

[様式第3号]

資料提供年月日	平成27年10月27日	
問い合わせ先	課名	保健管理課
	電話	直通 803-1250 内線 5751
担当者	職名・氏名	課長 荒島 茂樹
	職名・氏名	係長 森 公造

## 広 報 連 絡

### <市長定例記者会見資料>

- 1 件名 「第2回 まちなか健康スタンプラリー」の開催について  
(行事名)
- 2 日時 平成27年11月1日(日)から3日(火・祝)まで  
午前11時から 午後4時まで
- 3 場所 表町商店街・駅前商店街・奉還町商店街ほか  
(詳細は別紙参照)

4 主催等 岡山市

5 趣 旨

本事業は、まちなか（中心市街地活性化基本計画に定める重点整備エリア及び岡山後楽園等、別紙の区域A～Cで表示されたエリア）で開催される様々なイベントに来場されている、健康に関して無関心な方々も含めた多くの方々に、複数のイベント会場をつないだスタンプラリーに参加していただくことを通じて、健康づくりに対する意識づけを図るとともに、まちなかのにぎわい創出と回遊性の向上を目的としています。

6 事業概要

まちなか13カ所に設置しているスタンプポイントのうち、8つ以上(ただしA～Cの各区域で1つ以上必要)を集めると、抽選で素敵な賞品が当たります。スタンプ台紙となるリーフレットは、各スタンプポイントで配布しており、どのポイントからでも参加いただけます。

また、健康に関心を持っていただく仕掛けとして、歩数イベント「OKAYAMA杯」や、食に関するクイズラリー「食べて健康！クイズラリー」、

体力測定&健康アドバイス、運動器（骨、関節、筋肉など）チェックステーションなどを実施します。

○ スタンプ設置場所（「\*」がついているものは抽選会場を兼ねる）

区域A：奉還町商店街、駅前商店街\*、岡山一番街、イオンモール岡山、イトーヨーカドー岡山店、岡山淳風会タニタ食堂

区域B：岡山高島屋、西川緑道公園（野殿橋付近）\*

区域C：クレド岡山、アムスメール上之町、岡山ロッツ、天満屋岡山店、千日前商店街\*

※ 歩数イベント「OKAYAMA杯」は、11月1日のみの実施です。また、参加するには専用の活動量計が必要です。活動量計は、イトーヨーカドー岡山店に設置するスタンプポイントで先着30名限定で配布します。

## 7 その他

10月10日・11日に実施した第1回まちなか健康スタンプラリーには、2日間で延べ2,057名が参加し、うち、1,036名がゴールしました。また、ゴールした方を対象にアンケートを実施し、670名から回答をいただきました。（アンケートの集計結果は、別紙を参照）

# カラダ・まちなか 新発見

スタンプラリーに参加して、楽しくまちなかを歩ませんか？まちなかで開催されているイベントに参加したり、新しいお店に出会ったり、自然に触れたり、まちなかの新しい魅力を発見しながら、歩く楽しさも新発見！まちなかに設置されたスタンプポイントでスタンプを集めて素敵な賞品をゲットしよう！



まちなか  
健康  
スタンプラリー

## スタンプラリーのルール

- このリーフレットを手にまちなかを巡ろう！**  
リーフレット中面のスタンプ枠内にスタンプを押してください。①～③のスタンプポイントの内、どこからでもスタートできます。
- 3つのエリアでスタンプを集めよう！**  
A、B、Cの各エリアで8つ以上のスタンプを集めてください。(ただし、スタンプは各エリアで1つ以上必要です。)
- 抽選会に参加して素敵な賞品をゲットしよう！**  
A、B、Cの3つのエリアで、8つ以上のスタンプを集めたら、3つの抽選会場（Aエリア：駅前商店街ドレミの街 ビロティ Bエリア：西川緑道公園 野殿橋付近 Cエリア：揚げあげグランプリ会場(千日前商店街)）のいずれかで、ガラポン抽選会にご参加ください。期間中先着2,000名様に健康グッズ等が当たります。

### 賞品



11/1(日)のみ開催

イトーヨーカドー岡山店に「淳風会×タニタ健康ステーション」が登場！  
タニタの計測機で計測しよう！



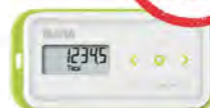
会場：イトーヨーカドー岡山店 特設テント 時間：11:00-16:00

### 体力測定&アドバイス

握力測定や反射神経などをチェックして、今の自分の体力を把握しよう。淳風会のスタッフによる健康アドバイスも受けられます！

### 歩数イベント「OKAYAMA杯」も開催！

「OKAYAMA杯」にご参加いただいた方、11/1(日)に先着30名様限定で活動量計(AM150)をお渡しし、スタンプラリーゴール後に健康ステーションで1日の合計歩数をチェック。歩数の結果により、さらに賞品をプレゼントいたします！



※機種の色は異なる場合がございます。

タニタ管理栄養士監修  
「食べて健康!クイズラリー」

11/1・2・3 実施  
(日)(月)(火祝)

食に関するクイズラリーに挑戦!スタンプラリーの用紙に答えを記入してください。4問中3問正解の方、各日先着50名様に岡山淳風会タニタ食堂の食事券をプレゼント。

タニタ食堂の  
食事券が  
当たる!



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:086-803-1250

※当日のお問い合わせは各スタンプポイントのスタッフまで。



3つのエリアのスタンプを8つ以上集めて、素敵な賞品をもらっちゃおう!

まちなかの13のスタンプポイントに、スタンプを設置しています。下の枠内にハッキリと押してください!



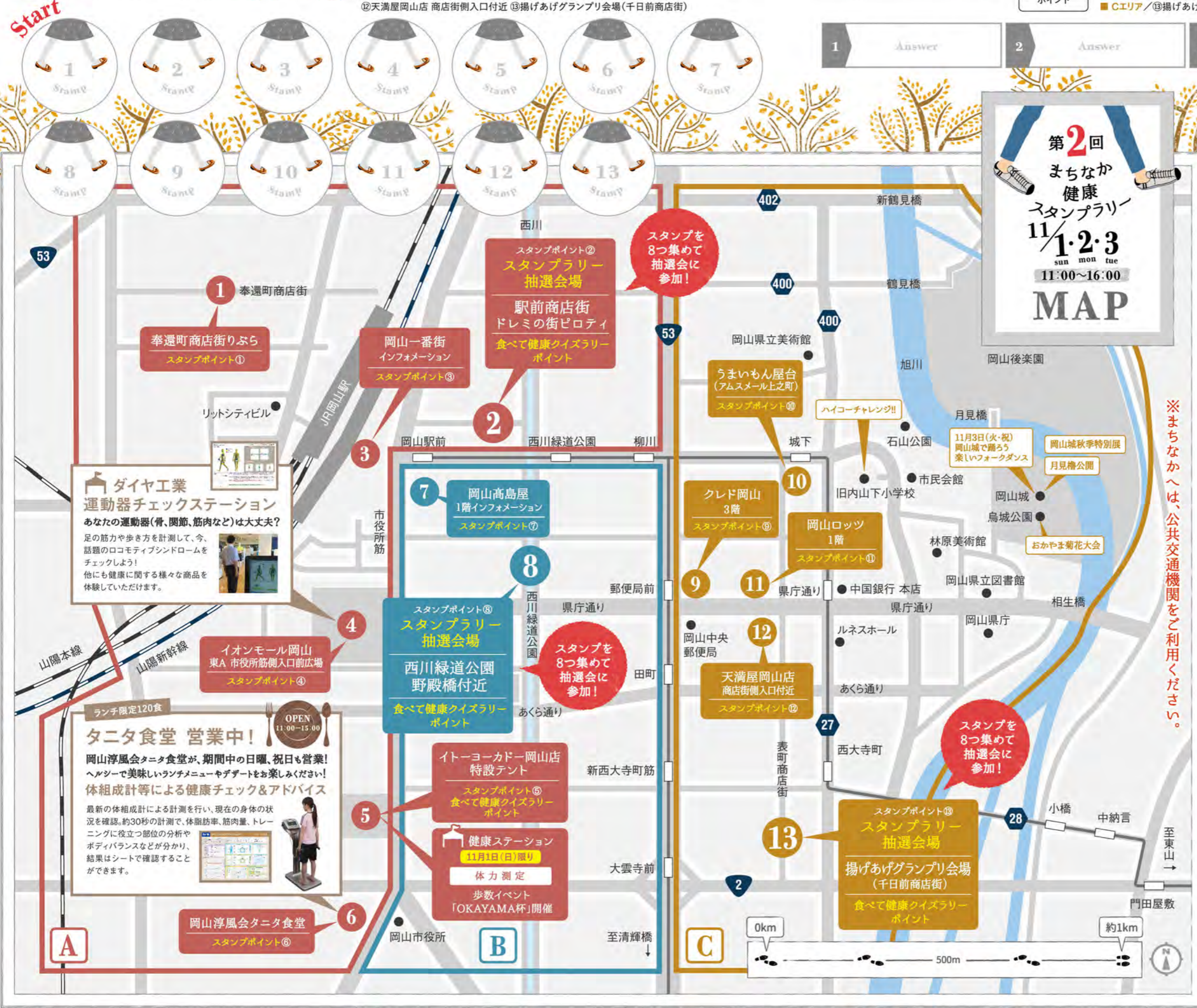
- Aエリア** / ①奉還町商店街りふら ②駅前商店街ドレミの街 ビロティ ③岡山一番街 インフォメーション ④イオンモール岡山 東A 市役所筋側入口前広場 ⑤イトーヨーカドー岡山店 特設テント ⑥岡山淳風会タニタ食堂
- Bエリア** / ⑦岡山高島屋 1階インフォメーション ⑧西川緑道公園 野殿橋付近
- Cエリア** / ⑨クレド岡山 3階 ⑩うまいもん屋台(アムスメル上之町) ⑪岡山ロッツ 1階 ⑫天満屋岡山店 商店街側入口付近 ⑬揚げあげグランプリ会場(千日前商店街)

食べて健康! クイズラリー

健康クイズに答えてタニタ食堂のお食事券をプレゼント!

スタンプラリーを楽しみながら、4カ所に設置された健康クイズに回答してください! 3問正解の方、各日先着50名様に、岡山淳風会タニタ食堂の食事券をプレゼントいたします。

- クイズポイント
- Aエリア** / ②駅前商店街ドレミの街 ビロティ ⑤イトーヨーカドー岡山店 特設テント
  - Bエリア** / ⑧西川緑道公園 野殿橋付近
  - Cエリア** / ⑬揚げあげグランプリ会場(千日前商店街)



1	Answer	2	Answer	3	Answer	4	Answer
---	--------	---	--------	---	--------	---	--------

第2回 まちなか健康スタンプラリー

11/1・2・3

sun mon tue

11:00~16:00

MAP

Today's Event

備前岡山ええじゃないか2015大誓文払い

11/1(日)~3(火・祝)

買ってお得!見て楽しい!食べて満足!の3日間

岡山市内の3商店街・デパート・スーパーで感動ショッピング!!

**表町商店街エリア**

全長1kmにわたって繰り広げられるワゴン天国『おもてようワゴンセール』や上之町商店街の『うまいもん屋台』では北海道の焼はたてが登場!ナント、スキージャンプの元日本代表船木選手もやってくる!また、千日前商店街では美味しい揚げ物グルメが大集合『岡山揚げあげグランプリ』、新西大寺町商店街では気になるパンの食べ比べ『おかやまパンマルシェ2015』、紙屋町商店街では『ハンドメイドパズル&ギフトワークショップ』などイベントが目白押し!

**駅前商店街エリア**

お子様限定イベント『うなぎタッチプール』。うなぎにさわれたら、うなぎ一杯500円。地元の農産物や加工品、など様々な物産をワゴンで販売!『駅前マーケット』、駅前商店街オリジナルグルメが味わえる『うまっまっ商店街』。こどもの笑顔がいっぱいのワークショップ『駅前こどもパーク』、『駅前まちなかドライブ』『BINGOゲーム』など楽しみ企画も満載!!

**奉還町商店街エリア**

11月1日開催の2015アムスメル奉還町大会では世界チャンピオンや全日本チャンピオンなど各地から凄腕強者が集結の第1回 beLEGEND leagueも実施!!11月3日はワゴンでハッピーなお買い物『奉還百緑日』やサイコロの出目にあるお店でスタンプを集めて、抽選にチャレンジ。素敵な景品が当たる『わくわく奉還サイコロ商店街』、『コーラス隊ステージ』『ストリートライブ』『サッカーゲーム』などイベント盛り沢山!!岡山県内高校の出店販売や展示もあるよ!

デパート、スーパー等でもお買い得、お楽しみ企画やイベントが盛り沢山です。

花・緑ハーモニーフェスタ in 西川

11/3(火・祝) 11時~17時(雨天中止)

わたしも踊りたい!レッツダンス in 西川

西川緑道公園野殿橋付近をいろんなダンスパフォーマンスでいどります。ハワイアンからうらじゃ、ベリーダンスまで華麗なダンスをお楽しみください。その他、テントブースでは、カフェ、花苗、手芸品や飲食の物販を行います。東日本大震災復興支援ブースもあります。また、西川緑道公園周辺の店舗では、『ハレノミ〜 okayama』が同日開催されます。

※まちなかへは、公共交通機関をご利用ください。

**ダイヤ工業 運動器チェックステーション**

あなたの運動器(骨、関節、筋肉など)は大丈夫?

足の筋力や歩き方を計測して、今、話題のロコモティブシンドロームをチェックしよう!

他にも健康に関する様々な商品体験していただけます。

**タニタ食堂 営業中!**

岡山淳風会タニタ食堂が、期間中の日曜、祝日も営業!ヘルシーで美味しいランチメニューやデザートをお楽しみください!

体組成計等による健康チェック&アドバイス

最新の体組成計による計測を行い、現在の身体の状態を確認。約30秒の計測で、体脂肪率、筋肉量、トレーニングに役立つ部位の分析やボディバランスなどが分かり、結果はシートで確認することができます。

OPEN 11:00~15:00

岡山淳風会タニタ食堂

スタンプポイント⑥

スタンプポイント⑧

スタンプラリー抽選会場

西川緑道公園 野殿橋付近

食べて健康クイズラリーポイント

イトーヨーカドー岡山店 特設テント

スタンプポイント⑤

食べて健康クイズラリーポイント

健康ステーション

11月1日(日) ONLY

体力測定

歩数イベント

「OKAYAMA杯」開催

スタンプポイント②

スタンプラリー抽選会場

駅前商店街 ドレミの街ビロティ

食べて健康クイズラリーポイント

スタンプを8つ集めて抽選会に参加!

スタンプを8つ集めて抽選会に参加!

スタンプを8つ集めて抽選会に参加!

スタンプポイント⑬

スタンプラリー抽選会場

揚げあげグランプリ会場(千日前商店街)

食べて健康クイズラリーポイント

スタンプを8つ集めて抽選会に参加!

## 第 1 回 まちなか健康スタンプラリー アンケート結果概要

### 【概要】

健康づくりに取組んでいない層の参加がみられるとともに、健康づくりに取組んでいる層についても、運動だけでなく、食についても意識喚起が図られた。

また、まちなかの回遊に一定程度寄与できたと思われる。

### 【詳細】

#### ○ アンケート回答者

スタンプラリー終了者 1, 036 人のうち、アンケート協力者 670 人

年齢層：健康づくりの意識づけを特に図りたい、青壮年期（30～50 歳代）が 61%

居住地：岡山市内居住者が 80.0%

市外・県外からの参加者も 13.3%となっている。

#### ○ まちなかに来た目的

- ・本スタンプラリーを目的に挙げた人が 51.9%
- ・一方で、約半数の人は他のイベントや、観光を目的に来た人であり、まちなかのにぎわい創出にある程度寄与したと考えられる。

#### ○ 健康づくりに取組んでいるか

- ・75.1%が「取組んでいる」層
- ・健康づくりの取組内容は、「日常生活で意識して歩く」が約 3 割。塩分やコレステロールなど、食事に気を付けている人が 18.4%と、手軽に取り組めるものが高い傾向。
- ・運動教室やスポーツジムへの参加は 6.1%と低い。
- ・健康診断を積極的に受けるようにしている人は 13.4%と低い

#### ○ 歩数を把握しているか

- ・60.1%が歩数を把握し、うち約 3 割が厚生労働省の推奨活動量 8,000 歩以上
- ・今後歩数を把握しようとする人は、45.3%

#### ○ スタンプラリーを歩いた感想

- ・約 50%の方が「厚生労働省の推奨活動量 8,000 歩がどのくらいかわかった」「普段歩いていない事に気が付いた」など、歩くことに意識を持った。
- ・自由記述では、「まちめぐりが楽しい」「普段見ない風景に出会えた」「景色を見ながら歩いたら面白かった」など、まち歩きの楽しさを感じた人も見られた。

#### ○ 食べて健康！クイズラリー

- ・約半数の方が参加。
- ・参加者の 47%が「自分の食生活を振り返る機会になった」、32.7%が「食生活を見直そうと思った」など、食に関心を持っていただく機会になった。

#### ○ 健康づくりを始めようと思ったか

- ・約 8 割の人が、健康づくりを始めようと思った。
- ・54.4%の人が「意識して歩くことを始めようと思った」
- ・一方で、健康診断を受けようと思った人は 8.4%と低い。

## 第 1 回 まちなか健康スタンプラリー アンケート結果

( 総回答数 : 670人 )

## アンケート回答者

性別		
男	206	30.7%
女	314	46.9%
未記入	150	22.4%

年齢		
20歳未満	42	6.3%
20歳代	47	7.0%
30歳代	100	14.9%
40歳代	162	24.2%
50歳代	147	21.9%
60歳代	75	11.2%
70歳以上	50	7.5%
未記入	47	7.0%

住所		
岡山市内	536	80.0%
北区	322	48.1%
中区	106	15.8%
東区	24	3.6%
南区	75	11.2%
未記入	9	1.3%
県内他市町村	59	8.8%
県外	30	4.5%
未記入	45	6.7%

## Q1 まちなかに来た主な目的 (複数回答あり)

選択肢	人数	割合
秋のおかやま桃太郎まつり	145	20.4%
おかやま国際音楽祭 2015	53	7.5%
県庁通り・西川緑道公園筋回遊性向上社会実験	90	12.7%
ハイコーチャレンジ!!	4	0.6%
まちなか健康スタンプラリー	369	51.9%
その他	46	6.5%
未記入	4	0.6%

## 【その他】

買い物  
 タニタ食堂を利用  
 市民公開講座  
 人間ドック (淳風会)  
 笑い文字 (天満屋)  
 観光  
 女子会ランチに参加のため  
 内山下幼稚園の運動会  
 映画を見に来た  
 子供のところへ  
 通りがかり

## Q2 普段から健康づくりに取り組んでいるか

選択肢	人数	割合
はい	503	75.1%
いいえ	165	24.6%
未記入	2	0.3%

取組の内容 (複数回答あり)

選択肢	人数	割合
日常生活で意識して歩いている	325	34.0%
運動やスポーツをしている	117	12.3%
運動教室やスポーツジムに通っている	58	6.1%
塩分やコレステロールなど食事に気を付けている	176	18.4%
体重や血圧を定期的に計測している	151	15.8%
けんしんなどを積極的に受けるようにしている	128	13.4%

### Q3 誰と参加したか

選択肢	人数	割合
ひとりで参加	231	34.5%
家族（夫婦・親子など）と一緒に	360	53.7%
知り合い・友人と一緒に	73	10.9%
その他	1	0.1%
未記入	5	0.7%

【その他】 2人で始め、最後はひとり

### Q4-1 毎日の歩数を把握しているか

選択肢	人数	割合
はい	403	60.1%
いいえ	225	33.6%
未記入	42	6.3%

どのくらい歩いているか

選択肢	人数	割合
4,000歩～6,000歩	159	39.5%
6,000歩～8,000歩	109	27.0%
8,000歩以上	129	32.0%
未記入	6	1.5%

今後、歩数を把握しようと思うか

選択肢	人数	割合
はい	102	45.3%
いいえ	70	31.1%
未記入	53	23.6%

### Q4-2 今日歩いた感想（複数回答あり）

選択肢	人数	割合
推奨歩数の8,000歩がどのくらいかわかった	177	25.6%
普段、歩いていない事に気が付いた	172	24.9%
少しづつでも歩くようにしようと思った	135	19.5%
毎日8,000歩は体力的に難しそう	82	11.8%
推奨歩数の8,000歩を歩くのは体力的に難しい	18	2.6%
その他	53	7.7%
未記入	55	7.9%

【その他】

- ・ 1日1万歩歩いている
- ・ いつも以上に歩きました
- ・ これからも続けようと思った
- ・ 毎日歩いているので大丈夫
- ・ 疲れた
- ・ もう少し歩きたいと思った
- ・ 毎日かなりの歩数歩いていることに気付いた
- ・ 歩く機会がない
- ・ 平地のイベント歩きやすい
- ・ スタンプラリーを目指すと苦なく歩けた
- ・ あちこちブラブラしながらなので、いつもよりしんどい
- ・ イベントと一緒に楽しかった
- ・ 色々めぐれた
- ・ 普段見ない風景に出会えた
- ・ まちめぐり楽しい
- ・ 歩けないかと思ったが、景色をみながら歩いたら面白かった

## Q5 食べて健康！クイズラリーに参加したか

選択肢	人数	割合
はい	315	47.0%
いいえ	312	46.6%
未記入	43	6.4%

参加の感想

選択肢	人数	割合
食生活を見直そうと思った	103	32.7%
自分の食生活を振り返る機会になった	148	47.0%
すでに知っている内容だった	38	12.1%
特になし	24	7.6%
未記入	2	0.6%

## Q6 健康づくりを始めようと思ったか

選択肢	人数	割合
はい	549	81.9%
いいえ	71	10.6%
未記入	50	7.5%

どんなことを始めるか（複数回答あり）

選択肢	人数	割合
意識して歩くことを始めようと思った	355	54.4%
食生活を見直そうと思った	146	22.4%
健康診断や検診を受けようと思った	55	8.4%
具体的には考えていないが、何かしようと思った	97	14.9%