

## 住民アンケートの調査票と実施結果

### 【調査票】

住民アンケートの調査票の内容を図表33に示す。

図表33 住民アンケート調査票

設問文	選択肢
S1. あなたの性別をお答えください。(単回答)	1 男性 2 女性 3 その他
S2. あなたの年齢をお答えください。(単回答)	1 17歳以下 2 18-19歳 3 20-29歳 4 30-39歳 5 40-49歳 6 50-59歳 7 60-69歳 8 70-79歳 9 80歳以上
S3. あなたがお住まいの場所をお答えください。(単回答)	23区+その他のプルダウン
Q1. あなたの現在の健康状態はいかがですか。(単回答)	1 よい 2 まあよい 3 ふつう 4 あまりよくない 5 よくない
Q2. あなたは過去1年間に、健診等（健康診断、健康診査及び人間ドック）を受けたことはありますか。ある場合、直近の結果で最もあてはまるものをお選びください。(単回答)	1 ある 異常なしだった 2 ある 生活習慣の改善が必要だった 3 ある 受診が必要だった 4 ない

設問文	選択肢
<p>Q3. 次の項目についてお教えてください。(それぞれ単回答)</p>	<p><b>【表側】</b></p> <p>1 現在、たばこを習慣的に吸っている（20歳以上に表示）</p> <p>※「現在、たばこを習慣的に吸っている」とは、「生涯で合計100本以上、または6ヶ月以上吸っている者」であり、最近1ヶ月間も吸っている。また、加熱式・電子たばこを含む。</p> <p>2 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施している</p> <p>3 日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施している</p> <p>4 就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある</p> <p>5 朝食を抜くことが週に3回以上ある</p> <p>6 睡眠で休養が十分とれている</p> <p><b>【表頭】</b></p> <p>1 はい</p> <p>2 いいえ</p>
<p>Q4. あなたが</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・現在、通院している病気（*）</li> <li>・現在は通院していないものの、過去に通院したことがある病気（*）</li> </ul> <p>があればすべてお教えてください。</p> <p>*除く 風邪、インフルエンザなどの感染症 (それぞれ複数回答)</p>	<p><b>【表側】</b></p> <p>1 がん</p> <p>2 糖尿病</p> <p>3 脂質異常症</p> <p>4 高血圧</p> <p>5 心疾患（心臓病、心筋梗塞など）</p> <p>6 脳血管疾患（脳梗塞、脳出血など）</p> <p>7 喘息</p> <p>8 精神疾患および気分障害（うつ病、躁うつ病などを含む）</p> <p>9 その他病気（具体的に：_____）</p> <p>10 どの病気でも通院していない／過去にどの病気でも通院したことがない</p> <p><b>【表頭】</b></p> <p>1 現在、通院している病気</p> <p>2 現在は通院していないものの、過去に通院したことがある病気</p>

設問文	選択肢
<p>Q5. 健康に対する考えを教えてください。(それぞれ単回答)</p>	<p><b>【表側】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 私は健康への意識が高いほうだ</li> <li>2 自分の健康に関する情報に興味がある</li> <li>3 健康を第一に考えて暮らしたい</li> <li>4 健康のためにはある程度時間を割くべきだ</li> </ol> <p><b>【表頭】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 そう思わない</li> <li>2 あまりそう思わない</li> <li>3 ややそう思う</li> <li>4 そう思う</li> </ol>
<p>ここからは健康アプリについてうかがいます。  <b>健康アプリ</b>：自身の健康状態を記録・管理して、健康の維持・増進のサポートが主な機能となるスマートフォンアプリ※ゲーム機能や他の機能が主なものは対象外とします。</p> <p>Q6. ご存じの健康アプリを教えてください。(複数回答)</p>	<p><b>【一般のアプリ】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 あすけん</li> <li>2 aruku&amp; (あるくと) (自治体の団体コード利用を除く)</li> <li>3 Garmin Connect™</li> <li>4 Google Fit</li> <li>5 dヘルスケア</li> <li>6 Nike Training Club</li> <li>7 Fitbit</li> <li>8 FiNC</li> <li>9 Moneywalk</li> <li>10 楽天ヘルスケア</li> <li>11 iPhoneヘルスケアアプリ (iPhone iOS8より搭載)</li> <li>13 その他アプリ (具体的に： )</li> </ol> <p><b>【自治体のアプリ】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>14 はねびょん健康ポイント</li> <li>15 モンタッチと歩こう！かつしかActiveチャレンジ</li> <li>16 アプリで一緒に杉並ウォーキング (aruku&amp; (あるくと) (杉並区の団体コード利用))</li> <li>17 こうとう健康チャレンジ</li> <li>18 あらチャレ</li> <li>19 しながわ健康ポイント</li> <li>20 その他自治体アプリ</li> <li>21 ひとつも知らない</li> </ol>

設問文	選択肢
<p>Q7. (「Q6 ひとつも知らない」以外の方)          ご存じの健康アプリについて、どこで知ったかをお教えてください。(それぞれ単回答)</p>	<p>【表側】            1～19 Q6と同じ</p> <p>【表頭】            1 テレビ            2 新聞            3 雑誌            4 家族・友人・知人からの紹介            5 Webサイト (アプリ利用含む 例 Yahoo! ニュース、Smart News、比較サイト、ランキングサイト) ※自治体のホームページを除く            6 SNSの投稿 (例 Instagram、X、YouTube) ※自治体のSNS除く            7 自治体のホームページ (一般アプリ非表示)            8 自治体の広報紙、ちらし (一般アプリ非表示)            9 自治体のメール、SNS (一般アプリ非表示)            10 自治体のイベント (一般アプリ非表示)            11 学校、職場からの情報提供            12 その他 (具体的に：_____)</p>
<p>Q8. (「Q6 ひとつも知らない」以外の方)          ご存じの健康アプリについて、利用経験をお教えてください。          ※自治体アプリを利用するために一般アプリをダウンロードしている場合、その一般アプリは「その他」と回答してください。(それぞれ単回答、※はQ6で自治体アプリいずれかを知っている場合に表示)</p>	<p>1～19 Q6と同じ</p> <p>【表頭】            1 現在利用している            2 過去に利用していた            3 利用したことがない            4 その他 (例 自治体アプリを利用するためにダウンロード) (自治体アプリには非表示)</p>
<p>Q9. (「Q8 現在利用している」が1つ以上の方)          ご利用のアプリについていかがいます。もっとも頻度高く利用しているのはどちらですか。前問で「現在利用している」とお答えのアプリが1つの方は1つのみ表示されています。チェックをいれてお進みください。(単回答)</p>	<p>1～19 Q6と同じ</p>

設問文	選択肢
<p>ここからはご利用のアプリ●●についてうかがいます。(「Q8 現在利用している」が1つ以上の方、●●はQ9にチェックしたアプリを表示)</p> <p>Q10. 直近1ヶ月の利用頻度(アプリを開く)はどの程度ですか。(単回答)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 毎日</li> <li>2 ほぼ毎日(週に5~6回)</li> <li>3 週に1~4回程度</li> <li>4 それ以下</li> </ol>
<p>Q11. (「Q8 現在利用している」が1つ以上の方、iPhoneヘルスケアアプリには非表示)</p> <p>ダウンロードした目的についてあてはまるものをすべてお選びください。(複数回答)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 健康状態を把握するため</li> <li>2 健康になるための行動をするため</li> <li>3 健診結果の改善のため</li> <li>4 美容のため</li> <li>5 アプリやアプリに関連するイベントを楽しむため</li> <li>6 ポイントなどがあってお得なため</li> <li>7 家族・友人とつながれるため</li> <li>8 周りが入れているため</li> <li>9 会社で推奨されている・使用しているため</li> <li>10 自治体の健康イベントのお知らせや健康情報などが届くため(ご利用のアプリが自治体のみ表示)</li> <li>11 自治体のウォーキングマップが見られるため(ご利用のアプリが自治体のみ表示)</li> <li>12 その他(具体的に: )</li> <li>13 特に理由はない</li> </ol>
<p>Q12. (「Q8 現在利用している」が1つ以上の方、iPhoneヘルスケアアプリには非表示)</p> <p>ダウンロードした際にまず利用したいと思った機能についてあてはまるものをすべてお選びください。(複数回答)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 健康行動記録・管理機能</li> <li>2 健康行動記録の目標を管理する機能</li> <li>3 健康管理への提案・アドバイス機能</li> <li>4 ウォーキングコース提示</li> <li>5 動画・記事などの健康コンテンツ掲載</li> <li>6 脳トレ</li> <li>7 ポイント等の付与機能</li> <li>8 ユーザー間のランキングを表示する機能</li> <li>9 家族・友人と情報を共有する機能</li> <li>10 ゲーム感覚で利用できる機能</li> <li>11 キャラクター等と会話できる機能</li> <li>12 マイナポータル連携</li> <li>13 その他(具体的に: )</li> </ol>

第1章

1-1

1-2

第2章

2-1

2-2

2-3

第3章

3-1

3-2

3-3

第4章

4-1

4-2

第5章

5-1

5-2

5-3

資料編

設問文	選択肢
<p>Q13. (「Q8現在利用している」が1つ以上の方) 現在、利用を続けている理由についてあてはまるものをすべてお選びください。(複数回答)</p>	<p>1～9 Q11と同じ 10 その他 (具体的に： ) 11 特に理由はない 12 最近利用し始めたばかりである</p>
<p>Q14. (「Q8現在利用している」が1つ以上の方) 利用を続けたい機能についてあてはまるものをすべてお選びください。(複数回答)</p>	<p>1～13 Q12と同じ</p>
<p>Q15. (「Q8過去に利用していた」が1つ以上の方) 過去にご利用のアプリについてうかがいます。最近まで利用していたものはどれですか。Q8で「過去に利用していた」とお答えのアプリが1つの方は1つのみ表示されています。チェックをいれてお進みください。(単回答)</p>	<p>1～19 Q6と同じ</p>
<p>Q16. (「Q8過去に利用していた」が1つ以上の方) 利用を止めた理由についてあてはまるものをすべてお選びください。(複数回答)</p>	<p>1 機能自体が使いにくかったから 2 アプリの画面が見にくかったから 3 効果がないと思ったから 4 ポイントなどがたまらなかったから 5 個人情報を登録しないと使いにくかったから 6 広告が出たから 7 入力などが手間だったから 8 携帯の容量を確保したかったから 9 周りが利用しなくなったから 10 会社で推奨されなくなった・使用しなくなったから 11 その他 (具体的に： ) 12 特に理由はない</p>

設問文	選択肢
<p>Q17. (「Q8 利用したことがない」が1つ以上の方) ここからはご存じとお答えで未利用のアプリについてうかがいます。利用していない理由についてあてはまるものをすべてお選びください。(それぞれ複数回答)</p>	<p><b>【表側】</b> 1～19 Q6と同じ</p> <p><b>【表頭】</b> 1 どういった機能があるかわかりにくかったから 2 ダウンロード／インストールに手間がかかりそうだったから (iPhoneヘルスケアアプリの場合選択できないようにする) 3 利用する際の設定に手間がかかりそうだったから 4 利用したい／関心のある機能がなかったから 5 欲しい情報が得られなさそうだったから 6 ポイントなどがもらえないから／たまりにくそうだったから 7 家族・友人と共有できる機能がなかったから 8 ランキングが表示される機能がなかったから 9 ゲーム感覚で利用できなそうだったから 10 マイナポータルと連携ができなかったから 11 アプリの口コミ評価が悪かったから 12 利用するアプリを増やしたくないから 13 どういったアプリか調べていないから 14 その他 (具体的に： )</p>
<p>Q18. (「Q6 ひとつも知らない」の方、または「Q8 利用したことがない」がすべての方) 健康アプリを1つも利用していない／利用したことがない方にうかがいます。この機能があったら健康アプリを利用したいと思う機能をお選びください。(複数回答)</p>	<p>1～12 Q12と同じ</p> <p>13 付与されたポイント等で寄付(地域・社会貢献)ができる機能 14 その他 (具体的に： )</p>

設問文	選択肢
<p>Q19. (「Q6 ひとつも知らない」の方、または「Q8 利用したことがない」がすべての方) 健康アプリを1つも利用していない／利用したことがない方にうかがいます。あなたをご利用の他のアプリについての情報は、最初どこから得ましたか。あてはまるものをすべてお選びください。(複数回答)</p>	<p>1～12 Q7 <b>【表頭】</b> と同じ</p> <p>13 自身の携帯にアプリは1つも入れていない</p>
<p>Q20. あなたは、もし必要になったら、病気や健康に関連した情報を自分自身で探したり利用したりすることができると思えますか。(それぞれ単回答)</p>	<p><b>【表側】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 新聞、本、テレビ、インターネットなど、いろいろな情報源から情報を集められる</li> <li>2 たくさんある情報の中から、自分の求める情報を選び出せる</li> <li>3 情報を理解し、人に伝えることができる</li> <li>4 情報がどの程度信頼できるかを判断できる</li> <li>5 情報をもとに健康改善のための計画や行動を決めることができる</li> </ol> <p><b>【表頭】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 まったくそう思わない</li> <li>2 あまりそう思わない</li> <li>3 どちらでもない</li> <li>4 まあそう思う</li> <li>5 強くそう思う</li> </ol>

## 住民アンケートの回収数

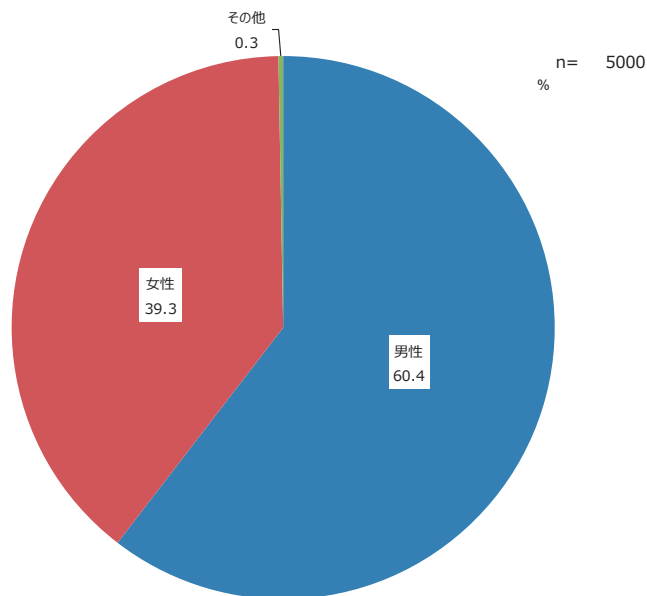
(人)

	18～39歳	40代	50代	60～79歳	合計
江東区	250	250	250	250	1,000
品川区	125	125	125	125	500
大田区	250	250	250	250	1,000
杉並区	250	250	250	250	1,000
荒川区	125	125	125	125	500
葛飾区	250	250	250	250	1,000
合計	1,250	1,250	1,250	1,250	5,000

第3章の3-2-1記載の実施概要を参照

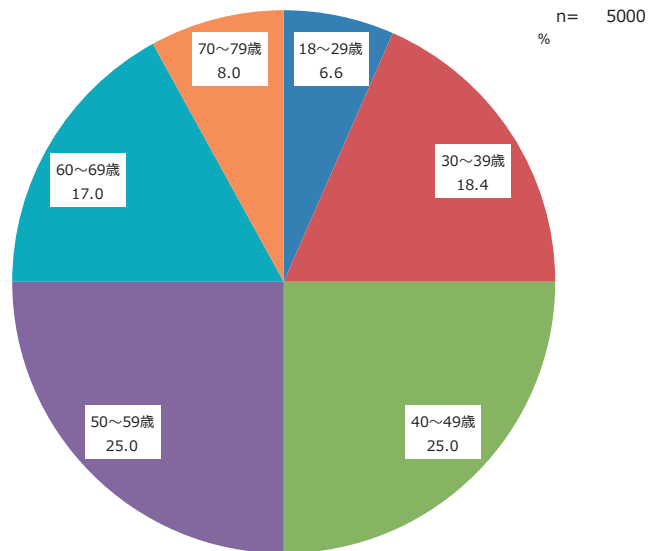
## 性別

SC1 あなたの性別をお答えください。



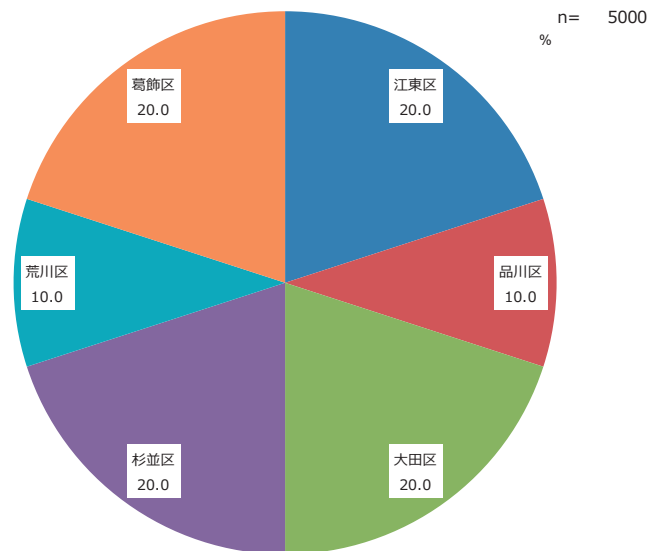
## 年代（年齢）

SC2 あなたの年齢をお答えください。



## エリア（お住いの場所）

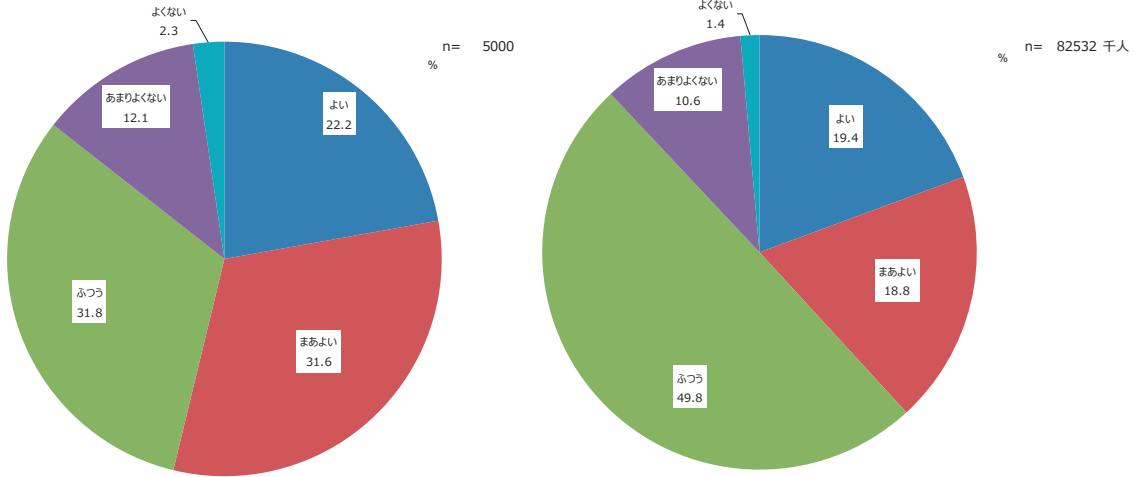
SC3 あなたがお住いの場所をお答えください。



## Q1 健康状態

Q1 あなたの現在の健康状態はいかがですか。

参考) 令和4年国民生活基礎調査\*  
質問7 あなたの現在の健康状態はいかがですか。



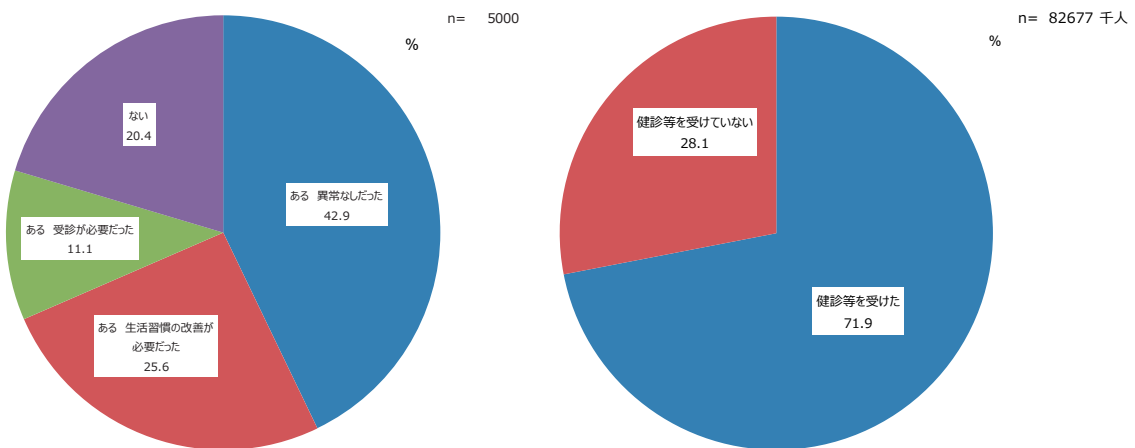
\*20～79歳の年齢に絞り、かつ、不詳は除いて集計

出所) 令和4年国民生活基礎調査を基に日本総研作成

## Q2 健診等受診状況

Q2 あなたは過去1年間に、健診等（健康診断、健康診査及び人間ドック）を受けたことはありますか。ある場合、直近の結果で最もあてはまるものをお選びください。

参考) 令和4年国民生活基礎調査\*  
質問16 あなたは過去1年間に、健診等（健康診断、健康診査及び人間ドック）を受けたことはありますか。

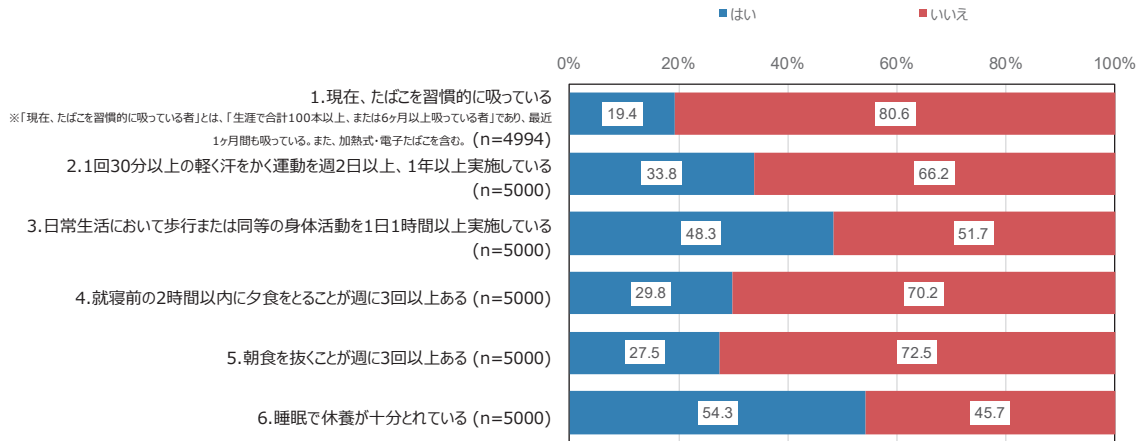


\*20～79歳の年齢に絞り、かつ、不詳は除いて集計

出所) 令和4年国民生活基礎調査を基に日本総研作成

### Q3 日常習慣①

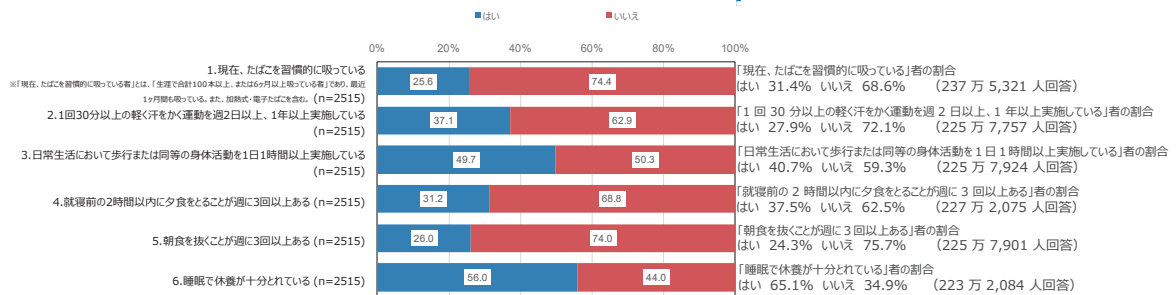
Q3 次の項目についてお教えてください。



### Q3 日常習慣② (40歳~79歳男性)

Q3 次の項目についてお教えてください。

参考) 令和4年度  
特定健診の「問診回答」に関する調査  
男性40~74歳



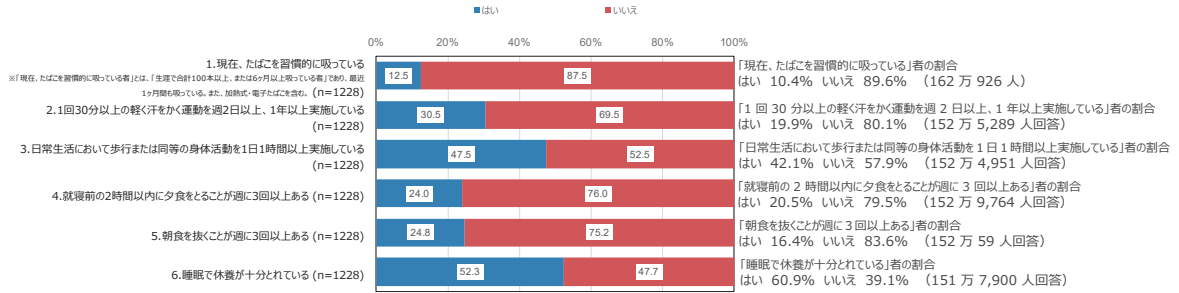
\*比較する特定健診の「問診回答」に関する調査が40~74歳のため、その区分に近い40~79歳で絞った

出所) 健康保険組合連合  
「令和4年度 特定健診の「問診回答」に関する調査」令和6年7月  
から数値引用

### Q3 日常習慣③ (40歳~79歳女性)

Q3 次の項目について教えてください。

参考) 令和4年度  
特定健診の「問診回答」に関する調査  
女性40~74歳

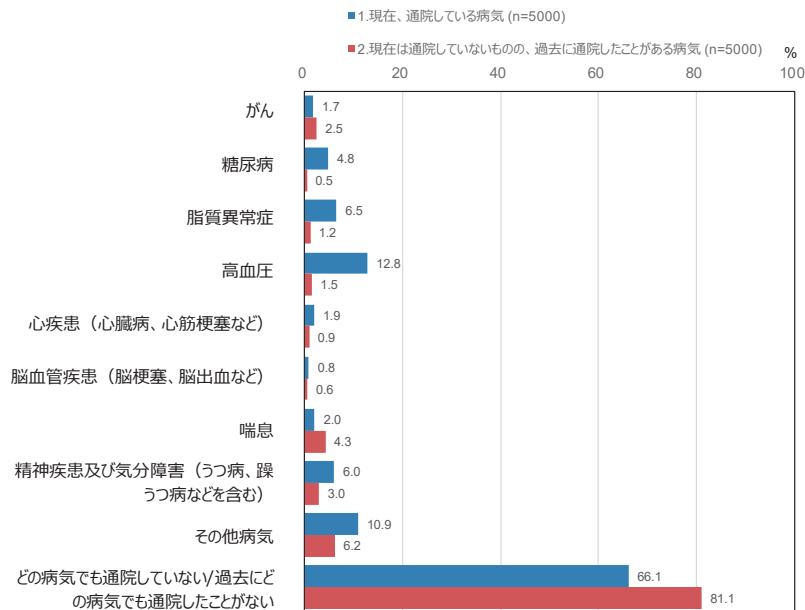


\*比較する特定健診の「問診回答」に関する調査が40~74歳のため、その区分に近い40~79歳で絞った

出所) 健康保険組合連合  
「令和4年度 特定健診の「問診回答」に関する調査」令和6年7月  
から数値引用

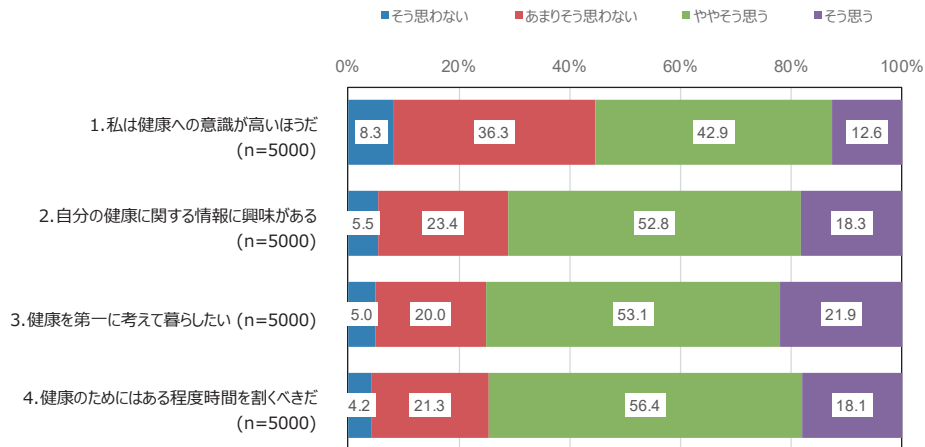
### Q4 通院状況

Q4 あなたが ・現在、通院している病気\* ・現在は通院していないものの、過去に通院したことがある病気\*  
があればすべて教えてください。\*除く 風邪、インフルエンザなどの感染症



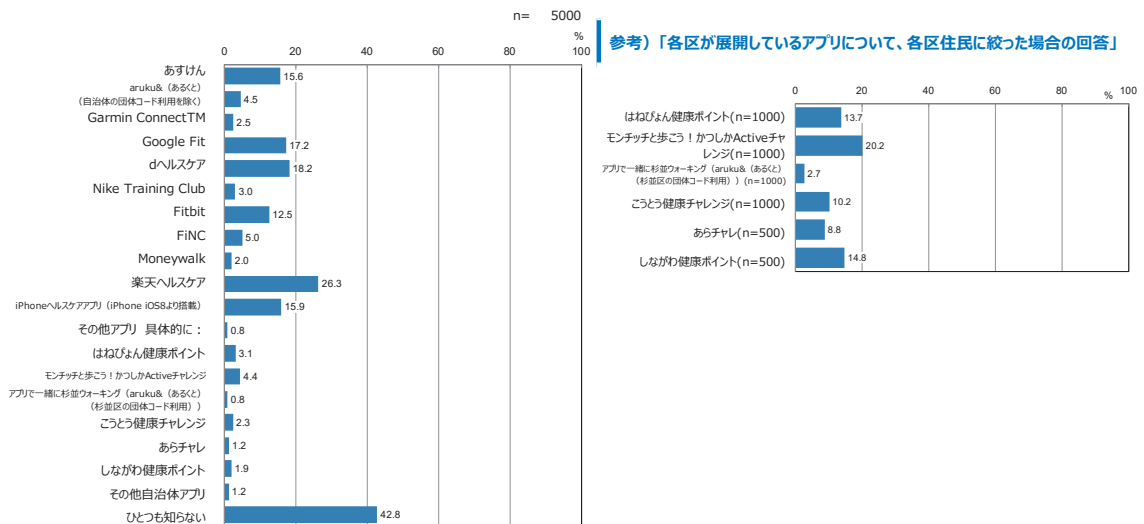
## Q5 健康関心度①

Q5 健康に対する考えを教えてください。



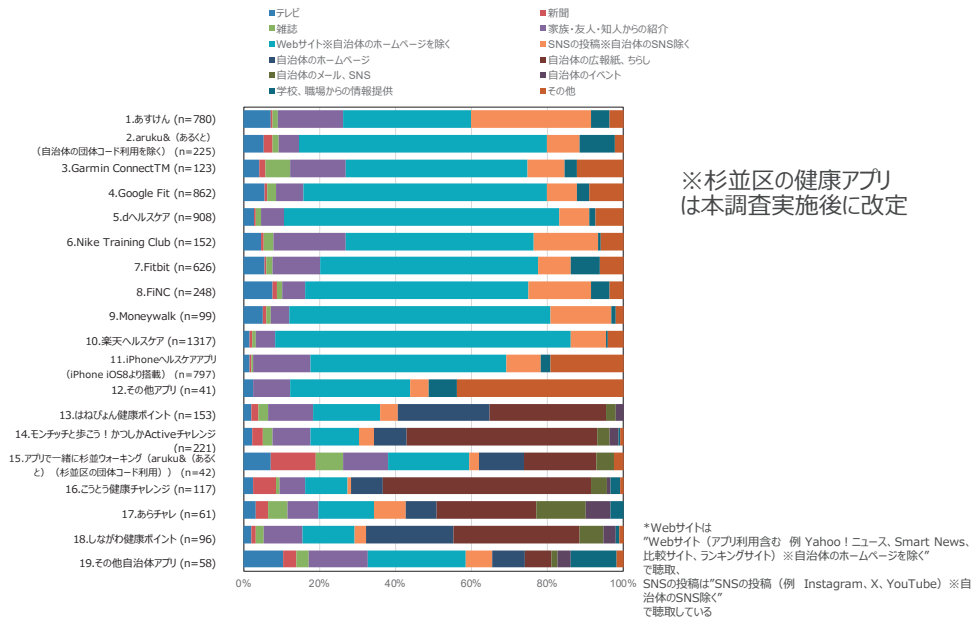
## Q6 健康アプリの認知

Q6 ご存じの健康アプリを教えてください。



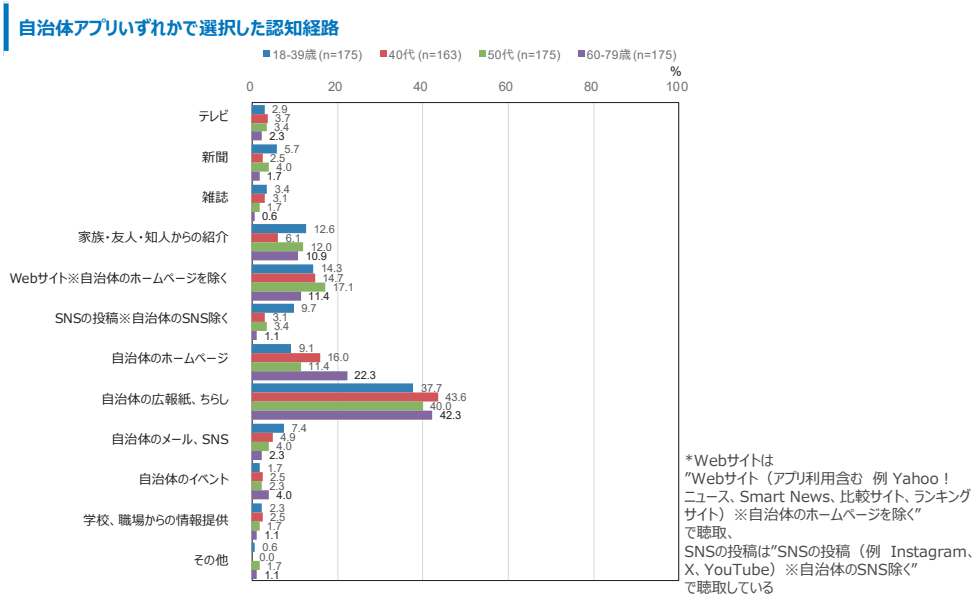
## Q7 健康アプリの認知経路

Q7 ご存じの健康アプリについて、どこで知ったかをお教えてください



## Q7 年代別クロス集計 | 健康アプリ（自治体）の認知経路

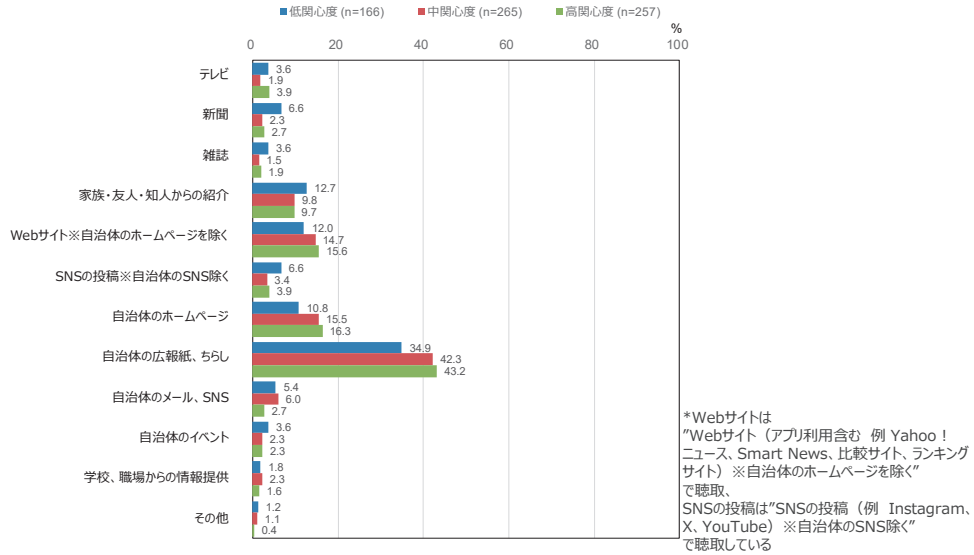
Q7 ご存じの健康アプリについて、どこで知ったかをお教えてください



## Q7 健康関心度別クロス集計 | 健康アプリ（自治体）の認知経路

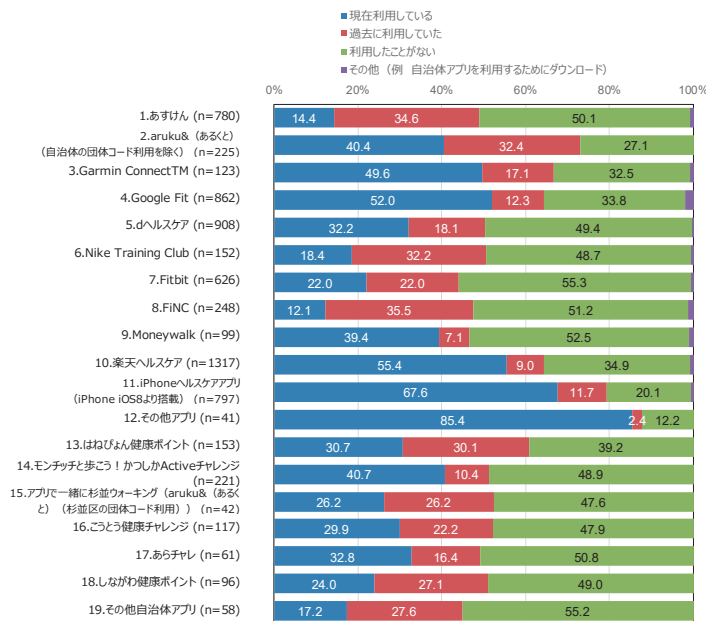
Q7 ご存じの健康アプリについて、どこで知ったかをお教えてください

自治体アプリいずれかで選択した認知経路



## Q8 健康アプリの利用状況

Q8 ご存じの健康アプリについて、利用経験をお教えてください。

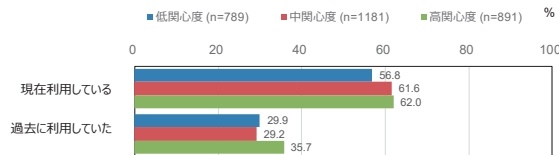


## Q8 健康関心度別クロス集計 | 健康アプリの利用状況

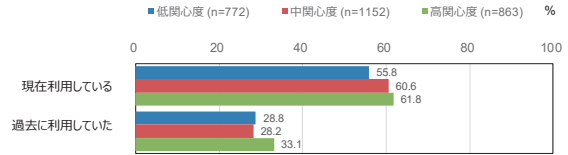
- 高関心度は、いずれかのアプリを「過去に利用していた」が高く、低関心度は「現在利用している」が低い。

Q8 ご存じの健康アプリについて、利用経験をお教えてください。

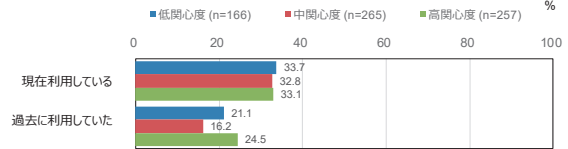
いずれかのアプリを「現在利用している」「過去に利用していた」



一般アプリいずれかを「現在利用している」「過去に利用していた」

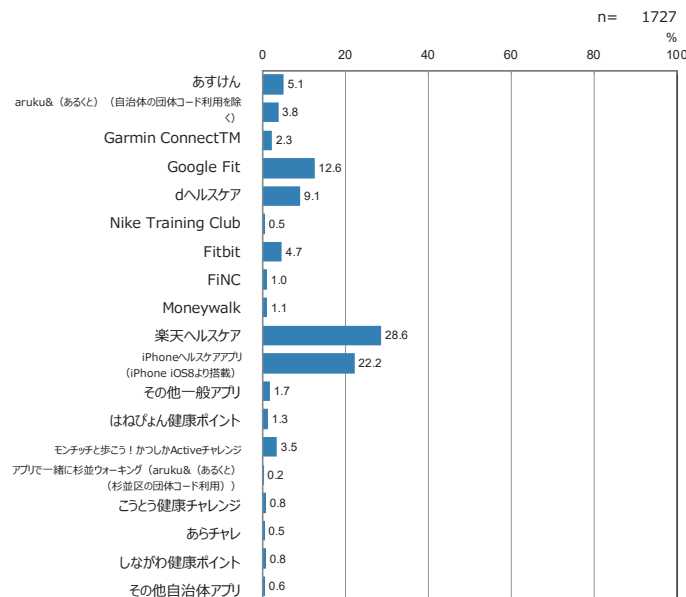


自治体アプリいずれかを「現在利用している」「過去に利用していた」



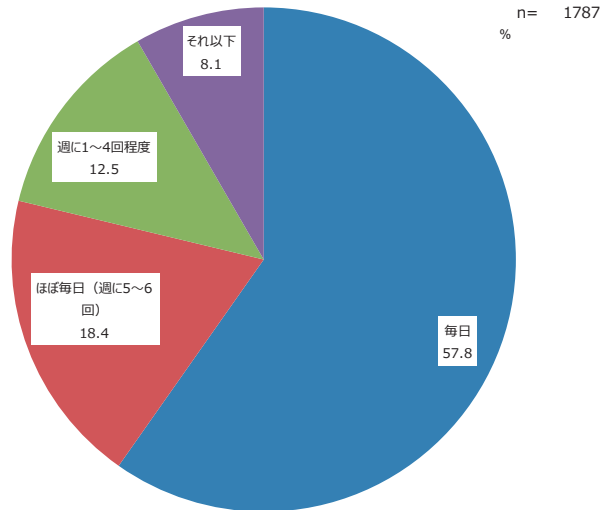
## Q9 最も利用している健康アプリ

Q9 ご利用のアプリについてうかがいます。もっとも頻度高く利用しているのはどちらですか。



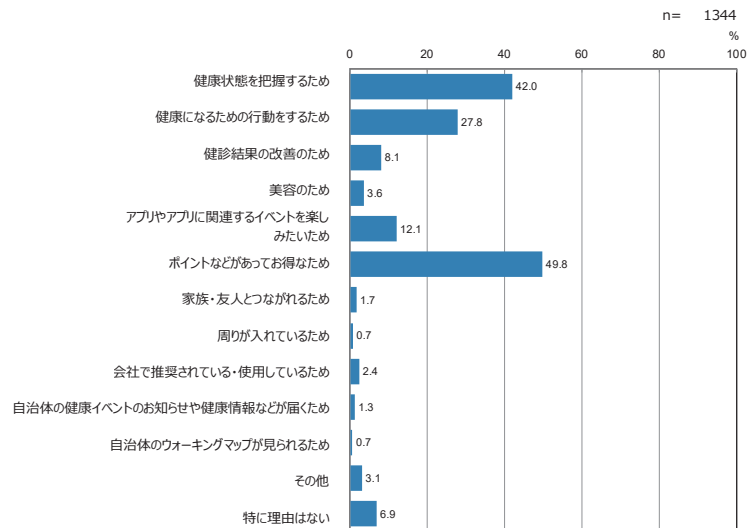
## Q10 健康アプリの利用頻度

Q10 直近1ヶ月の利用頻度（アプリを開く）はどの程度ですか。



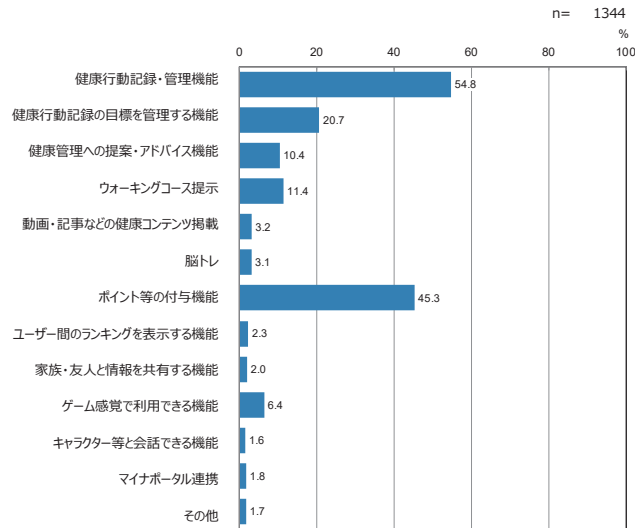
## Q11 ダウンロードした目的

Q11 ダウンロードした目的についてあてはまるものをすべてお選びください。



## Q12 まず利用したいと思った機能①

Q12 ダウンロードした際にまず利用したいと思った機能についてあてはまるものをすべてお選びください。

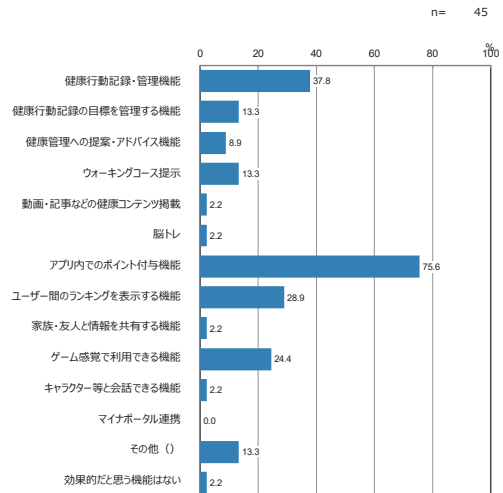
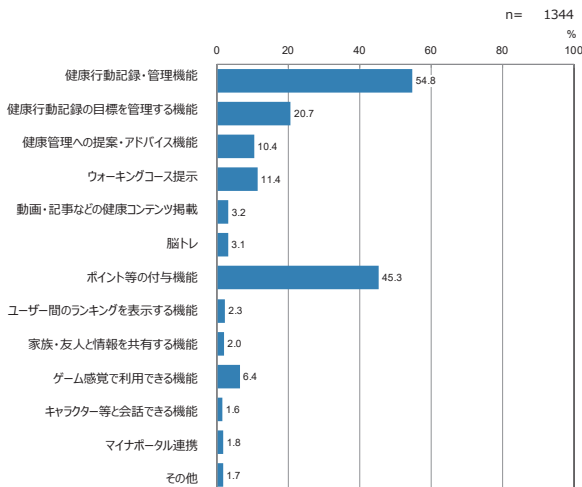


## Q12 まず利用したいと思った機能②（自治体アンケート結果との比較）

Q12 ダウンロードした際にまず利用したいと思った機能についてあてはまるものをすべてお選びください。

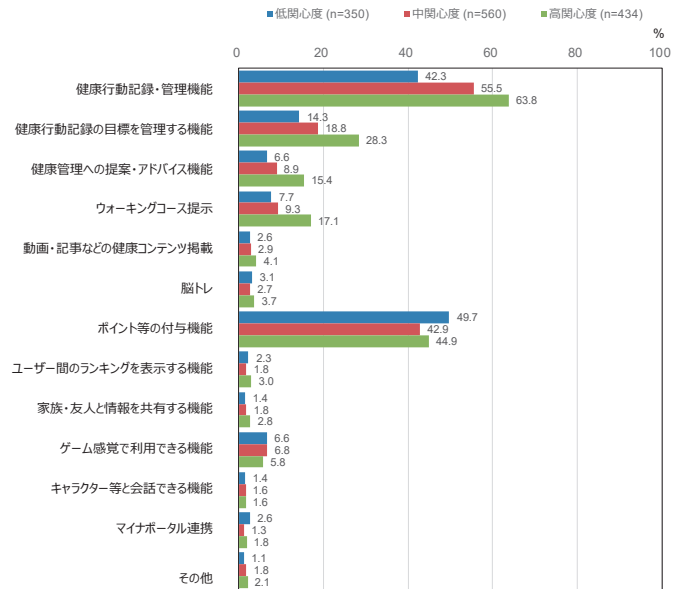
### 参考）自治体アンケート

導入されている健康アプリの機能について、  
・アプリの利用者数の増加  
にוות、特に効果的だと思われる機能をそれぞれ3つまでお選びください。  
(縦の列ごとに3つまで)



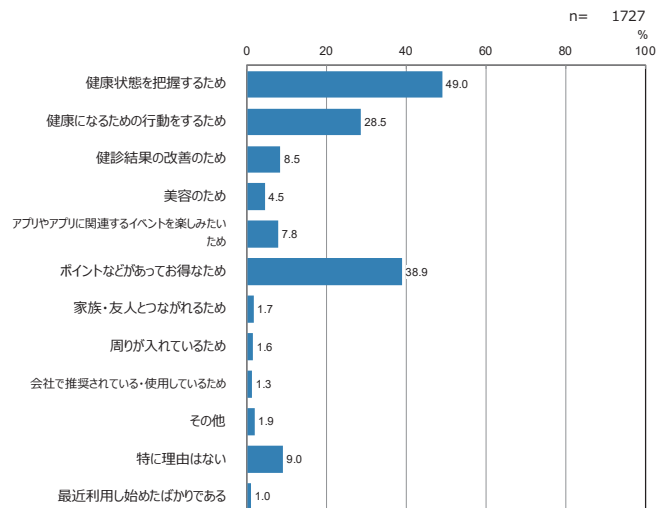
## Q12 健康関心度別クロス集計 | まず利用したいと思った機能

Q12 ダウンロードした際にまず利用したいと思った機能についてあてはまるものをすべてお選びください。



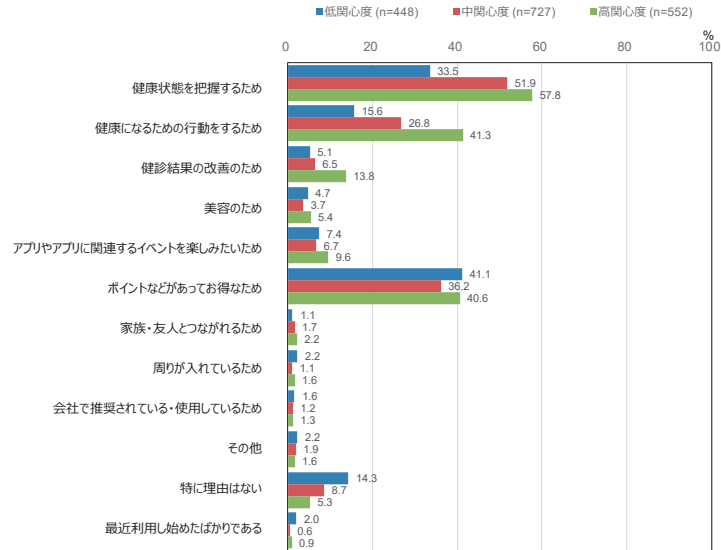
## Q13 利用を続けている理由

Q13 現在、利用を続けている理由についてあてはまるものをすべてお選びください。



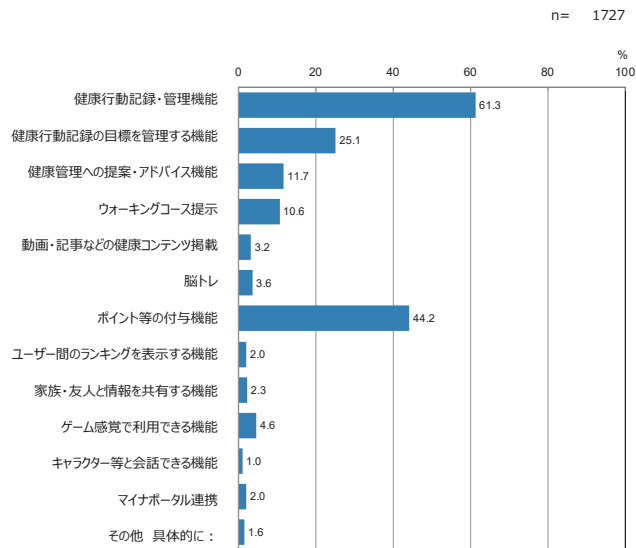
## Q13 健康関心度別クロス集計 | 利用を続けている理由

Q13 現在、利用を続けている理由についてあてはまるものをすべてお選びください。



## Q14 利用を続けたい機能①

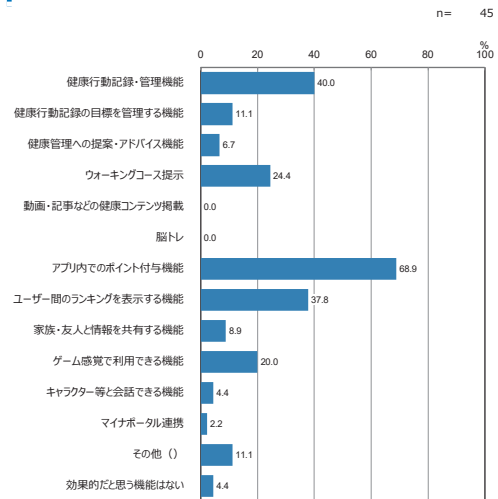
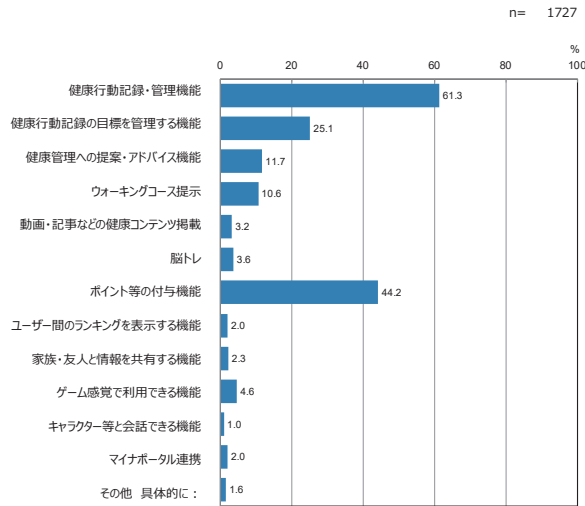
Q14 利用を続けたい機能についてあてはまるものをすべてお選びください。



## Q14 利用を続けたい機能②（自治体アンケート結果との比較）

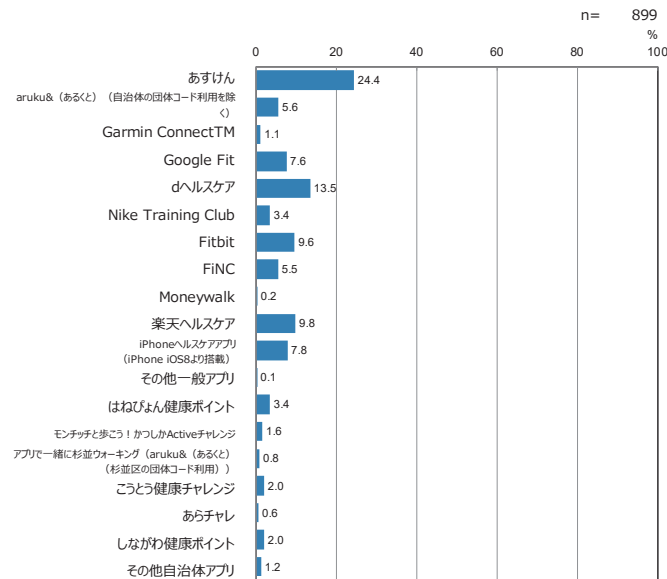
Q14 利用を続けたい機能についてあてはまるものをすべてお選びください。

参考）自治体アンケート  
導入されている健康アプリの機能について、  
・利用者の利用継続  
にあって、特に効果的だと思われる機能をそれぞれ3つまでお選びください。  
（縦の列ごとに3つまで）



## Q15 単純集計 | 最近まで利用していた健康アプリ

Q15 過去にご利用のアプリについてうかがいます。最近まで利用していたものはどれですか。

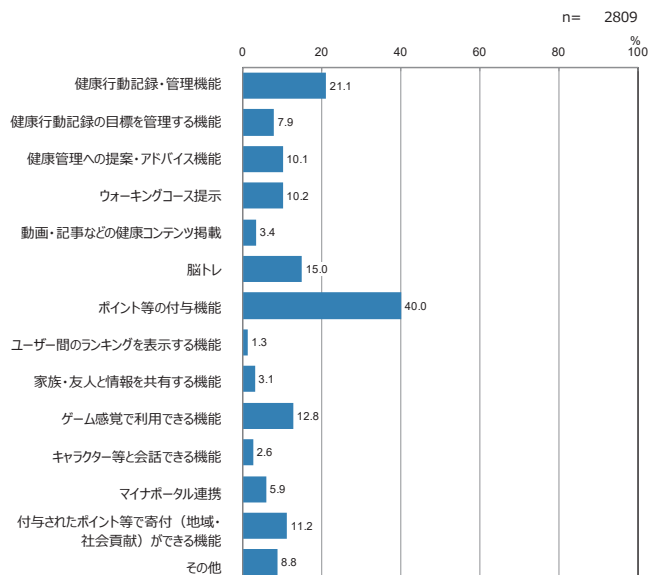




## Q18 健康アプリを利用したいと思う機能

Q18

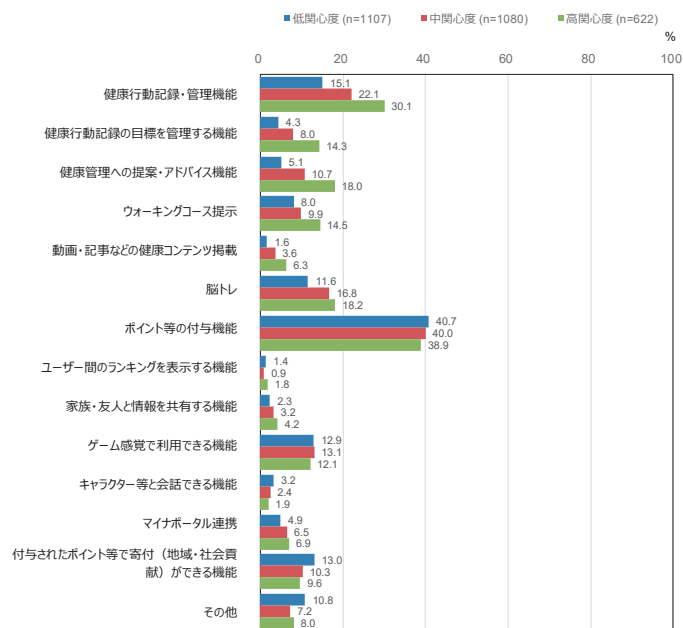
健康アプリを1つも利用していない／利用したことがない方にうかがいます。  
この機能があったら健康アプリを利用したいと思う機能をお選びください。



## Q18 健康関心度別クロス集計 | 健康アプリを利用したいと思う機能

Q18

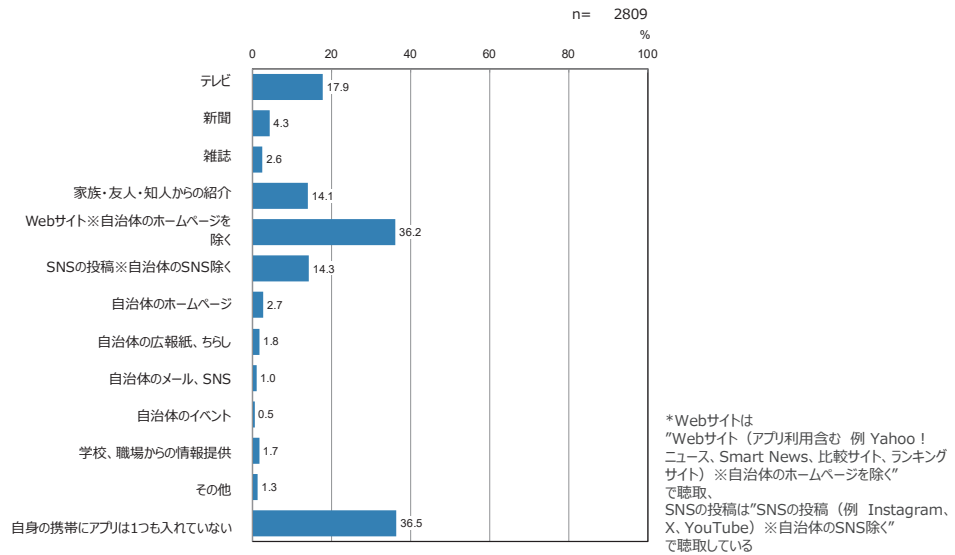
健康アプリを1つも利用していない／利用したことがない方にうかがいます。  
この機能があったら健康アプリを利用したいと思う機能をお選びください。



## Q19 その他アプリの情報入手経路

Q19

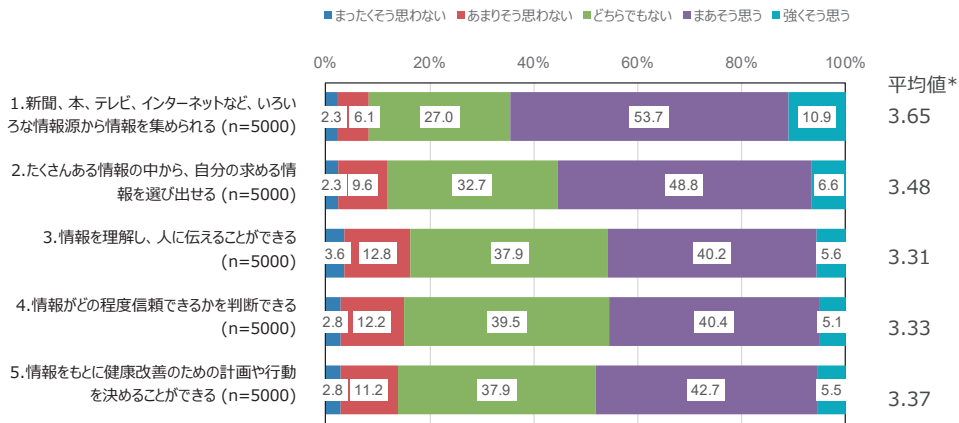
健康アプリを1つも利用していない／利用したことがない方にうかがいます。あなたがご利用の他のアプリについての情報は、最初どこから得ましたか。あてはまるものをすべてお選びください。



## Q20 ヘルスリテラシー

Q20

あなたは、もし必要になったら、病気や健康に関連した情報を自分自身で探したり利用したりすることができますか。



\*まったく思わない：1、あまり思わない：2、どちらでもない：3、まあ思う：4、強く思う：5として平均値を算出

第1章

1-1

1-2

第2章

2-1

2-2

2-3

第3章

3-1

3-2

3-3

第4章

4-1

4-2

第5章

5-1

5-2

5-3

資料編

## 事業者アンケートの調査票と実施結果

### 【調査票】

事業者アンケートの調査票の内容を図表34に示す。

図表34 事業所アンケート調査票

設問文	選択肢
まず、ご回答者についてお教えください。(自由記述)	貴社(事業所)名 _____ 貴社(事業所)所在地 _____ 区・市
ご入力いただいた内容について、株式会社日本総合研究所より確認させていただく場合があります。その際のご連絡先をご入力ください。(自由記述)  ※個人名や個人アドレス(組織から配布されている個人アドレス含む)等、個人情報に該当する情報は入力しないよう注意してください。	健康経営の担当所管部署名(任意) _____ 上記部署のメールアドレス(任意) _____ 上記部署の電話番号(任意) _____
Q1～Q4にて、 <u>貴社(以下、事業所も含め「貴社」と記載)の基本情報</u> についておうかがいします。  Q1. 貴社の業種についてお教えください。(単回答)	1 農林・漁業 2 鉱業 3 建設業 4 製造業 5 卸売業 6 小売業 7 金融・保険・不動産業 8 運輸業 9 情報通信業 10 電気・ガス・水道業 11 サービス業 12 その他 _____
Q2. 貴社の従業員数(日雇労働者、パートタイマー等の臨時的労働者を含め、常態として使用している従業員数)についてお教えください。数値でご入力ください。(自由記述)	_____人
Q3. 貴社の産業保健体制について、お教えください。当てはまるものをすべてお選びください。(複数回答)	1 衛生委員会(安全衛生委員会を含む)を設置している 2 衛生管理者を選任している 3 産業医を選任している 4 保健師・看護師を雇用している(非常勤含む) 5 上記のいずれも設置・選任・雇用していない

設問文	選択肢
<p>Q4. 貴社が加入している医療保険について、お教えてください。(単回答)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 全国健康保険協会（協会けんぽ）</li> <li>2 単一型健康保険組合</li> <li>3 総合型健康保険組合</li> <li>4 国民健康保険・国民健康保険組合</li> <li>5 共済組合</li> <li>6 その他（具体的に：_____）</li> <li>7 分からない</li> </ol>
<p>Q5. 貴社では、健康経営における経営理念・方針や組織体制に関して、どのような取組を実施していますか。当てはまるものをすべてお選びください。(複数回答)</p>	<p>Q5～Q19まで、健康経営の取組状況や実施上の課題、自治体による支援のニーズについておうかがいします。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 健康経営の方針等の社内外への発信</li> <li>2 経営者自身の健診受診</li> <li>3 自社従業員を超えた（取引先の考慮等）健康増進に関する取組</li> <li>4 健康づくり担当者の設置</li> <li>5 経営層の体制整備（健康づくり責任者が役員以上、等）</li> <li>6 産業医・保健師・看護師の取組への関与</li> <li>7 健保組合等医療保険者との協議・連携（健康診断データの提供、等）</li> <li>8 その他（具体的に：_____）</li> <li>9 実施している取組はない</li> </ol>
<p>Q6. 貴社では、健康経営に係る制度・施策実行や評価・改善に関して、どのような取組を実施していますか。当てはまるものをすべてお選びください。(複数回答)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 健康課題に基づいた具体的な目標の設定（健康経営の具体的な推進計画策定、等）</li> <li>2 健康診断受診率向上の取組（従業員の健康診断受診率100%、受診勧奨の取組、等）</li> <li>3 事業場におけるストレスチェック実施</li> <li>4 ヘルスリテラシーの向上（管理職または従業員に対する教育機会の設定、等）</li> <li>5 ワークライフバランスの推進（適切な働き方の実現及び育児・介護の両立支援の取組、等）</li> <li>6 職場の活性化（コミュニケーション促進に向けた取組、等）</li> <li>7 仕事と治療の両立支援（私病等に関する復職・両立支援の取組、等）</li> <li>8 保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取組</li> <li>9 食生活の改善に向けた取組</li> <li>10 運動機会の増進に向けた取組</li> <li>11 女性の健康保持・増進に向けた取組</li> <li>12 長時間労働者への対応に関する取組</li> </ol>





設問文	選択肢
<p>Q10. (「Q8取組を実施するためのノウハウがない」 以外の方)</p> <p>健康経営の取組を実施する上での課題に関して、Q8で回答いただいた内容に加え、困難である取組の具体的な内容や不足しているノウハウの具体的な内容など、ご自由にご入力ください。(自由記述)</p>	
<p>Q10. (「Q8取組を実施するためのノウハウがない」 とお答えの方)</p> <p>健康経営の取組を実施する上での課題に関して、Q8～Q9で回答いただいた内容に加え、困難である取組の具体的な内容や不足しているノウハウの具体的な内容など、ご自由にご入力ください。(自由記述)</p>	
<p>Q11. 健康経営の取組を実施するにあたり、自治体（区・市）の<u>支援策として実施して欲しい取組</u>についてお教えてください。<u>現在利用・活用して、継続して実施して欲しい取組も含めて</u>選択してください。当てはまるものをすべてお選びください。(複数回答)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 実践する事業者の認証や表彰</li> <li>2 認証制度や表彰制度に付随するインセンティブ付与</li> <li>3 事業者へのノウハウ提供等の取組実施支援</li> <li>4 事業者への財政的支援</li> <li>5 健康経営の取組に関する相談窓口の設置</li> <li>6 事業者の連絡会等の設置</li> <li>7 その他（具体的に：_____）</li> <li>8 特に実施して欲しい（継続して欲しい）取組はない</li> </ol>
<p>Q12. (「Q11 実践する事業者の認証や表彰」 または「Q11 認証制度や表彰制度に付随するインセンティブ付与」 とお答えの方)</p> <p>Q11で支援策として実施して欲しい取組として、「実践する事業者の認証や表彰」 もしくは「認証制度や表彰制度に付随するインセンティブ付与」 と答えた方におうかがいします。具体的に貴社が<u>支援策として実施して欲しい取組</u>についてお教えてください。<u>現在利用・活用して、継続して実施して欲しい取組も含めて</u>選択してください。当てはまるものをすべてお選びください。(複数回答)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 自治体HP等における認証・表彰事業者の公表</li> <li>2 認証・表彰におけるロゴマークの使用</li> <li>3 契約入札参加時の加点</li> <li>4 融資制度における優遇利率の適用など</li> <li>5 従業員向けの福利厚生サービス（例：スポーツ施設利用の割引等）の提供</li> <li>6 その他（具体的に：_____）</li> </ol>

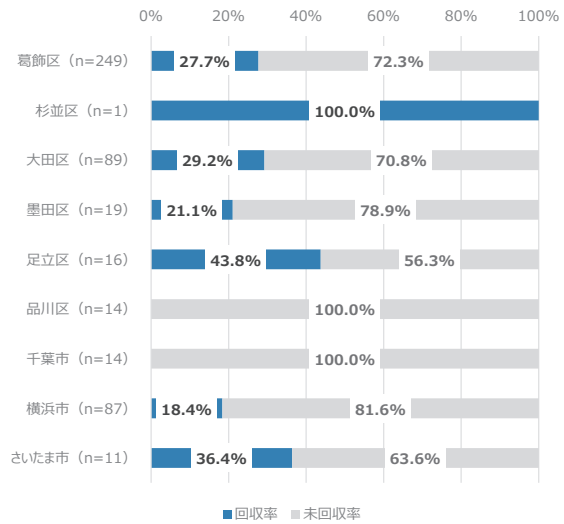
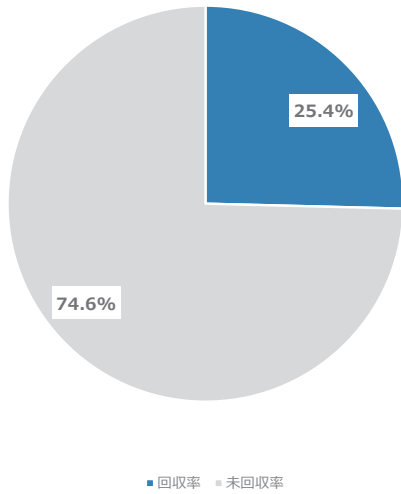
設問文	選択肢
<p>Q13. (「Q11 事業者へのノウハウ提供等の取組実施支援」とお答えの方)</p> <p>Q11で支援策として実施して欲しい取組として、「事業者へのノウハウ提供等の取組実施支援」と答えた方におうかがいします。具体的に貴社が<b>支援策として実施して欲しい取組</b>についてお教えてください。現在利用・活用していて、<b>継続して実施して欲しい取組も含めて</b>選択してください。当てはまるものをすべてお選びください。(複数回答)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 アドバイザー等の専門家派遣によるサポート</li> <li>2 社内人材の教育支援（講習会、セミナー、等）</li> <li>3 他事業者の実践事例に関する情報提供（事例集配布、等）</li> <li>4 健康経営の実践手法に関する情報提供（ハンドブック、ガイドブック、等）</li> <li>5 その他（具体的に：_____）</li> </ol>
<p>Q14. (「Q11実践する事業者の認証や表彰」、「Q11 認証制度や表彰制度に付随するインセンティブ付与」、「Q11 事業者へのノウハウ提供等の取組実施支援」どれも選択しなかった方)</p> <p>健康経営の取組を実施するにあたり、自治体（区・市）の支援策として実施して欲しい取組について、Q11でご回答いただいた内容に加え、実施して欲しい支援策のより詳細な内容など、ご自由にご入力ください。(自由記述)</p>	
<p>Q14. (「Q11 事業者へのノウハウ提供等の取組実施支援」を選択しなかった方のうち、「Q11 実践する事業者の認証や表彰」または「Q11 認証制度や表彰制度に付随するインセンティブ付与」とお答えの方)</p> <p>健康経営の取組を実施するにあたり、自治体（区・市）の支援策として実施して欲しい取組について、Q11～Q12でご回答いただいた内容に加え、実施して欲しい支援策のより詳細な内容など、ご自由にご入力ください。(自由記述)</p>	
<p>Q14. (「Q11 実践する事業者の認証や表彰」、「Q11 認証制度や表彰制度に付随するインセンティブ付与」どれも選択しなかった方のうち、「Q11 事業者へのノウハウ提供等の取組実施支援」とお答えの方)</p> <p>健康経営の取組を実施するにあたり、自治体（区・市）の支援策として実施して欲しい取組について、Q11、Q13でご回答いただいた内容に加え、実施して欲しい支援策のより詳細な内容など、ご自由にご入力ください。(自由記述)</p>	

設問文	選択肢
<p>Q14. (「Q11実践する事業者の認証や表彰」または「Q11 認証制度や表彰制度に付随するインセンティブ付与」を選択した方のうち、「Q11 事業者へのノウハウ提供等の取組実施支援」を選択した方)</p> <p>健康経営の取組を実施するにあたり、自治体（区・市）の支援策として実施して欲しい取組について、Q11～Q13でご回答いただいた内容に加え、実施して欲しい支援策のより詳細な内容など、ご自由にご入力ください。(自由記述)</p>	
<p>Q15. 健康経営推進支援策として、都道府県単位でも、「健康企業宣言（健康保険組合、全国健康保険協会（協会けんぽ）東京支部、等）」、「職域健康促進サポート事業（東京都）」、「健康な職場づくり宣言（全国健康保険協会（協会けんぽ）千葉支部）」、「健康宣言（全国健康保険協会（協会けんぽ）埼玉支部）」、「埼玉県健康経営認定制度（埼玉県）」などの取組が存在します。都道府県単位での支援策と比較した際、区や市による支援に期待する役割についてお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。(複数回答)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 個別の企業に寄り添ったより綿密な取組実施支援</li> <li>2 区・市独自の認証制度や表彰制度</li> <li>3 入札時加点などのインセンティブ付与</li> <li>4 区・市内事業者の取組に関する情報提供</li> <li>5 区・市内の他事業者とのつながり創出</li> <li>6 その他（具体的に：_____）</li> <li>7 特に期待する役割はない</li> </ol>



設問文	選択肢
<p>Q19. 区・市では健康経営に関して、健康経営に取り組む事業者に向けて種々の推進施策を行っています（独自の認証・表彰制度、インセンティブ付与、取組実施支援、等）。このような<u>区・市による健康経営の推進施策について</u>、どのように認知したかをお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。（複数回答）</p>	<p>1～12 Q18と同じ</p>

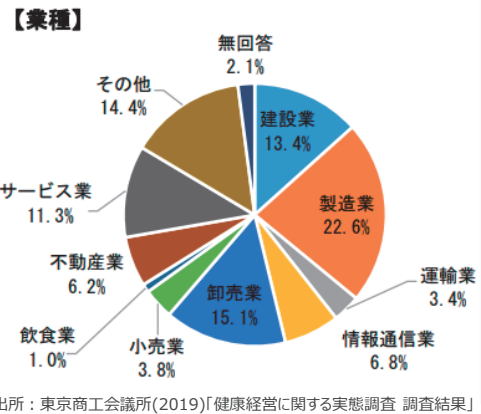
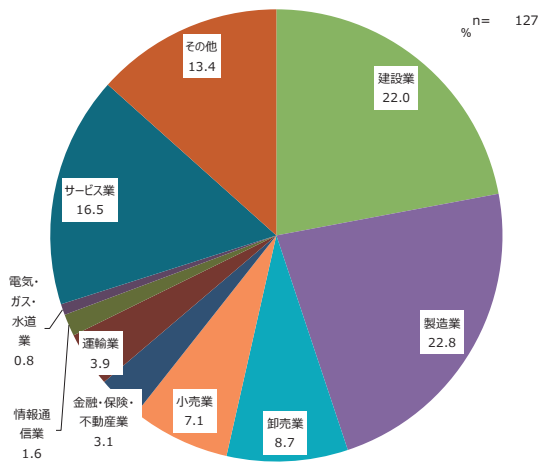
## 事業者アンケート回収数・回収率



## Q1 業種

Q1 貴社の業種について教えてください。

参考 | 東京商工会議所調査対象における業種  
(都内の従業員300人以下の企業より無作為抽出)

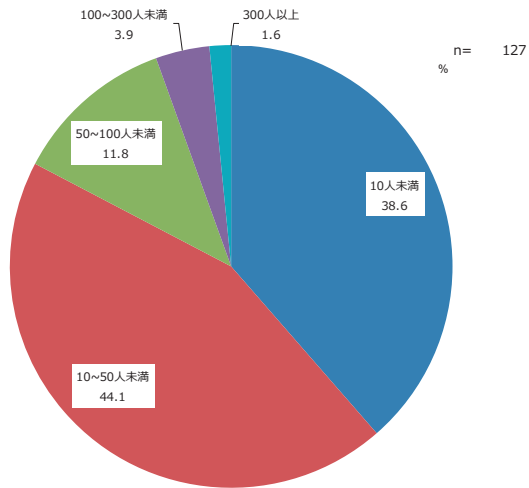


※出所：東京商工会議所(2019)「健康経営に関する実態調査 調査結果」

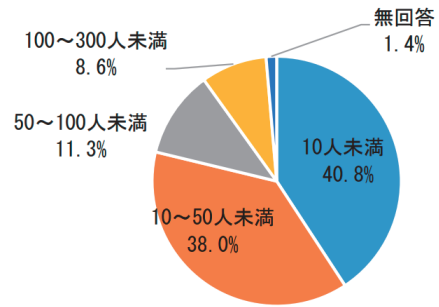
## Q2 従業員数

Q2

貴社の従業員数（日雇労働者、パートタイマー等の臨時的労働者を含め、常態として使用している従業員数）について教えてください。



参考 | 東京商工会議所調査対象おける業種  
(都内の従業員300人以下の企業より無作為抽出)

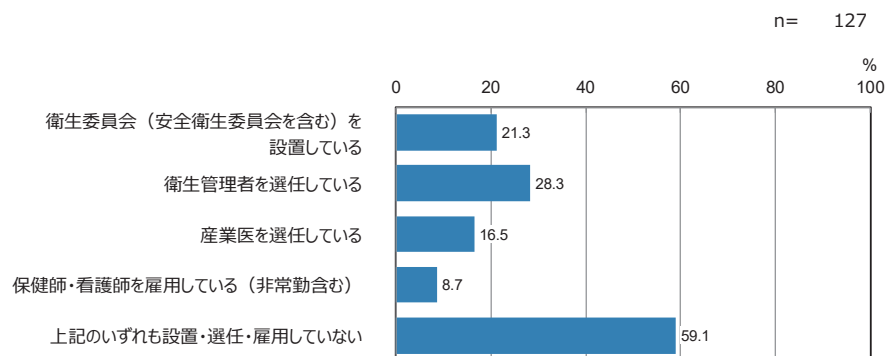


※出所：東京商工会議所(2019)「健康経営に関する実態調査 調査結果」

## Q3 産業保健体制

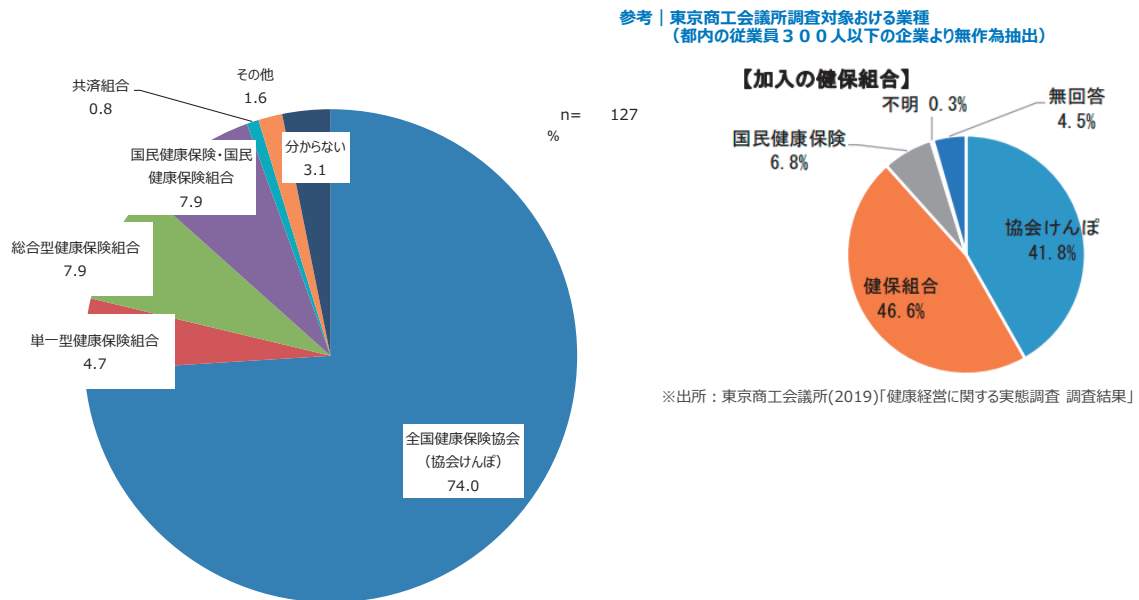
Q3

貴社の産業保健体制について、教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。



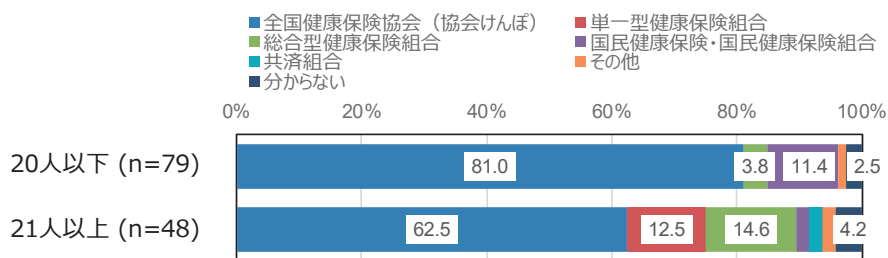
## Q4 加入している医療保険

Q4 貴社が加入している医療保険について、お教えてください。



## Q4 従業員別クロス集計 | 加入している医療保険

Q4 貴社が加入している医療保険について、お教えてください。



第1章

1-1

1-2

第2章

2-1

2-2

2-3

第3章

3-1

3-2

3-3

第4章

4-1

4-2

第5章

5-1

5-2

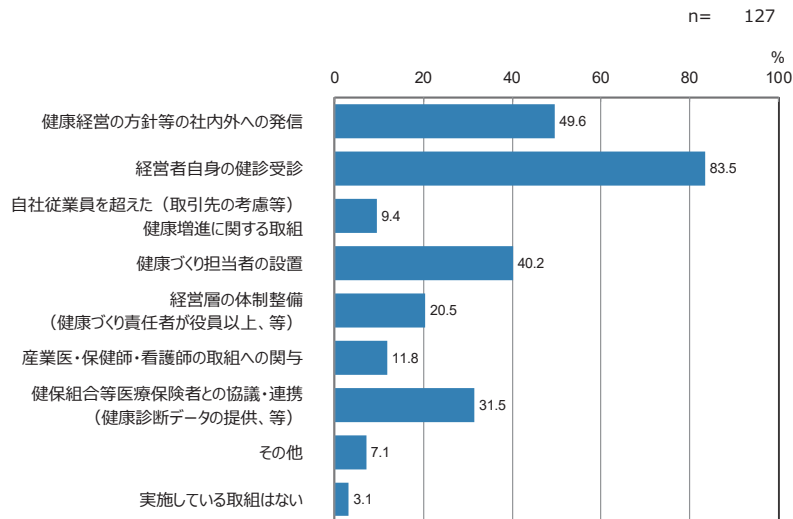
5-3

資料編

## Q5 健康経営の取組実施状況（経営理念・方針や組織体制）

Q5

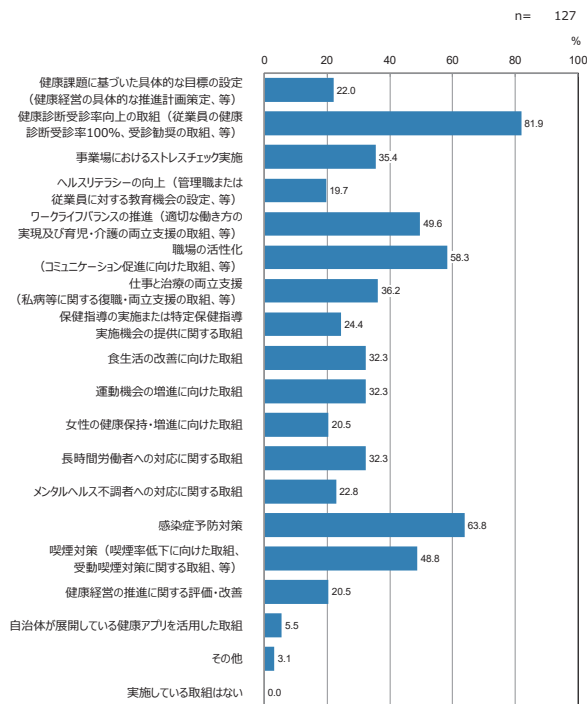
貴社では、健康経営における経営理念・方針や組織体制に関して、どのような取組を実施していますか。当てはまるものをすべてお選びください。



## Q6 健康経営の取組実施状況（制度・施策実行や評価・改善）

Q6

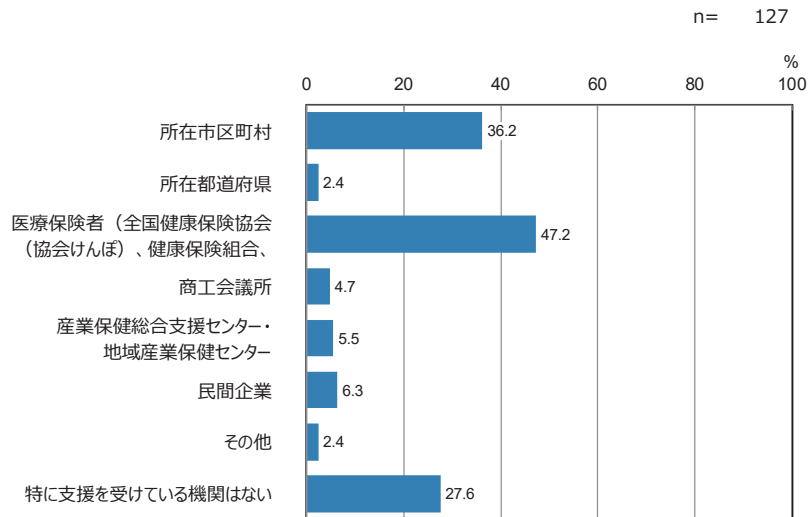
貴社では、健康経営に係る制度・施策実行や評価・改善に関して、どのような取組を実施していますか。当てはまるものをすべてお選びください。



## Q7 支援を受けている機関

Q7

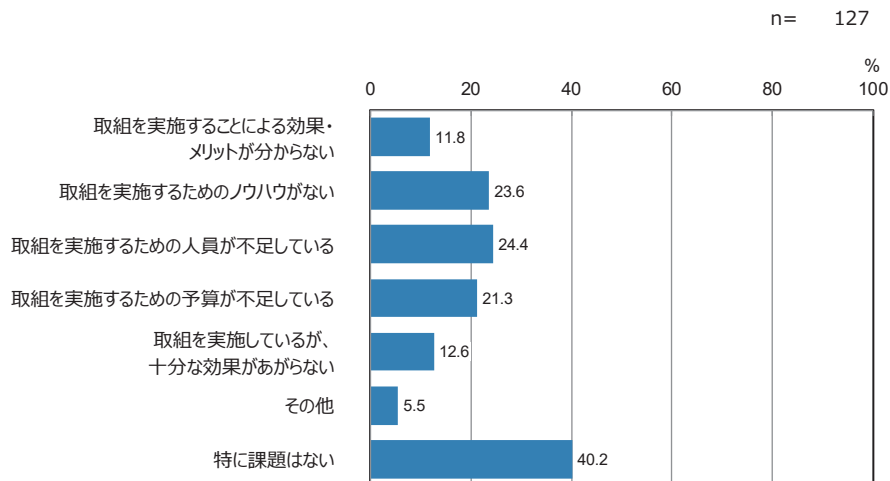
健康経営の取組を実施するに当たって支援を受けている機関について、お教えてください。なお、自治体の支援事業の一環で支援を受けている機関も含めて回答してください。当てはまるものをすべてお選びください。



## Q8 健康経営実施上の課題

Q8

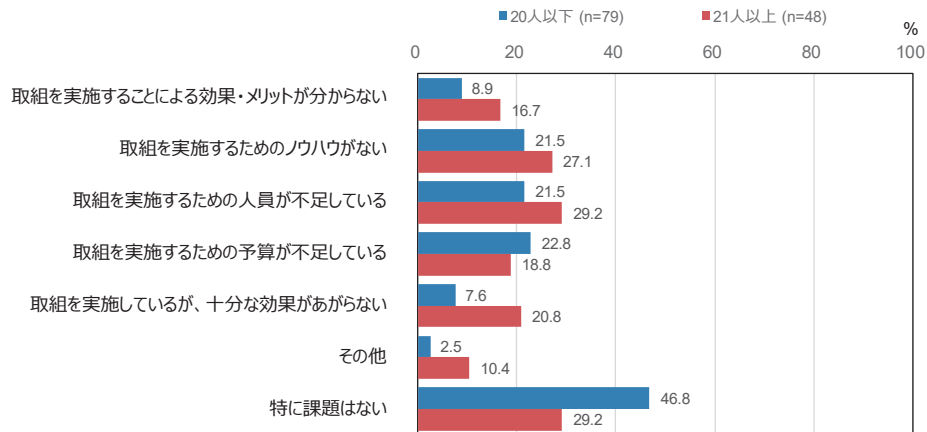
貴社の業種について健康経営の取組を実施する上での課題についてお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。お教えてください。



## Q8 従業員数別クロス集計 | 健康経営実施上の課題

Q8

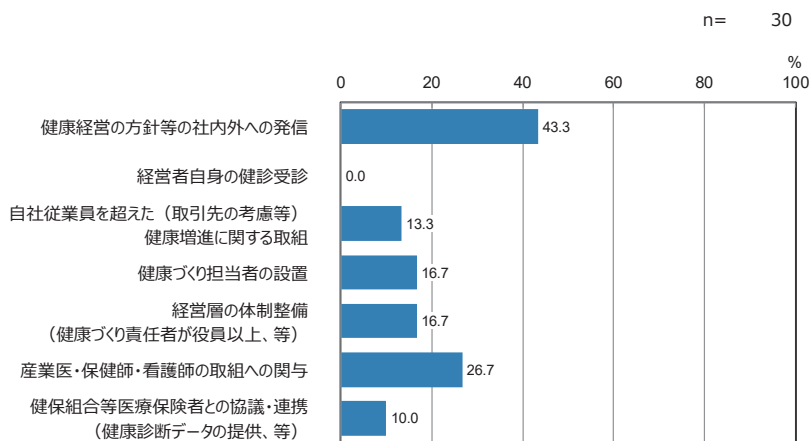
健康経営の取組を実施する上での課題についてお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。



## Q9 ノウハウがないと感じる取組（経営理念・方針や組織体制）

Q9

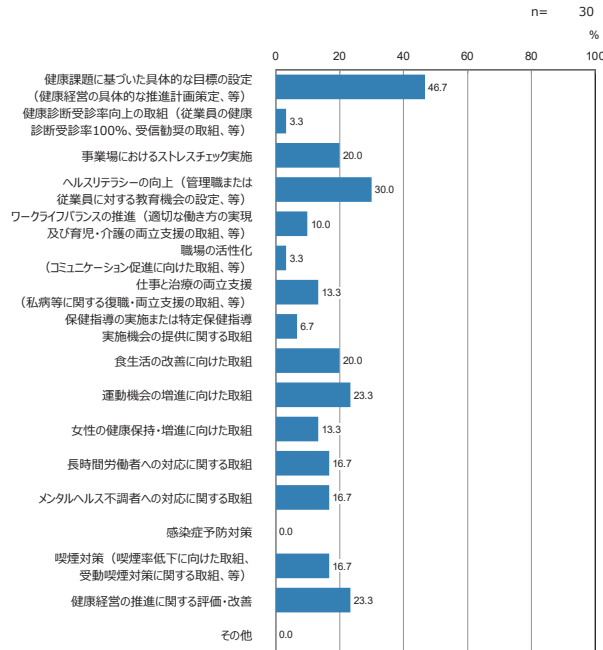
Q8で健康経営の取組を実施する上での課題として、「取組を実施するためのノウハウがない」と答えた方におうかがいします。特にノウハウがないと感じる取組をお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。



## Q9 ノウハウがないと感じる取組（制度・施策実行や評価・改善）

Q9

Q8で健康経営の取組を実施する上での課題として、「取組を実施するためのノウハウがない」と答えた方におうかがいします。特にノウハウがないと感じる取組をお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。

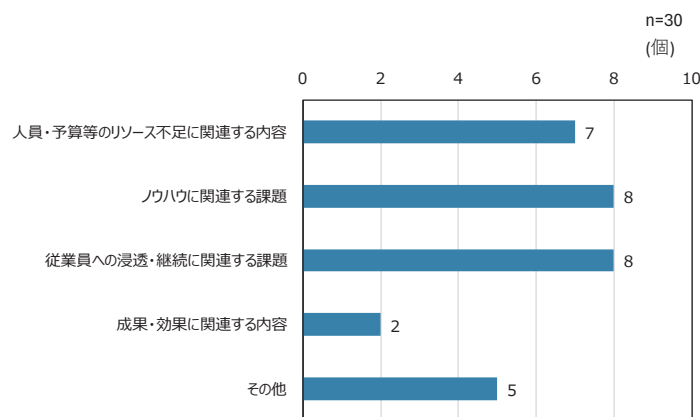


## Q10 課題の詳細①

Q10

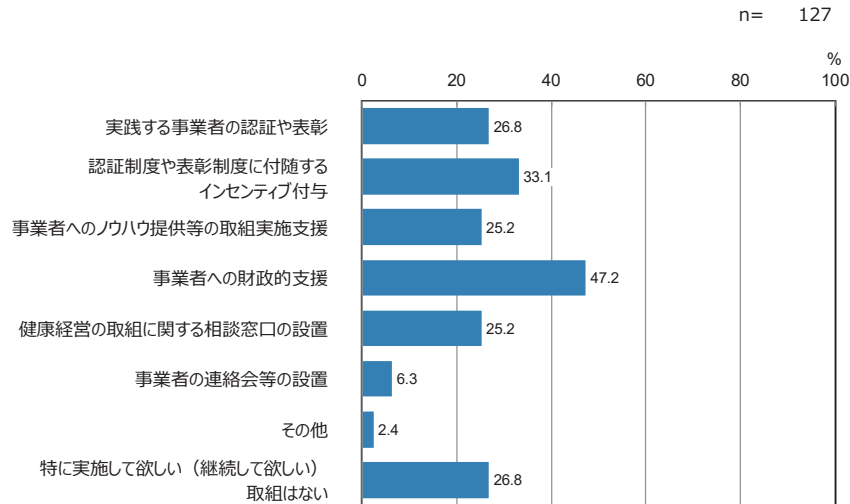
健康経営の取組を実施する上での課題に関して、Q8,9で回答いただいた内容に加え、困難である取組の具体的な内容や不足しているノウハウの具体的な内容など、ご自由にご記載ください。

※自由記述回答を類型化して集計



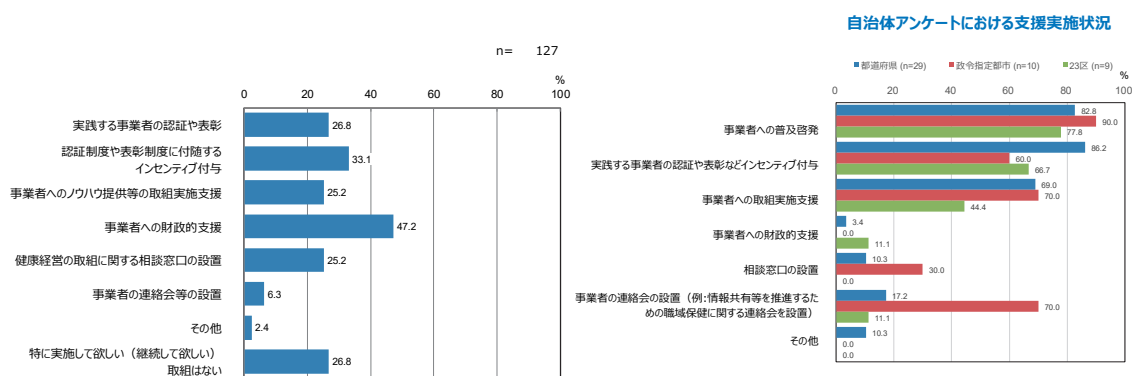
## Q11 支援施策のニーズ

Q11 健康経営の取組を実施するにあたり、自治体（区・市）の支援策として実施して欲しい取組についてお教えてください。現在利用・活用していて、継続して実施して欲しい取組も含めて選択してください。当てはまるものをすべてお選びください。



## Q11 支援施策のニーズと自治体における支援実施状況の比較

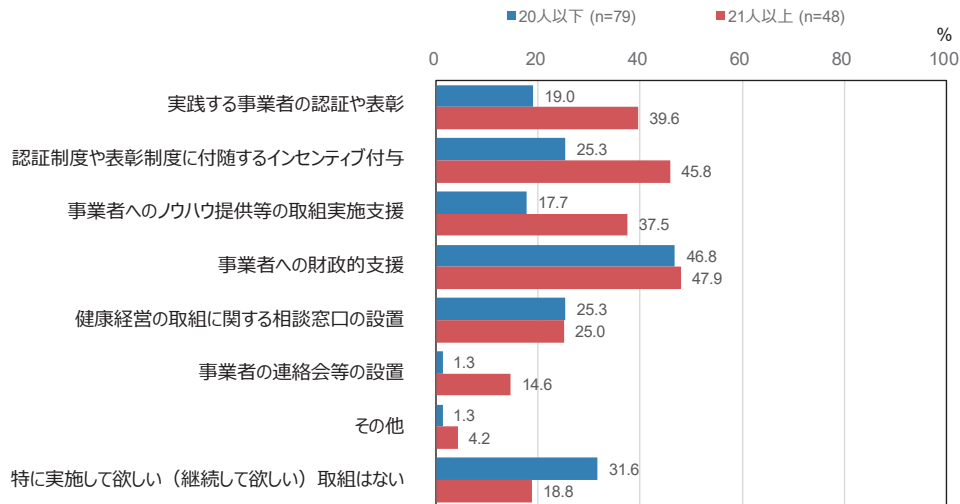
Q11 健康経営の取組を実施するにあたり、自治体（区・市）の支援策として実施して欲しい取組についてお教えてください。現在利用・活用していて、継続して実施して欲しい取組も含めて選択してください。当てはまるものをすべてお選びください。



## Q11 従業員数別クロス集計 | 支援施策のニーズ

Q11

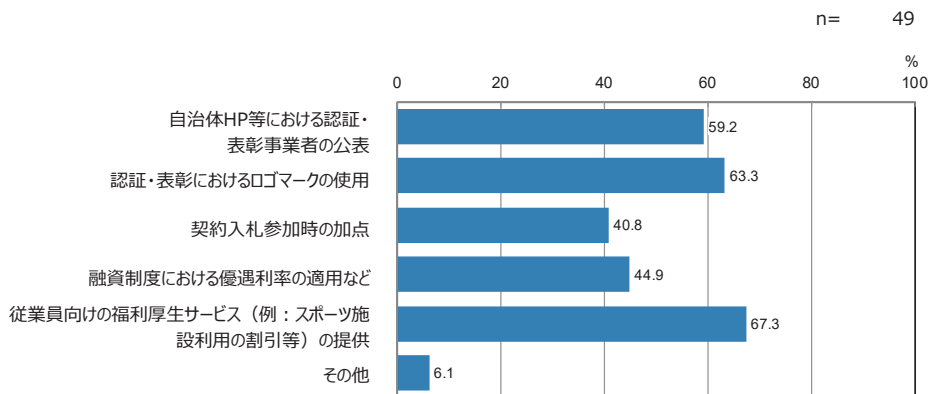
健康経営の取組を実施するにあたり、自治体（区・市）の支援策として実施して欲しい取組についてお教えてください。現在利用・活用していて、継続して実施して欲しい取組も含めて選択してください。当てはまるものをすべてお選びください。



## Q12 認証・表彰制度やそれに付随するインセンティブの具体的なニーズ

Q12

Q11で支援策として実施して欲しい取組として、「実践する事業者の認証や表彰」もしくは「認証制度や表彰制度に付随するインセンティブ付与」と答えた方におうかがいします。具体的に貴社が支援策として実施して欲しい取組についてお教えてください。現在利用・活用していて、継続して実施して欲しい取組も含めて選択してください。当てはまるものをすべてお選びください。

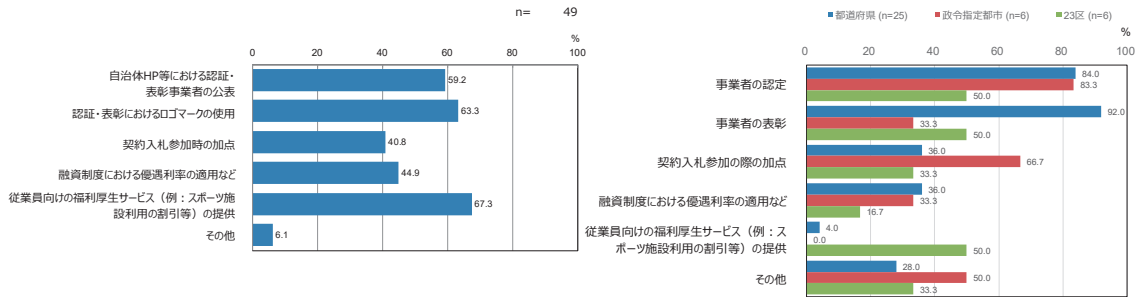


## Q12 認証・表彰制度やそれに付随するインセンティブの具体的なニーズと自治体の支援実施状況の比較

Q12

Q11で支援策として実施して欲しい取組として、「実践する事業者の認証や表彰」もしくは「認証制度や表彰制度に付随するインセンティブ付与」と答えた方におうかがいします。具体的に貴社が支援策として実施して欲しい取組についてお教えてください。現在利用・活用していて、継続して実施して欲しい取組も含めて選択してください。当てはまるものをすべてお選びください。

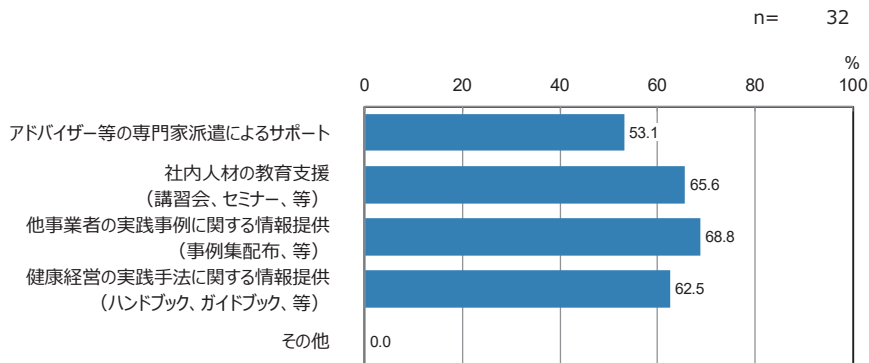
自治体アンケートにおける認定・インセンティブ支援実施状況  
 (「事業者の認証や表彰などインセンティブ付与」を実施している自治体のみ回答)



## Q13 取組実施支援の具体的なニーズ

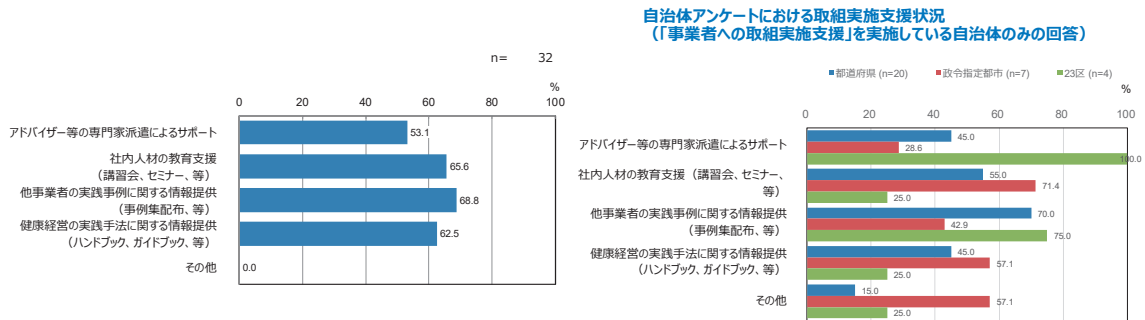
Q13

Q11で支援策として実施して欲しい取組として、「事業者へのノウハウ提供等の取組実施支援」と答えた方におうかがいします。具体的に貴社が支援策として実施して欲しい取組についてお教えてください。現在利用・活用していて、継続して実施して欲しい取組も含めて選択してください。当てはまるものをすべてお選びください。



### Q13 取組実施支援の具体的なニーズと自治体の支援実施状況の比較

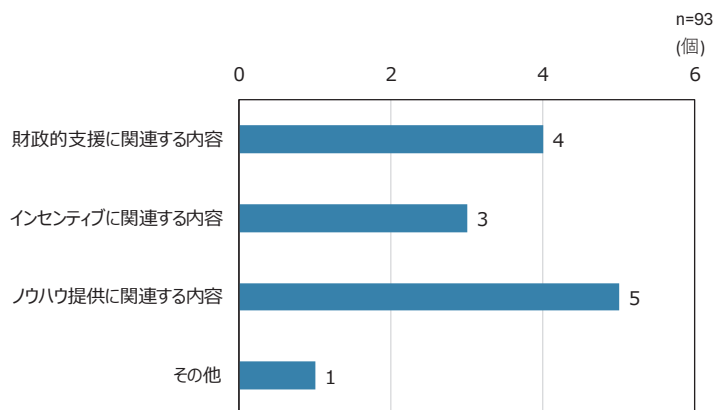
**Q13** Q11で支援策として実施して欲しい取組として、「事業者へのノウハウ提供等の取組実施支援」と答えた方におうかがいします。具体的に貴社が支援策として実施して欲しい取組についてお教えてください。現在利用・活用していて、継続して実施して欲しい取組も含めて選択してください。当てはまるものをすべてお選びください。



### Q14 支援施策のニーズ詳細

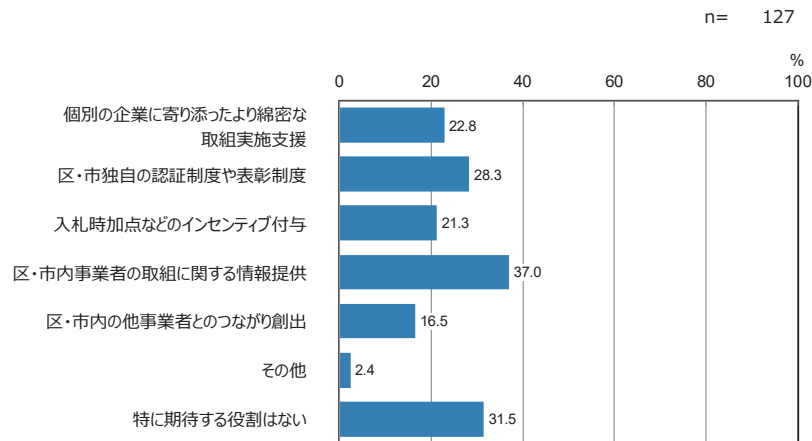
**Q14** 健康経営の取組を実施するにあたり、自治体（区・市）の支援策として実施して欲しい取組について、Q11～Q13でご回答いただいた内容に加え、実施して欲しい支援策のより詳細な内容など、ご自由にご入力ください。

※自由記述回答を類型化して集計



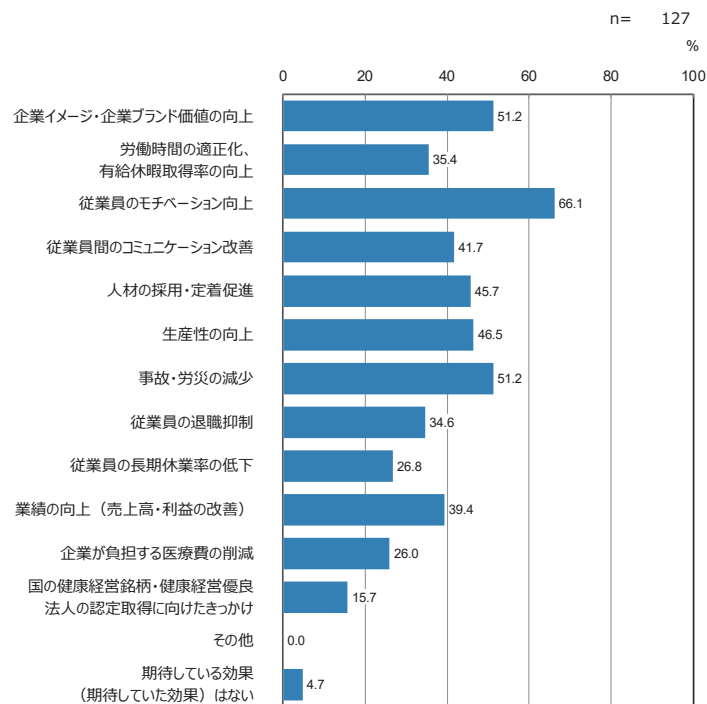
## Q15 基礎自治体に期待する役割

**Q15** 健康経営推進支援策として、都道府県単位でも、「健康企業宣言（健康保険組合、全国健康保険協会（協会けんぽ）東京支部、等）」、「職域健康促進サポート事業（東京都）」、「健康な職場づくり宣言（全国健康保険協会（協会けんぽ）千葉支部）」、「健康宣言（全国健康保険協会（協会けんぽ）埼玉支部）」、「埼玉県健康経営認定制度（埼玉県）」などの取組が存在します。都道府県単位での支援策と比較した際、区や市による支援に期待する役割についてお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。



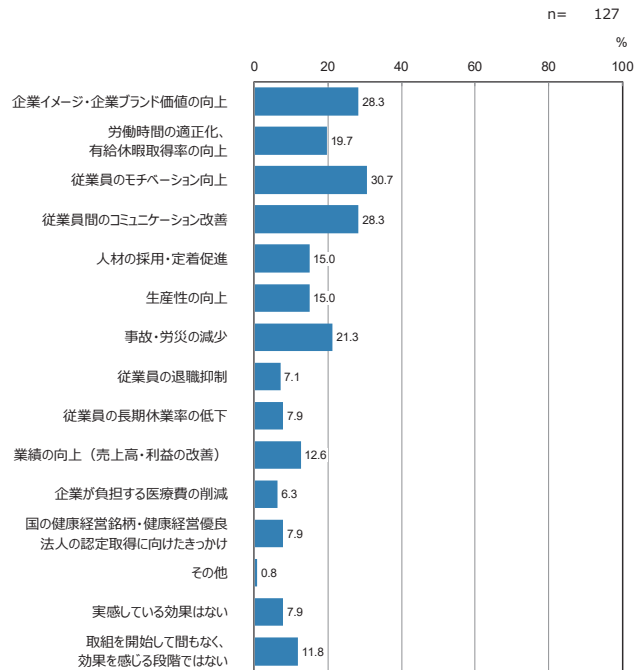
## Q16 期待する効果

**Q16** 健康経営の取組実施によって期待している効果（取組当初に期待していた効果）をお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。



## Q17 実際感じた効果

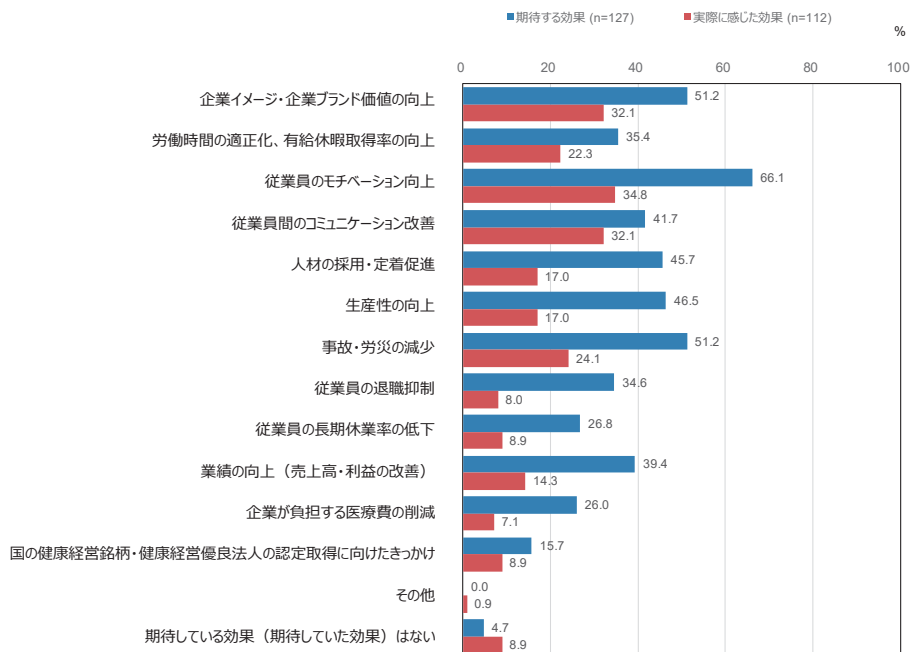
Q17 健康経営の取組実施により実際に感じている効果をお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。



## Q16・17 期待する効果・実際に感じた効果の重ね合わせ

Q16 健康経営の取組実施によって期待している効果（取組当初に期待していた効果）をお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。

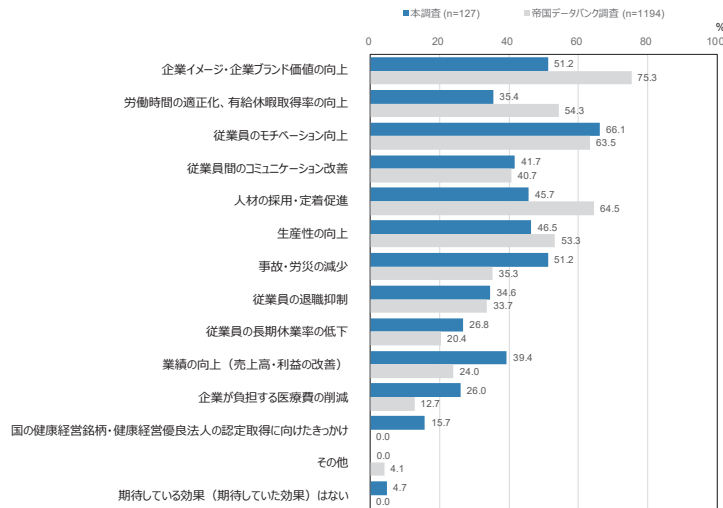
Q17 健康経営の取組実施により実際に感じている効果をお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。



※ Q17のみにある「取組を開始して間もなく、効果を感じる段階ではない」の選択肢回答は除外した上で集計。

## Q16 (参考) 期待する効果 (他調査との比較)

**Q16** 健康経営の取組実施によって期待している効果 (取組当初に期待していた効果) をお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。



※ 帝国データバンク調査(2023年実施)における「『健康経営優良法人』の認定取得に取り組んだ目的」の設問の集計との比較

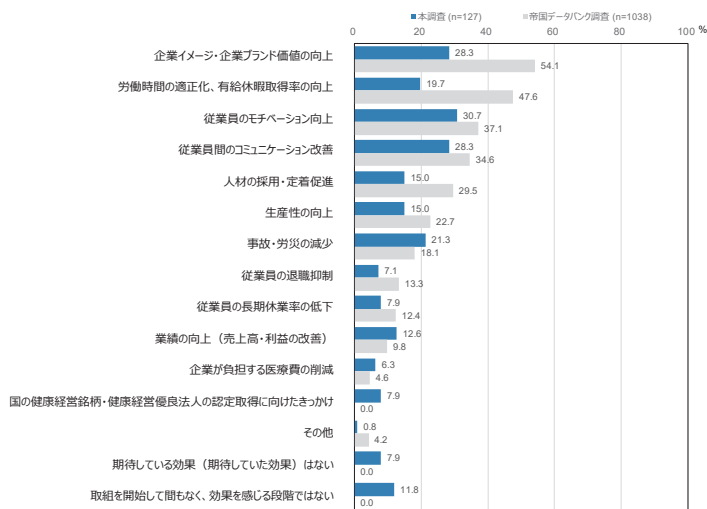
※ 帝国データバンク調査の対象は、「健康経営優良法人2023 (中小規模法人部門)」において初めて認定を受けた企業のうち、(1)法人格：株式会社、(2)業種：医療業を除く、という条件で抽出

※ 「国の健康経営銘柄・健康経営優良法人の認定取得に向けたきっかけ」、「期待している効果 (期待していた効果) はない」の選択肢は帝国データバンク調査においては無い。

※出所：帝国データバンク(2024)「健康経営に関する企業の取り組み状況や効果に関する調査分析」より日本総研作成

## Q17 (参考) 実際に感じた効果 (他調査との比較)

**Q17** 健康経営の取組実施により実際に感じている効果をお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。



※ 帝国データバンク調査(2023年実施)における「『健康経営優良法人』の認定取得に取り組んだ効果」の設問の集計との比較

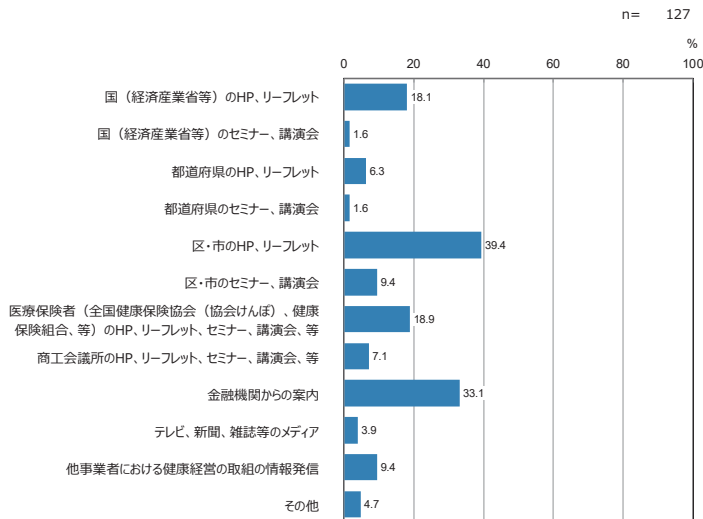
※ 帝国データバンク調査の対象は、「健康経営優良法人2023 (中小規模法人部門)」において初めて認定を受けた企業のうち、(1)法人格：株式会社、(2)業種：医療業を除く、という条件で抽出

※ 「国の健康経営銘柄・健康経営優良法人の認定取得に向けたきっかけ」、「期待している効果 (期待していた効果) はない」、「取組を開始して間もなく、効果を感じる段階ではない」の選択肢は帝国データバンク調査においては無い。

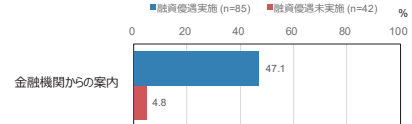
※出所：帝国データバンク(2024)「健康経営に関する企業の取り組み状況や効果に関する調査分析」より日本総研作成

## Q18 健康経営の認知経路

Q18 「健康経営」の取組について、どのように認知したかをお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。



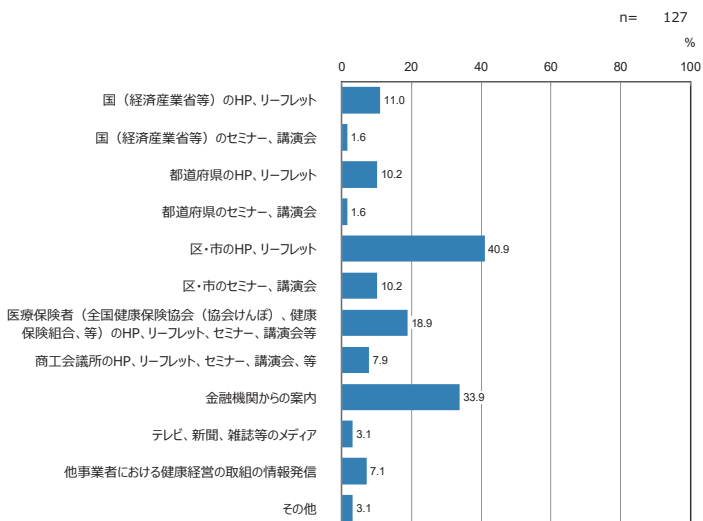
### 選択肢「金融機関からの案内」について 融資優遇施策実施有無別の集計結果



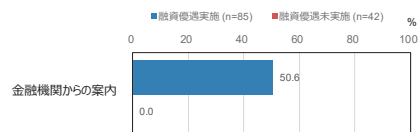
※公開情報より、葛飾区、横浜市の企業の回答を「融資優遇実施」群、その他企業を「融資優遇未実施」群に振り分けた。

## Q19 健康経営支援施策の認知経路

Q19 区・市では健康経営に関して、健康経営に取り組む事業者に向けて種々の推進施策を行っています（独自の認証・表彰制度、インセンティブ付与、取組実施支援、等）。このような区・市による健康経営の推進施策について、どのように認知したかをお教えてください。当てはまるものをすべてお選びください。



### 選択肢「金融機関からの案内」について 融資優遇施策実施有無別の集計結果



※公開情報より、葛飾区、横浜市の企業の回答を「融資優遇実施」群、その他企業を「融資優遇未実施」群に振り分けた。

## ヒアリングの実施概要と結果

### 【ヒアリング先一覧】

種別	ヒアリング先	取組名
健康アプリに係る事業	神奈川県横浜市	よこはまウォーキングポイント
	神奈川県川崎市	かわさきTEKTEK
	東京都渋谷区	ハチさんポ
健康経営推進施策	神奈川県横浜市	横浜健康経営認証
	茨城県	いばらき健康経営推進事業所認定制度
	千葉県千葉市	千葉市健康づくり推進事業所認定制度
	東京都墨田区	すみだ健康チャレンジ宣言制度、すみだ健康経営顕彰制度
健康アプリサービスを提供している事業者	A社	健康アプリの展開
	B社	

## ヒアリング実施結果の概要

### 神奈川県横浜市ヒアリング（健康アプリ）実施結果の概要

#### ヒアリング実施結果の報告 神奈川県横浜市（健康アプリ）

日時	2025年7月31日（火） 10:30～11:20
出席者	横浜市、日本総研
場所	オンライン会議によるヒアリング
ヒアリング内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>取組の背景・経緯</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 市民意識調査の結果から「ウォーキング」に対するニーズが高いことが明らかになっている。平成26年度から歩数計の運用を開始</li> <li>✓ 平成30年度から、健康アプリの運用を開始。横浜市独自のアプリとして、ドコモ・ヘルスケア（現NTTドコモビジネス）と連携して開発した。</li> </ul> </li> <li>■ <b>他機関との連携</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 歩数計はNTTドコモビジネス・TOPPAN・オムロンヘルスケア、健康アプリはNTTドコモビジネスとの共同事業として実施している。</li> <li>✓ 定例会議を実施し、新規登録者数・アクティブユーザー数の動向等について共有して、今後の対応を検討している。</li> <li>✓ イベントは、各区や事業者・商店街と連携し実施している。</li> </ul> </li> <li>■ <b>導入時の目標</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 歩数計については、平成26年度に5万人、開始4年間で30万人の利用者を目標としていた。（当時は現在の「18歳以上」ではなく、「40代以上」の市民が対象）</li> </ul> </li> <li>■ <b>取組のポイント</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 新規登録者数10,000人/年を目標とし、キャンペーン等による登録促進を図っている。</li> <li>✓ アクティブユーザー増加を図るため、フォトコンテスト等のイベントも実施</li> </ul> </li> </ul>

#### ■ 成果・効果

- ✓ 新規登録者数10,000人/年は、概ね目標値と同様に推移した。「第3期健康横浜21」では、歩数8,000歩（20～64歳）、6,000歩（65歳以上）以上の割合を指標としている。
- ✓ 継続支援や新規登録を目的に、例年、ENJOY WALKINGキャンペーンを実施し、効果を上げている。定期的な抽選は、歩数等を基に景品を配付している。
- ✓ 働き・子育て世代に対してはSNS広告、高齢者に対しては介護保険料額決定通知への案内チラシの同封等により、新規登録につなげている。

#### ■ 横浜市立大学・NTTグループとの事業検証

- ✓ 当市は2者と「官民データ活用による超スマート社会の実現に関する包括連携協定」を締結しており、この枠組みを活用して事業検証を実施した。
- ✓ 事業検証の結果は、アプリの利用効果を市民に周知するための資料として活用されとともに、事業実施の根拠の一つになっている。

#### ■ 今後の展望

- ✓ 市民の皆様の健康意識の高まりや、高齢者のスマートフォン保有率の上昇など、事業を取り巻く環境の変化に対応する必要がある。
- ✓ 令和8年2月頃に健康アプリを更新する。

#### ■ 特別区の取組に対するご意見

- ✓ 横浜市とは人口規模や地域特性等が異なるため、より柔軟な事業展開がしやすいと考えられる。

## ヒアリング実施結果の報告 神奈川県川崎市（健康アプリ）

日時	2025年9月12日（金） 10:00～11:30
出席者	川崎市、葛飾区、特別区長会調査研究機構、日本総研
場所	オンライン会議によるヒアリング
ヒアリング内容	<p>■ <b>取組概要（補足）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>参加者は健康行動等にて獲得したポイントを各学校に寄附。集まったポイントに応じて、翌年に子ども・若者応援基金を活用して応援金が各学校に配当される。また、アプリ内で寄附をすと獲得できるチケットで応援特典の抽選に応募できる。</li> <li>各校の児童・生徒に使い道を話しあってもらい、アプリ上に掲載している。</li> <li>ターゲットは働き盛り世代。学校に通う児童・生徒の保護者である30-50代の利用が多く、70%程度を占める。</li> <li>利用者はHPで公開している。</li> <li>結果はHPで公開している。</li> <li>市立学校毎の児童・生徒数×160円を千円単位で四捨五入し、5万円以下の学校については一律5万円に引き上げた額の予算を確保している。</li> <li>子ども連への応援金を一般財源から拠出するとした場合、子ども達が自由な発想で使い道を考えることができないため、別財源での調達が必要と考えた。競馬・競輪の売上が好調であることから、その収益金を活用する仕組みを考案した。</li> </ul> <p>■ <b>取組の背景・経緯</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>市長のメッセージに「健康ポイントの仕組みを作り、そのポイントを地域や子どもたちに還元すると記載されていたことが取組の起点である。</li> </ul> <p>■ <b>他機関との連携</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>市内連携             <ul style="list-style-type: none"> <li>教育委員会との情報連携や、イベント運営時の他部署のリソースの活用はあるが、基本的に企画立案・稼働・各機関との調整は当該が実施している。</li> <li>子ども・若者応援基金はこども未来局が管轄であり、枠組みを使わせていただくよう調整した。</li> <li>アプリ内リーディングコースは掲載希望が多く、参加者が楽しみながら健康増進できる内容であれば部署を問わず連携して実施している。</li> </ul> </li> <li>庁外連携             <ul style="list-style-type: none"> <li>子ども連への貢献、という動機のみでは利用者が増え続けないと考え、民間企業・団体への特典協賛依頼を行っている。</li> <li>協賛企業・団体からは、「子どもを応援する」取組であり、かつ各社の利益にもつながる協賛内容にしているため、社内稟議を通しやすいと伺っている。</li> </ul> </li> </ul> <p>■ <b>導入時の目標</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>施策の主な対象者は18歳以上の川崎市人口となるため、約134万人</li> <li>取組当初、他事例を参考に人口の1%程度を基準として3年間で1万5000人の利用者数を目標としていたが、1ヶ月で2万人を達成した。</li> </ul> <p>■ <b>取組のポイント</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>子ども達の学校生活の充実が参加者のモチベーションになっており、結果的に健康増進に繋がっている。子どもの要望の掲載も健康行動促進につながっている可能性がある。</li> <li>アプリは0から開発すると費用がかさむため、既存アプリをベースに構築</li> <li>企業に対して、CSR的な訴求のみならず、企業の立場に立って考え、工夫や説明をしている（特典の出し方、アプリバナー内容等）。</li> <li>グループ機能や口コミやSNS、地域の商店街のイベント等を通じ参加者が自発的に取組の広報をして参加者が増え続けている。</li> </ul> <p>■ <b>成果・効果</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>認知度は把握していない。現在のアプリ登録者数は約7万人であるが、アンケート回答数はどう定義づけるかは未確定</li> <li>利用者アンケート結果から、健康意識が向上した健康無関心層の割合が分かり、アプリ登録者数に換算すると、13,000人が該当すると言える。今後、医療費削減効果の試算ができないかも検討中である。</li> </ul> <p>■ <b>課題・今後の展望</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>今後、健康面での効果検証を実施予定で、川崎市立の看護大学の先生と相談しながら進めている。</li> <li>新規の参加者に対して、仕組みをきちんと説明しないと伝わりにくいという課題がある。高齢者はさらにスマホ操作に課題がある場合が多い。</li> <li>口コミをさらに促進するための企画や、効果的な広報について検討する必要がある。</li> </ul> <p>■ <b>特別区の取組に対するご意見</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>良くある「抽選で景品が当たる」という仕組みを採用する場合、登録者が増えるとうまく確率が下がってしまう。一方、当選者数を増やそうとすると、事業予算の確保も課題となり、持続可能性が懸念となる。</li> <li>当市のアプリでは、アプリに取り組み理由として「子どもたちを応援したいから」が90%であり、「応援特典が欲しいから」は25%程度である。</li> </ul>

## 東京都渋谷区ヒアリング（健康アプリ）実施結果の概要

### ヒアリング実施結果の報告 東京都渋谷区（健康アプリ）

日時	2025年9月17日（水） 9:00～10:00
出席者	渋谷区、日本総研
場所	オンライン会議によるヒアリング
ヒアリング内容	<p>■ <b>取組概要（補足）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ スマートフォンアプリ「脳にいいアプリ（株式会社バスプラ運営）」内で、運動、脳トレ、栄養管理等の健康づくり、区のイベント等の参加に応じて渋谷区ハチさんポイント（ハチさんポ）を付与し、貯まったハチさんポを渋谷区デジタル地域通貨（ハチペイ）に交換できる。</li> </ul> <p>■ <b>取組の背景・経緯</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 令和3-5年度にデジタルデバイス解消事業として高齢者にスマートフォンを貸与する事業を実施。そのスマートフォンの中に「脳にいいアプリ」を入れて利用していた。本事業はこの取組が派生であるため、高齢者が対象。</li> <li>✓ 地域通貨との連携について、ポイントを区内で還元して欲しいと考えていたため、区内のみで使用できる地域通貨（ハチペイ）との連携を考案した。</li> <li>✓ バスプラの選定理由について、区内事業者で区で採択されたスタートアップ企業であったこと、想定規模（利用者目標3,000人）に対応可能で、画面が大きいなど高齢者が扱いやすいアプリでポイント付与などの機能拡充ができることなどを考慮した。</li> </ul> <p>■ <b>他機関との連携</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 企業との協働によるポイントの運用や、大学との連携等により多世代を巻き込んだ社会参加活動の企画等、アプリを効果的に活用した仕組みの構築を計画しているが、現時点ではユーザー数を伸ばすことを目指している。</li> <li>✓ バスプラとの連携について、バスプラがアプリの運用・保守、実績報告、ポイントの地域通貨への交換対応を担い、当課はポイント付与対象となるメニューの検討、事業の周知、事業に関する問い合わせ対応を担っている。</li> <li>✓ 区内連携について、ポイントの付与対象となるイベント選定は他課所管のイベントを含め当課で選定している。他課から相談を受けて検討することもある。</li> <li>✓ 他課が実施している「スマホサロン」はポイント付与対象となっていることに加え、スマートフォン操作と合わせて本アプリの使い方についても教えていただいている。</li> <li>✓ ハチペイの所管課と、ハチさんポとの互換性設計のため、アプリ開発時にバスプラと協議を実施いただいた。</li> </ul> <p>■ <b>導入時の目標</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 事業対象者（60歳以上の人口）は令和7年8月1日時点で約5万6,000人であり、利用者数目標値は3,000人である。</li> </ul> <p>■ <b>取組のポイント</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 広報に関して、イベント実施時には、広報誌、LINE配信、HP掲載等で広報を行うが、ハチさんポのポイント付与対象であることも併記している。</li> <li>✓ 「くみんの広場」や「フレイル予防フェア」等のイベントでは「出張スマホサロン」（他課所管）が実施されており、この場でも本事業を紹介している。</li> </ul> <p>■ <b>成果・効果</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ ユーザー数は令和7年3月時点で2,595人。アクティブユーザー数は非公表である。</li> <li>✓ その他、血圧・BMI等の健康関連の指標はアプリデータから把握できるが、特に目標値は設定しておらず、活用していない。</li> </ul> <p>■ <b>課題</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 地域通貨の連携に関して、現状は予算上の問題は生じていないが、今後利用者が増えた際には予算が膨れ上がる懸念がある。そのため、協賛企業が集まることを期待している。</li> <li>✓ ハチさんポのポイントをハチペイに反映するためには、双方のアプリを入れた上で連携させる必要があり、高齢者にとって操作が難しく分かりにくいという声が上がっている。この点は当区としても課題であると認識している。</li> </ul> <p>■ <b>今後の展望</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 新規のユーザー獲得や既存ユーザーの活性化に資する取組を検討中であり、期間限定のポイントアップキャンペーンなどを考えている。</li> <li>✓ 東京都のスマートフォン購入費助成の活用を検討中であるが、現在は実施していない。</li> </ul> <p>■ <b>特別区の取組に対するご意見</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 人口規模が大きい区で類似事業を実施する場合は、ベンダの問い合わせ対応可否に留意すると良いと思料する。</li> </ul>

# 神奈川県横浜市ヒアリング（健康経営）実施結果の概要

## ヒアリング実施結果の報告 神奈川県横浜市（健康経営）

日時	2025年7月31日（火） 11:20～12:05
出席者	横浜市、日本総研
場所	オンライン
ヒアリング内容	<p>■ <b>取組概要（補足）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 健康づくりの推進等に関する協定を締結している生命保険会社等と連携し、制度を周知していただいている。</li> <li>✓ 市が実施する4つの認定・認証制度をすべて取得した企業を表彰する「横浜グランドスラム企業表彰」を設置している。</li> <li>✓ 事業者のニーズが高い取組は、定量的に検証したわけではないが、健康づくりの講師派遣、機器の貸出は利用が多い他、ハンドブックも好評である。また、認証事業所には間伐材を使ったネームプレートを副賞として送付しており、事業者のエントランスに飾っていただくなど喜んでいただいている。</li> <li>✓ 健康アプリとの連携について、クオリアの認証基準を満たすために必要な健康づくりに関する取組の1つとして、「よこはまウォーキングポイント」に事業所として登録・参加していることと、選抜肢を設けている。昨年度申請があった409の事業所のうち、46の事業者が取組組んでいった。</li> </ul> <p>■ <b>取組の背景・経緯</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 国と比較して中小企業に近い存在である基礎自治体として取組を開始した。そのため、認証制度の一番下のクラスに関しては、「まずは取組んでみて欲しい」という意味で取組の要件のハードルを下げている。</li> <li>✓ 大企業も申請可としているが、横浜市内の事業所のうち約99%が中小企業である。</li> <li>✓ 県の取組とは特に棲み分けしていない。神奈川県主体で開催している地域・職域連携会議の場で各制度の状況について情報共有をしている。</li> </ul> <p>■ <b>他部署・他機関との連携</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 経済局中小企業振興課と当初から連携しており、金利優遇や公共調達時の優遇等のインセンティブ、中小企業とのつながりに関して連携している。</li> <li>✓ 区役所とも連携しており、区役所の持つツールを用いたり、区役所が持つ中小企業とのつながりを活用している。</li> <li>✓ さらに、協会けんぽとも連携しており、中小企業とのつながりも活用している。</li> </ul> <p>■ <b>導入時の目標</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 新規の認証事業所を1年に40事業所増やすことを目標として設定</li> </ul> <p>■ <b>取組のポイント</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 新規事業所を増やしたいと思いつつ、制度運営にあたっては市側の事務負担が大きいため、申請方法を分かりやすくHPに掲載することで、事業所側や市側の問合せ対応等の事務負担減少を意識している。</li> </ul> <p>■ <b>成果・効果</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ KPI指標は新規の認証事業所数（目標値：75、R6実績値：146）、健康経営に何らかの効果を感じている事業所の割合（応募時アンケートにて把握、目標値：85%、R6実績値：84.1%）、セミナー参加者数（目標未設定、R6実績値：7回1,005人）である。</li> <li>✓ 事業所の健康状態の改善状況は定量的に把握してはいるが、認証制度の取組を進めることで従業員の健康状態が改善したという声は聞く。</li> </ul> <p>■ <b>課題</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 健康経営の認知度はまだまだ広まっておらず、課題と感じている。「健康経営」という概念自体は知っていても、横浜市における健康経営制度の認知度は低い。市内の事業所のうち、市の認証制度を1回でも取得したことのある事業所（累計）の割合は1%程度である。健康経営について教える欲しいという要望を受けて商工会の会合等に赴いた際も、市の認証制度があることを知らない方が多かったことがあった。</li> <li>✓ 取組を知ったきっかけについてはアンケートで聴取しており、協定締結企業経由での申請が半分程度であり、残り半分はHP、区からの紹介、セミナー参加などがきっかけとなっている。</li> </ul> <p>■ <b>見直し</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 事務負担（市側・利用者側双方）が課題であったため、負担軽減のため、提出を求める資料の軽減を行った。また、認証を再取得した場合は認証期間を延長した。</li> </ul> <p>■ <b>特別区の取組に対するご意見</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 委託可能な範囲の業務は委託を活用するのが良いと思料する。</li> </ul>

## 茨城県ヒアリング（健康経営）実施結果の概要

### ヒアリング実施結果の報告 茨城県（健康経営）

日時	2025年10月1日（水） 13:00～14:00
出席者	茨城県、日本総研
場所	オンライン会議によるヒアリング
ヒアリング内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>取組概要（HP情報の補足）</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 元々は県公式健康推進アプリ「元気アップ！りいばらき」と健康経営を一体の取組として推進してきたこともあり、綿密に連携している。いばらき健康経営推進事業所認定制度の実績報告時には事業所の半数以上がアプリを活用していると回答しているように、ある程度アプリの活用も広がっている様子である。認定事業所に所属する人がアプリ内で団体IDを登録すると、団体内での歩数ランキングが表示される。このランキングを基に、企業内での表彰イベントを実施している事例もある。</li> <li>✓ 県下の基礎自治体との連携については、地域職域連携事業において、保健所が連携している。</li> </ul> </li> <li>■ <b>目標・達成状況、担当の職員数</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 県が策定した計画（第4次健康いばらき21プラン）において、令和11年度までに健康経営優良法人の認定事業所数を450にすることを目指している。現状のペースであれば達成できる見込みである。</li> <li>✓ 担当者レベルでは、県の認定制度（いばらき健康経営推進事業所認定制度）を毎年100事業所増やすことを目標に掲げている。今年度も目標を達成できる見込みである。協会けんぽや包括連携協定を結ぶ企業との連携などによる地道な普及啓発活動が実を結んだものと捉えている。</li> <li>✓ 担当している職員数は2名。委託先も併せると4名。委託先には、認定審査事務や部会の運営等を委託している。</li> </ul> </li> <li>■ <b>健康経営の取組拡大による効果・影響について</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 認定事業所数は増加している。当初より目標としていた県内に健康経営を広げていくという効果が得られている。他方、各認定事業所の健康経営の質を上げていくことが今後の課題と捉えている。</li> <li>✓ 認定事業所数が増加したことで事務コストが増大している点も課題だと捉えている。健康経営優良法人とは別に県が認定する枠組み（いばらき健康経営推進事業所認定制度）が存在しており、こちらの認定審査事務は外部に委託しているが、申請の内容が明らかに誤っているような場合に都度申請元に電話で確認するなど、認定事業所数の増加に伴って事務負担は増大している。特に、申請元は中小企業が多く、担当者が頻繁に異動・退職してしまうことも対応に時間を要する要因となっている。</li> </ul> </li> <li>■ <b>健康経営の質の向上に向けた取組について</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 今年から、認定申請のフォームを自由記述回答式から選択式に変更した。これは、各認定事業所の具体的な取組を把握することを目的に実施したものである。この結果を踏まえ、今後の取組検討に活かす予定である</li> </ul> </li> <li>■ <b>特徴的な取組について</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 県のHPに県の表彰（いばらき健康経営優良事業所表彰）を受けた事業所の取組を紹介することで、優良事例を横展開している。</li> </ul> </li> </ul>

## ヒアリング実施結果の報告 千葉市（健康経営）

日時	2025年10月3日（金） 9:30～10:30
出席者	千葉市、日本総研
場所	オンライン会議によるヒアリング
ヒアリング内容	<p>■ <b>目標・達成状況、担当の職員数</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 当市が独自に実施するに認証制度について、認証事業者数を令和17年度までに120件にすることを目標としている。協会けんぽ千葉支部が事業を担う「健康な職場づくり宣言」を市内事業所が登録すると自動的に千葉市の認証制度にも連動し認証される相互乗入れ制度を導入したことで、目標は大幅に達成されている。ただし、当市の実施する認証制度の趣旨を事業者が理解しないまま自動的に認証されてしまうことにもつながっており、この点は課題と捉えている。</li> <li>✓ 本認証制度の運用等により、青年期・壮年期の方の生活習慣の改善・生活習慣病等の予防を実現することを目標としている。</li> <li>✓ 正職員2名で担当している。青年期・壮年期の健康課題解決に向けて、行政区の地区活動として展開していくことも検討している。職種はいずれも保健師。伴走支援に当たっては管理栄養士・歯科医師・歯科衛生士等も連携している。</li> </ul> <p>■ <b>訪問・伴走的な支援による効果について</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 本格的に訪問を開始したのは昨年度からである。小規模事業所は産業医が所属していない場合が多いが、そうした事業所のうち健康経営に対して関心を持つ事業所の総務担当者に対して、相談に乗ったり出前講座を実施したりしている。</li> <li>✓ 特に小規模な事業所については、例えば健康経営優良法人への認証を目標しているものの、具体的にどう進めてよいか分からないという相談を受けられる場合が多い。</li> <li>✓ 既存の産業保健支援機関の活用ができていない場合が多い。そうした事業所に対して、活用できる機関等を案内している。市の認証の申請書類を見れば事業所の抱える課題に当たりがたりがつけられる場合も多い。</li> </ul> <p>■ <b>訪問・伴走的な支援以外の施策による効果について</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 健康経営は行政のみで進められるものではない。地域・職域連携推進部に会に所属する協会けんぽ、健保連、商工団体、民間企業等と連携しながら推進することを意識している。協会けんぽ等はスムーズに連携できているが、直近では担当の方と定例的に会話を設ける機会を設けるなど、定型的な連携に留まらない幅広い連携が実現するような仕組みづくりに留意している。その他関係機関と将来的に円滑に連携できるよう、市が主導して関係を構築していく場合もあると考えている。</li> <li>✓ 認証されることが目的ではなく、実質的に健康経営が実現することが重要であると事業所に伝えることを重視している。</li> </ul> <p>■ <b>有病率の低下に向けた取組について</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 協会けんぽ千葉支部が実施している、加入者のうち健診結果にて喫煙歴のある方への送付物に、市の禁煙外来治療費助成の案内を同封する等の取組を実施している。</li> <li>✓ 「浅く広く」という発想ではなく、継続的な支援のモデル事業所と関係性を構築しながら、具体的な改善につなげ、今後事業所が自走できるように支援していきたい。また、成功事例の創出とその横展開に注力していきたい。</li> </ul> <p>■ <b>他部署との連携について</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 融資優遇に係る施策については、産業系部局と連携して制度設計・普及啓発等を実施している。事業者目線では企業価値向上・人材確保が大きな課題であるため、雇用推進課等との連携も必要になると考えているが、現時点ではリソース逼迫のため連携できていない。産業系部局への情報共有は随時実施している。</li> </ul> <p>■ <b>予算について</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 大きく計上している予算はなく、就労世代の健康情報をまとめたパンフレット作成等委託料にあてている。講座等の実施に当たっては、民間事業者への委託も有効であると考えているが、現時点では実現していない。</li> </ul>

## 東京都墨田区ヒアリング（健康経営）実施結果の概要

### ヒアリング実施結果の報告 墨田区（健康経営）

日時	2025年10月9日（木） 10:00～11:00
出席者	墨田区、日本総研
場所	オンライン会議によるヒアリング
ヒアリング内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 目標設定・達成状況                     <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ チャレンジ宣言事業所数は目標を100社と設定していて、現在は19社が登録されている。</li> </ul> </li> <li>■ 職員体制                     <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 区の担当者は2名である。2名とも健康経営の専任ではないため、他業務の繁忙状況によって十分な取組を実施することができない時期がある。</li> <li>✓ 宣言事業所数増加を目指すに当たり、周知活動等に関して他部署と連携することも考えられるが、現状の体制で可能な範囲で実施している。</li> </ul> </li> <li>■ 健康経営サポーター制度の取組の詳細                     <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ サポーター企業は委託ではなく、連携協定のような形である。</li> <li>✓ サポーター企業には生命保険会社やフィットネスクラブなどがあり、一部の企業には健康経営推進の伴走的な支援、運動機会の提供等の支援のほか、健康経営施策の周知にも協力いただいている。</li> <li>✓ 本制度の実施経緯について、以前当区と民間企業（東京商工会議所、明治安田生命、アクサ生命等）が参加する会議体を開催していたことがあり、その中で制度の提案があったものと思料する。</li> <li>✓ サポーター企業は基本はHP等で本制度を知って企業側からお声がけいただき、ご提案のサービス内容が事業の目的に合致するかを区が選別している。</li> <li>✓ サポーター企業にとっては、CSR的な観点でメリットがあると思料する。</li> <li>✓ 本制度の成果・効果に関して、チャレンジ宣言企業にアンケート調査を行ったところ、回答数は少ないが、人材確保や健康状態、生産性等の一般的な効果についてはある程度の改善を感じている企業が多い。一方、健康経営サポーターのサービスについては、利用意向がないものが多い。</li> </ul> </li> <li>■ 健康経営サポーター制度以外の支援施策の詳細                     <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 健康経営セミナーを年に2回程実施している。</li> <li>✓ セミナーは健康経営に関する周知施策として、チャレンジ宣言事業者を増やすことを目的としているが、集客に苦慮している状況である。</li> <li>✓ イベント実施時（保健所の新築1周年の記念イベント、すみだまつり・こどもまつり等）にチラシを配布する等、試行錯誤を行っている。</li> </ul> </li> <li>■ 他部署との連携                     <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 健康経営セミナー実施の際、経営支援課や産業振興課にチラシの配布を依頼することはあるが、日ごろからの連携はできていない。</li> <li>✓ まずは制度周知のための連携が必要である。当課は企業と接点がないため、産業部門が企業とのつながりを活かした周知施策（例えば別の補助金制度と絡めて周知するなど）ができると良い。</li> <li>✓ 将来的には、協会けんぽや民間事業者等の庁外関連機関も含めた会議体を開催して、PDCAサイクルを回せると良い。</li> </ul> </li> <li>■ 予算について                     <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ チラシ等の印刷代、講師謝金（生命保険会社に無償で協力していただいている場合もある）、セミナー会場使用料等である。</li> </ul> </li> </ul>

# A社ヒアリング実施結果の概要

## ヒアリング実施結果の報告 A社（健康アプリベンダ）

日時	2025年10月3日（金） 13:00～14:00
出席者	A社、葛飾区、日本総研
場所	オンライン会議によるヒアリング
ヒアリング内容	<p>■ <b>生活習慣病予防を目指した健康づくり以外の機能</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ フレイル予防／デジタルバイド解消／孤独・孤立対策（ソーシャルキャピタルの形成）を目的とし、アプリAにデジタルピアサポート（※オンライン空間上で同じ境遇・目標の仲間との支え合い）機能を搭載している。</li> <li>✓ 自分のみならず、社会にも良いことが起きる方が長期的モチベーションにつながるという理論に基づき、地域の社会貢献活動への寄付機能（アプリ利用継続によって貯まるコインを、地域の社会貢献活動に寄付できる機能）を搭載している。実際、寄付がある方はない方と比較してアプリ投稿数が3.4倍となっている。</li> <li>✓ 今後、ポイント機能（健康活動や地域活動でポイントが付与されインセンティブと交換できる機能）の搭載を予定している。</li> </ul> <p>■ <b>金銭的インセンティブについての考え方</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 金銭的インセンティブは一次的な効果はあるが、内発的動機付けではなく外発的動機付けによる行動となってしまうため、インセンティブが少なくなったり無くなった場合、行動が継続されにくい（アンダーマニング効果）。</li> <li>✓ 一方で、自治体による金銭的インセンティブ施策は、予算の制約上、ユーザーが増えたと額を減らさざるを得ないケースが多いと思料する。</li> <li>✓ また、金銭的インセンティブの効果は健康関心層とポイント活動層に出やすいため、自治体にとっては事業目的を十分に果たせない可能性がある。健康無関心層に対しては、どちらかというと他者に誘われる、といった経緯で行動変容につながるケースが多い。</li> </ul> <p>■ <b>習慣化に向けての工夫点</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 金銭的インセンティブはわかりやすさはあるため、上手く活用できると良い。</li> <li>✓ 学術理論に加え、実際の利用者160万人のデータを分析し、効果を測定しながらアプリの改修を繰り返す、機能向上に努めている。</li> <li>✓ デジタルピアサポートは、匿名の5人1組で励まし合うことにより、行動に対するフィードバックが頻繁に行われるため、習慣化に効果があると思料する。また、ピアサポート実施群と非実施群を比較すると1日の平均歩数が倍になるなど、実行内容の質の高さなどのエビデンスも多数保有している。</li> <li>✓ 健康増進という目的をユーザーに訴求しても行動変容には効果が無いため、ユーザー目線で「楽しく続けていく気づいたら健康になっていく」という体験になるような仕組みを提供している。</li> </ul> <p>▶ アプリA禁煙事例：ナッジを活用したヘルスコミュニケーションの実施や参加しやすいプログラム（薬とアプリで気軽に始められる）。また、禁煙報告が楽しくなるよう、ユーザーの情報に応じて禁煙報告画像を自動生成する仕組みを導入し、継続を促進。</p> <p>▶ アプリAフレイル予防事例：アプリを学べる教室やカスタマサポート窓口を設置し、高齢者が安心して始めやすい環境を提供。また、リアル/アプリ内双方で交流イベント等を開催し、継続利用を促進。</p> <p>■ <b>認知獲得、ダウンロード・登録の増加、アクティブユーザーの確保に関する取組・課題</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 「認知獲得」に関して、自治体に広報の工数の確保をお願いしている。加えて、自治体も持っているアセットの有効利用（地域包括支援センター職員経由での声かけ、小中学校、広報紙等）をお願いしている。</li> <li>✓ 「ダウンロード・登録の増加」に関して、わかりやすいインセンティブの提示として、健康ポイントを活用している。また、働く世代の興味をひくために、小学校への寄付プロジェクトを企画し、家庭にチラシを持ち帰っていただいている。今後、地域ドミナント戦略として地区を絞った集中広報にて特定地域での参加者数を増やし、口コミを発生させる取組を検討している。</li> <li>✓ 「アクティブユーザーの確保」に関して、デジタルピアサポート機能より、当アプリの高アクティブ率ユーザーはメジャーな他社アプリ群と比較して5倍である。加えて、アプリ内外のイベント実施等の工夫している。</li> </ul> <p>■ <b>その他、健康アプリ事業実施時に重視すべきこと</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ エビデンスがあるアプリを選定すること。</li> <li>✓ 財政的に持続可能な仕組みとすること。（始める行動変容には金銭的インセンティブ、続ける行動変容には「楽しさ」インセンティブを活用するなど）</li> <li>✓ 保健事業の効果を検証するには5～8年かかるので、成果がでている取組を続け、長期的に事業を継続すること。</li> <li>✓ ICTを活用した保健事業を、自治体が行うべき業務として制度化し予算措置をすること。</li> <li>✓ 事業の効果検証を行う観点では、歩数や継続率等のデータを提供できるベンダを選定することが重要。継続率は事業者によって定義が異なるが、都合の良い定義で算出するベンダもあるため、注意が必要である。</li> </ul>

## B社ヒアリング実施結果の概要

### ヒアリング実施結果の報告 B社（健康アプリベンダ）

日時	2025年10月3日（金） 16:00～17:00
出席者	B社、日本総研
場所	オンライン会議によるヒアリング
ヒアリング内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 地域参加やボランティア活動をポイント対象としている点             <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 8割が自治体からの要望、2割が当社からの提案によって実現するイメージである。地域参加やボランティア活動といった社会参加という観点からは、自治体が特に重視する観点である。一方で、当社としても社会参加が健康に良い影響をもたらすことは先行研究等から把握している。</li> <li>✓ アプリ利用者データとして、歩数、認知機能（判断力・記憶力）、バイタル（体重・血圧）を収集している。これらのデータを基に、フレイル予防に資する分析をすることが多い。例えば、ボランティア活動に参加している群とそうでない群において、これらの指標がどのように異なるかを分析している。</li> </ul> </li> <li>■ アプリ機能の工夫・ユーザーに対する効果等について             <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 当社のアプリは歩数関連のみならず、脳トレ・服薬・食事管理・AI相談等の幅広いサービスを提供している点が他のアプリと異なっていると考えている。こうした点が、継続されやすい要因になっている可能性がある。継続率が80%以上となっている自治体もあり、この点は手ごたえを感じている。他方、アプリのみのアプリではこれ以上の利用につなげることが難しくなっているようにも感じている。例えばアプリと連携した社会参加のイベント開催等、アプリのみに留まらないアプローチが重要になると考えている。</li> <li>✓ 当社のアプリ機能のうち、歩数は多くの利用者に需要されている。ただし、歩数だけに興味があるならば他のアプリでも十分需要に満たされる。当社のアプリは、幅広いサービスを提供している点が他のアプリに対して優位性を有する点であると捉えている。</li> <li>✓ とある自治体の地域通貨と本アプリを連携したことによって、高齢者がスマートフォンや本アプリを使うことに対する動機付けができるようになった。ただし、そのような取組は大きな費用がかかるものであり、あらゆる自治体で模倣可能なものではない点に留意は必要である。</li> </ul> </li> <li>■ 認知獲得、ダウンロード・登録の増加、アクティブユーザーの確保に関する取組・課題             <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 認知獲得やダウンロード・登録の増加に対しては、住民に知ってもらうこと、その際に住民に対するメリットをわかりやすく提示すること、複数のタッチポイントを確保することの3点が重要である。1点目については、市報・区報への掲載が有効である。2点目については、他のアプリとのわかりやすい差別化（健康ポイントの付与による金銭的メリット等）が有効である。3点目については、地域包括支援センター・シルバー人材センター等の「高齢者が普段の生活で接する人」に定期的に広報してもらったことが有効である。Web広告等はあまり効果がない。</li> <li>✓ アクティブユーザー数の確保に対しては、イベント等との連携が有効である。</li> </ul> </li> <li>■ アプリ導入の効果測定について             <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 効果測定に当たっては、「誰が見ても健康に寄与している」ことが分かるように分析するようにしている。WHOの定義を基に、活動（歩数、歩行速度）・心身の変化（体重、血圧、認知機能）・社会参加（イベント参加率等）に対する定量的な分析を行っている。また、これらを自治体間の比較を行うこともある。分析結果を踏まえ、例えば歩数に応じたポイント付与等の施策提案につなげることもある。他の事業者の事例では、単にデータのみを提供している場合もあると聞くが、自治体では効果的な分析ができない場合も多い。当社は効果的な分析を実施し、その結果を自治体に向けてすることを意識している。このうち、特に認知機能に係る効果測定に向けては、全利用者に年に2回認知機能テストを実施している。この際に収集する認知機能が、平均的な年齢別の認知機能水準に対して高いかどうかを評価することによって、認知機能に対する効果測定を実施している。</li> </ul> </li> </ul>

令和7（2025）年度

## 特別区長会調査研究機構調査研究報告書一覧

テーマ名	提案区
再開発と合意形成に関する調査研究	台東
大規模震災時における発災から復興までの施策立案・実施等に係る内部手続き等に関する調査研究	世田谷
区民の健康寿命延伸に向けた特別区の施策展開	葛飾

以上の3テーマについて報告書を発行しています。

各報告書は、特別区長会調査研究機構ホームページで閲覧できます。

<https://www.tokyo23-kuchokai-kiko.jp>

特別区長会調査研究機構

検索



令和7年度 調査研究報告書

### 区民の健康寿命延伸に向けた特別区の施策展開

令和8年3月発行

発行：特別区長会調査研究機構 事務局：公益財団法人特別区協議会

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-5-1 TEL：03-5210-9054 FAX：03-5210-9873

※本書の無断転載・複製は、著作権法上での例外を除き禁じられています。

印刷所：株式会社成光社