

## 推薦調書（アイデア部門）

推薦都道府県

岡山県

地方公共団体名	岡山市		
アイデア名称	デジタル技術を活用した健康無関心層を含む市民の健康生活習慣化事業		
連携自治体、企業、団体等			
デジタルを活用したアイデアの概要（デジタルを活用したアイデアの全体概要と解決する個別課題の具体的な内容）	(種類)	①	(左記が①の場合の分野) 医療
	<p><b>【デジタルを活用したアイデアの全体概要】</b></p> <p>○ スマートフォン向けのアプリケーションにゲーミフィケーションやAI活用などによる付加価値を付与することにより、動機付けの難しかった健康無関心層に対し訴求し、歩くことを中心にした健康増進を図るもの。</p> <p><b>【実施に至る経緯・動機】</b></p> <p>○ 平成22年における岡山市の健康寿命は、全国平均に比べて男女とも0.5年短く、政令指定都市でも下位であった。この原因として本市の自動車分担率の高さなど、日常的な運動習慣の不足があるのではないかと考察した。そこで、平成26年度から健康ポイント事業に取り組んできたが、健康に関心の低い層へのアプローチが常に課題であった。このため、次世代事業ではデジタル技術により、従来、訴求が難しかった層に対するアプローチの強化を目指す。</p> <p><b>【解決する課題の具体的な内容】</b></p> <p>○ 岡山市の健康寿命は延びているものの、令和元年の数值は、全国平均に比べて、男性が0.5年、女性が0.4年短く、全国平均との差はほぼ変わらない状況であった。また、国保被保険者の糖尿病や慢性腎臓病などの生活習慣病に係る医療費は政令指定都市の平均を上回っており、生活習慣病の予防が大きな課題となっている。</p> <p>本市においては、2045年には、高齢化率が32.6%に上昇することが見込まれており、生活習慣病の予防、健康寿命の延伸の取り組みを加速していく必要がある。</p>		
デジタルの活用により目指す成果（数値）	<p>具体的なアウトプットとしては、事業に参加する市民の平均歩数の増加を想定しており、一人当たり平均歩数の増加を300歩/日とする。（事業期間の最終年度での達成を想定）</p> <p><b>【参考】</b>国土交通省都市局が公表している資料によると、1日1歩あたりの医療費抑制効果を0.065円～0.072円と整理している。3万人が参加した場合、医療費抑制効果としては、<math>300 \text{ 歩} \times 30,000 \text{ 人} \times 365 \text{ 日} \times 0.065 = 213,525 \text{ 千円}</math>（年間）となる。</p>		

<p>本アイデアの特徴的な点やデジタルの活用において工夫した点</p>	<p>特徴的な点としては、市民の健康増進事業にデジタル技術を取り入れ、健康に関心の低い人も「自然と健康になれる」ことを目指すこと。また、前身の健康ポイント事業を5年間実施し、約1.4万人の市民の参加を得ており、官民協働して市民の健康づくりを進めていく素地が醸成されている。</p> <p>この1.4万人の約3割が65歳以上であり、健康増進は高齢者にとって関心の高い分野である。本アイデアにも引き続き参加を促すことで、多くの高齢者がアプリ等のデジタル技術を活用する機会を創出する効果もある。なお、アプリ操作に不安のある高齢者向けに相談会を実施することも予定している。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ゲーミフィケーション 活動によるポイント取得でアバターの育成などのゲーム要素を盛り込むことにより、健康無関心層に訴求するとともに、活動継続性の向上を図る。</li> <li>・AIの活用 健康ポイント事業では、参加してもあまり活動しない層が一定の割合で存在する。逆に活動している層の属性をAIが学習し、活動していないが、活動層の属性と類似性がある人達に向けて最適な働きかけを行う。これにより、やみくもに活動を促すよりも実効性が高まることやコスト低減効果を期待している。</li> </ul>
<p>今後の展望</p>	<p>令和4年度 予算化（地方創生推進交付金申請予定） 令和5年度 プロポーザル方式での入札実施 10月以降の事業開始を想定 事業期間は3年を想定</p>

## 事業概要

- 【コンセプト】 楽しんでいるうちに自然と健康に
- 【実施期間】 3年間（R5～R7）
- 【対象年齢】 18歳以上の市民及び在学・在勤者（定員なし）毎年新規募集プロモーション
- 【使用機器】 無料アプリ
- 【内容】 ①健康に無関心な層にとっても魅力的な特典で幅広い層の市民等を取り込む  
②特典を目指し、オールワンアプリによる「簡単」で「楽しい」ポイント獲得行動を続ける  
③ポイントを貯めているうちに自然と健康的な生活習慣が身につく。

### アプリで分かりやすさUP

登録、ポイント獲得、ヘルスデータ管理、特典申請がアプリで完結



【ポイント】  
特に、歩数アプリ、活動量計、ポイントカード、弁当シール、台紙押印、WEB申請、郵送などで複雑なポイント獲得作業がすべてアプリで完結

### AIでモチベーションUP

参加者の様々な趣向に合わせた最適なインセンティブをAIが提案



【ポイント】  
参加者の属性をAIが学習し、それぞれの参加者に最適なインセンティブを提案（アプリのプッシュ通知を想定）

### ゲーミフィケーションで 継続率UP

【楽しいコンテンツの充実】  
健康的な行動を「楽しく」続けられるコンテンツを充実させ、続けているうちに自然と健康習慣が身につく。

【特典チャンスの増加】  
年間の特典だけでなく、毎月特典を新設し、短期の目標設定によるモチベーション維持を促す。  
（年度途中の参加もしやすくなる）

【仲間の支えあい】  
職場や地域でグループ参加でき、アプリ内での励ましあいや他グループとの対抗（ランキング）により、自主的な活動を促す