



プレゼントが



5人に1人当たる！

(令和5年度抽選結果)

高知市

高知家健康パスポート
ポイントもらえる！

いきいき健康チャレンジ

2024

令和6年度 第2回高知市生活習慣病予防に関する協議会

令和7年1月20日(月) 健康増進課

申込者数

申込2,873名

高知家健康パス
ポートアプリ

2,196名

個人 2,130名

グループ 66名

ノート

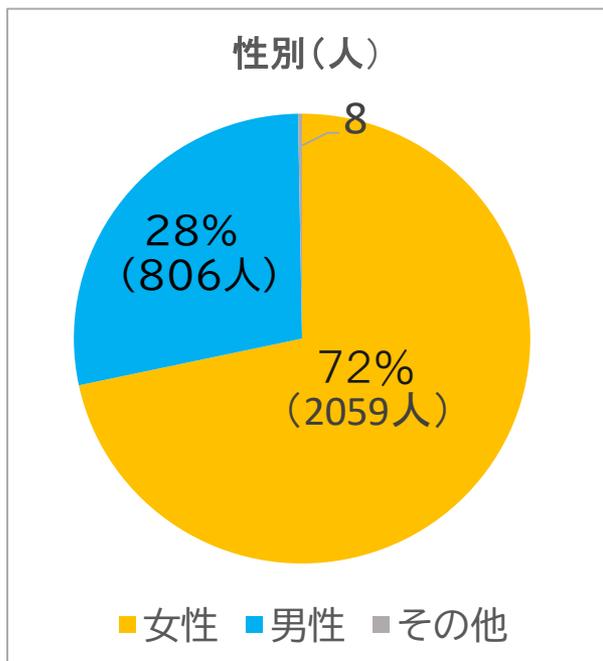
677名

個人 394名

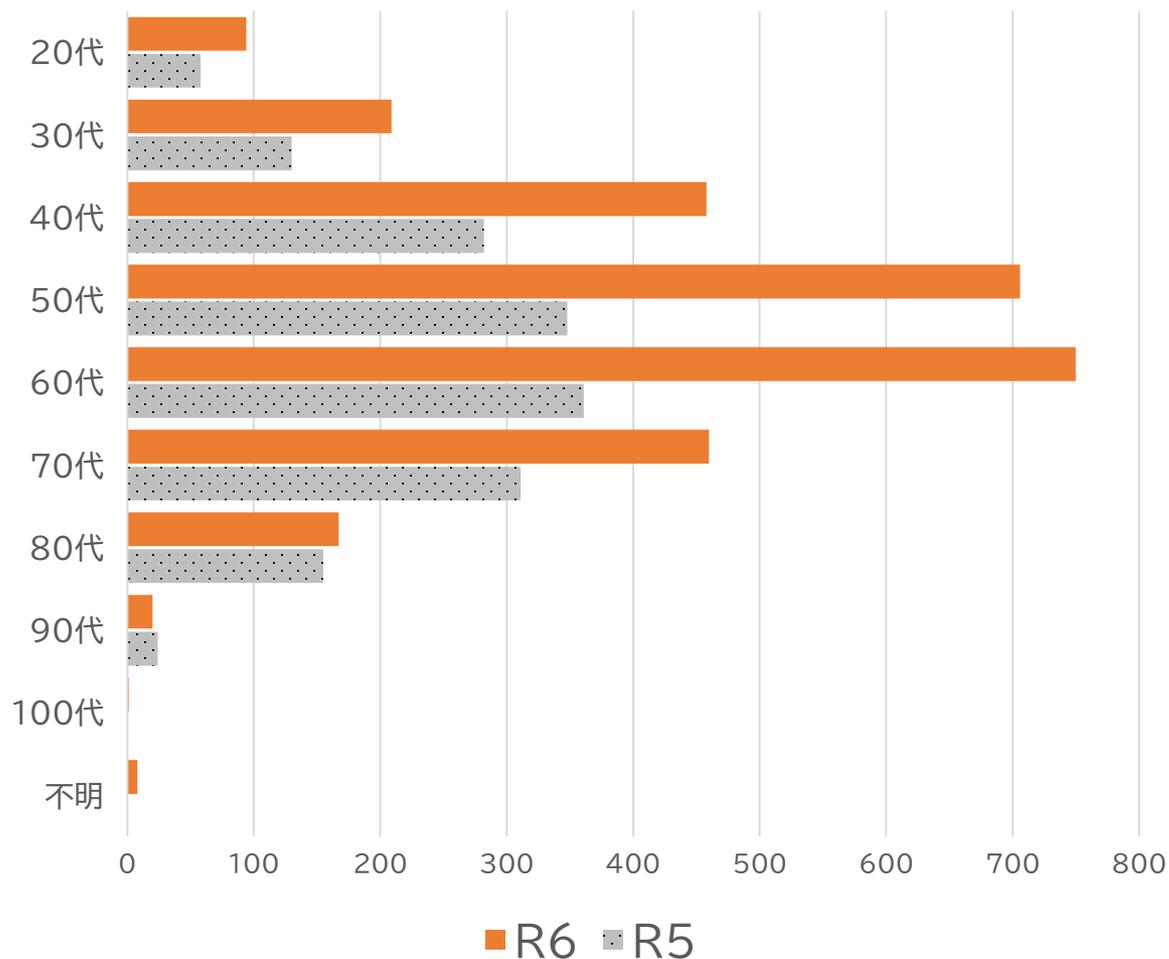
グループ 283名

申込者の性別と年代

女性の参加者が約7割。
男性も806名参加！



20歳代から100歳代まで、
幅広い年代の方が参加。
特に、50～60歳代が多く、参加者増！

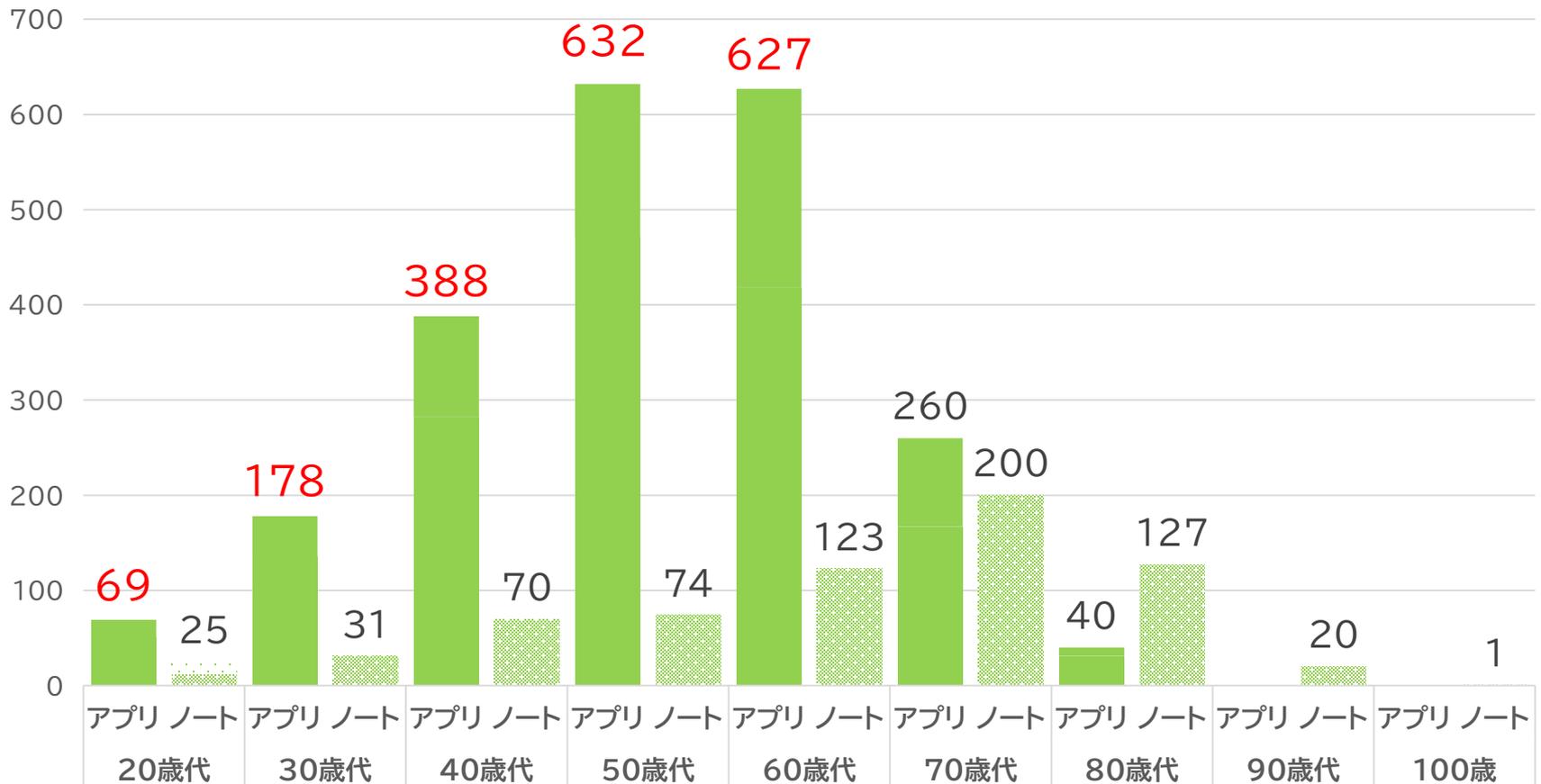


いきいき健康チャレンジ実績

| 指標 | 申込期間 | R1 | R2 | R3 | R4 | R5 | R6 |
|---------------------|------|--------|--------|--------|--------|-------------|---------------------|
| | | 6月～10月 | 6月～10月 | 4月～10月 | 4月～10月 | 4月～10月 | 4月～10月 |
| いきいき健康チャレンジ 申込者数 | | 2,401名 | 1,647名 | 1,453名 | 1,515名 | 1,672名 増 | 2,873名 1000人以上増加 |
| グループ数 | | 114組 | 63組 | 106組 | 96組 | 106組 減 | 88組 |

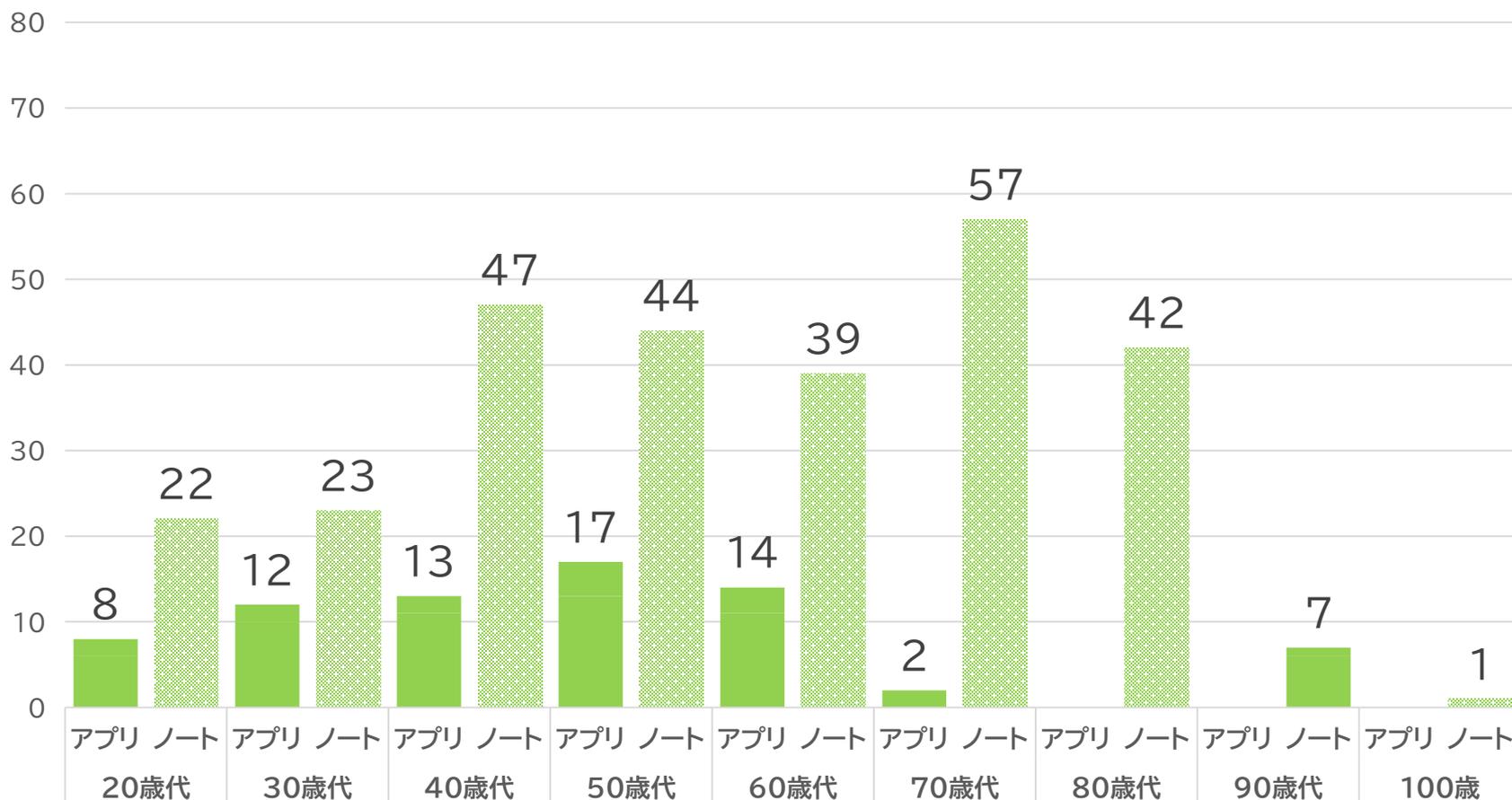
アプリとノートの個人申込状況の比較【年代別】

(性別年代不明を除く)



アプリとノートのグループ申込状況の比較【年代別】

(性別年代不明を省く)





今年度のイベント



| イベント | R6年度 申込人数 | 申込方法 |
|-------------------------|------------------|-----------------------|
| スタートイベント 5月26日(日) | 72名 (定員150名) | 電話申込のみ |
| 応援講座【栄養編】 7月6日(土) | 145名 (定員200名) | Web申込:80名 電話申込:65名 |
| 応援講座【運動編】 ①9月7日(土) | 117名 (定員150名) | Web申込:60名 電話申込:57名 |
| 応援講座【運動編】 ②11月10日(日) | 93名 (定員150名) | Web申込:41名 電話申込:52名 |

健康チェックデー



会場：総合あんしんセンター

測定内容：体組成, 骨密度, 血管年齢, 握力, ベジチェック

| 開催日 | 時間/定員 | 申込人数 |
|-----------|-----------------------------------------------------|------|
| 9月17日(火) | 【午前の部】 ① 9:30~10:30 | 73名 |
| 10月18日(金) | ② 10:30~11:30 【午後の部】 ① 13:30~14:30 | 83名 |
| 12月6日(金) | ② 14:30~15:30 (定員100名) | 57名 |
| 9月25日(水) | 【夜の部】 ① 17:30~18:30 ② 18:30~19:30 (定員 50名) | 59名 |

幅広い年代や健康に関心が薄い方にも啓発をする機会に

【量販店との協働】

●健康づくり応援事業(7月~10月)

- ・サンプラザ・・・鴨部店(7/11), 一宮店(7/16)
- ・サニーマート・・・高須店(10/9), 薊野店(10/11)
- ・サンシャイン・・・三里店(8/21)ベルティス(9/11)

●イオンSDGsイベント(9/29)

●フジ健康フェスタ(10/5~10/6)



幅広い年代や健康に関心が薄い方にも啓発をする機会に

【協力団体との連携】

- 高知市歯科医師会・高知県歯科衛生士会・高知市食生活改善推進協議会
・株式会社ロッテ・・・歯っぴいスマイルフェア(6/9)
- 日本生命保険相互会社・・・ピンクリボンデーイベント参加(6/30)
- 高知市役所保険医療課・・・特定健診結果説明会(9/2～9/4)
- 高知県総合保健協会・・・特定健診会場(イオンモール高知)での啓発(10/1～10/4)
- 高知市スポーツ振興事業団・・・スポーツレクリエーション祭(10/14)
- 明治安田生命保険相互会社・・・Jリーグウォーキング(10/26)
- 高知ヤクルト販売株式会社・・・ヤクルト健康フォーラム(10/26)
- 高知県栄養士会・・・県民公開講座(11/8)

来年度に向けて

●アプリの効果的な活用とノートの併用

より多くの市民が身近な場で健康づくりに取り組み、継続できるように、それぞれの生活に合わせたチャレンジを応援する。

●健康づくりが身近になる環境づくり

健康に関心が薄い人や情報が届きにくい人などにも、健康づくりが身近になるよう、地域や関係機関等とともに、連携しながら継続していく。

来年度に向けて

● 関係機関や地域との協働の取組

子育て世代や働く世代にもアプローチできるように、いきいき健康チャレンジを継続しつつ、様々な関係機関と協働して健康づくりの取組を展開する

● 健康づくりに取り組む人を増やすための後押し

健康づくりに取り組む人が増加するよう、ナッジ理論の活用やインセンティブのさらなる活用を行う。