

令和4年度 第2回スマートウェルネスあさひかわプラン懇談会 会議録

○開催日時	令和4年10月25日(火) 午後6時30分から午後8時30分まで
○開催場所	旭川市第二庁舎3階 問診指導室(旭川市7条通10丁目)
○出席者	参加者(5名)・今井悟, 小宮谷真奈美, 山上優人, 山田直行, 吉田貴彦 欠席者(1名)・神田典行 (50音順・敬称略) 事務局(6名) ・保健所 向井地域保健担当部長 ・健康推進課 渡辺次長, 村上補佐, 秋場主査, 熊野 ・保健総務課 伊藤補佐
○傍聴者数等	0人(公開)
○会議資料 ・次第 ・資料 ・参考資料	第2回懇談会資料 令和4年8月 アクセス数集計表
○会議内容 1 開会 2 議題 (1), (2) 意見交換	議題(1)「第1回懇談会のまとめ及び健康づくりの課題」, 議題(2)「健康づくりの課題に対して何をどう取り組むかについての意見交換」について, 資料に基づき事務局から説明
[A氏]	・若い人はインスタグラムのストーリーをよく見ている。ワクチン接種で飲食店の割引がある取組についてインスタグラムのストーリーで広告が入って初めて知った。
[進行役]	・若い人はSNSの広告は見ているということか。インスタグラムであれば, 三島市のように花の写真を投稿するというのもできる。
[B氏]	・改めて広報誌を読んでみると思ったよりも情報が入っている。広報誌やライナーからQRコード等で必要な情報にアクセスできると良い。
[D氏]	・市の広報誌は, 時間に余裕がないと読めない。若い人はSNS等を活用しているが世代によってはそこまで活用できていないのが実態だと思う。年齢が高くてもお得な情報はQRコードがあると見る。学校現場でもQRコードは活用されている。 ・施設の入口にも様々なリーフレットが置かれているが, 対象者に合わせてチラシ, スマートフォンなど多様な媒体を用いる必要があると思う。
[C氏]	・メディアが取り上げてくれるような話題性・取り上げやすさがあると良い。ネガティブな情報ではなく, ポジティブな情報を取り上げてもらえると良い。 ・東川町や東神楽町は発信の仕方が上手である。情報はシンプルで分かりやすいのが大事。1回軌道に乗れば自然と次につながっていくのでは。
[進行役]	・学生は本を読むより, 隙間時間にスマートフォンを見る人が多いので, SNSの広告の方が目に入るのではないかと。
[A氏]	・検索をする時にも#(ハッシュタグ)でインスタグラムの投稿を見る。ホームページの検索は使わない。ツイッターは地震など災害情報を見るくらい。
[B氏]	・事業主の投稿だと古い情報のまま更新されていないものもある。
[進行役]	・ホームページの検索だと古い情報でも検索数が多いと上位になってしまう。インスタグラムのような個人の投稿は店の写真や感想がある。
[B氏]	・最近, あさひかわ食べマルシェや旭川Hareteがテレビで取り上げられていた。これを食べておいしかったというような情報は拡散されていく。拡散されていくような仕組みがあると良い。
[進行役]	・広報誌にもQRコードが載っていて, ポスター画像とか旭川市ホームページに誘導し, 詳細についてはQRコードで見てもらいたい掲載の仕方が多い。
[A氏]	・大学生はほとんどテレビを見ない。家にテレビを置かない人もいる。暇な時はテレビの代わりにスマートフォンを流し見している。

[C氏]	・インターネットでは情報の偏りがあるように思う。なかなか健康の情報にはたどり着かない。
[進行役]	・健康診断の結果を見ないで捨てる人もいる。そういう人ほど、健康情報を検索してまでは見ない。健康に関心がない人たちを健康や歩くことに結びつけていくには、クーポン、花、など違う方向からのアプローチが必要。
[D氏]	・健康ということを直接やるのではなく、別の手法からやるのが結果として健康につながるという仕組みが良い。 ・仕事をしていると一人で取り組むのは難しい。企業と市と一緒に従業員に対して、仕事をしながらできる取組があると良い。
[B氏]	・スタンプを集めてちょっとした景品がもらえるようなイベントがあるとよい。スポットを回することで結果として歩くことになる。
[進行役]	・イベントで1日だけ実施するものもあるが、恒常的に実施しているものもある。恒常的に実施しているものや既に根付いているものに紐付けて広告を出すことは効果的かも知れない。
[A氏]	・広報誌の表紙に一目でわかるような情報を掲載したら、1ページ目を開こうという気持ちになるかも知れない。広告チラシは一目で分かる、目に付くような工夫がされている。
[D氏]	・市ではネーミングライツや公用車への広告掲示などを行っている。企業とコラボする中で健康づくりにつながっていけば良いのではないかな。 ・山の上にブランコがある場所で、並んで写真を撮る人がたくさんいた。目的は写真でもそこまで歩いて行くことで結果として足腰が鍛えられ、写真を撮るという動機から健康づくりにつながっている。
[B氏]	・旭川は冬があるので年中花を見るのは難しいが、雪あかりとか季節ごとに地域見てまわれるものがあれば自発的に歩けるのではないかな。ガーデニングを見て欲しい人、見たい人がマッチングできるような仕組みがあればよい。見て欲しい人は発信力もあると思うので、そういった人を市で任命するという方法もある。
[進行役]	・情報を発信できる場があるとよい。開花情報があったり、見られるスポットがあれば歩いて行く人もいるかも知れない。
[C氏]	・公園は子どもだけが遊ぶ場所ではなく、いろいろな世代の人が活用できる場所になるとよい。懸垂ができるなどの健康遊具があれば大人も利用できるのではないかな。
[進行役]	・高齢化が進んだ地区では子どもも遊んでいない公園がある。歩く場所は道だけでなく、公園内もあると思う。 若者で健康になりそうなアプリは何かあるか。
[A氏]	・スマートウォッチのように歩数や消費カロリーが分かるものはあるが健康に結びつくアプリはあまり親しみが無い。
[進行役]	・アプリを導入して若い世代の利用者が増えたといったデータがあったが、どのようなアプリなのか。
[事務局]	・歩数でポイントを貯めて景品が当たるアプリを検討している。アプリが実現すれば、歩数でのポイントのほかにも旭川市の施設等に行くことで、QRコードでポイントがつくといったものをイメージをしている。
[A氏]	・とても良いと思う。ポイントが付くのであれば利用するのではないかな。 ・メディアで取り上げられたり、ロコミで拡がりやすいのは旭山動物園だと思うので、冬の動物園で歩くのは魅力的なイベントになるのではないかな。
[D氏]	・市民全体をターゲットとするのも良いが、例えば健康に不安のある方などのターゲットに特化した事業展開をする方法もある。
[C氏]	・体調管理、食事の管理、体重の変動、そういったアプリはいろいろある。市が導入するのであれば、機能が多すぎても分かりづらいし、お金が掛かるので、スタンプリナーだけにするとかシンプルな機能にした方が良いかも知れない。
[進行役]	・三島市の例にある、ノルディックウォーキングポールの貸出は旭川市でもしているのか。
[D氏]	・ポールやスノーシューなどを総合体育館で貸出、どこで使用してもよい。駅前のスケートリンクは市の直営。
[進行役]	・地域についてはどうか。個人だと長続きしないというところからきた話だと思う。

[C氏]	・一緒に活動しなくてもお互いに確認できればよいのではないかと。例えば離れて住んでいる親の活動状況をアプリなどのグループ機能でつながって見られれば見守りにもなる。
[進行役]	・健康を目指す仲間を集めるのがなかなか難しい。
[D氏]	・楽しくなければ取り組もうと思わないし、長続きしない。関係団体がどのように事業を仕掛けていくか、市役所内では横の連絡調整が非常に重要だ。
[進行役]	・楽しくないことのリーダーや指示するリーダーはあまりしたくない。健康になり地域の幸福度が高まればいいというのは誰もがわかることではあるが、それができるリーダーを見つける、探すのは大変。
[B氏]	・地域の子どもたちがいろいろなことに参加して、大人になった時に地域に関わるのが当たり前になるような考え方を教えていくのもリーダー育成の一つではあるのではないかと思う。
[進行役]	・自然に身につけていって貰うということ。リーダーというよりもコーディネーターなのかもしれないが、雪があって大変だというネガティブな面もポジティブに変えて共有し、どう使えば役に立つかといった考え方を共有するプラットフォームのようなものがある。雪があって大変でも、それを生かしたイベントもある。
[A氏]	・雪でかまくらとかを作るイベントを町内で実施できれば、除雪が楽しい運動になる。冬の公園をただの雪捨て場にせず別のもので活用できればよい。
[D氏]	・ブロック状の雪を積み重ねて作るイグルーはある程度知識がないとできないので、知識のある人を探す、作るという課題はあるが、公園で何かを作るというのは面白い発想だと思う。
[A氏]	・地域での実施は難しいかも知れないが、イベントとして大きな公園では実施できるかも知れない。
[進行役]	・以前、雪あかりが盛んだったときは町内の公園でお城を作ってライトアップするようなこともしていた。結果、それが身体を動かす行動になっていたりする。ノウハウを持っている人は高齢者が多いと思う。子どもや孫と一緒に作業するというのも良いのかも。
[B氏]	・高齢者が子どもたちに昔の遊びを教えて楽しく過ごすというイベントがあった。高齢者としても教える楽しさがあるし、子どもは知らない遊びを覚えられ、地域ですれ違う時に挨拶ができた。
[進行役]	・高齢者が昔の遊びを子どもに教えていくのは、健康・生きがい・地域の活性化につながる。
[A氏]	・小学校の授業で昔の遊びを教えてくれる時間があって地域の高齢者の方が来てくれて、交通パトロールもしていたので、地域の人学校にも来るし、通学路で挨拶もするというつながりがあった。
[進行役]	・パトロールでベストを着て、立つというのは健康にも生きがいにも良い。あらゆる場所に健康につながる要素があるが、うまく活用できていないのかも知れない。他の町で調査を行った時に高齢者は集まってくれても中年世代は集まりが悪かった。それぞれの世代にあったプログラムを考える必要があるが、親世代を集めるためには子どものためという仕掛けも良いのかも知れない。
(3)	事務局から、議題(3)「取組を誰が進めて行くかについての意見交換」については、終了時間が近づいているため、今回いただいた意見を事務局でまとめ、補足する形で意見をいただきたいことを連絡する。
[進行役]	・次回に向けて、企業等の無料で使えるアプリがあれば情報を教えて欲しい。
[事務局]	・商業施設でも独自アプリ歩数計がある。飲料会社が行う、歩数に応じて飲み物がもらえるアプリなどもある。次回そういった事例も紹介したい。
その他	・事務局から次回の開催日程について、11月30日の開催を予定していることについて連絡を行う。
3 閉会	