

【取扱注意】

2021/12/23

※令和3年度予防・健康づくりアプリ広報事業
の検討以外の利用を禁止します。
第三者への提供等も禁止します。

予防・健康づくりアプリ の概要について (令和3年度12月版)



沖縄県国民健康保険団体連合会



アプリ開発の経緯

従来の健康づくり啓発の広報等に加え、国保被保険者に対し直接的にアプローチが可能なスマートフォンアプリケーション「予防・健康づくりアプリ」を開発・提供する。



- ・ 国保被保険者の行動変容を促す
- ・ 健康意識の向上（特定健診等の受診率向上）

本アプリの主な課題は以下の通りである。

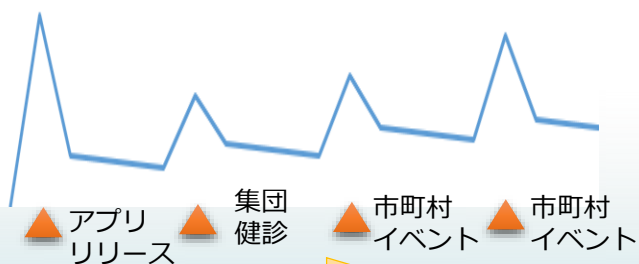
- 本アプリは健康無関心層をターゲットとしてきたがこれらの多くは「健康アプリに無関心」であり、ユーザの獲得が困難。
- 予防・健康アプリを使い始めたとしても継続して利用してもらう事が困難。



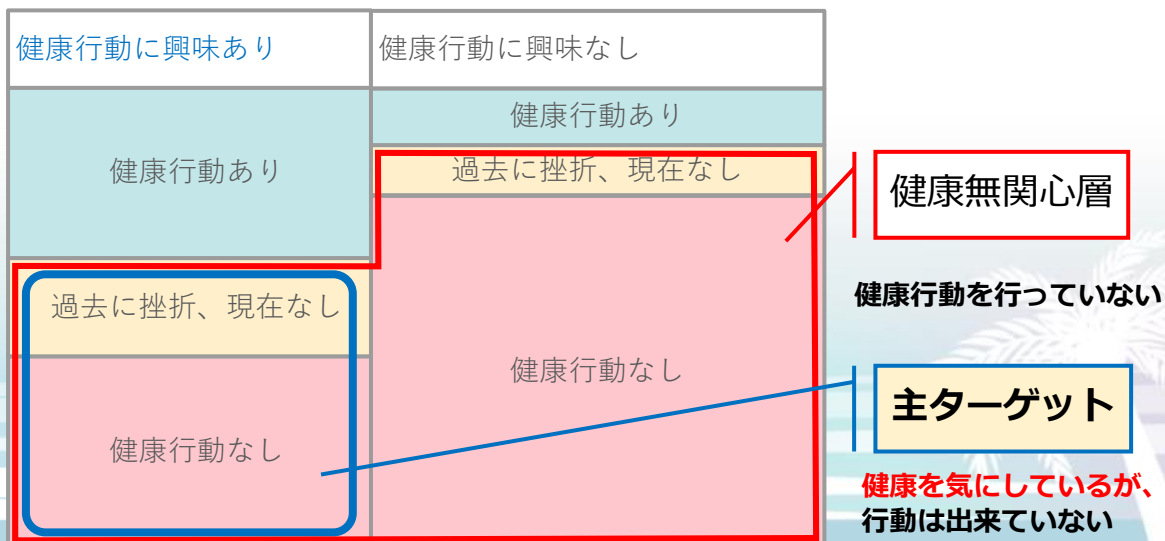
主要課題への対策

- 本アプリの最大の特徴である市町村とのつながり(市町村関連機能)を強化し、本機能を目的としたユーザを獲得する。
- 健康無関心層を「健康行動を行っていない人」と定義し、この集団のうち「健康行動(生活改善)に興味はあるが現在は何も行動できていない人」を本アプリの主ターゲットとする。主ターゲットに合わせた「ちょっとした健康づくり」というコンセプトで独自性を強化し、ユーザ獲得を目指すと共にユーザの継続利用を促す。

ユーザ数



市町村関連機能を目的にユーザがアプリの利用を開始した際、どれぐらいのユーザに継続して利用してもらえるかが重要



アプリ名称と概要



<アプリ名>



組み合わせにより様々な支援を行う。
利用者ごとに無限の色・光・形に変わり、
国保被保険者の健康づくりをサポートする。

目標利用者数

1年以内に5千人超。3年以内に2万人超。

<本アプリの主な機能>

・健康づくり

生活記録（食事、間食、飲酒、睡眠、
体重、歩数、血圧）、
マイチャレンジ機能

・市町村関連機能

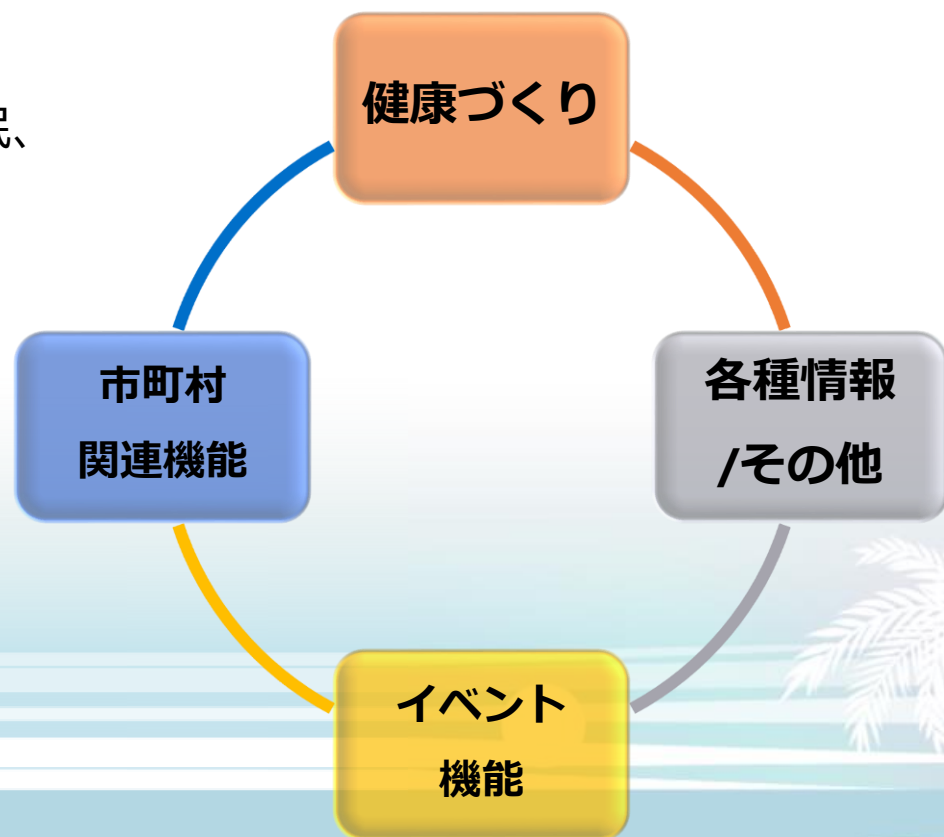
お知らせ／アンケート機能、
集団健診予約機能

・イベント機能

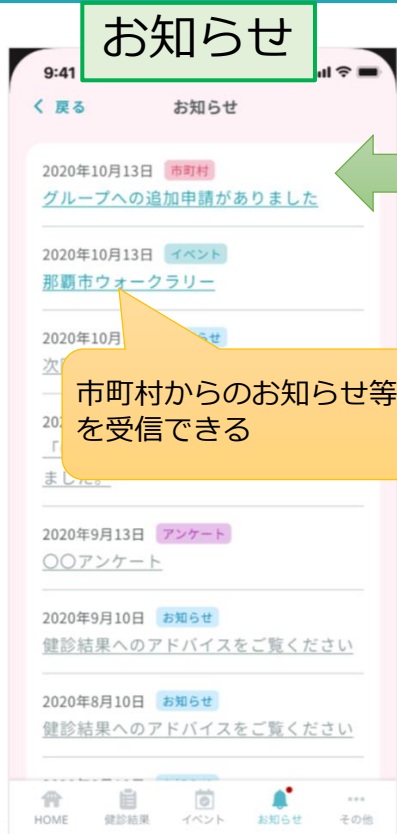
（公開/非公開）イベント機能

・健康情報/その他

特定健診結果記録/判定機能、
ランキング機能、
医療機関マップ機能



アプリの画面イメージ



お知らせ

市町村からののお知らせ等を受信できる

未読お知らせはスマホのアイコン上でバッチ表示可能



ホーム画面



記録内容が可視化される

生活記録



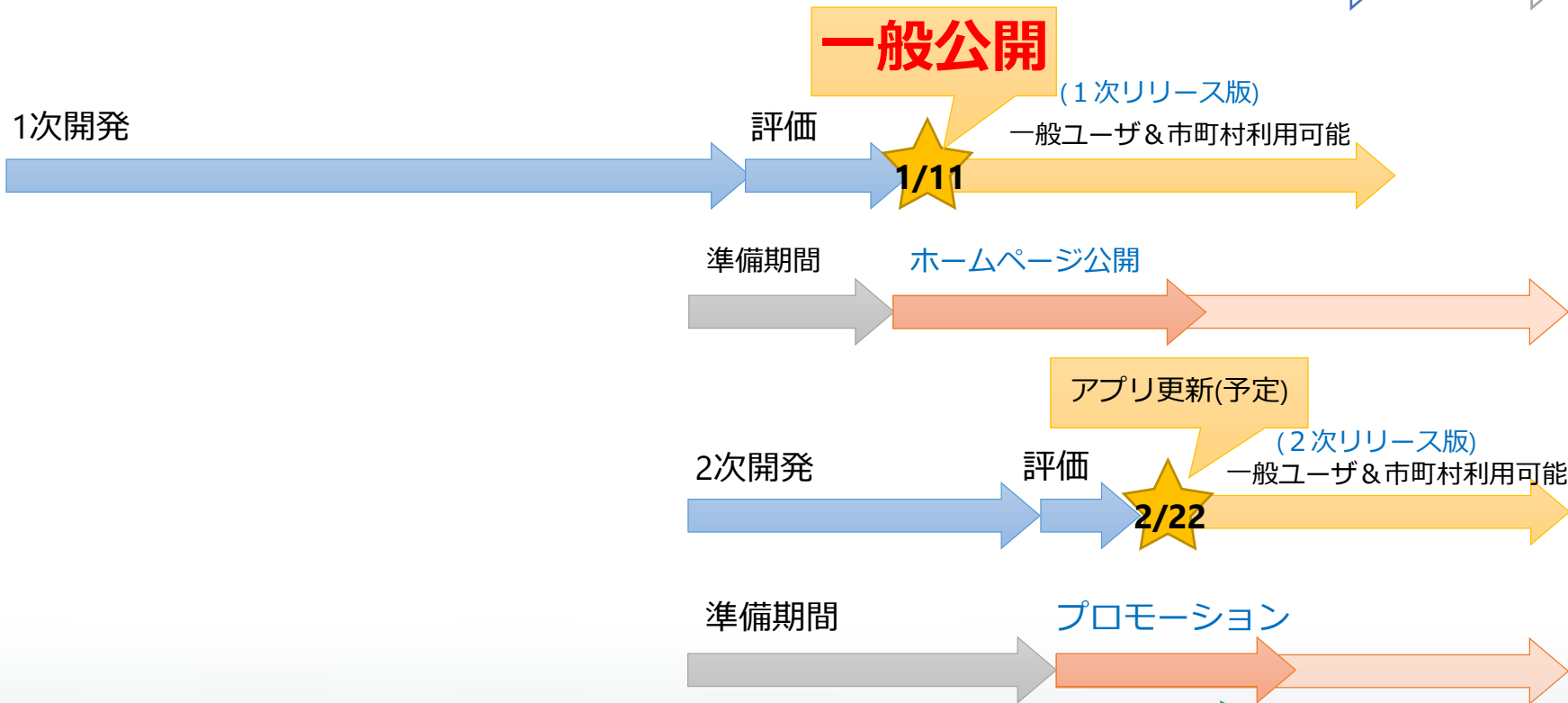
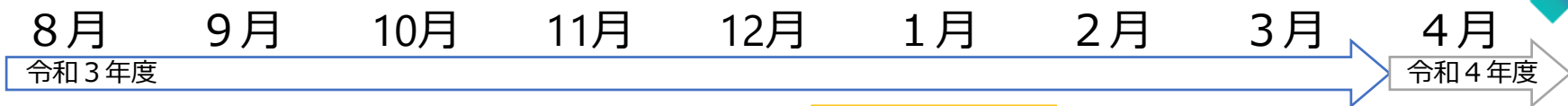
簡単な入力項目

容易に入力状況確認が可能



※ 本資料に示す画面イメージは開発中のものです。

リリース等スケジュール



全市町村へのポスター配布等、プロモーションを実施する。

機能別リリーススケジュール



No.	機能名	リリース時期	補足
1	生活記録	2022年1月	血圧管理は2022年2月。
2	お知らせ		カテゴリ送信は2022年2月。
3	公開イベント		
4	非公開イベント		
5	ランキング		絞り込み機能は2022年2月。
6	医療機関等マップ		
7	特定健診結果記録		
8	特定健診結果判定	2022年2月頃	
9	集団健診予約		
10	マイチャレンジ		
11	アンケート		
12	その他機能改善		

<アプリ（国保被保険者）の利用について>

No.	質問	回答
1	本アプリの利用に費用は必要ですか？	本アプリは 無料 で利用できます。
2	利用方法や利用環境を教えてください。	Appleストア、GooglePlayで一般公開します。 iPhoneまたはAndroid端末にてアプリをダウンロードし、ユーザ登録のうえお使いください。
3	国保以外のユーザも利用できますか？	本アプリは国保被保険者向けのアプリです。
4	操作方法等について相談窓口（コールセンター等）を設ける予定はありますか？	操作方法等は専用のホームページで案内する予定です。コールセンター等の設置は予定しておりません。



アプリのダウンロード数について

参考情報

10

名称	備考	登録/ ダウンロード数	母数	割合
(参考情報)	ビックヒットの目安は100万DL	100万	約1億	1%
COCOA	国のコロナ接触確認アプリ	約3000万	約1.25億	24%
FiNC	国内No.1ダウンロード健康アプリ	約1,100万	約1.25億	8.8%
おおいた歩得	大分県のインセンティブ系健康アプリ (6年目)	約6万	約112万	5%
アスマイル	大阪府のインセンティブ系健康アプリ	約30万	約880万	3%
よこはま ウォーキング ポイント	横浜市のインセンティブ系イベント用の アプリ	約2.8万 (万歩計:約31万)	約377万	0.7% (8%)
RICCA	沖縄県のコロナ対策サポートLINEアカウ ント	約12万	約120万	10%
オーロラ	国保限定の非インセンティブ系 健康アプリ	4,000	約40万	1%
		12,000		3%
		20,000		5%

目標利用者数

1年以内に5千人超。3年以内に2万人超。

オーロラの機能説明（アプリ）



次ページ以降、本アプリで利用可能なユーザ側（アプリの）機能を説明します。





生活記録は「ちょっとした活動」をコンセプトに、簡単な操作で最小限の生活記録から始める事で、生活記録の継続と行動変容につなげていく。

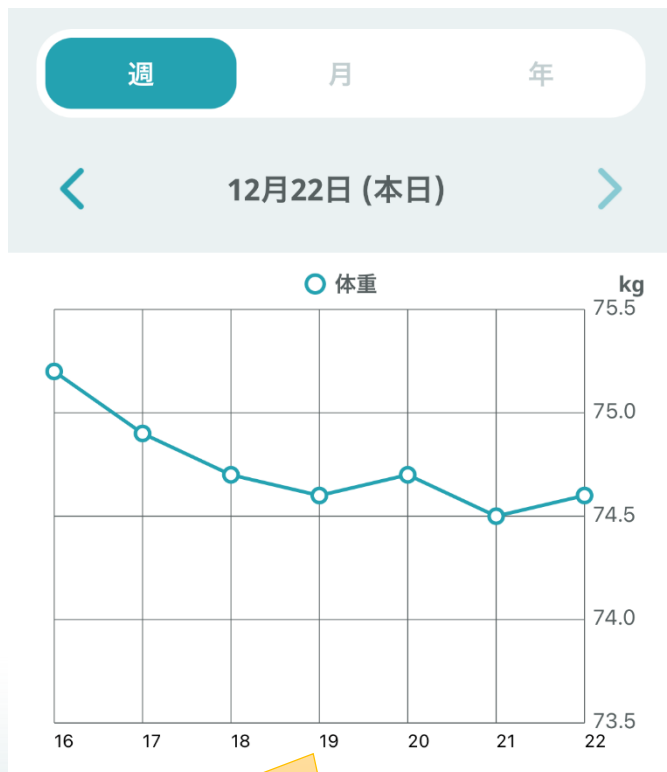
必須項目を最小限とし、操作の簡素化を徹底。

種別	必須項目	任意項目
食事・間食	時刻、満腹度（「なし」を含む4段階）	メニュー名、写真
飲酒	酩酊度（「なし」を含む4段階）	—
睡眠	快眠度（「なし」を含む5段階）	睡眠時間※1
体重	体重※1	—
歩数	歩数※1	—
血圧※2	収縮期(最高)血圧、拡張期(最低)血圧	—

※1：睡眠時間、体重、歩数はiOSのAppleヘルスケア、AndroidのGoogleFitから自動連携可能

※2：開発期間の関係上、1次リリース版では利用できません

グラフ表示の例



グラフにより記録内容が可視化される。



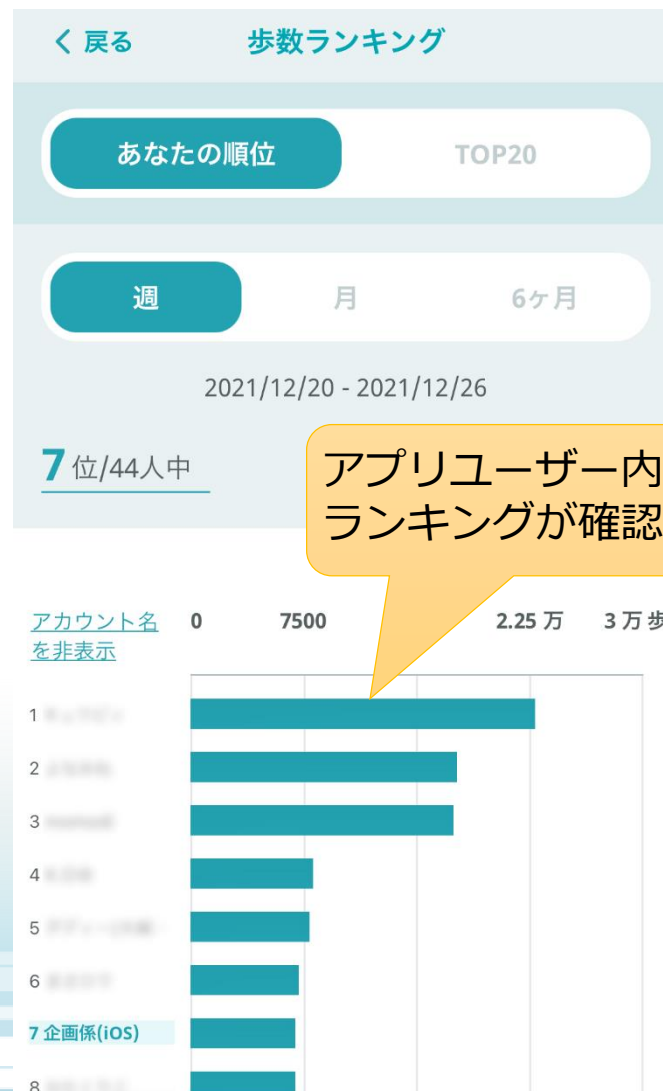
入力画面の例



グラフ表示の例



ランキング表示の例





詳細確認画面の例

11月15日

朝食 07:00 編集する

2021年11月15日 ちょっと多い・満腹以上

トースト、コーヒー

指定日の記録内容詳細が確認可能

HOME お知らせ イベント 健診 その他

カレンダー表示の例

11月

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5

今日 3食未入力 1食以上未入力

不足 適量 食べすぎ

カレンダー表示により、記録状況が簡単に確認可能

入力画面の例

朝食の入力 12月22日 (本日)

時刻 07:15 現在の時刻に合わせる

量

食べていない 軽く食べた

腹八分

ちょっと多い・満腹以上

メニュー トースト

画像

追加 追加

保存する

カレンダー表示の例



カレンダー表示により、
記録状況が簡単に確認
可能

入力画面の例



飲酒の入力

12月22日 (本日)

飲んでいない

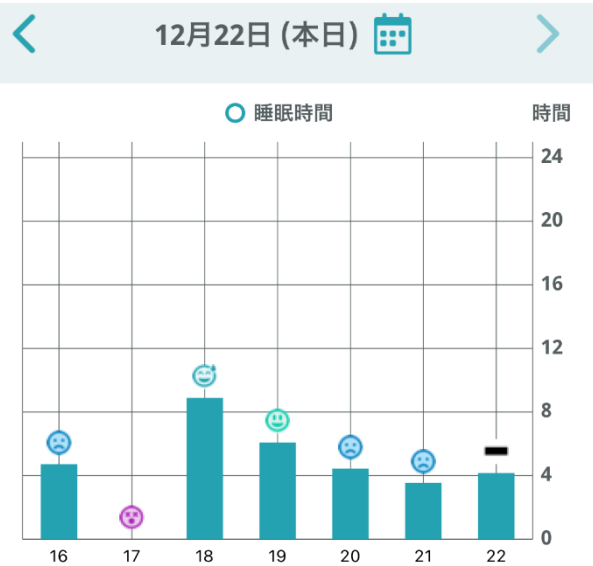
ほろ酔い

ご機嫌

酔っ払い

入力項目が少なく、簡
単操作で入力可能。

グラフ表示の例

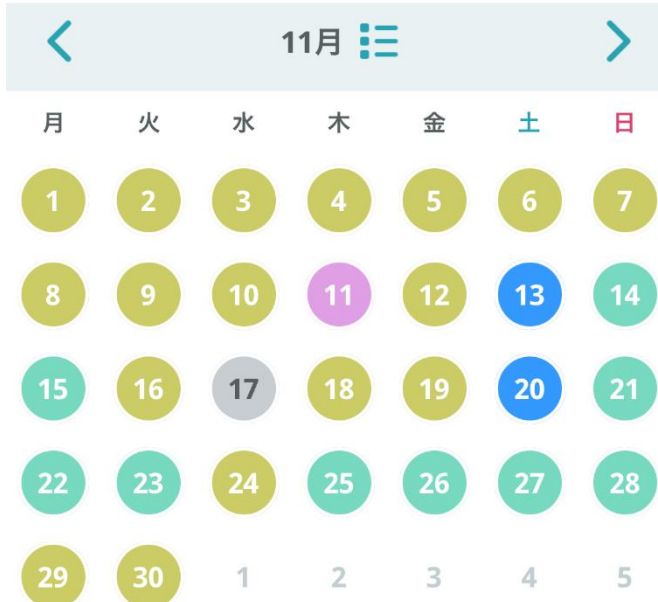


■ 未設定 😴 寝てない 😞 寝不足
😊 快眠 😊 寝すぎ・不満

グラフにより記録内容が可視化される。



カレンダー表示の例



○ 今日 ● 未入力
● 未設定 😴 寝てない ● 寝不足
● 快眠 ● 寝すぎ・不満

カレンダー表示により、記録状況が簡単に確認可能

入力画面の例



入力項目が少なく、簡単操作で入力可能。

マイチャレンジ機能



日々の生活において簡単に挑戦できる行動から、健康づくりへの意識づけを促す。



ユーザにて作成する事も可能。



お知らせ／アンケート機能（1 / 2）

19



市町村からののお知らせ（保険証切替案内等）やアンケートをアプリ上で確認・回答することができる。プッシュ通知(バッジ表示)やホーム画面への表示により、お知らせ等の受信に気づきやすい。

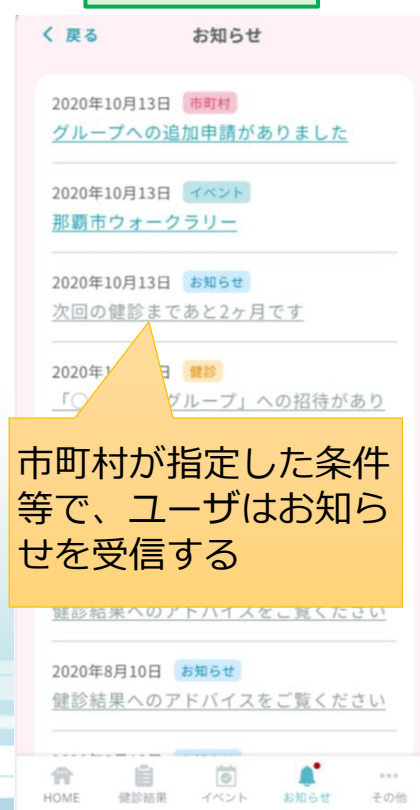
バッジ表示



ホーム画面



一覧画面



市町村が指定した条件等で、ユーザはお知らせを受信する

詳細画面



※ 本資料に示す画面イメージは開発中のものです。

お知らせ／アンケート機能（2 / 2）

20

地区や発信情報ごとに分類されたお知らせについては、ユーザーが受信したい情報を選択することができる。

受診設定画面(1/2)

市町村名一覧

那覇市	居住市町村	設定中	>
うるま市			>
沖縄市			>
宜野湾市		設定中	>
宮古島市			>
石垣市			>
浦添市		設定中	>
名護市			>
糸満市			>

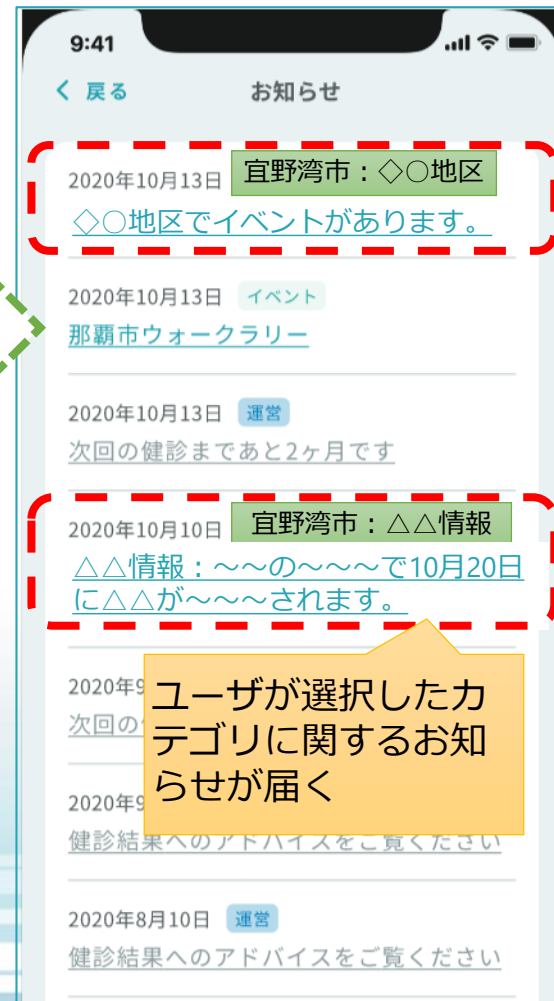
受診設定画面(2/2)

< 戻る

宜野湾市

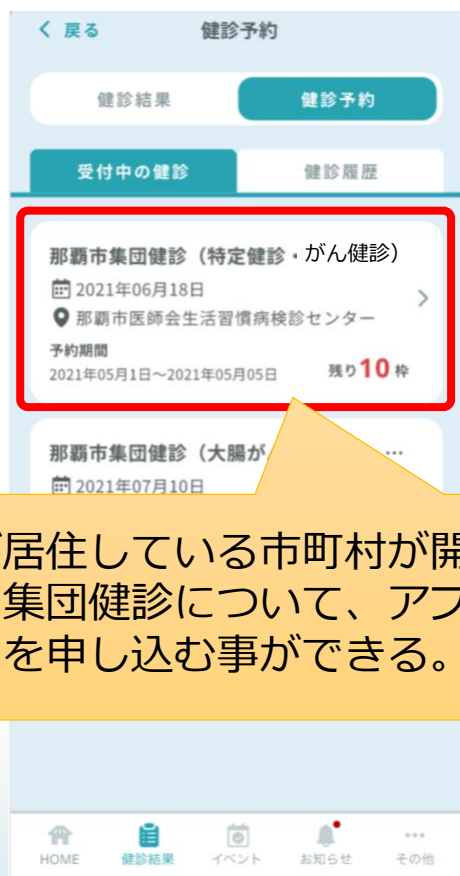
〇〇地区	OFF
〇△地区	OFF
◇〇地区	ON
△◇地区	OFF
△△情報	ON

ユーザーは受信したいカテゴリを選択する

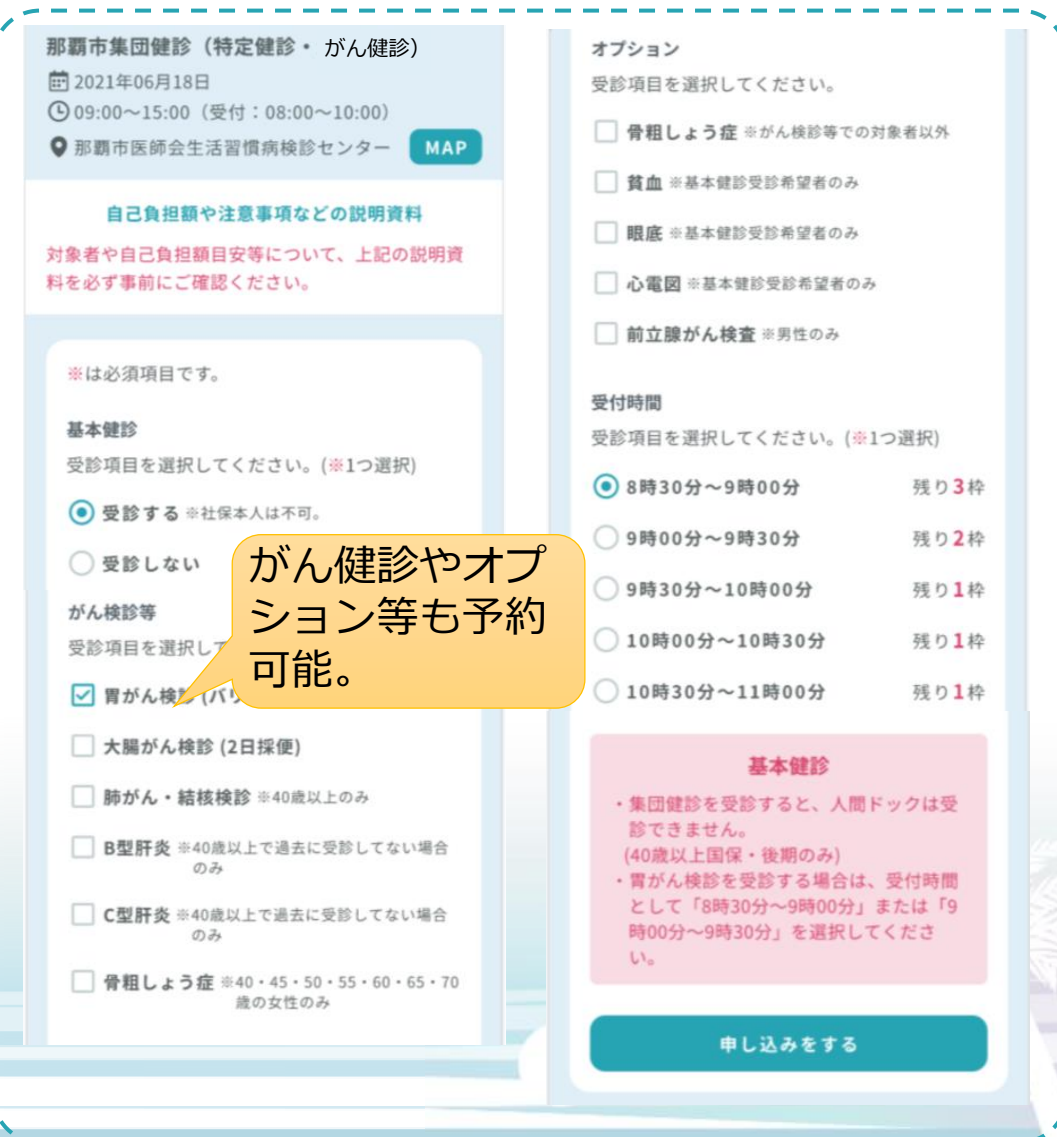


集団健診予約機能

集団健診の予約申し込みが可能。



ユーザが居住している市町村が開催している集団健診について、アプリから予約を申し込む事ができる。



がん健診やオプション等も予約可能。

公開イベント機能（1 / 2）



22

市町村インセンティブイベントに参加可能。



市町村が開催するイベントにユーザが参加し、歩数や専用QRコード（特定健診やボランティア等）により取得したコインで景品等に応募可能。

※ 本資料に示す画面イメージは開発中のものです。

非公開イベント機能



ユーザが任意のメンバーで情報共有を可能とする。

非公開イベントの作成

必須 イベント名 (表示名)

必須 イベント説明

必須 イベント期間

設定する 設定しない

から

キャンセル

作成する

我が家の歩数競争

期間 2021年7月1日～2021年8月31日

1位
4人中

ランキング

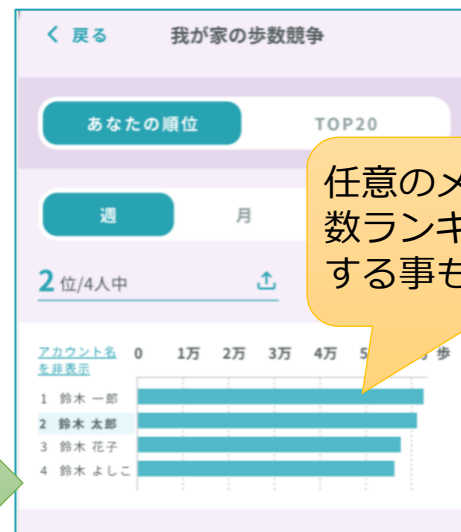
イベント詳細

参加者

イベントQRコード

履歴

イベントを編集する



任意のメンバーで歩数ランキングを確認する事も可能。

参加者

大城 花子	削除する
大城 花子	削除する
大城 三郎	削除する

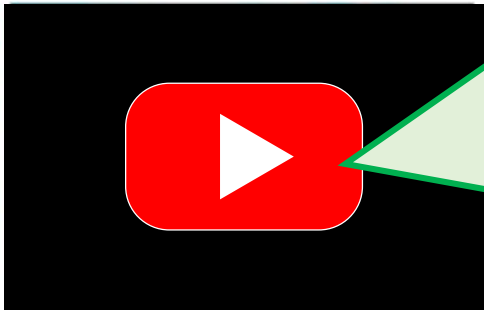
自由にグループ（非公開イベント）を作成する事が可能。

特定健診結果記録/判定機能

ユーザは複数年度分の特定健診結果が登録可能。

また、登録結果に対するアドバイスをテキストと動画で提供する。

2021/07/30の健診結果へのアドバイス



血管に負担がかかっていると予想されます。
動脈硬化が疑われる状態です。
血栓が出来やすい状態となっている可能性があります。
かかりつけ医の先生と相談してください。

「動脈硬化」を知っていますか？

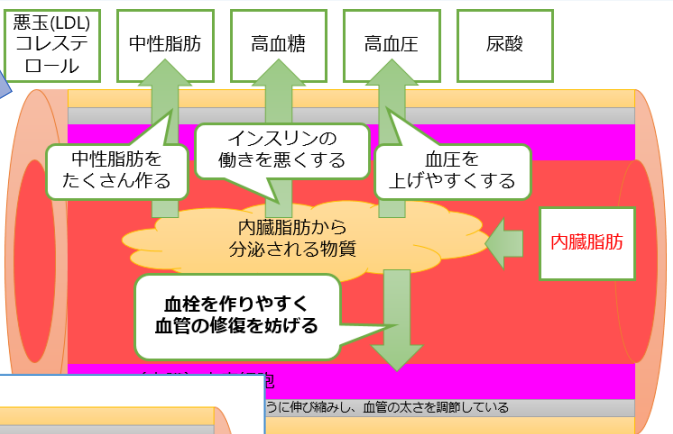
人間の血管は肌や内臓と同じように老化し、硬くもろい状態となります。ところが、加齢以外にも動脈硬化が進行してしまうケースが増え、問題となっています。

動脈硬化がおき、コレステロールでできたコブ（プラーク）が原因で血液の固まり（血栓）が出来てしまうと、その先の組織に酸素や栄養が行きにくくなります。

重要な血管で発生した場合は大きな問題となる「脳梗塞」や「心筋梗塞」といった病気につながります。

「脳梗塞」や「心筋梗塞」は突然発症することが多いですが、長年の生活習慣が発症に影響することも多いといわれています。

日頃的生活習慣、予防が重要です。自分の血栓リスクの状態を知り、生活改善・早期発見が大切です。



悪玉(LDL)コレステロール、中性脂肪、高血糖、高血圧、尿酸

中性脂肪をたくさん作る、インスリンの働きを悪くする、血圧を上げやすくする、内臓脂肪から分泌される物質、内臓脂肪、血栓を作りやすく血管の修復を妨げる

血管壁が厚くなり、血管の太さを調節している

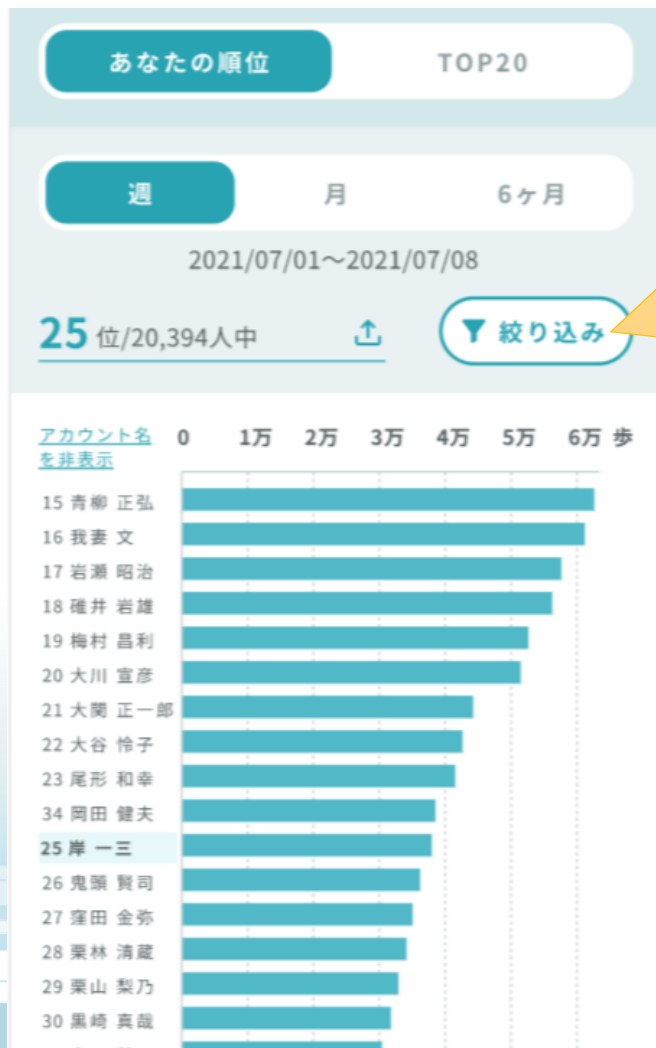
この状態に関する判定は・・・ B判定

あなたの血栓リスクレベルは「レベル5」です

(内膜) 内皮細胞、(中膜) 筋肉組織、(外膜) 血管を外部から守る

ランキング機能

全体の（週間・月間・直近6ヶ月）歩数ランキングで、自分の順位と上位20位が確認できる。



自分と同年代(上下5歳)・同性別で絞り込みが出来る。

※絞り込み機能は、開発期間の関係上、1次リリース版では利用できません。

医療機関マップ機能

特定健診の健診機関や子ども医療費現物給付対応医療機関等の情報を地図上で確認することができる。また、その詳細情報を確認でき、即座に電話をかける事が可能。



