

資料提供年月日	平成29年 6月28日	
問い合わせ先	課名	保健管理課
	電話	直通 803-1251 内線 5750
担当者	職名・氏名	課長 森 峰
	職名・氏名	副主査 矢 吹

広 報 連 絡

(市長定例記者会見資料)

- 1 件 名 「岡山丸ごと！健幸ポイントプロジェクト」参加者募集
- 2 内 容 日々の歩数や健診受診等に応じてポイントを付与することにより、多くの市民の健康づくりを促すプロジェクトの参加者を募集します。
- 3 プロジェクト概要
 - (1) 募集期間 平成29年7月3日(月)～8月31日(木)
 - (2) 事業開始 平成29年10月1日(日)
 - (3) 主 催 岡山市
 - (4) 募集人数 5,000名
 - (5) 参加条件 個人の場合：岡山市に住民票がある35歳以上の方
法人の場合：岡山市内事業所にお勤めの35歳以上の方
※応募多数の場合は抽選になります。
 - (6) ポイント対象 ①歩数(歩数計測機能のあるスマートフォンアプリや活動量計を提供)、②運動講座等への参加、③健診受診など
 - (7) 景 品 健康グッズ、淳風会タニタ食堂チケット、楽天Edy、たまらんポイント、寄付
※貯まったポイント数に応じて交換できます。
 - (8) 申込方法 専用ホームページ又は申込用紙(各保健センター、公民館等に設置)の郵送
ホームページ：<http://tontenshi.co.jp/kenkoupoint/>
 - (9) そ の 他 昨年度までの成果(別紙参照)

健幸ポイントプロジェクト概要

健康で幸せな毎日を長く続けていただくために、皆様の健康づくり活動を応援するプロジェクトです。参加者にスマートフォンアプリや活動量計を配布し、日々の歩数に応じたポイントや運動教室への参加、健康診断を受診することによりポイントが貯まります。貯まったポイントは事業終了時に素敵な景品と交換していただくことができます。

募集期間 平成29年7月3日(月)～平成29年8月31日(木)

事業開始 平成29年10月1日(日)

参加条件

- 個人参加の場合:岡山市に住民票がある35歳以上の方
- 法人参加の場合:岡山市内事業所にお勤めの35歳以上の方
※平成30年度末まで継続して参加できる方 ※昭和58年3月31日以前に生まれた方

申込方法 ●郵便でのお申込み
申込書及びアンケートにご記入いただき、下記申込先までお送りください。(当日消印有効)

〈申込先〉〒700-0024 岡山市北区駅元町1-6-11F
株式会社パソナ岡市内
「岡山丸ごと!健幸ポイントプロジェクト」事務局

●WEBでのお申込み

下記のURLまたはバーコードでアクセスしていただき、指定のフォーマットにご入力の上お申込み下さい。

〈URL〉<http://tontenshi.co.jp/kenkoupoint/>



定員5,000名を超える応募があった場合は抽選により参加者を決定いたします。

※抽選の場合、平成28年度までの健幸ポイントプロジェクトに参加されていない方を優先させていただきます。

プロジェクト終了までの流れ

1 参加申し込み(7月～8月)

▼ 郵送またはWEBより当事業への参加申し込みを行ってください。

2 抽選結果のご連絡(9月)

▼ 抽選結果のご案内を郵送等でご連絡いたします。
その際、当選した方には必要機器や事業の手引きをお送りいたします。

3 プロジェクト開始(10月～) ※使用機器の登録説明会を開催予定(希望者のみ)

▼ プロジェクト期間中、歩数や健康診断などでポイントを貯めていきます。
※ポイントは10月1日(日)より貯まります。

4 ポイント交換(3月)

▼ プロジェクト期間中に貯まったポイントを景品と交換いたします。
ダブルチャンスの特典には別途景品をプレゼントいたします。

当事業に関するお問い合わせ

岡山市 保健福祉局 保健管理課 健康寿命延伸室 TEL:086-803-1243まで



貯めたポイントは素敵な景品と交換が出来ます!
**歩いて
ポイントを
貯めよう!**
参加費無料

岡山丸ごと!

健幸 ポイント プロジェクト

参加者募集!



募集期間/平成29年 7月3日(月)～平成29年8月31日(木)
事業開始/平成29年10月1日(日)

※お申込みについては、裏面をご覧ください。

[参加条件]

●個人参加の場合:岡山市に住民票がある35歳以上の方
●法人参加の場合:岡山市内事業所にお勤めの35歳以上の方
※昭和58年3月31日以前に生まれた方



主催:岡山市



岡山丸ごと!健幸ポイントプロジェクトとは?

運動しようという思いがあるのに出来ていない、運動を始めてみたものの続かないという方の為に、日々の健康づくり活動でポイントが貯まる仕組みをご用意しました!

スマートフォンアプリまたは活動量計を使って歩いた歩数をカウント、活動量計を専用リーダーにかざしてデータを送信することでポイントが貯まります。「スマートフォンアプリの場合はいつでもどこでも歩数の送信が可能です!」また、指定のイベントや運動講座への参加でもポイントが貯まります。まずは、ポイントの貯め方をご確認ください。

ポイントの貯め方

①歩数関連ポイント

・1日歩数1,000歩以上 2pt/日~ (最大10pt/日)

②お出かけポイント

・指定のイベント、公民館などでの運動講座に参加した場合 10pt/回

③健診ポイント

・特定健診、人間ドック、がん検診等の受診をした場合 30pt/回

④健康機器計測ポイント

・指定の場所で体組成または血圧測定をした場合(月1回まで) 5pt/月

⑤淳風会タニタ食堂健康食喫食ポイント

・淳風会タニタ食堂での1回のお食事につき 5pt/回



使用機器

参加者の皆様には始めに、下記のスマートフォンアプリか活動量計をお選びいただき、日々の歩数をカウントしていただきます。



●スマートフォンアプリ「Health Planet WALK」

歩数は自動的に計測され、表示画面のアップロードボタンをタッチするだけで簡単に歩数データを送信でき、歩数に応じたポイントが貯まります。

(対応機種) ※お持ちの機種が対応しているかを必ずご確認ください。
<Android>Android4.1以上 <iPhone>iPhone6以降に販売された機種 iOS8.0以上 (iPadやiPod touch等は不可)
※SIMフリーのスマートフォン、らくらくスマートフォン、京セラDIGNOには対応していません。
※スマートフォンアプリを使用した場合、端末の充電の消費が早くなります。



●タニタ製FeliCa搭載活動量計 AM-150

ローソン店頭端末Loppiまたは専用リーダーに本体をかざすだけで、自動的に歩数データがアップロードされ、歩数に応じたポイントが貯まります。

(製品寸法:幅78.5×高さ40×奥行11mm)
※数に限りがあります。予定数を超えた場合抽選となります。



ポイントの確認方法

貯まったポイントはお手持ちのパソコン、スマートフォンから健康ポータルサイト「からだカルテ」で確認できます。また、計測した歩数も「からだカルテ」で確認することができます。



※WEBサイト(パソコン)画面



※スマートフォン画面

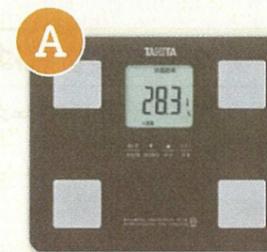


交換できる素敵な景品♪

貯まったポイントは、事業終了時に以下の景品と交換できます。

A.健康グッズ/2,000pt

家庭用体組成計と交換



B.淳風会タニタ食堂チケット/1,000pt

お好きな定食チケットと交換



C.楽天Edy/500pt~

500ptごとに500円分の楽天Edyと交換



D.たまルンポイント/500pt~

500ptごとに500円分のたまルンポイントと交換



E.寄付

「心豊かな岡山っ子応援団」に寄付

※交換後に発生する残ポイントについては、「心豊かな岡山っ子応援団」への寄付とさせていただきます。

さらに!ダブルチャンス!!

1000ポイント以上お持ちの方の中から、**抽選で、桃太郎のまち健康推進応援団より協賛品をプレゼント!**

[協賛企業]  **桃太郎のまち健康推進応援団**

味の素(株)、(株)OSKフィットネス、岡山中央水産(有)、(株)システムタイズ、ダイヤ工業(株)、ネットヨタ山陽(株)
※50音順



『岡山丸ごと！健幸ポイントプロジェクト』

参加申込書 兼 アンケート

『岡山丸ごと！健幸ポイントプロジェクト』にご参加希望の方は、必ず参加規約をご確認いただき、本紙『参加申込書兼アンケート』にご記入のうえ返信用封筒でご返送ください。

【申込時の注意事項】

- 岡山丸ごと！健幸ポイントプロジェクト 参加規約は別紙をご覧ください。
- 複数名が申込される場合であっても、一人につき1枚ご記入ください。
- 申込時に選択した使用機器は変更できませんので、ご注意ください。
- 定員を超える応募があった場合は抽選により参加者を決定いたします。
- 参加可否は確定通知をもって代えさせていただきます。

【個人向け】

「岡山丸ごと！ 健幸ポイントプロジェクト」参加申込書

- 参加条件** 岡山市に住民票がある35歳以上の方
※平成30年度末まで継続して参加できる方
- 申込方法** 本申込書をご記入頂き、下記の事務局まで本プロジェクト専用の返信用封筒でお送りください。
※返信用封筒は2種類ございますので、お間違いないようご確認ください。
※「申込時の注意事項」を必ずご確認ください。

<申込先> 〒700-0024岡山市北区駅元町1-6-11F
株式会社パソナ岡山内
「岡山丸ごと！ 健幸ポイントプロジェクト」事務局

記入日	平成 年 月 日	性別	<input type="checkbox"/> 男性 <input type="checkbox"/> 女性
フリガナ	(セイ) (メイ)	電話番号	() () () () () ()
氏名	(姓) (名)	生年月日	T . S 年 月 日
	【確認】 昭和58年3月31日以前に生まれた方		
住所	〒 〇〇〇-〇〇〇〇 岡山市 区		
	町名・番地	アパート・マンション名、部屋番号	
職業	※1つ選択してください。 <input type="checkbox"/> 会社員 <input type="checkbox"/> 自営業 <input type="checkbox"/> 公務員 <input type="checkbox"/> パート <input type="checkbox"/> 無職 <input type="checkbox"/> その他 ()		
使用機器	※必ずどちらか選択してください。 <input type="checkbox"/> アプリ (お手持ちの機種が対応しているかを必ずご確認ください。) <input type="checkbox"/> 活動量計		
平成26～28年度健幸ポイントプロジェクト参加状況	※どちらか選択してください。 <input type="checkbox"/> 参加していない <input type="checkbox"/> 参加していた		
ポイントコース ※必ずいずれかのコースを選択してください。 ※C・Dコースを選択した方でカードをお持ちの方は、必ずカード番号も記入してください。			
<input type="checkbox"/> Aコース 健康グッズ			
<input type="checkbox"/> Bコース 淳風会タニタ食堂チケット			
<input type="checkbox"/> Cコース 楽天Edy 	カード番号		
<input type="checkbox"/> Dコース たまらんポイント 	カード番号	0 5 2 6	
<input type="checkbox"/> Eコース 寄付	たまらんカードの新規加入を希望する方は、カード申込書に記載の上、本参加申込書とは別にたまらの返信用封筒でご返送ください。		
岡山丸ごと！健幸ポイントプロジェクト参加規約に関して	<input type="checkbox"/> 同意します。 <input type="checkbox"/> 同意しません。 ※同意がない場合、本プロジェクトへの参加はできません。		
岡山ヘルスケア産業連携協議会(※)のモニター実証支援事業のモニター募集のため、申込書情報を岡山市産業政策課に提供することに関して	<input type="checkbox"/> 同意します。 <input type="checkbox"/> 同意しません。		

※岡山ヘルスケア産業連携協議会のモニター実証支援事業とは

- 岡山市が運営する岡山ヘルスケア産業連携協議会の会員企業等が開発したヘルスケア関連の新しい製品やサービスについて実際に使用していただき、その評価・実証する場を会員企業等に提供する事業です。
- 同意していただいた方には、詳細を別途ご案内いたします。

【内部処理使用欄】

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

岡山丸ごと！健幸ポイントプロジェクト 参加規約

第1条(目的)

1. 本規約は、健康づくりに対する無関心な層も含めた多数の住民等が健康づくりに興味を持ち、参加・継続して、より健康寿命の延伸が得られることを目的に岡山市が運営する、岡山丸ごと！健幸ポイントプロジェクト(以下「本事業」といいます。)を実施するために必要な事項を定めたものです。
2. この規約に定めのない事項については、法令又は一般の慣習に従うものとします。

第2条(用語の定義)

本規約における用語の定義は、次の各号に定めるところによります。

- (1) 「健幸ポイント」とは、参加者が、本規約その他岡山市が定める基準に従って有効な交換を行うことによって所定の品又は便益の提供を受けるために使用することができる、交換手段及びその単位のことをいいます。
- (2) 「申込者」とは、本規約に同意し、岡山丸ごと！健幸ポイントプロジェクト参加申込書を岡山市に提出した者をいいます。
- (3) 「参加者」とは、申込者のうち、岡山市により本事業への参加が承諾された者をいいます。
- (4) 「確定通知」とは、本事業への参加登録を通知するために、参加者に対して岡山市から配付される書類のことをいいます。
- (5) 「健康増進プログラム」とは、岡山市が指定する、岡山市又は民間事業者が提供する健康増進プログラム等のことをいいます。
- (6) 「マイページ」とは、第8条に定める実施内容、及び第9条の定めにより付与される健幸ポイント等を確認できるウェブサービスのことをいいます。

第3条(参加申込み)

1. 本事業への参加を希望する者は、本規約の内容を承諾した上で岡山丸ごと！健幸ポイントプロジェクト参加申込書(以下「参加申込書」といいます。)により本規約への同意及び参加の申込みを行うものとします。
2. 申込者が参加申込書を提出後、岡山市が参加申込書を受理した時点で、当該申込者は本参加規約に同意したものとみなします。

第4条(参加者の決定)

1. 岡山市は、第3条第1項の参加申込書に記載された申込情報を確認し、定員を超える応募があった場合は抽選を行い、必要な審査・手続き等を経た後に承諾し、確定通知を送付します。
2. 参加者の決定は、確定通知に記載の登録日をもって決定とし、その時点より参加者と岡山市の間に本事業への参加に関する契約が成立するものとします。
3. 岡山市は、申込者が次のいずれかの場合に該当すると判断したときは、その申込みを承諾しないこと、又は承諾を取り消すことがあります。
 - (1) 同一の参加者・申込者が複数の申込みを行った場合
 - (2) 申込者が実在しない場合又は本人確認ができない場合
 - (3) 虚偽の申込み等により、第5条に定める条件を満たさないことが判明した場合
 - (4) 岡山市外転出、転勤や死亡等により、住民・在勤ではなくなった場合
 - (5) 3ヶ月以上継続して、第8条第1項に定める事項を実施しなかった場合
 - (6) その他岡山市が承諾できない事由があると判断した場合
4. 岡山市は、申込みを承諾しない場合又は承諾を取り消す場合には、その旨を通知するものとします。

第5条(参加条件)

岡山市は、申込者が次の各号のいずれかにも適合していると認めるときは、参加申込みを承諾します。

- (1) 岡山市に住民登録している、または岡山市にある事業所に勤務している方で、かつ、35歳以上の方(昭和58年3月31日以前に生まれた方。)
- (2) 自己責任で本事業に参加できる方
- (3) 暴力団員、暴力団関係者、その他反社会的勢力に属している者のいずれにも該当しない方
- (4) 本規約に同意いただいた方
- (5) 本事業に関連するアンケート調査にご協力いただける方

第6条(参加者の負担)

参加に係る費用は次に掲げる費用を除き無料とします。

- (1) 活動量計の故障、又は紛失に伴う再購入等にかかる費用
- (2) 事業参加に関する通話・通信・郵送にかかる費用
- (3) 岡山市が指定する健康増進プログラムへの参加にかかる費用

- (4) その他岡山市が別途指定する費用

第7条(活動量計及びアプリ管理)

1. 参加者は岡山市から貸与された活動量計・アプリを善良な管理者の注意をもって取り扱うものとします。
2. 岡山市が貸与した活動量計の再配布は原則として行いません。
3. 申し込み時に選択した使用機器(スマートフォンアプリ及び活動量計)の途中変更はできません。

第8条(実施内容)

1. 本事業への参加者は、次の事項に協力をお願いします。
 - (1) アンケート調査の回答
 - (2) 岡山市が指定する健康増進プログラムへの加入・利用
 - (3) 活動量計及びアプリによるデータの計測及びアップロード
 - (4) 体組成データの計測及びアップロード
 - (5) 血圧データの計測及びアップロード
2. 第1項の実施方法は、別途定める岡山丸ごと！健幸ポイントプロジェクト参加手引(以下「参加手引」といいます。)に基づくものとします。

第9条(健幸ポイントの付与)

本事業における健幸ポイントは、第8条第1項(2)から(4)に定める事項の実施状況等に応じて参加者に付与するものとします。付与される健幸ポイントは、次の各号に定めるとおりとし、当該健幸ポイントは当該各号に定める場合に付与するものとし、ポイント換算等の詳細は別途定める参加手引きに基づくものとします。

- (1) 歩数関連ポイント
 - ・ 設定した1日当たりの歩数を達成した場合
- (2) お出かけポイント
 - ・ 指定の健康増進プログラムに参加した場合
- (3) 健診ポイント
 - ・ 岡山市が指定する健診等を受診した場合
- (4) 健康機器計測ポイント
 - ・ 指定の体組成計・血圧計でデータアップロードを実施した場合
- (5) 淳風会タニタ食堂健康食喫食ポイント
 - ・ 淳風会タニタ食堂で喫食した場合

第10条(健幸ポイントの交換)

獲得した健幸ポイントの交換等については、別途定める参加手引に基づくものとします。

第11条(申込み内容の変更の届出)

1. 参加者が岡山市に通知した住所、電話番号等、第3条の申込情報に変更が生じた場合、参加者は速やかに変更内容を岡山市に届け出するものとします。
2. 岡山市は、参加者から前項の変更に関する届出がなされない場合、参加者が獲得した健幸ポイント又は参加者のポイント交換を無効とすることがあります。
3. 参加者が、第1項の変更の届出を行わなかったために、岡山市からの通知又は送付書類等が延着又は不着となった場合でも、当該通知又は送付書類等は、通常到着すべき時に参加者に到達したものとみなします。

第12条(契約の解除について)

1. 参加者は、本事業の実施期間中に本事業の参加に関する契約の解除を行うことができます。
2. 本事業の参加に関する契約の解除は別途定める参加手引きに従って行って頂きます。
3. 本事業の参加に関する契約の解除と同時に健幸ポイントもご利用中止となり、それまでに貯まっていた健幸ポイントは岡山市が定める者に寄付されるものとします。

第13条(事業の中断・終了)

1. 岡山市は、利用期間内であっても、本事業のサービスの中断、又は、サービスの全部又は一部の提供を終了することがあります。
2. 前項に基づき本事業を中断・終了する場合、岡山市は参加者に対して、その旨を事前に電子メール又は岡山市のホームページ等によって通知することとします。

第14条(禁止事項)

参加者は、次に定める行為を行ってはなりません。

- (1) 活動量計の貸与、譲渡、販売、質入れ、その他の担保利用
- (2) 本事業に関する情報を改ざん又は消去する行為
- (3) その他第三者に不当な不利益を与える行為

第15条(損害賠償等)

1. 参加者は、本事業に伴うサービス等の利用に関連して、自己の責に帰すべき事由により岡山市に損害を与えた場合は、その損害を賠償していただきます。
2. 参加者は、本事業に伴うサービスの利用に関連して、岡山市以外の第三者との間で紛争が生じた場合は、自己の責任と費用においてその紛争を解決することとします。

第16条(免責事項)

1. 本事業は、参加者の健康改善・増進を支援するものであり、参加者の健康状態が改善・増進されることについて、保証するものではありません。
2. 岡山市は、本事業の中止により、参加者又は参加者に関わる第三者が損害を被った場合は、責任を負いません。
3. 岡山市は、岡山市の責によらない事由により、本事業のサービスの全部又は一部の提供が不可能又は困難となった場合は、責任を負いません。
4. 岡山市は、岡山市の責によらない事由により、参加者の個人情報等が漏洩した場合は、責任を負いません。
5. 岡山市は、参加者の故意又は過失に起因して第三者により使用された、又は破棄された健幸ポイントに関して、参加者等に生じた損害について責任を負いません。
6. 岡山市は、岡山市が指定する健康増進プログラムの利用において、岡山市の責によらない事由により参加者が被った損害は、責任を負いません。

第17条(個人情報の取扱い)

1. 本事業に伴うサービスの実施等に際して、岡山市が参加者から取得した個人情報(以下「参加者情報」といいます。)の取扱いを、本規約で定めるほか、個人情報保護法・岡山市の個人情報保護条例に準拠するものとします。
2. 本事業の実施に際し、岡山市は次に定める参加者情報を取り扱うこととします。
 - (1) 第3条に定める参加申込書にご記入いただいた次の項目
・ 氏名、住所、性別、生年月日、郵便番号、メールアドレス、電話番号、会社名、部署名
 - (2) 第8条に定める事項の実施に伴い取得する次の項目
(ア) アンケート調査の回答結果
(イ) 活動量データ、体組成データ及び血圧データ
(ウ) 健康増進プログラムの参加状況
 - (3) マイページの利用ログ
3. 岡山市が取り扱うこととなる参加者情報は、次の各号に定める目的の達成に必要な範囲内で利用し、あらかじめ参加者本人の同意がある場合又は法令に基づく場合を除き、お預かりした参加者情報を利用目的以外に利用することはありません。
 - (1) 本事業の適切かつ合理的な運用のための利用
 - (2) 本事業の効果分析・評価のための利用
4. 岡山市は、参加者情報を岡山市が保有する医療費・介護保険等に関連した情報と照合したのち、特定の個人を識別することができない状態に加工し、かつ、特定の個人を識別することができる他の情報と容易に照合することができないようにしたうえで、前項第2号に定める効果分析のために利用することがあります。
5. 参加者情報の外部提供については次に定めるとおりとします。
 - (1) 岡山市は、本事業を行うにあたり、参加者情報の管理、活動量管理の仕組み、ポイント付与の仕組みを、㈱タニタヘルスリンクに委託する。そのため、本条第3項で定める個人情報を㈱タニタヘルスリンクに提供することとする。なお、岡山市は、参加者情報の取扱いにおいては、安全管理が図られるよう、㈱タニタヘルスリンクに対し必要かつ適切な管理・監督を行うものとします。
 - (2) その他、参加者に対する健幸ポイントの交換に係る業務、アンケート調査の郵送・回収に係る業務、本事業の効果分析・評価等、本条第3項に定めた目的を達成するために必要最低限の範囲内で、参加者情報の取扱いを交換商品提供等の外部事業者に委託することがあります。なお、岡山市が参加者情報の取扱いを外部に委託する場合は、安全管理が図られるよう、委託先に対し必要かつ適切な管理・監督を行うものとします。

- (3) 岡山市は、本条第3項に定めた利用目的の範囲内で、参加者情報を、特定の個人を識別することができない状態に加工し、かつ、特定の個人を識別することができる他の情報と容易に照合することができないようにすることにより、個人情報にはあたらないデータとして外部に提供することがあります。
 - (4) 岡山市は、参加者情報を統計処理した上で、その統計情報を本条第3項に定めた利用目的の範囲内で、外部に公表又は提供することがあります。
 - (5) 上記の内容は、個人情報保護法・岡山市の個人情報保護条例及び関連法規・ガイドライン等の変更又は策定に合わせて変更されることがあります。
6. 参加者情報の安全管理措置については次に定めるとおりとします。
- (1) お預かりした参加者情報については、漏えい、滅失又は毀損の防止と是正、その他参加者情報の安全管理のために必要かつ適切な措置を講じます。
 - (2) 岡山市は、次に定めるとおり、参加者情報を適切に保護し、取り扱います。
 - (ア) 参加者情報を取り扱う組織ごとに個人情報保護の責任者を置き、適切な管理に取り組みます。
 - (イ) 利用目的や問い合わせ窓口をお知らせした上で、適切な範囲内で参加者情報を取得します。
 - (ウ) 第3項に定めた利用目的の範囲内で参加者情報を利用します。
 - (エ) あらかじめ同意いただいている場合又は法令で認められている場合を除き、本条第3項に定めた利用目的の範囲を越えて参加者情報を岡山市以外の第三者に提供又は開示しません。
 - (オ) 参加者本人より参加者情報の照会・開示などについて、別途定める参加手引に記載する問い合わせ窓口にご連絡いただいた場合は、適切に対応します。
 - (カ) 参加者情報への不正アクセス、参加者情報の紛失、破壊、改ざん及び漏洩などを防止するために、参加者情報を安全に管理し、セキュリティの確保・向上・是正に努めます。
 - (キ) 関連する法令、その他の規範を順守するとともに、環境の変化に合わせた適切な個人情報保護の取り組み及び継続的な改善・向上に努めます。

第18条(規約の変更)

1. 参加者は、本規約の変更については、電子メール又は岡山市のホームページ等によって事前に変更内容を通じた後は、変更の事実及びその内容を承認したものとみなします。
2. 参加者情報の利用目的、又は利用範囲の変更を行う旨の参加規約の変更を行う場合は、個人情報保護法・岡山市の個人情報保護条例及び関連法規・ガイドラインに基づき、岡山市より参加者に事前に通知し、同意を得た場合に限り行います。

岡山丸ごと！健幸ポイントプロジェクト申し込み時アンケート

あなたの生活習慣についてお聞きします。
「複数回答可」の設問以外は答えを1つ選び、回答欄に記入してください。

1 体重

2 身長

合計 11問あります

kg

cm

3 本事業は何を見て知りましたか？

- ① 広報紙 ② ポスター・チラシ ③ ホームページ
④ 口コミ ⑤ テレビ・新聞 ⑥ メルマガ

【問3】回答: _____

4 お申込みのきっかけは何ですか？（複数回答可、☑で回答してください。）

- ① 健康の維持増進がしたい ② ダイエットがしたい ③ 体力をアップしたい
 ④ 健診結果が気になるから ⑤ 家族や身近な人のすすめ ⑥ ポイントがあるから
 ⑦ 景品があるから ⑧ その他 (_____)

5 過去5年間で自治体や民間が開催する健康づくりのための運動教室に参加しましたか？

- ① 参加したことがない
② 過去に参加したことはあるが、今は参加していない
③ 現在参加している

【問5】回答: _____

6 歩数を定期的に測っていますか？

- ① ほぼ毎日測っている ② 時々測っている(週1～3日程度)
③ たまに測っている(月3日未満) ④ 測らない

【問6】回答: _____

①～③のいずれかをご回答いただいた方にお聞きします。
1日に約何歩歩いていますか？

歩

7 現在、1回につき、30分以上の運動を定期的に(週2回以上)1年以上行っていますか？
(複数の運動で週2回になっても可)

- ① はい ② いいえ

【問7】回答: _____

(裏面あり)

8 運動習慣を身につけることについて、何か取り組んでみようと思いますか？

- ① 取り組んでいなくて、関心もない
- ② 運動しなくてはいけないと思うが、実行できない
- ③ 今すぐにも実行したい
- ④ 定期的な運動をして6か月未満である
- ⑤ 定期的な運動をして6か月以上である

【問8】回答： _____

9 食生活について何か改善してみようと思いますか？

- ① 取り組んでいなくて、関心もない
- ② 改善しようと思うが、実行できない
- ③ 今すぐにも実行したい
- ④ 改善を実行して6か月未満である
- ⑤ 改善を実行して6か月以上である

【問9】回答： _____

10 普段から次のそれぞれの健康行動を行っていますか？

①か②のいずれかに「○」を付けてください。

- | | | |
|------------------|------|-------|
| ・ 日常生活で意識して歩く | ① はい | ② いいえ |
| ・ 運動やスポーツをする | ① はい | ② いいえ |
| ・ 歩数を計測する | ① はい | ② いいえ |
| ・ 体重を計測する | ① はい | ② いいえ |
| ・ 血圧を計測する | ① はい | ② いいえ |
| ・ 食事に気をつける | ① はい | ② いいえ |
| ・ 飲酒は適量にする | ① はい | ② いいえ |
| ・ タバコを吸わない | ① はい | ② いいえ |
| ・ 健康診断や人間ドックを受ける | ① はい | ② いいえ |

11 健診や人間ドックの受診頻度を次の中から選択してください。

- ① 毎年必ず受ける
- ② 2～3年に1回程度受ける
- ③ 4～5年に1回程度受ける
- ④ 全く受けていない

【問11】回答： _____

以上、ご回答いただきありがとうございました。

平成28年度 健幸ポイントプロジェクト

1. 参加者の属性

【参加者数】4,431人(H26年度当初登録者 3,431人、H27年度追加登録者 1,000人)

【性別】男性:39% 女性:61%

【年代】40歳代:23% 50歳代:20% 60歳代:30% 70歳代:24% 80歳以上:3%

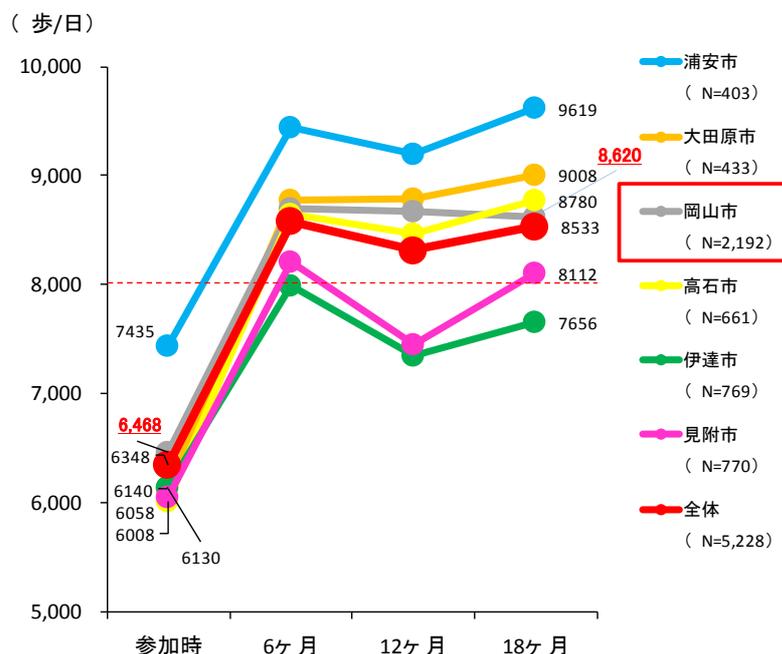
【運動状況】スポーツ無関心層:20% 不十分層:54% 実施層:26%

スポーツ無関心層：過去5年間に自治体・民間の運動教室、スポーツの参加経験がなく、
国の推奨活動量（8,000歩/日）を満たしていない者
スポーツ不十分層：過去5年間に自治体・民間の運動教室、スポーツの参加経験があるが、
国の推奨活動量（8,000歩/日）を満たしていない者
スポーツ実施層：国の推奨活動量（8,000歩/日）を満たしている者

1

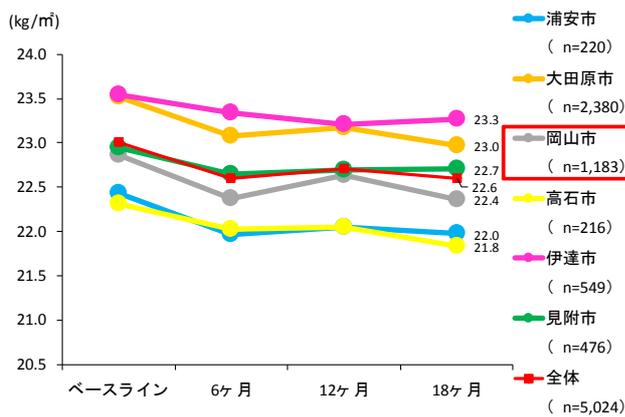
2. 身体活動量（歩数）の変化

○ 1日あたりの歩数は、参加時に6,468歩/日であったものが、実施後に厚生労働省が推奨している活動量8,000歩/日を上回り、18ヶ月後も8,620歩/日と維持されている。



2

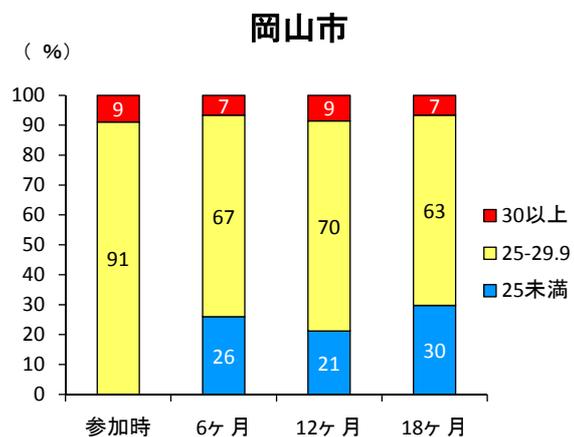
3. 健康度の改善 (BMI)



H26年度参加者におけるBMIの推移

○参加者のBMIの平均値が減少
参加時: 22.9 → 18ヶ月後: 22.4

○参加時のBMIが25.0以上の肥満者のうち、30%が18ヶ月後に普通体重(BMI 18.5~24.9)に改善

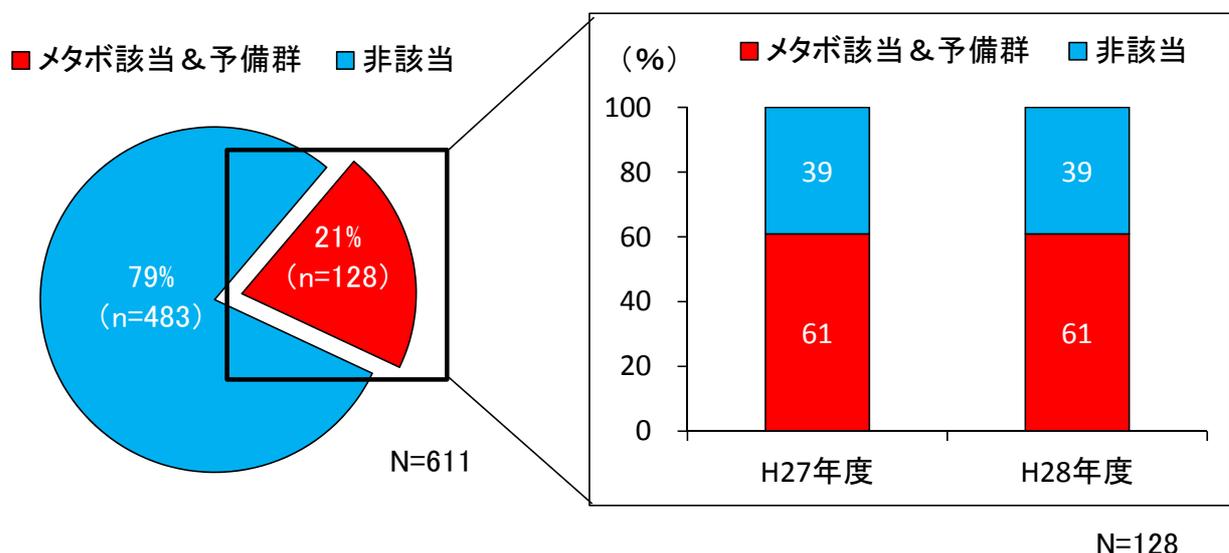


H26年度参加者におけるBMIカテゴリーの変化(岡山市)

3

4. 健康度の改善 (健診結果)

○平成26年度健診結果でメタボ該当・メタボ予備軍であった者のうち、39%が平成27年度健診結果においてメタボ非該当に改善し、平成28年度も同数が非該当を維持。



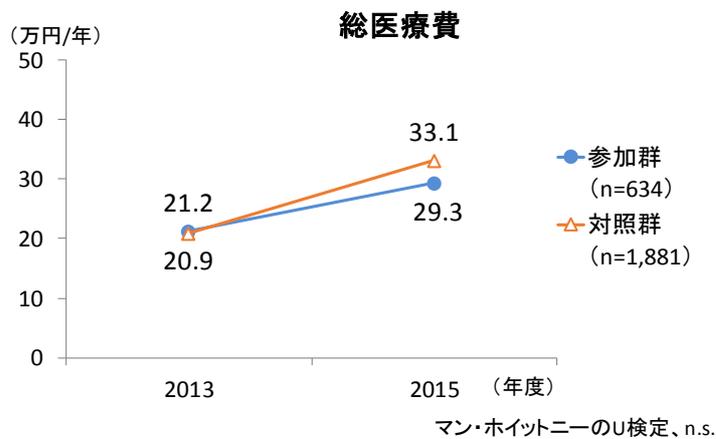
H26年度の健診でメタボ該当又は予備群と判定された者におけるメタボ該当率の変化(岡山市)

4

5. 医療費抑制効果

一人当たりの医療費抑制効果

○参加群における一人当たり総医療費増加額は8.1万円であり、対照群においての総医療費増加額12.2万円と比較しての医療費抑制額は4.1万円であった。



一人当たりの総医療費の推移(岡山市)

	平成25年度	平成27年度	医療費増減	抑制額
参加群	21.2万円	29.3万円	+8.1万円	4.1万円
対象群	20.9万円	33.1万円	+12.2万円	