

**健康寿命の延伸 —市民の自発的な健康づくりの支援—**  
**大阪府民のための健康アプリ「アスマイル」普及啓発の取組み**

## 1 現状・課題

・健康寿命をのばすためには、ライフステージに応じた健やかな生活習慣を身につけ、生活習慣病等の予防・重症化予防をはじめ、高齢期にあつては介護予防活動に努めることが重要である。

・現在、健康への関心がある方の割合は約9割とかなり高いものの、実際に健康状態改善への取組みを実践する方の割合は約6割にとどまっている。

【参考】健康への関心とメタボリックシンドローム予防・改善のための実践状況

区分	健康への関心度	メタボ予防・改善の実践状況 (④) (半年以上続けて取り組んでいる者)
関心がある (①)	1,582人 (87.4%)	1,095 (69.2%) [④/①]
関心がない (②)	228人 (12.6%)	87 (38.2%) [④/②]
計 (③=①+②)	1,810人 (100.0%)	1,182 (65.3%) [④/③]

(資料：大阪府健康・栄養調査(大阪府) (H27))

・市民の健康寿命延伸を実現するには、「関心がない方」や「関心があつても実践できていない方」へのアプローチが重要である。

・大阪府民のための健康アプリ「アスマイル」を活用し、市民の健康意識の向上と実践の促進を図ることにより、自発的な健康づくりを支援する。

## 2 アスマイル会員数増加への取組み

### (1) 市民等への周知

- ・喫煙可能室設置施設の届出受付等の際に、届出者(飲食店等)にチラシを配付
- ・管理栄養士養成校学生への講座にてチラシ配付、事業説明、登録勸奨(174人)
- ・FC大阪TV(インターネットテレビ)で紹介、PR動画放映
- ・やさい100TABE店のキャンペーンなど本市の事業をイベント登録し、やさい100TABE店協力店舗へチラシの配架を依頼
- ・出前講座にて、アスマイルの紹介コーナー設置
- ・広報誌(すこやかレポートなつしん)へ掲載、登録呼びかけ(6,000部)
- ・大阪市立中央図書館での食育等のパネル展示において、ポスター・チラシ展示(約2週間)
- ・イオン(イオンモール鶴見緑地など3店舗)において、デジタルサイネージの放映実施。(約2週間)
- ・協会けんぽが特定保健指導で事業所を訪問する際に、チラシを配付(予定)

### (2) 区への支援

- ・アプリの登録や区の事業のイベント登録方法について、局で資料等作成し、各区の健康づくり事業を所管する係長会で説明
- ・各区へチラシを送付(合計約20,000枚)
- ・局で作成した登録手順説明の動画(2種類)と府作成のPR動画を区に提供
- ・会員数が多い区等に取り組み事例を照会し、好事例を情報提供

## 3 実績

アスマイル会員数 大阪市 53,036件 (R2.12月末現在)

## アスマイルの会員数増加にかかる取組み

FC大阪TV（インターネットテレビ）で紹介



特定健診取扱医療機関にチラシの設置依頼



大阪市立中央図書館での食育等のパネル展示でポスター・チラシ展示



広報誌（すこやかパートナーつうしん）へ掲載



イオン(イオンモール鶴見緑地など3店舗)でデジタルサイネージの放映



区の事業をイベント登録





毎月 **¥3,000** 相当の  
電子マネー等が当たるチャンス!



おおさか健活マイレージ

# アスマイル

アスマイルは、日々の健康活動でポイントが貯まる大阪府の健康アプリです。

STEP

1

アプリを  
ダウンロード!



STEP

2

毎日の  
健康活動を  
記録!

STEP

3

毎週・毎月の  
抽選で当たる!

毎週の抽選

コーヒー・  
スムージー  
など



毎月の抽選

**¥3,000**  
相当の電子マネー等



このチラシは下記の企業にご協力いただき作成しています。

小野薬品工業株式会社は大阪府が提供する「おおさか健活マイレージ アスマイル」の取組みを応援しています。

小野薬品工業株式会社(<https://www.ono.co.jp/>)

健康づくりに役立つ大阪ウォーキングガイドはこちらから





歩く  
300  
pt



# アスマイルは、日々の健康活動で 〈抽選ポイント〉が貯まります！

体重を記録  
50  
pt



貯まったポイントを使って、毎週・毎月の抽選でプレゼントが当たる！  
毎日が楽しくなるアプリです。

歯を磨く



50  
pt

朝食をとる



50  
pt

人間ドックや  
健康診断を受ける



1,000  
pt

健康コラムを  
読む



50  
pt

アンケートに  
答える



200  
pt

## 日々のデータもわかる！

体重・睡眠時間・血圧・脈拍・歩数など、  
毎日記録できます。  
過去のデータも、いつでも見られます。



## 健康情報もお届け！

季節ごとの情報や、話題のダイエットなど  
健康コラムを発信しています。  
他にも、大阪府内のイベント情報など  
お役立ち情報もあります。



さらに！

40歳以上の市町村国民健康保険に加入の方限定※

特定健診の  
受診で **¥3,000** 相当の電子マネー等を  
必ずプレゼント！

ポイント取得方法



特定健診を受ける



特典をゲット！

※府内市町村の国民健康保険に加入の方のみの特典です。  
※初回のみ¥3,000相当、2回目以降は¥1,000相当の電子  
マネー等のプレゼントになります。

## 参加方法はこちら！

### 1 アプリをダウンロード！

右記のQRコードからアプリを  
ダウンロードしてください。

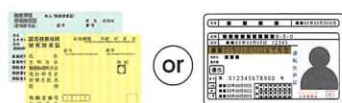


### 2 メールアドレスを登録

お使いのメールアドレスを入力してください。

### 3 本人確認書類を登録

本登録には、健康保険証または  
免許証の登録が必要です。



参加資格 大阪府在住の18才以上の方 大阪府内の市町村に住居登録がある方

※アスマイルでは、右記のアプリと連動いたします。[iOS:ヘルスケア/Android:Googlefit]

スマホをお持ちでない方も…

## 専用歩数計(有料)で 参加できます。



※歩数計のみで参加される場合は、取得できるポイント項目に制限があります。

- 1 申込用紙に必須事項をご記入ください。  
申込書は、アスマイルサイトからダウンロードしていただくか、  
自治体の窓口などに設置しています。
- 2 専用の歩数計が着払いで届きます。  
料金は2,750円(税込・送料含む)です。お届け時にお支払いください。
- 3 専用リーダーにかざすと、歩数が記録され  
抽選ポイントが貯まります。  
専用リーダーは自治体の窓口や、ローソン(Loppi端末)に設置しています。

詳しくは、アスマイル サイトをご覧ください。

お問い合わせ

## おおさか健活マイレージ アスマイル事務局

Tel. 06-6131-5804 Fax. 06-6452-5266 受付時間 9:00~17:00(12/29~1/3除く)

詳しくは ▶ おおさかアスマイル <https://www.asmile.pref.osaka.jp/>