

緊急速報!!

令和7年 最後の 大スcoop おうちで健康づくりアプリ、リニューアル

▶ 広報おうちが独占入手した開発中の新アプリホーム画面



導入当初は「スマホが苦手な...」と敬遠する人もいたが、役場の健康づくり課保健センターが窓口やイベントで丁寧に使い方を伝えていくうちに、利用者は令和7年11月22日時点で3,107人に達した。

60代男性はこう話す。「ただ歩くだけだと続かなかったけど、数字で見ると『おっ』と思う。『今日あと500歩歩こうかな』って自然に思えるんです」

町の健康づくりを義務ではなく、楽しみへと変えた。それが『おうちで健康づくりアプリ』がもたらした最初の変化だった。

小さな画面が、大きな輪

アプリの広がりとともに、町には新しい光景が生まれた。友人同士で歩いて仲間をつくり、励まし合いながら歩く人の姿だ。

「このアプリがなかったら、誘い合って歩くことなんてなかったと思う。今では『今日どっちが多い?』が合言葉です(笑)」

一人で歩いているときでも、「この前も歩いていましたね」「今日も頑張ってますね」「ランキング見てます」と、見知らぬ人同士が自然にあいさつや声を掛け合う場面が増えてきた。歩くことが、孤独な努力から、共有できる楽しみにも変わっていった。

健康は数字だけでは測れない。笑顔、会話、そしてつながり。それこそが、アプリがもたらした最大の効果かもしれない。

職員たちの挑戦が動き出している……

そんな『おうちで健康づくりアプリ』が、これから大きな注目を集めそうだ。その理由は、アプリのリニューアル計画が進んでいるからだ。アプリの企画・運営を担当する役場健康づくり課健康推進係のH保健師は言う。

「ありがたいことにたくさんの人に使ってもらっています。でもその分、操作のしづらさやデザインの古さが見えてきたんです」

使いやすさ、楽しさ、そして「つながり」——。利用者の声(アンケート結果)を受け、町は新しい設計に着手。画面はより見やすく、明るく。歩数だけでなく、仲間との比較や操作性の向上など、これまで以上に、ゲームのように楽しめる要素を盛り込む。もちろん、新しいポイント付与メニューも構想中だ。H保健師は続ける。

「健康を『頑張るもの』ではなく『楽しむもの』にしたい。町民が自然と歩きたくなる——そんな仕掛けを詰め込んでいます」

これまでのアプリが、自分の歩数を知る「健康意識を高める」ことに重点を置いていたのに対し、これからは「歩くことが町全体の動きにつながる仕組み」へと進化していく。

Pick up

広報おうちでは本件を令和8年2月号まで連載することを決定! お見逃しなく!

『つながる・貯まる・笑顔になる』

おうちで健康づくりアプリ 大進化

「運動しなきゃ」から「気付いたら歩いていた」へ



検討会議の現場に潜入!!

▲システム業者と何やら相談をしている役場健康づくり課のH保健師(左)とF係長。

「最近歩いている人が増えたよね」

町のあちこちで、そんな会話を耳にすることが多くなった。スマホを片手に、軽快な足取りで、歩く人たちが。彼らの多くが手にしているのは、町の健康づくりアプリ『おうちで健康づくりアプリ』だ。

配信から2年。「歩くこと」を通して町に新しい風を吹き込んできたこのアプリが、令和8年、大きな進化を迎える。広報おうちは、その開発の舞台裏と、町に根付き始めた、歩く文化の今を追った。

歩ききっかけをつくれたアプリの誕生

「おうちで健康づくりアプリ」がリリースされたのは令和5年。新型コロナウイルスが落ち着き始めた頃、外出控えの習慣だけが町に残り、人と人とのつながりが薄れ

ていた時期だった。

「家にこもりがちで、運動不足の人が増えている。でも『運動しなきゃ』という意識だけでは続かない」——そんな現場の声から生まれたのが『おうちで健康づくりアプリ』だった。

「健康づくり」と「お得」が「つながる」アプリ

日々のウォーキングを基本に、イベント参加や健康講座の受講、健康診断・がん検診の受診などでポイントが付与され、貯まったポイントは地域通貨コハクペイに交換できる仕組みだ。

その日の歩数に応じたスタンプが画面に並び、歩けば歩くほどポイントが増える。体重記録やラジオ体操に参加でポイントが毎日付くなど、その積み重ねが、今日も歩こうという気持ちを後押し

歩数より大切なもの……その一歩を踏み出す人

「おうちで健康づくりアプリ」を統括するF係長はこう語る。

「大事にしていきたいのは、歩数よりも、その一歩一歩を続けていく人です。歩くことは単なる運動ではなく、町と人との関わりをつくるものだと思います。そうした積み重ねが、地域全体の健康づくりにつながると考えています」

そして、次号で明かされる進化の全貌!!

リニューアル版『おうちで健康づくりアプリ』は、令和8年2月に公開予定。次号(令和8年1月号)では、刷新された画面デザインや注目の機能を詳しく紹介する。

新しい『おうちで健康づくりアプリ』は、もっと楽しく、もっと身近に。町民の小さな一歩が誰かの笑顔につながる、その連鎖が地域全体に広がっていく。

町を歩く足音が、まるで音楽のように響き続けるように。令和8年、邑楽町の新しい、てくてく物語が始まる。