

ヘルスラボ・こまきについて

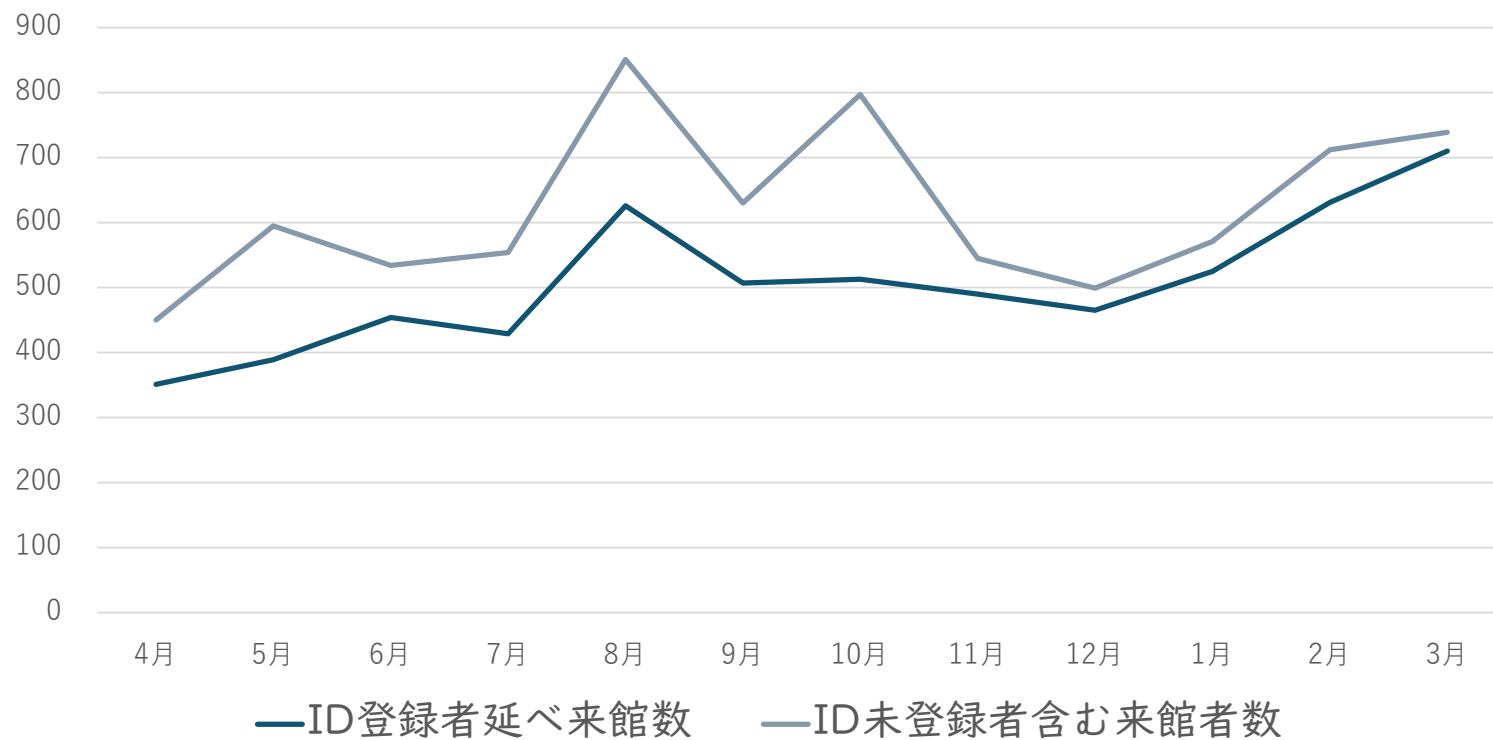
■ヘルスラボ・こまき利用状況(令和7年度)

総来場者数(延)	7,477人
----------	--------

	令和6年度 新規登録者数	令和7年度 新規登録者数	総登録者数 (令和7年度末)
ID登録者数(実)	647人	1,951人	2,598人
LINE登録者数 (実)	309人	883人	1,192人

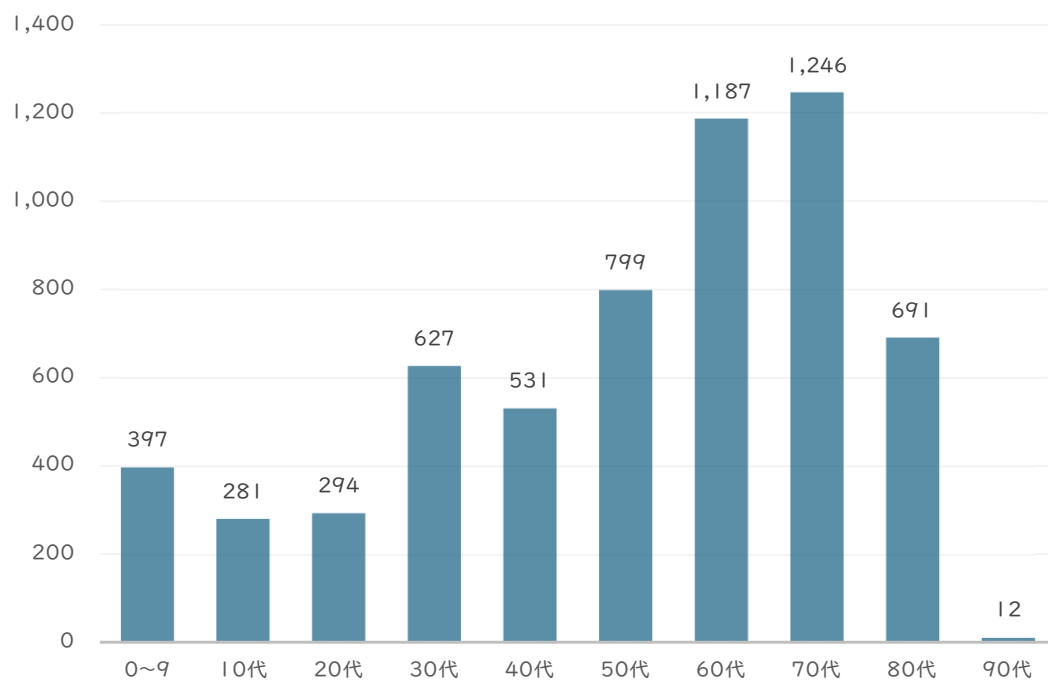
■ヘルスラボ・こまき利用状況（令和7年度）

来館者数月別推移

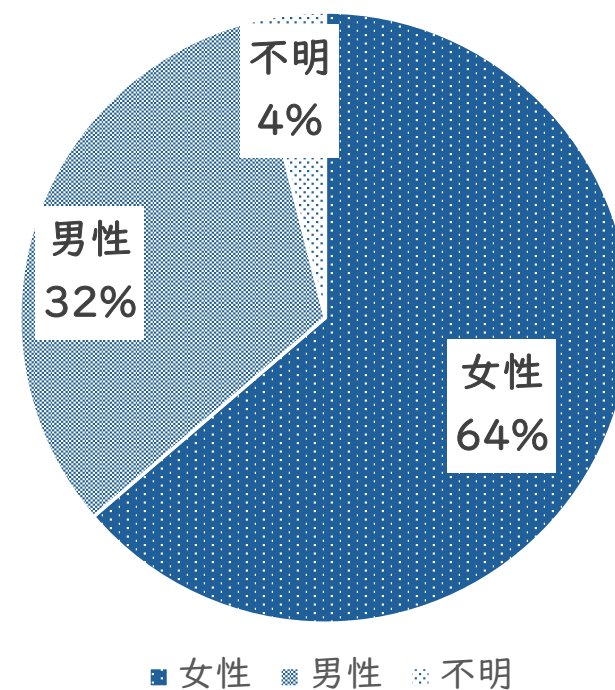


■ヘルスラボ・こまき利用状況（令和7年度）

年代別来館者数（ID登録者）

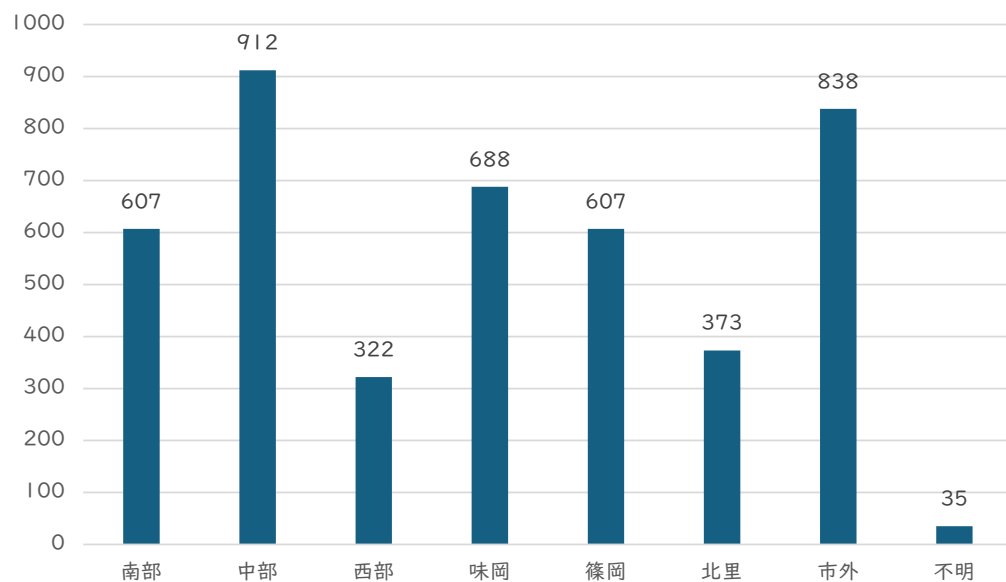


男女別来館者割合（ID登録者）



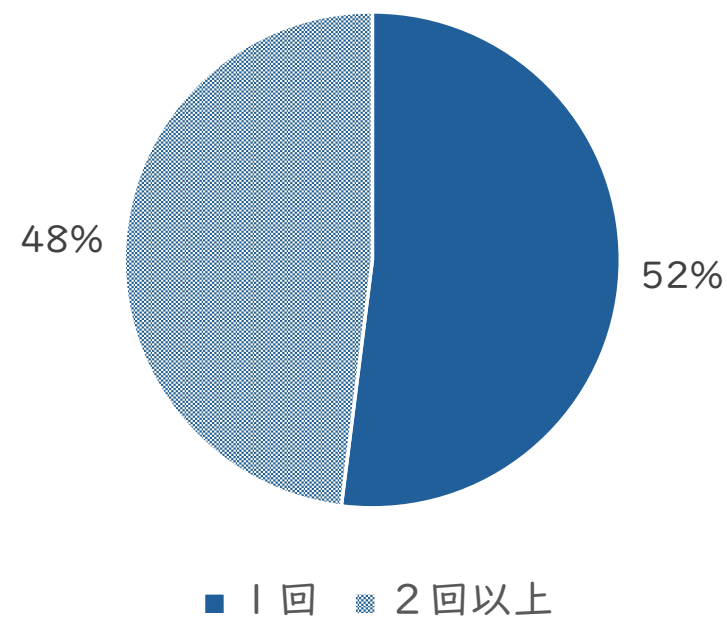
■ヘルスラボ・こまき利用状況（令和7年度）

地区別来館者数（ID登録者）



	南部	中部	西部	味岡	篠岡	北里
来館者数	607	912	322	688	607	373
人口	23781	27958	13582	33511	29950	19198
割合	3%	3%	2%	2%	2%	2%

来館頻度



イベント参加者数

講座種別	開催日	参加者数	協力
栄養の日inこまき (食育イベント)	令和7年8月31日	152名	名古屋経済大学
one★ラボ健康フェスタ (ヘルスラボ・こまき周年祭)	令和8年2月11日	345名	住友理工・明治安田生命・ 大塚製薬・ 中北薬品・CCnet

チャレンジ企画等

- InBodyチャレンジ (夏・冬)
- 健康目標募集イベント
- 健康自慢募集イベント
- ラボウォーク (ラピオ館内でのウォーキング)

定期講座参加者数（予約制）

講座種別	開催回数	参加者数	定員充足率
運動教室 (ボディケア教室)	25回	192名	96%
食事教室	12回	85名	79%
お口の教室	11回	36名	33%
ピラティス 体験教室	272回	196名	72%

フレイルチェック参加者数（予約制）

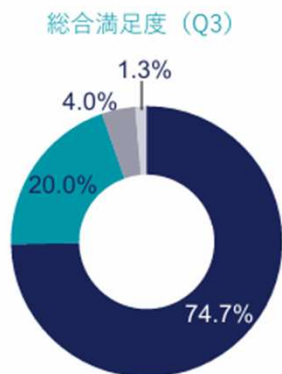
講座種別	開催回数	参加者数	定員充足率
フレイルチェック	700回	185名	13.2%

■ヘルスラボ・こまき来場者分析レポート (令和8年3月 委託事業者より報告)

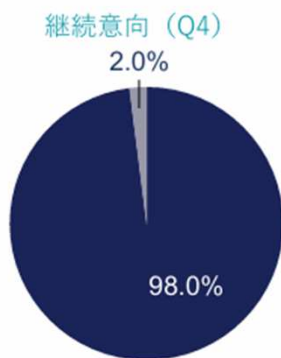
対象：令和7年度ヘルスラボ・こまき来場者の内、事前・事後のアンケート回答者 150名

満足度94.7%、継続意向98.0%

「とても満足」74.7%。不満はわずか1.3%。ほぼ全員が継続利用を希望。



■とても満足 112人(74.7%) ■まあ満足 30人(20.0%)
■普通 6人(4.0%) ■不満 2人(1.3%)



■はい 147人(98.0%) ■どちらとも 3人(2.0%)
■いいえ 0人(0%)

94.7%

満足度

98.0%

継続意向

74.7%

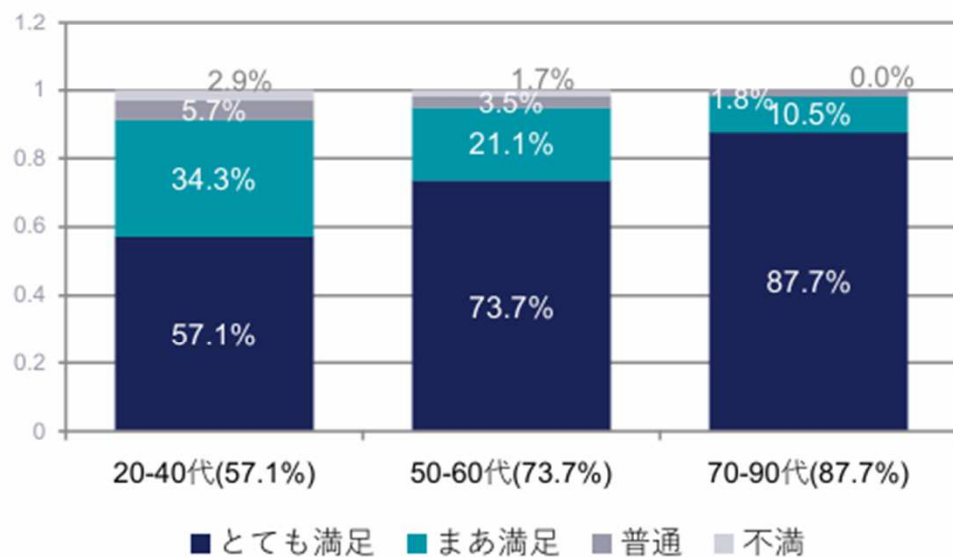
とても満足

不満を選択したうちの1人は「定期教室」の予約が取れない点を挙げていた。

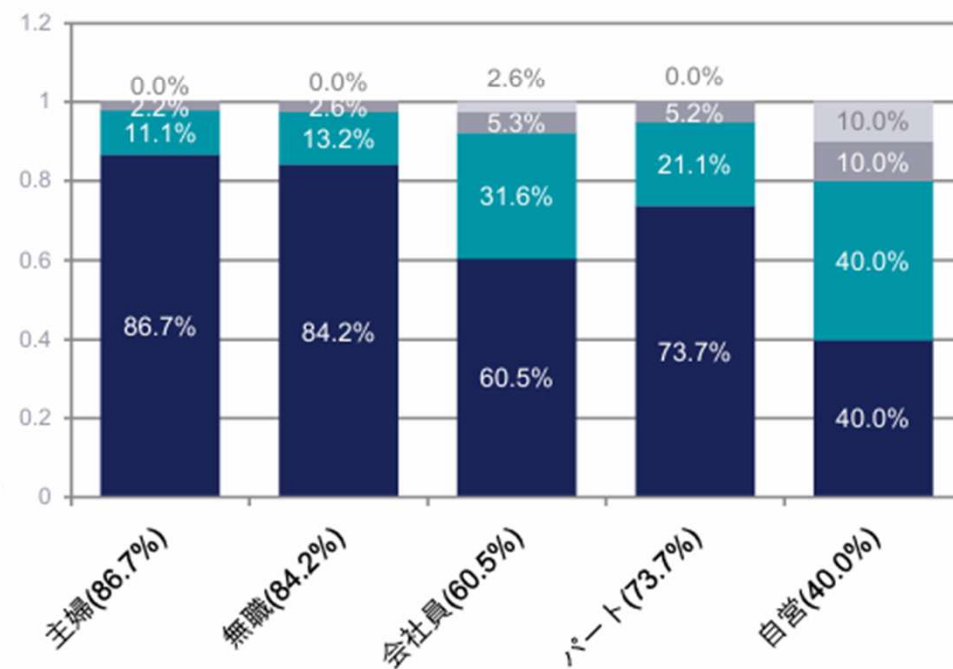
■ヘルスラボ・こまき来場者分析レポート

どの年代においても8割超が高評価

年代別満足度 (%)



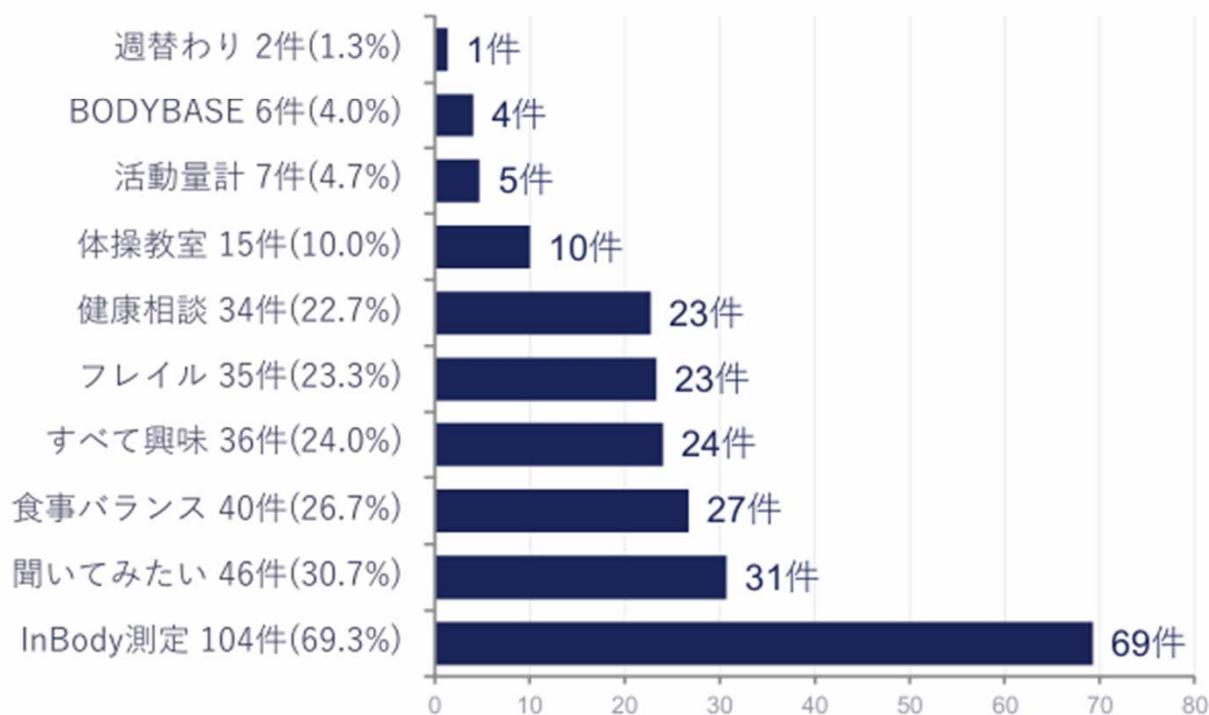
職業別満足度 (%)



■ヘルスラボ・こまき来場者分析レポート

InBodyを期待する声が多い（複数回答）

「自分の体を数値化して知る」ニーズに集中。



69.3% InBody測定

InBodyチャレンジ開催の影響もあり高評価

30.7% 聞いてみたい

初回来場者の情報ニーズ

23.3% フレイルチェック

70代・80代に特化

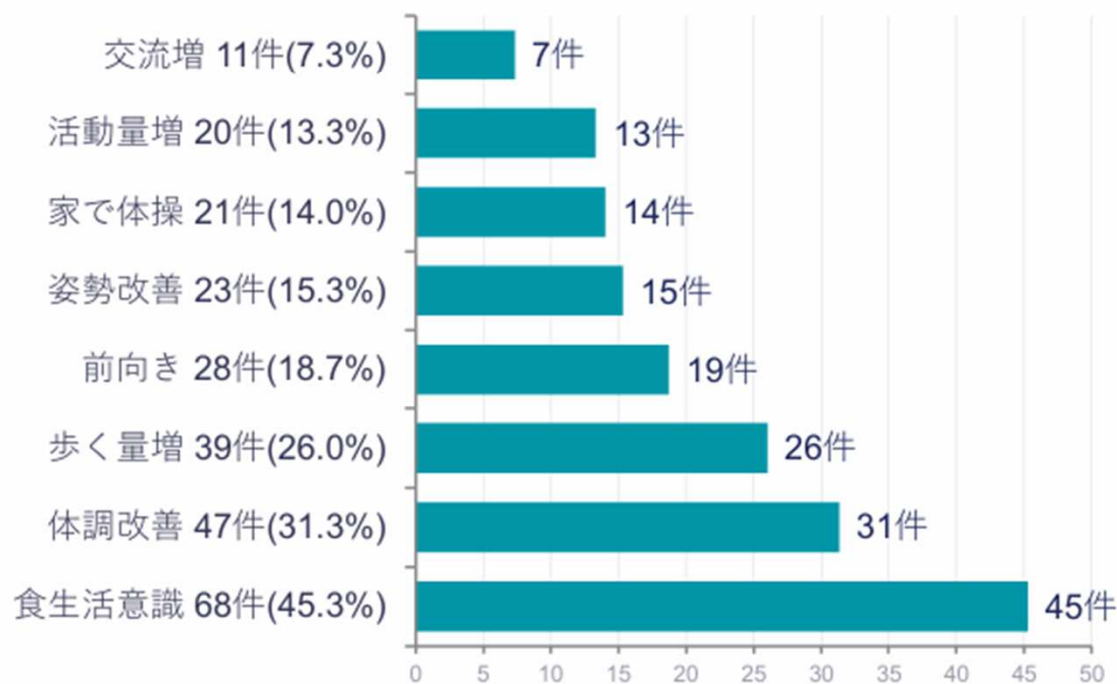
22.7% 健康相談

60代以上の女性に多い

■ヘルスラボ・こまき来場者分析レポート

利用者が実感した変化（複数回答）

「食生活の意識変化」45.3%が多く、1対1での対話から行動変容に繋がったと考えられる。体調改善31.3%、歩く量増加26.0%と行動変容を確認。



行動変容の成果

45.3%

食生活の意識変化

数値化 + 対話の両立

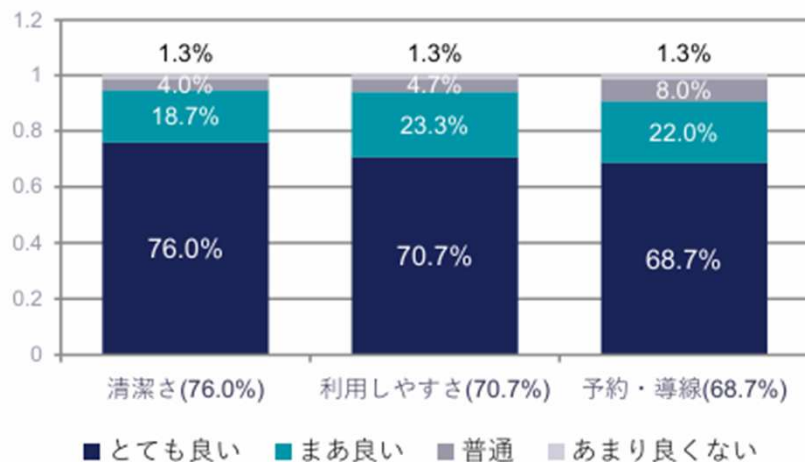
InBodyでの数値化と資格者からのアドバイスとの組合せが高満足度を実現。

■ヘルスラボ・こまき来場者分析レポート

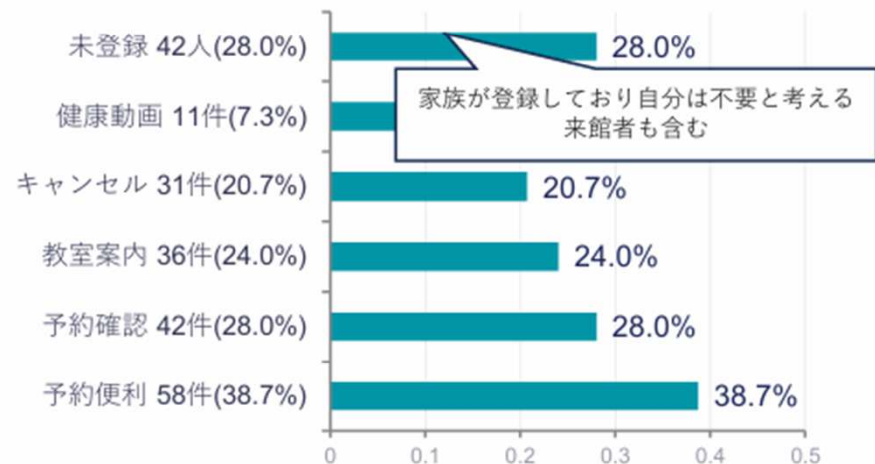
環境評価とLINE活用状況

環境項目すべてで「とても良い」7割超。LINE予約は現役世代に集中。未登録28%は高齢男性に多い。

施設環境評価 (%)



LINE活用状況 (%)



現役世代→LINE予約の「効率」、高齢層→スタッフ対応・近さの「安心感」で継続

■ヘルスラボ・こまき来場者分析レポート

まとめ

- InBody測定とチャレンジ企画が評価され、数値で自分の変化を確認できる仕組みが利用者の行動変容と継続意欲を支えた。
- 満足度94.7%、継続意向98.0%という高い評価の背景には、測定だけでなくスタッフ対応や専門職との相談といった対人サービスの質が大きく寄与している。
- 食生活の意識変化（45.3%）や体調改善（31.3%）が実際に生まれ、施設の価値と健康行動を促す効果が確認された。

■ヘルスラボ・こまき来場者分析レポート

今後に向けて

- ◆InBody測定を軸とした「数値化→対話→行動変容→数値で確認」のサイクル
- ◆忙しい現役世代が「効率的に通える」環境整備と仕掛けづくりが鍵
- ◆若年層向けの健康コンテンツ配信などを推進

- ◆継続利用者の増加に伴う「仲間づくり」の機能の強化。利用者が相互に支え合う仕組みを構築

令和8年度の運営について

- 地域展開と拠点機能の連動によるフレイル予防の強化
- 地域団体等の利用促進とコミュニティ機能の最大化
- 施設利用層の裾野拡大





ヘルスラボ・こまき コミュニティスペース はじめます

健康に関する活動で、ヘルスラボ・こまきの
コミュニティスペースが利用できます。

ボランティア同士の
交流

市民向けの講座
の開催

健康情報の発信

利用できる方 市民の健康づくりに関する取組や支援を目的とした活動を行う個人や団体、企業
※個人は、市内に在住又は在勤する者。
※団体や企業は、市内に在住又は在勤する者で組織する団体、もしくは、主たる事務所が市内にあるもの

利用方法 コミュニティスペース利用規約をご覧ください。

申込み・問合せ

ヘルスラボ・こまき

電子メールまたは申請書を直接ヘルスラボ・こまきに持参してください。
【開館】 10:00 【閉館】 18:00 【休館】 毎月第3火曜日とその前日の月曜日
〒485-0041 小牧市小牧三丁目555番地ラジオ5階
✉ komaki_labo@avivo.co.jp
☎ 0568-39-5566

小牧市HP ▶
詳細の確認・申請書の取得は
こちらから





4月1日予約開始!

こまきおでかけ 元気教室

※こちらは団体でのご利用のみ受付しております

①栄養コース

③測定のみコースに、体験型栄養教育システムを加えたコースです
楽しみながら食事のポイントを学べます

②運動コース

③測定のみコースに、簡単な全身運動を加えたコースです
無理なく体を動かす習慣づくりをサポートします

③測定のみコース

血圧測定・体組成測定・簡単体操の3つを体験できるプログラムです
今の状態を知ることから健康づくりを始めましょう

【利用申し込み対象】

ヘルスラボ・こまきまでの送迎や付き添いができる、市内の

- ①小規模多機能型居宅介護事業所
- ②高齢者サロンや老人クラブ等の団体

【参加可能な方と定員】

- ①小規模多機能型居宅介護事業所：要支援認定程度の方【定員 5名】
- ②高齢者サロンや老人クラブ等の団体：おおむね65歳以上の方【定員 10名】

※付き添いの方（事業所職員、ボランティア等）は定員に含みません。（付き添いは2名まで）

お申し込み方法

お申し込みはLINEもしくはお電話、ラボ受付にて受け付けております。

〒485-0041
小牧市小牧三丁目555番地 ラジオ5階 ☎ 0568-39-5566

代表者の方1名で
お申し込みください



ヘルスラボ・こまき × AVIVO

フレイルチェック事業の課題と今後の方向性

現状と課題

- 令和7年度参加者数 185名（当初計画に対し伸びが不十分）
- 認知層は受検済み→新規の伸びしろが限定的
- 「フレイルチェック」という名称では自分事と感しない層
- 60歳以上・予約制・来館の3条件がハードルを高くしている

検討事項

名称・対象年齢・実施方法（予約なし、イベントでの簡易実施等）などの見直しについて