているが無関心層にはイマイチ響かない…
- **継続性**
運動習慣(ウォーキング)が続かない…
- **アプリのダウンロード数**
アプリが多様化する中で選ばれない、動機がない…
- **高血圧に対する危機感の低さ**
普段の生活で高血圧を感じない(痛み等がない)
薬を飲めば、血圧は下がる
そもそも市の高血圧対策事業も少ない…

例えば、ドイツや国内の一部で導入されている『クアオルト』に豊橋独自性を付け加えるイメージ

事業内容

自然+アプリ+αで、ウォーキングの新しい体験価値を提供します！

自然

豊橋の魅力を活かしたウォーキングコースを整備！
(例) 美しい海岸線や地元食材を味わえるスポットを含めたコース

アプリ

ウォーキング体験をデジタルでサポート！
(デジタルマップ、GPS機能、血圧記録機能、グループ機能)

+α
(医療・農業)

農作業療法を実施する医療機関と連携！

- ・理学療法士などの専門職がガイドとなり、ウォーキング中に血圧を測りながら効果的なウォーキングを実施
- ・農作業と有機野菜の食事をプログラムに！

+α
(コミュニティ)

特定コミュニティ限定のイベントを開催し、新規ウォーキング層を開拓！
(例) 職場の仲間とウォーキング、移住者ウォーキング、三日坊主ウォーキング

得られる成果

■ 無関心層の取り込み↑

人から誘われる、医療機関から紹介されるなど、健康無関心層を含む 新たなウォーキング層の取り込み！

■ 継続性↑

専門ガイドによるウォーキングで、知識が得られ、ヘルスリテラシーが向上する。

また自身の血圧の推移を知ることで、自分事になり、ウォーキングの効果も体感。⇒またやりたくなる！

■ アプリのダウンロード数↑

アプリの機能はそのままに、まずは使いたくなる動機づけが強化！

■ 高血圧へのケア意識の向上↑

(高血圧が改善されると) 受診回数・金銭的負担・服薬の減少、心の持ちようが変わる

寄附をするメリット

健康づくりに貢献している企業として**対外的にPR可能**です！

- 市ホームページ掲載、感謝状の贈呈、アプリ内バナー掲載
- 連携イベント開催

連絡先

豊橋市保健所 健康部 健康政策課
健幸なまちづくりグループ 担当:森

TEL : 0532-39-9116

Mail : kenkouseisaku@city.toyohashi.lg.jp