

# 神戸市 × 兵庫県立大学



## 新型コロナに負けない! 健康づくりイベント2021

～感染予防をしっかりとしながら、たのしく歩こう～

2021年1月～2月、兵庫県立大学国際商経学部・黒川研究室は、神戸市の協力のもと、研究事業の一貫として、神戸市民のための健康管理アプリ「MY CONDITION KOBE」を活用したウォーキング・イベントや健康意識に関するアンケート調査を実施します。本研究事業の目的は、コロナ禍における健康増進を効果的にサポートできる仕組みを明らかにすることです。

ウォーキングは、わたしたちの健康づくりに欠かせない、身近な運動です。一方で、新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、わたしたちの運動量が全体的に減少していることが社会的な課題になっています。

新しい年・2021年の初めに、本イベントに参加して、新型コロナに負けない健康づくりに取り組んでみませんか?

### 【対象者】

「MY CONDITION KOBE」を利用している20歳以上の方

### 【期間】

2021年1月～2月の2ヶ月間

### 【イベント内容】

1. 参加登録・アンケート調査

2. ウォーキング・イベント期間

※感染予防を意識しながら、毎日の目標を達成できるように心がけて歩きましょう!

※イベント期間中は定期的にメッセージが送られ、皆さんのウォーキングを応援します!

### 【参加者特典】

- ・参加者謝礼として、合計で「1,000円分のアマゾンギフト券」をお贈りします
  - 初回の参加登録・アンケート調査にご回答いただいた方全員に、700円分をお贈りします。
  - ウォーキング・イベント期間中、週に1回以上「体重」および「気分」をご入力いただいた方全員に、300円分をお贈りします。
- ・さらに、2週間を指定して、その期間中の歩数に応じて「追加のアマゾンギフト券」(最大約1000円)を獲得できるチャンスがあります。

### 【イベント参加について】

- ・12月上旬ごろに、「MY CONDITION KOBE」を通じて参加登録の方法をご案内します。そちらをお読み頂き、本イベントの参加登録を行って、アンケートに回答してください。
- ・先着順に数百名募集。規定人数に到達次第、募集を締め切る場合があります。

### 【問い合わせ先】

兵庫県立大学国際商経学部・黒川研究室、メールアドレス kurokawa@em.u-hyogo.ac.jp

※本研究事業は、兵庫県立大学国際商経学部倫理委員会および神戸市の保健事業に係る研究倫理委員会の承認を受けています。



人との間隔をあけて  
今週もしっかり歩きましょう!



研究力で、超えていく。  
本プロジェクトは  
「大学院アーバニゼーション神戸」  
の研究事業です。