

(市長記者会見資料)

1月5日から  
配信スタート!!



健康長寿のまち・京都

平成30年1月4日

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

TEL 222-3419

～みんなで楽しく健康づくり!～

## 「健康長寿のまち・京都いきいきアプリ」の運用開始について

京都市では、地域や人とのつながりの中で、仲間とともに、生涯を通じて笑顔で健康づくりを楽しんでいただけるよう取組を進めています。

この度、市民の皆様が健康づくりをはじめのきっかけとなるよう、本市の取組やキャラクターと連携し、オール京都でウォーキングをはじめとする市民の主体的な健康づくりを応援するスマートフォン用アプリケーション（以下、「アプリ」という。）、「健康長寿のまち・京都いきいきアプリ」の運用を開始しますので、お知らせいたします。

### 記

#### 1 アプリの主な特徴

##### (1) まち歩きや文化を楽しめる!

まち歩きを楽しみながら、京都市のキャラクター（75種類）とアプリ上で出会える!一緒に記念写真も撮れます。京都ならではの文化に触れながら、お出かけを一層楽しめます!

##### (2) 身近な仲間といっしょに取り組める!

グループを組んで健康づくりに取り組める!メンバーの取組状況が分かり、励まし合えるメッセージが送れます。歩数などのランキング機能も!

##### (3) 手軽で便利に記録, 応募!

歩数は自動で記録されるなど、健康づくりの記録が手軽にできます。いきいきポイントのプレゼント応募もアプリ上からできて便利!アプリを日記として活用することで取組を継続できます。

##### (4) 京都市の他のアプリと連携!

本市が配信する他のアプリを利用して、市民活動等の一定の条件を達成すると、いきいきアプリに自動で健康ポイントが加算されます!

#### 【記念写真のイメージ】



## 2 アプリ機能について

### (1) まち歩きや文化を楽しめる！「スタンプラリー機能」

ア 文化やスポーツをはじめ、京都ならではの体験から楽しく健康づくりをはじめただけのように、史跡や文化施設、観光地を「スタンプスポット」(市内約2,000箇所)としてめぐり、スタンプラリーを楽しめます。更には、各種イベント情報も配信しており、イベント参加でお出かけをより一層楽しめます。

イ ウォーキングや地下鉄・市バスなどの公共交通機関で「スタンプスポット」を巡り、スタンプラリーを楽しむことや、イベントに参加することで、「健康ポイント」(※参考1参照)も貯まります。

ウ 「スタンプスポット」では、京都市が保有する75種類のキャラクターが登場し、健康づくりを応援してくれます。また、一緒に記念写真を撮ることもできます。

#### 【キャラクターとの出会い方】

##### ①スタンプラリータブを選択



##### ②スタンプスポット付近で Check In



##### ③キャラクターが現れる



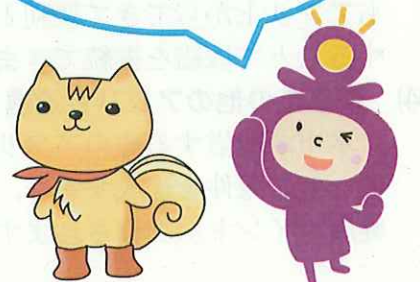
地下鉄・市バス応援  
キャラクター  
太秦 萌

キャラクターは  
どこに現れるか  
わからないので  
地下鉄・市バスなどの  
公共交通も利用して、  
楽しく探してみてね！



京都市会マスコットキャラクター  
またきち マタリーヌ

スタンプスポットを  
5箇所回るか、  
イベントに参加すると  
健康ポイント  
5ポイントGETやでえ～！



京都市食の安全安心啓発  
キャラクター  
おあがりス

京都市広報マスコット  
ミック

## (2) 身近な仲間といっしょに取り組める！「グループ機能」

- ア 家族やお友達など身近な仲間と一緒に、アプリ上で「グループ」を組んで健康づくりに取り組むことができます。
- イ 「グループ」ではお互いの健康づくりの取組状況が分かり、「いっしょに頑張ろう！」、「すごい！」などお互いに励まし合うメッセージ（定型文）を送り合って、健康づくりを続けていくことができます。
- ウ グループ内の個人、あるいはグループ同士で、歩数やスタンプ取得数の「ランキング」も分かるようになっていたため、身近な仲間同士で競い合って、健康づくりに取り組むことができます。

【タイムライン画面】



身近な仲間とグループを組んで、いっしょに健康づくりに取り組めます。

グループ内では、お互いの取組状況が分かるため、切磋琢磨しながら健康づくりに取り組むことができます。

グループ内では、お互いを励ますメッセージ（定型文）を送ることができます。

歩数、スタンプ取得数のランキングが表示されます。個人ランキングやグループ対抗ランキングにより、仲間と競い合って取り組むことができます。

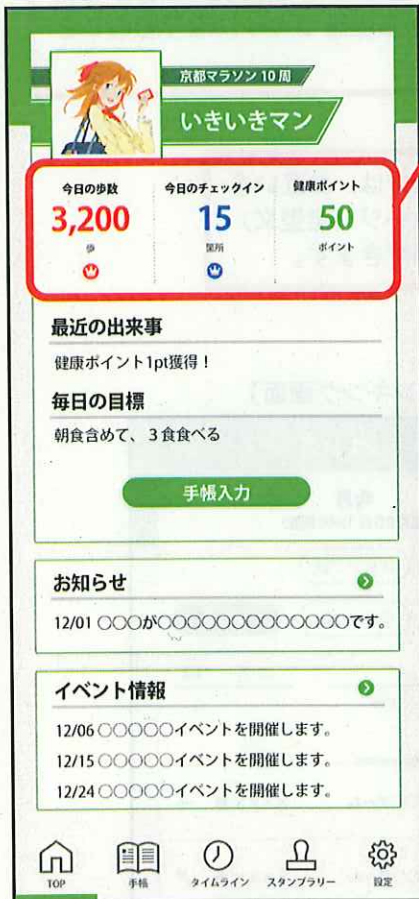
【ランキング画面】



(3) 手軽で便利に記録、応募！「ポイント手帳機能」

- ア 「いきいきポイント」は、毎日の健康づくりをポイント手帳に記録することで貯まり、50ポイント以上を貯めて応募すると抽選でプレゼントが当たります。
- イ アプリでは「いきいきポイント」で使用するポイント手帳をデジタル化。毎日の歩数が自動で記録される、日々の取組がグラフ化され一覧で見ることができるなど、取組が振り返りやすくなり、継続して健康づくりに取り組むことができます。
- ウ 健康ポイントの管理や、これまで応募用紙をポストに投函していたプレゼント応募について、スマートフォン上から手続きが行えるようになります。
- エ アプリを日記として御活用いただき、達成感を得つつ継続的な健康づくりにつなげることができます。

【トップ画面】

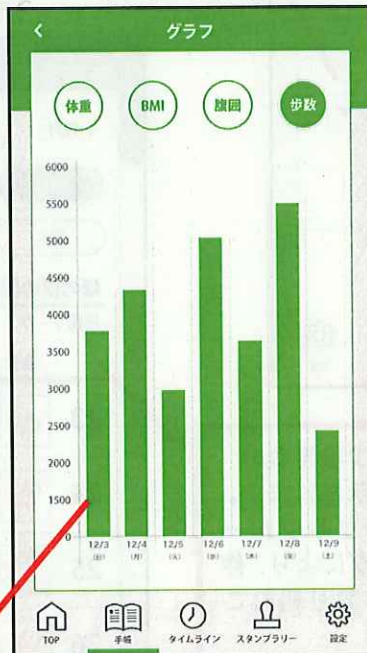


トップ画面では、一目で歩数やスタンブ取得数、貯めた健康ポイント数がわかります。

【ポイント手帳画面】



【グラフ画面】



毎日の歩数や体重をグラフで振り返ることができます。

応募用紙で行っていたプレゼント応募が、スマートフォン上でできます。

#### (4) 京都市の他のアプリと連携！



京都市が配信する他のアプリと連携し、健康づくりにつながる市民活動等を行った場合、一定の条件で、いきいきアプリに自動で健康ポイントが加算されます。

##### 【機能連携イメージ】



(機能連携の一例)  
やましなプラス+の加算ルール

やましなプラス+ + いきいきアプリ


+


(条件)  
①同一端末内に両方のアプリをインストール  
②山科区在住・在勤設定

以下の健康目標歩数達成でポイント加算！

1日の健康目標歩数	
18歳～64歳	男性.....9,000歩 女性.....8,500歩
65歳～	男性.....7,000歩 女性.....6,000歩

### 3 運用開始時期

平成30年1月5日(金)から開始

### 4 利用料等

無料(ただし、通信料は利用者負担)

※ 無料配信されるiPhone用及びAndroid用アプリをダウンロードしてください。

### 5 その他

#### (1) 「健康長寿のまち・京都」ポータルサイトのマイページについて

いきいきアプリ運用開始に合わせ、「健康長寿のまち・京都」ポータルサイト上に、自身の健康ポイントの管理や、ホームページ上でプレゼント応募ができるマイページ機能を追加します。スマートフォンをお持ちでない市民の皆様も、気軽に御利用いただけます。

(2) 統計分析について

アプリ利用開始からの利用者の歩数や体重等の変化を、年代や性別、行政区ごとに集計し、アプリ利用の効果測定や、今後の本市の施策検討に活用します。

(3) 今後について

運用開始後も、新しいキャラクターやウォーキングコースの追加、他アプリとの連携等、継続的なコンテンツ供給を行っていきます。また、健康長寿のまち・京都市民会議と連携し、市民が楽しく使い続けられるアプリにしていきたいと思います。

(参考1)

健康長寿のまち・京都 いきいきポイント

市民が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、50ポイント以上貯めて応募すると、抽選で協賛企業等から無償で御提供いただいた、さまざまなプレゼントが当たります。

区役所等で配布される「いきいきポイント手帳」に、参加者自身が目標を定める毎日の健康づくり(1日達成で1ポイント)や、各種健診の受診(1回受診で10ポイント)、健康につながるお出かけなど(1回お出かけで5ポイント)の取組成果を記録することで、自己申告により「健康ポイント」を貯めていきます。

【プレゼント応募締切(当日消印有効)】

平成29年度第3回応募締切りは、平成30年3月2日(金)です。

平成29年度  
いきいきポイント手帳



(参考2)

「健康長寿のまち・京都」ポータルサイト

いきいきポイントのプレゼント情報やイベント情報を掲載。いきいきポイント手帳もダウンロードできます。

さまざまな健康づくりイベントや施設を紹介していますので、健康づくりの総合情報サイトとしてみなさまの健康づくりにお役立てください。

SNSでの健康づくりの取組投稿もお待ちしております。

健康長寿のまち・京都 ポータルサイト

健康長寿のまち・京都 で検索

検索

CLICK!



ハッシュタグ  
#健康長寿のまち京都

<http://kenkochoju.kyoto>

