

スマートウエルネスあさひかわプラン～「歩く」ことから始める健幸づくり（R5～R7）

「歩く」：活動量を増やす、活動範囲を広げる

行動変容を促すには、個人の努力だけに頼らず、自然と活動的になれる状況・環境の整備が必要
(健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023)

身体活動

生活活動

・日常生活における家事・労働・通勤・通学などに伴う活動

運動

・健康・体力の維持・増進を目的として、計画的・定期的
に実施する活動

R6

アプリの導入により、
生活活動の増加を促す

第3次
健康日本21旭川計画施行

アプリ
リリース

R7

アプリの機能を活用
・イベントによる活動増加
(企業・グループ対抗)

次期スマートウエルネス
あさひかわプラン策定

R8

運動習慣獲得
社会参加（地域活動・ボランティア等）
「まち」の健幸づくりへ

次期（第2次）プラン施行

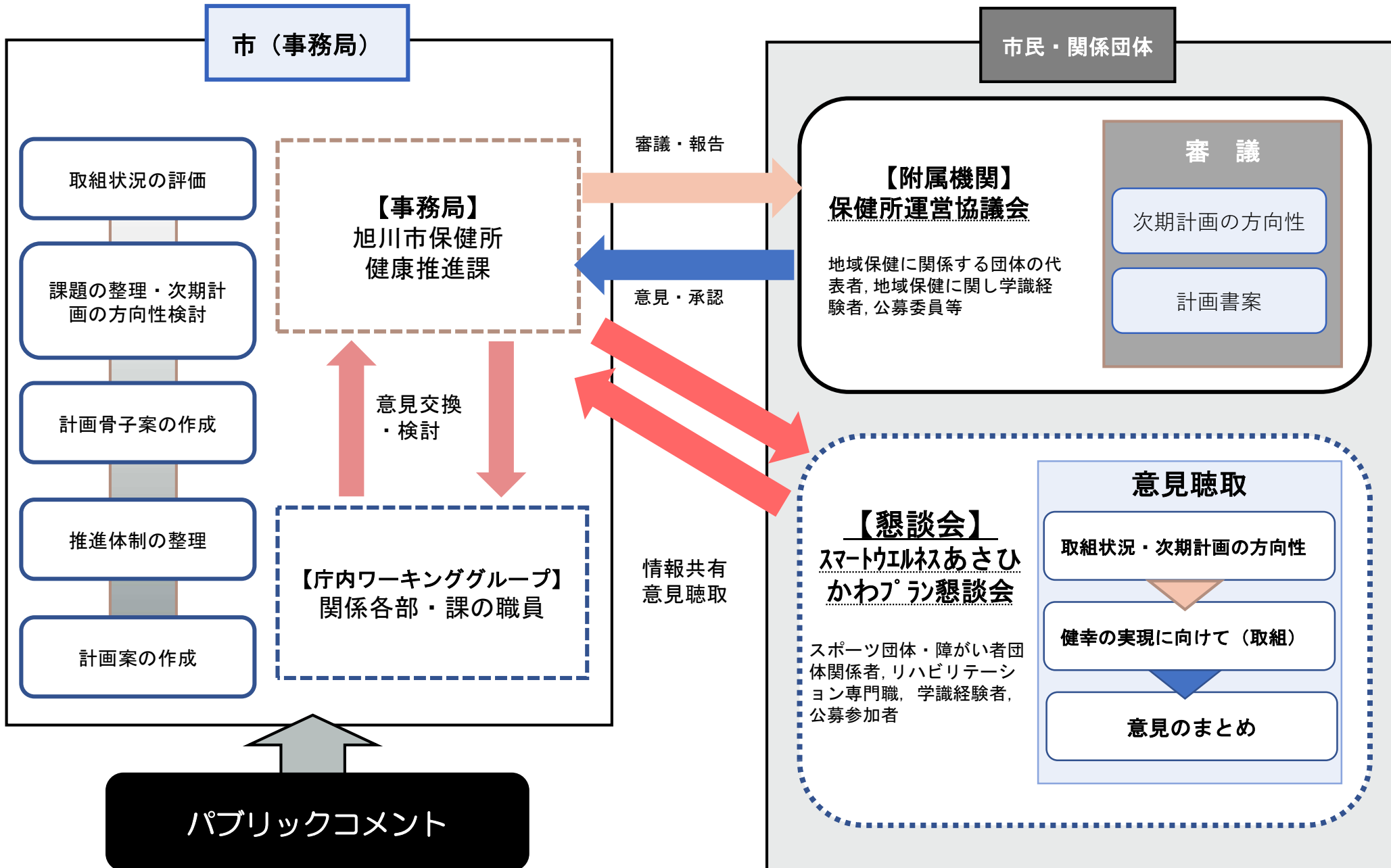
利用促進から

健康増進効果へ

●アプリの機能を活用し、生活活動の増加に加え、**外出の機会の創出、グループ・企業等集団での活動支援**により運動習慣の獲得を目指します。

次期スマートウェルネスあさひかわプラン策定体制

2

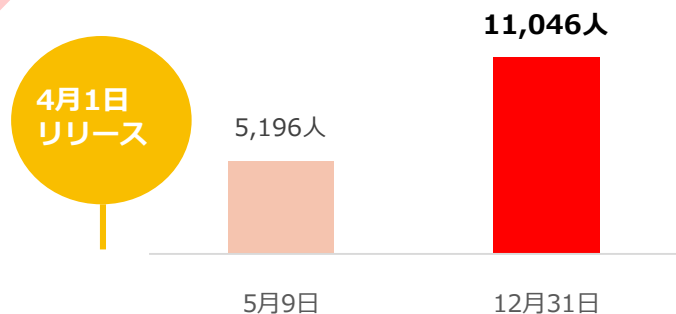


次期スマートウェルネスあさひかわプラン策定スケジュール

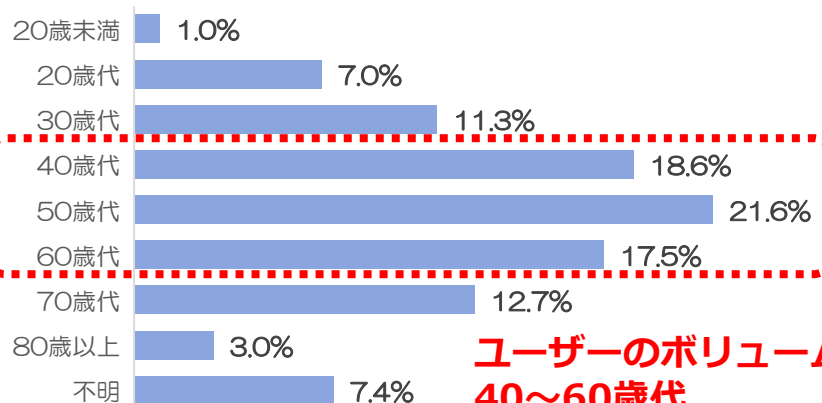
	令和7年度											
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
保健所運営協議会		第1回						第2回 (計画案)	パブリック コメント			
懇談会				第1回	第2回	第3回						
ワーキンググループ			第1回		第2回	第3回		第4回				
庁内推進会議				第1回				第2回 (計画案)				

- 令和8年3月末策定
- 令和8年4月1日施行

● アプリユーザー数

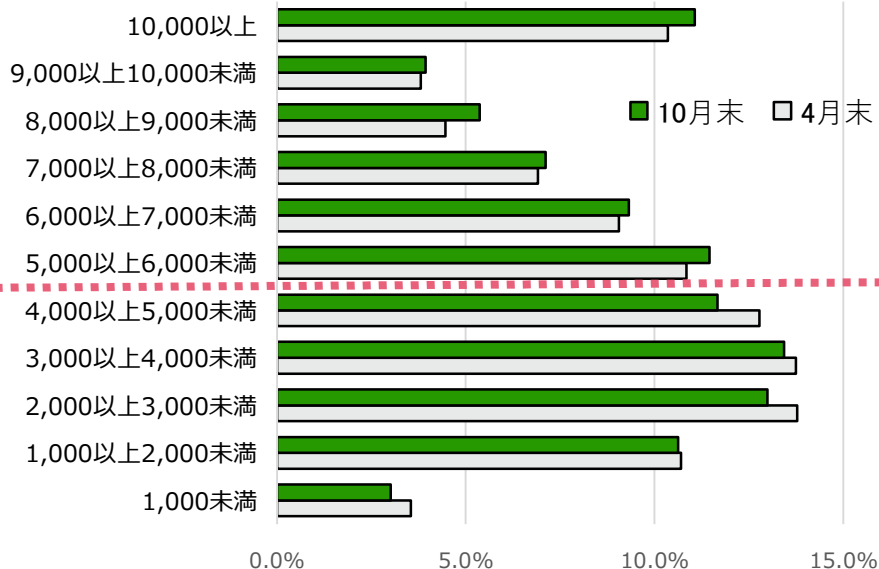


10月末には、1万人を突破しました。



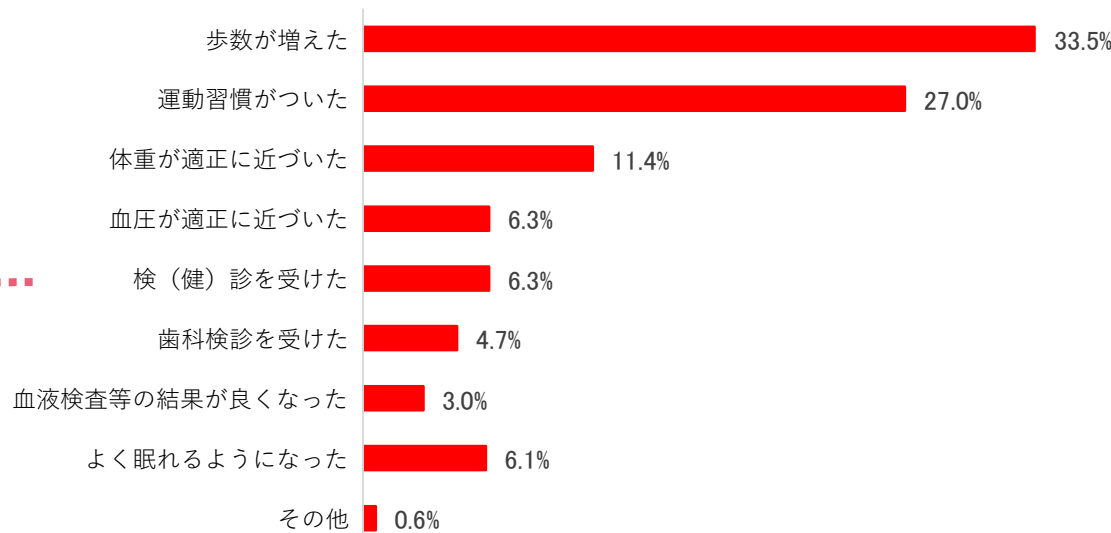
ユーザーのボリュームゾーンは
40～60歳代

● 平均歩数



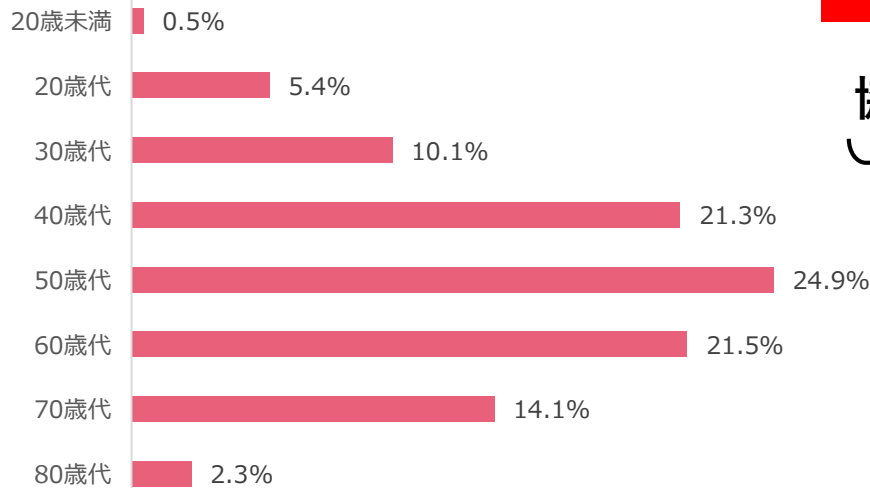
5,000歩以上の割合が増加し、
5,000歩未満の割合が減少しました。

● 利用者アンケート（アプリ利用効果）



歩数以外の健康増進効果や
健康行動の実行に効果があったユーザーもいました。

■ 年代別応募者割合



◆ 協賛企業 60社

協賛品（商品）数：765品

応募総数：3,761件

3,000ポイント又は5,000ポイント
達成で応募可能

※50歳代が**1/4**（約25%）

■ 協賛品応募者数 上位10品

順位	協賛品	応募者数	当選倍率
1	米（大雪山見て育ったのななつぼし） 5kg	388	77.6
2	米（ゆめぴりか） 5 kg	318	63.6
3	ラーメンや天金旭川醤油（袋ラーメン）	305	15.3
4	QUOカード（1,000円分）	258	12.9
5	QUOカード（5,000円分）	223	37.2
6	QUOカード（2,000円分）	217	43.4
7	旭川お城の鯉寿しお食事券（5,500円分）	150	37.5
8	純米吟醸酒 国土無双 720ml	132	26.4
9	APPROACH S42（ガーミン社製スマートウォッチ）	98	32.7
10	次世代がん検査miSignal + 脳ドック	97	19.4

令和7年 健幸ポイント事業

- 令和7年は、**1,000ポイント**から応募を可能とします。

令和7年

1月1日～

あさひかわ健幸アプリ

令和7年ポイント付与期間スタート

1月下旬～

協賛の申込受付

4月頃～

協賛企業・協賛品の決定・公表

12月31日

令和7年協賛品応募〆切 **ポイント精算**

令和8年

1月中旬

抽選の実施

2月頃～

当選者への協賛品発送