

なんたん健幸ポイントの概要について

- 目的 ICTを活用し、住民が生涯楽しく過ごせるための健康づくりを習慣化し、健幸都市を実現する。
- 手段 活動量計を持ち、体組成計の測定を定期的に行い、自分自身の状況を知り、健康の維持、改善を楽しめる仕組みを提供する。
- 対象者 南丹市住民、在勤、在学の18歳以上の者
(2005/4/1以前の生まれ)



歩いて貯める

歩数が増加したとき、推奨歩数（個人ごとに設定されます）を達成した場合

健診（検診）を受けて貯める

市民健診、がん検診、職場の健診、人間ドックなどを受診した場合

測定して貯める

体組成測定をして3ヶ月後のデータが改善、標準範囲内の場合

参加して貯める

南丹市内で開催されるイベント・教室等に参加した場合

データ送信

市内8カ所の送信拠点、またはローソン、ミニストップのLOPPIから送信

貯まった健幸ポイント

南丹市商工会商品券と交換（最大4500ポイント）

兵庫県西脇市、福井県大野市、岩手県金ケ崎町との「飛び地型4自治体連携プロジェクト」として、自治体と事業者が連携協定を結び、ノウハウを共有して成果につなげている。事業者であるタニタヘルスリンクとつくばウエルネスリサーチが中心となって事業を推進し、筑波大学がその成果を評価している。

2021年からスタートし現在約1,000人を超えるまでに普及。楽しみながら参加する方が増えてきた。新規申込者の6割が、家族や知人等からの口コミが参加のきっかけとなっている。
登録人数 R3 453人、R4 749人
R5 320人

住んでいるだけ健康で幸せになれる「**健幸都市の実現**」

