

チャレンジ！！オープンガバナンス 2016 市民／学生応募用紙

地域課題タイトル (注)	No.	タイトル	自治体名
	6	ウォーキングの普及による市民の健康増進	会津若松市
アイデア名 (公開)	I C Tとコミュニティづくりによるウォーキング習慣化実証事業		

(注) 地域課題タイトルは、COG2016 サイトの中に記載してある応募自治体の地域課題名を記入してください。

1. 応募者情報

チーム名 (公開)	ウォーキングカフェ会津		
チーム属性 (公開)	☐ 1. 市民によるチーム ☐ 2. 学生によるチーム ☒ 3. 市民、学生の混成によるチーム		
代表者情報	氏名 (公開)	西本浩幸	

※ 公開条件について

次ページ以降の「2. アイデアの説明」でご記入いただく内容は、内容を確認した上で、クリエイティブ・コモンズの CC BY (表示) 4.0 国際ライセンスで、公開します。ただし、申請者からの要請がある場合には、CC BY-NC (表示—非営利) 4.0 国際ライセンスで公開しますので、申請の際にその旨をお知らせください。いずれの場合もクレジットの付与対象は応募したチームの名称とします。

(具体的なライセンスの条件につきましては、

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode.ja>、および、

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/legalcode.ja> をご参照ください。また、クリエイティブ・コモンズの解説もあります。<https://creativecommons.jp/licenses/>)

(注意書き)

<応募の際のファイル名と送付先>

1. 応募の際は、ファイル名を COG2016_応募用紙_具体的チーム名_該当自治体名にして、以下まで送付してください。東京大学公共政策大学院の COG2016 サイトにある応募受付欄からもアクセスできます。 admin_padit_cog2016@pp.u-tokyo.ac.jp

<公開非公開など>

2. アイデア名、チーム名、チーム属性、代表者氏名、「アイデアの説明」は公開されます。
3. 上記の公開は、内容を確認した上で行います。(例えば公序良俗に違反するもの、剽窃があるものなどは公表いたしません)
4. この応募内容のうち、「審査項目自己評価」は、非公開です。なお、内容に優れ今後の参考になりうると判断したものは、公開審査後アドバイスの段階で相談の上公開することがあります。
5. 「アイデアの説明」中に、文章、写真、図画などで応募したチーム以外に知的所有権が属する箇所がある場合には、法令に従った引用や知的所有権者の許諾を得るなどをした旨をそれぞれ注として書いてください。「審査項目自己評価」中も同様をお願いします。

<チームメンバー名簿>

6. チームメンバーは別紙のエクセルファイルに記載して提出してください。(2. の扱いによる代表者氏名を除き、他のメンバーに関する情報は COG 事務局からは非公開です。詳細は別紙をご覧ください。)

2. アイデアの説明（公開）

データや資料を活用して課題の具体化とその解決につながるアイデア（公共サービス）のストーリーを語ってください。

(1) アイデアの内容（公開）

アイデアは、だれがする、何をする、どこでする、いつする、どのようにするものなのかを考えて、各要素を入れて内容を描きストーリーを整理していくとよいでしょう。以下の欄内でご記入ください。（必要に応じて図表を入れても構いません）

会津若松市はもともと城下町であり、歩くことを前提にまちづくりが行われたという過去があるため、街そのものは「歩けるサイズ」であり、だからこそ歩くことを楽しめ、街の魅力を体験することができると考えている。

今回我々ウォーキングカフェ会津（以下、当団体と呼ぶ）はこの理念のもと、会津若松市健康増進課の提案する「会津若松市行政提案型協働モデル事業」に手を挙げ、プレゼンを行い、2016年6月ごろより「ICTとコミュニティづくりによるウォーキング習慣化実証事業」をテーマに協働でプロジェクト（以下、本プロジェクトと呼ぶ）を実施している。

▼本プロジェクトの目的

「会津若松市内に住む30～50歳の男性をターゲットに、健康やウォーキングに関するコミュニティ作りとICTツールを通じて、歩くことを習慣づける」こと。

▼内容

(a) 事業の柱

プロジェクトの初期段階において、下記2つを事業の柱とすることを当団体と市の担当課である健康増進課と地域づくり課（以下、担当課）と協議をし、決定した。

1. コミュニティづくり

健康は誰もが目指すべき課題ではあるが、第三者から強制することはできず、自身で気づき行動もらうことが必要な非常に難しいテーマである。そこでコミュニティづくりでは、健康であることのメリットとは何か、また自身の健康状態がどうなっているのか、ウォーキングとは何かなどの基本的な情報を提供しながらも、参加者同士でのディスカッションを通じ参加者に「自分ごと化」してもらうことを目的とするものである。

2. ICT ツールの開発

すでに市場に存在する健康や運動をテーマにしたアプリは、すでに自身の健康に興味があり自主的に運動している人々をターゲットにしたものが多く、同様のアプリを作っても効果が期待できないと考え、このICTツール開発では普段から仕事や育児を理由に運動ができていない（かつ、担当課として運動を推奨したい）「30歳～50歳の男性」をターゲットに一人でも多くの人に「外に出て歩いてもらう」ためのツール開発を目的とするものである。本プロジェクトでは歩いた成果をデジタルメダルで可視化しそれを貯めることができるアプリ「あるき+（読み：アルキタス）」を開発した。

(b) 協働体制と役割分担

当団体と担当課でそれぞれの強みを生かせるよう役割分担を行った。

1. コミュニティづくり

- 協働内容：目的、テーマや内容の検討、適切な講師の選定、運営、改善内容の検討
- 役割分担：＜当団体＞進行、アウトプットの促進 ＜担当課＞専門知識提供、効果測定（アンケートなど）

2. ICT ツールの開発

- 協働内容：アプリのコンセプトメイキング、実装後の評価と改善内容の検討
- 役割分担：＜当団体＞仕様づくり、設計、開発 ＜担当課＞アプリ活用先の検討

(2) アイデアの論拠（公開）

アイデアの論拠（なぜこのアイデアにするのか）を、それをサポートする数値データ（実績、統計やアンケートなど数字であらわされるもの）や証拠（資料や計画、既存の施策など）（以下：総称して「データ類」といいます）などを含めつつご記入ください。数値データや証拠は出所を明らかにしてください。以下の 2 ページの欄内におさまるようお願いします。

(1) 30 歳～50 歳の男性とする根拠：

資料 1 より予備群を含めたメタボ該当者は、男性に至っては 2 人に 1 人の割合で存在していることがわかる。また**資料 2**によると未受診率が半分にも至っていないのは 40 歳代～60 歳代前半であり、自身の健康に関する意識が低いことが読み取れ、さらにこの**資料 3**にあるアンケート結果から「運動しない理由は 20 歳から 30 歳代で 6 割の人か、40 歳から 50 歳代では 5 割の人が「忙しくて時間がない」と回答している」とあり、この年代の日頃の運動不足を指摘し「生活習慣病予防のために運動習慣は大切であり」と述べている。**資料 4**をみると人口の中でも高い割合を占める生産年齢人口、さらには男性（63.8%）をターゲットに絞り事業を実施することで、会津若松市の健康増進の効果を高めることができると考えられる。

これは補足ではあるが、**資料 5**の日頃の交通手段をみても「自家用車」がもっとも高く、徒歩は 14%と低い数字になっている。車社会であることもそうだが、地理的な要因で郊外に住んでいる人ほど車が必要となり、それにより歩く機会を失っていることが推測できる。

● 資料 1

p.3 「メタリックシンドローム該当者の割合」

http://www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp/docs/2007081500434/files/H27_2kenshin_hyoka.pdf

● 資料 2

p.13 「図 2 平成 23 年度特定健康診査年代別受診率(%)」

<http://www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp/docs/2013032900024/files/kennwaka21.pdf>

● 資料 3

p.25 「4. 身体活動・運動」

<http://www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp/docs/2013032900024/files/kennwaka21.pdf>

● 資料 4

男女別、年齢別（3 区分別）人口の推移

http://www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp/docs/2016020500039/files/02_05.pdf

● 資料 5

p.33 「中心市街地への交通手段について」

http://www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp/docs/2013020400048/files/cyuukatukeikaku_01.pdf

(2) アプリの利用ターゲットに子供を入れている根拠

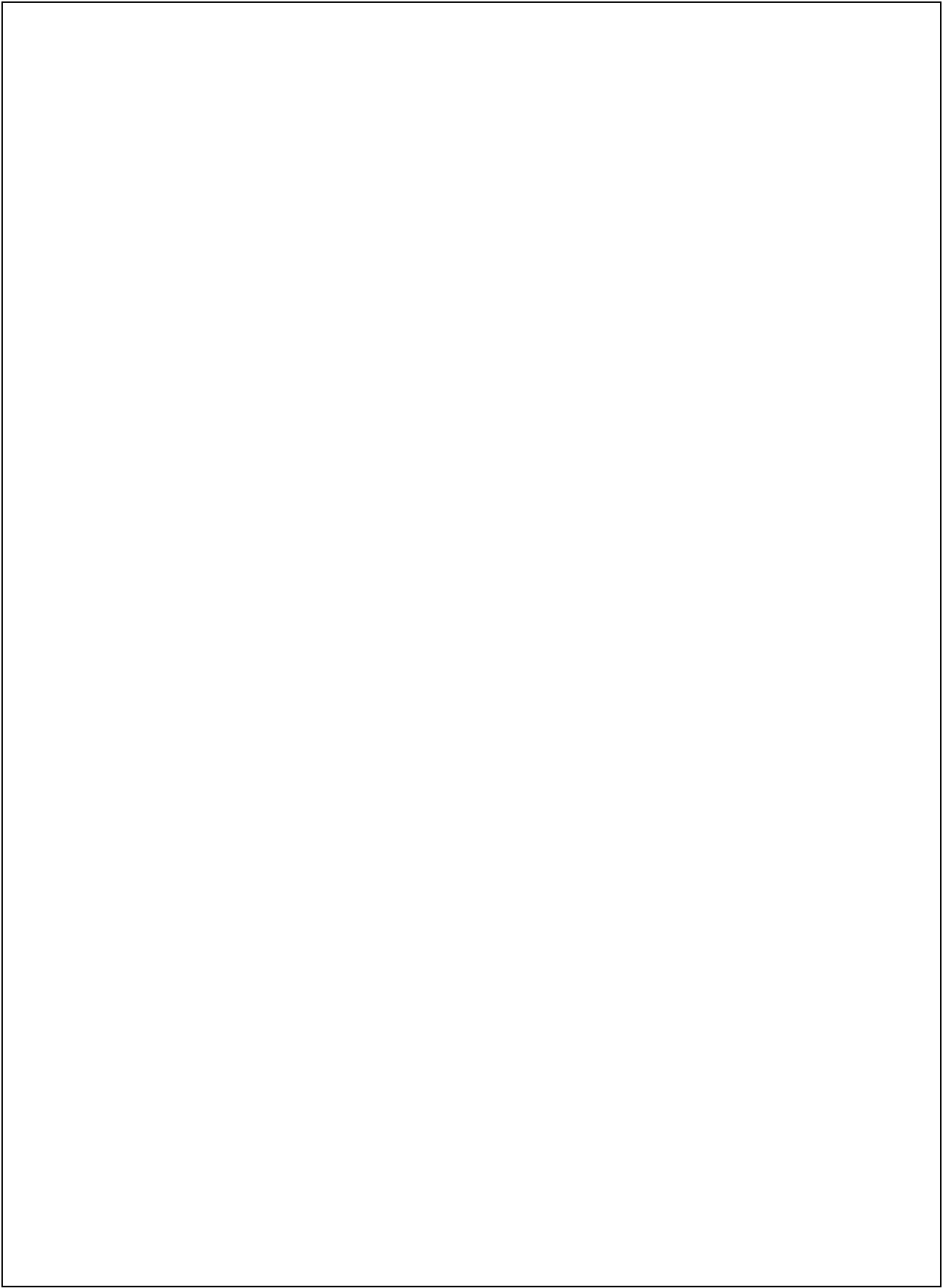
(→ 3. アイデア実現までの流れにて言及)

会津地域内における子供の肥満は全国平均よりも高くなっており、改善が求められている。

● 資料 4

右ページ「会津域内の現状と対策」

<http://www.kenkou.fks.ed.jp/kenkou/h26%20healthy%20smile/h26herusi-aidu1.pdf>



(3) アイデア実現までの流れ（公開）

アイデアを実現する主体、アイデアの実現にいたるプロセスとマイルストーン等、アイデア実現までの大まかな流れについて、以下の欄内におさまるよう、簡潔にご記入ください。（必要に応じて図表を入れても構いません）

（１） 主体

下記のように整理する。

	主体	役割
A	ウォーキングカフェ会津	コミュニティの企画、運営、アプリのコンセプト～仕様 検討、検証とフィードバック
B	会津若松市健康増進課	
C	地元民間企業	アプリ開発技術顧問
D	地元大学（会津大学）学生	アプリ開発者
E	地元協力団体、会社	アプリの普及、ネットワーク拡大、ビジネス化

コミュニティ運営やアプリのコンセプトなど、事業の基本となる部分については当団体と担当課で協働で検討し、アプリの開発については当団体に補えないため、地元民間企業と大学生に応援を要請した。

（２） アイデア実現のプロセス

時期	内容（コミュニティづくり）	内容（アプリ）	補足
2016/6 下旬		アプリコンセプトの決定のための 共同ワークショップ（A, B, D が 参加）	カスタマージャー ニーマップの作 成
2016/7 月上旬		アプリコンセプトの最終決定（A と B による協議）	「子が親を外に 連れ出したくな るアプリ」 「メダルをゲット」
2016/7 中旬	コミュニティづくりミーティング（A, B による検討会）	アプリの仕様決定（A が検討し 土台作成、B との協議により最 終決定）	
2016/7 下旬	キックオフイベント （E：行動 for 会津と共催）	アプリ開発キックオフミーティング （A, C, D）	
2016/8 月上旬	コミュニティづくりミーティング（A, B による検討会）		名称「ウォーキン グカフェ」決定
2016/9 ～11	ウォーキングカフェ第 1 回～第 3 回 を開催（A,B,D,E）		
2016/12 月上旬		アプリ完成	担当課がテスト で使用
2016/12 中旬	アプリを活用した街歩きイベントの 開催	アプリのデバッグ、街歩き	
2017/1 以降	アプリを活用した街歩きイベントの 開催（年度内複数回予定）	フィードバック検討（A,B） アプリ改修（A,D）	
～2017/ 2 末	メダルの活用先検討と実験		

(4) そのほか（公開）

アイデアのアピールポイントや、アイデア実現に当たっての制約があればそれとその当面の解決方法、さらに将来の発展可能性（例えば「将来的に xx という制約をクリアできれば、追加で○○ということが実現できる」など）について、以下の欄内におさまるよう、簡潔にご記入ください。

▼アイデアのアピールポイント

・多様なメンバー構成と地元コミュニティとの連携：

当団体のメンバーは大学生、社会人、専業主婦、シニアと年齢に幅を持たせている。（男 3 人、女 2 人）また会津若松市は地域のコミュニティ活動も活発で、IT で地域課題の解決に取り組んでいる「行動 for 会津」や会津大学生の技術集団「Open App Lab（オープンアップラボ）」などとも連携することでコミュニティづくりとアプリ開発を促進させている。

・コミュニティづくりは敷居を低く、間口を広く：

本プロジェクトがターゲットにしている「普段歩く機会が少ない」人にとっては「ウォーキング」というテーマや「ウォーキングイベント」さえも敷居が高く感じられるものである。コミュニティづくりではテーマ設定を行う際に参加の敷居を高くしたり間口を狭めないよう、「なぜ健康にならなければならないのか？」「なぜウォーキングなのか？」といった「問い」を投げかけ、一方的な情報提供だけではなく、参加者自らが考え、アイデアや意見を場の中に共有してもらう手法を重視している。（ウォーキングカフェと題し 6 回実施）

・アプリはコミュニティづくりをセットに普及させる：

現在人気があるアプリのようにそれだけで人を惹きつける力を持つアプリは作れないという前提のもとで、本プロジェクトでは当初からコミュニティづくりをセットにして進めている。ウォーキングカフェとともに本アプリを使って「ともに街を歩いてみよう」、「アプリの不具合を発見しよう」など、開発したアプリを使って楽しい経験をコミュニティの場を継続して提供することで、地域での普及を狙っている。（2016 年 12 月現在実施中）

▼課題と解決方法

・ターゲットのコミュニティへの取り込み

これまでに実施したウォーキングカフェへの参加者は 50 歳や 60 歳代、また普段からウォーキングをしている人など、ターゲットではない人の参加が目立った。目的とするターゲットの取り込み方法についてはまだまだ課題が残っており、その解決のため開発したアプリを使い、楽しい体験を提供する試みをスタートさせた。

・獲得メダルの活用先

本アプリでは「歩いた先でメダルを獲得できる」ようにしているが、そのメダルの活用先の検討と実験が課題である。現在検討しているのが「リアルなメダルとの交換」。たとえば、地元で行われる健康をテーマにしたマルシェに本プロジェクトチームが出店し、アプリで獲得したメダルを提示すればイベント内で買い物ができるようリアルなメダルなどと交換できるようにすることで、当日初めてアプリを知った人でも歩くことで得た体験を提供することができる。メダルの活用先としての実証もできアプリの普及も狙えると考える。

▼将来の発展可能性

会津若松市内ではブロックチェーンを使った実証実験がすでに行われており、本アプリのデジタルメダルも合流を狙える。（実現できればアプリ内で獲得したメダルを市内の買い物で使うことも可能）この仕組みをさらに発展させ、将来的には体を動かすことで誰もが平等に「稼ぐ」ことができる街（スマートウェルネスシティ）づくりに繋げていきたい。