

## ウォーキングマップ（ひな形）の作成及び活用について

### ○ 背景

東京都では、平成25年3月に「東京都健康推進プラン21（第二次）」を策定し、都民一人ひとりが負担感なく実践できる生活習慣の改善の普及を目指している。

「2020年に向けた東京都の取組－大会後のレガシーを見据えて－」においても、生活習慣病や生活機能の低下を予防するため、職場内や駅の階段等を活用した身体活動量を増やす取組や1日8,000歩以上（20～64歳）の歩行を推奨するなど、日常生活における健康づくりを推進することとしている。また、こうした取組を一層推進するため、東京都や区市町村が作成した都内のウォーキングマップを集めた、活用しやすいポータルサイトを設置することとしている。

### ○ 目的

プランの分野別目標の1つである「日常生活における身体活動量（歩数）を増やす」ため、健康づくりの視点を取り入れた「ウォーキングマップ」のひな形を作成、ひな形を区市町村へ配布し、ひな形に準じた自治体版のマップ作成を支援する。これらのマップの活用を促すことにより、都民の身体活動量の増加を目指す。

### ○ マップ（ひな形）に基づく作成例

資料14-2のとおり。

### ○ 作成したマップの活用に関して

各自治体で作成したマップは、健康づくりポータルサイト「とうきょう健康ステーション」の関連サイトとして、平成28年秋頃に設置予定としているウォーキングマップ特設サイト（仮称）（以下「特設サイト」という。）において、順次掲載していく予定としている。

特設サイトは多言語対応とし、広く都民、さらには他道府県や外国からの旅行者が各区市町村を訪れた際に手軽に利用できるようにしたいと考えている。