

「スマイル 松山」プロジェクト  
～1日1マイル歩こう 観光で笑顔になろう～  
(愛媛県松山市)

【概要】

「スマイル松山プロジェクト」は、半径5km圏内にある都市機能が集中するコンパクトシティ松山の特性を活かし、「住んでよし、訪れてよし」の活力ある街であり続けるために、「ウォーキング(街歩き)」を軸に、情報通信技術を活用したまちづくりを展開するものであり、松山市と愛媛大学、民間事業者が産官学連携して、(1)健康ICT事業、(2)観光ICT事業、(3)防災ICT事業の3事業を実施。ICTを有効に活用することで、住民の健康増進を図り、周遊型観光を実現し、住民、観光客の避難支援、安否確認の仕組みの確立を目指しています。

スマイル松山プロジェクト全体

スマイル 松山 「スマイル 松山」プロジェクト  
～1日1マイル歩こう 観光で笑顔になろう～

【健康】	【観光】	【防災】
		
<b>【健康ICT】</b> 健康状態の把握と改善	<b>【観光ICT】</b> 滞在型観光の推進	<b>【防災ICT】</b> 防災基盤の強化
<ul style="list-style-type: none"><li>●パーソナル・メディカル・チェック支援</li><li>●専門的な健康アドバイスの提供</li><li>●ウォーキングマップをスマホ対応、既存ウォーキングイベント等と連携</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●利便性の高い観光情報の提供</li><li>●「街歩き」の活性(地元ガイドと連携)</li><li>●街歩きの健康価値を見える化(消費カロリー表示)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●健康・観光街歩きマップとあわせて防災マップを情報提供(平時)</li><li>●避難支援と安否・所在確認システム(緊急時)</li></ul>

【コラム】

① 健康ICT事業：健康状態の把握と改善

健康支援・記録ツール「健康ナビ」と「健康ナビ」にデータが自動的にたまる活動量計を使って活動量、健診履歴、健康データ等、一人ひとりの健康状態を正確に把握し、専門家による分析を行い、一人ひとりに併せた専門的な健康アドバイスの提供を行っています(愛媛大学医学部、教育学部監修)。

② 観光ICT事業：街歩きの活性、滞在型観光の推進

防災ICT事業：防災基盤の強化

観光・防災・健康に役立つスマートフォンアプリ「スマイル松山 ハイク&安心ナビ」を開発。平常時には、位置情報と連動した観光情報の表示や、俳句作成・投句・閲覧機能を持つスマートフォンアプリです。また、災害時には避難支援や安否確認を行える防災支援アプリとして機能します。

① 健康ナビ <https://kenkonavi.smi le-matsuyama.com/rescuematu/rot010/>

「スマイル松山 健康ナビ」って何？



「スマイル松山健康ナビ」は、2013年の秋、松山市でスタートした「スマイル松山」プロジェクトの一部門である「健康ICT事業」の中核サービスです。  
 「スマイル松山」プロジェクトは、松山市を中心とした産学官が力を合わせ、総務省に ICT 街歩き事業として共同で提案し採択された事業で、ICT（情報通信技術）を活用したウォーキング（街歩き）により、市民が健康で住みやすく、観光客に魅力ある街を目指すプロジェクトです。  
 プロジェクトの最初のテーマである「健康 ICT 事業」は、健康支援・記録ツール「健康ナビ」と、「健康ナビ」にデータが自動的にたまる活動量計を使って、専門家の支援を受けながら簡単・便利に健康づくりを実現できる新しい環境を、松山市民のみならずまへ提供いたします。

「スマイル松山 健康ナビ」でできること

参加される方がいつでもご自身の健康状態について記録・閲覧できるように、様々な健康データをお預かりするサービス。今回「健康 ICT モニター」として申し込まれた方にサービス ID を配布、パソコンやスマートフォンを通して、無料でご利用いただけます。

健康手帳機能

日々の自分のカラダやココロの状態を書き込み、残していくための機能。記録した内容は、表や時系列のグラフで見やすく表示でき、経過が一目でわかるので、自分の健康を気づかう習慣が自然に身につきます。



健診記録閲覧

健診の結果をパソコンやスマホでいつでもどこでもご覧いただくことのできる機能です。今回は、いただいた結果表をデータ化のうえ大切に保存・確認いただけます。

項目	値	標準値	単位
血圧	115	110	mmHg
血糖	100	100	mg/dL
コレステロール	225	220	mg/dL
尿酸	7.5	7.0	mg/dL
中性脂肪	150	150	mg/dL
総コレステロール	225	220	mg/dL
LDLコレステロール	150	130	mg/dL
HDLコレステロール	75	75	mg/dL
血糖	100	100	mg/dL
尿酸	7.5	7.0	mg/dL
中性脂肪	150	150	mg/dL
総コレステロール	225	220	mg/dL
LDLコレステロール	150	130	mg/dL
HDLコレステロール	75	75	mg/dL

●「スマイル松山」プロジェクトとは  
5つのメリット

実績のある指導者がプログラムを提供します！  
300名以上を指導 平均-5.6kg、ウエスト-7.2cm\*

- メリット 1** 日々の活動量を記録できる！  
無料で活動量計をお貸しして、あなたの日々の活動量を簡単に記録します。
- メリット 2** 健康診断結果などが一括管理できる！  
健康診断結果と日々の活動量を特設サイトにて一括管理し、いつでも閲覧できます。
- メリット 3** 一人一人に専門的なアドバイスが受けられる！  
愛媛大学医学部(抗加齢・予防医療センター)、愛媛大学教育学部(保健体育科)によるアドバイスがメールで送られてきます。
- メリット 4** 運動指導員による活動のサポートが受けられる！  
チャレンジコース(限定100名)の方は健康運動指導士による週1回の直接指導が受けられます。  
会場：松山市総合コミュニティセンター  
参加者全員、期間中のウォーキングイベント(2回予定)で、運動指導士による効果的なウォーキングを学ぶことができます。
- メリット 5** スマホユーザーは健康ウォークがもっと楽しめる！  
スマホをお使いの方はユーザー専用アプリに搭載された健康街歩きマップを使ってさまざまな健康ウォークが楽しめます。

※「チャレンジコース」は健康データ測定会の結果により、事務局よりご推奨し同意した上でご参加いただけます。

- 観光ICT事業 ○位置情報と連動した観光情報表示 ○街歩きの健康効果見える化 ○俳句作成・投句・閲覧機能
- 防災ICT事業 ○街歩きによる防災啓発 ○避難支援 ○安否確認

※松山市文化・スポーツ振興財団のメタボリックシンドローム予防事業「プロジェクトD」の実績です。

② 「スマイル松山ハイク&安心ナビ」

<http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kanko/kankoguide/kankomeguri/SUMILE.html>

本アプリの概要

- (1) 観光ルート/健康ルート案内
- (2) 俳句の投稿/閲覧
- (3) お勧めの観光スポット/料理店の検索
- (4) 避難所検索/標高情報の表示/現在地送信機能

〔問い合わせ先〕

松山市役所 観光・国際交流課  
 TEL: 089-948-6558  
 Fax: 089-943-9001  
 e-mail: [kanko@city.matsuyama.ehime.jp](mailto:kanko@city.matsuyama.ehime.jp)

観光・街歩きの もしものときの “楽しさ”と“安心”を持ち歩く！  
スマイル松山 ハイク&安心ナビ いよいよ登場!!

- Googleマップと連動した観光・健康歩道ルート案内
- 自分だけのオリジナル地図を誰でも見ることが可能
- ソーシャルメディア(LINEやFacebook)と連動し、街歩き情報を共有できる
- おすすめの観光スポット・料理店の検索
- 大規模災害(地震、津波、火災)が起きたときに役立つ

【お問い合わせ先】  
松山市役所 観光・国際交流課  
TEL: 089-948-6558  
Fax: 089-943-9001  
e-mail: kanko@city.matsuyama.ehime.jp

アプリのダウンロードはこちらから  

 二次元コードが読み込めない場合は AppStore または Playストア で検索

※「スマイル松山」プロジェクトは、平成25年度地域創生推進事業(松山)の「観光・健康・防災」分野において、松山市役所、松山大学、松山大学教育学部(保健体育科)との連携により実施されています。ICT(情報通信技術)を活用したウォーキング(街歩き)により、市民が健康で住みやすく、観光客に魅力ある街を目指すプロジェクトです。

スマイル松山プロジェクト観光・防災ICT事務局 | [info@smile-matsuyama.com](mailto:info@smile-matsuyama.com)  
 松山市、開発協力: 日本、開発協力: 松山大学、開発協力: 松山大学教育学部、開発協力: 松山大学教育学部