

スマホを置いてココロと向き合う

～デジタルデトックスイベントのご提案～

DIGITAL DETOX EVENT PROPOSAL



4班 片岡出版社

片岡出版社

近畿大学経済学部片岡ゼミの生徒たちで構成されたチーム！
はたしてコンペ初参加で堂々とした発表ができるのか…!?

メンバー紹介



中村真子
京都府出身

杉浦圭亮
大阪府出身

上原慎太郎
沖縄県出身

島本稜大
和歌山県出身

浅野萌花
福井県出身

伊藤拓真
福岡県出身

岡本航汰
大阪府出身

目次

- おおい町の特徴
- デジタルデトックスイベントのご提案
- スマホ依存症への問題提起
- プロジェクト概要
 1. スケジュール
 2. 実施体制
 3. 概算費用
 4. 効果



Let's Presentation!!

おいしい町の特徴

1 自然資源

2 文化資源

3 アクセス



2024年3月16日 北陸新幹線開業

私たちが提案するのは おおい町の豊かな自然を存分に活かした デジタルデトックスイベント

ターゲット：関西圏の大学生

1. おおい町への観光リピーターになりうる
2. 自分を改めて見つめ直す時期（就職活動、移住）



デジタルデトックスとは

What is a digital detox?

情報が溢れる現代社会で あえてデジタル機器と距離を置く取り組み

心身の健康向上

- 睡眠の質が改善
- ストレスからの解放
- 肩こり・頭痛が軽減

生活の質の向上

- 有意義な時間が増加
- 体験の価値を再発見
- 人間関係が広がる

生産性の向上

- 仕事の質が向上
- 集中力が高まる
- 創造力が豊かに

スマホ依存症の増加

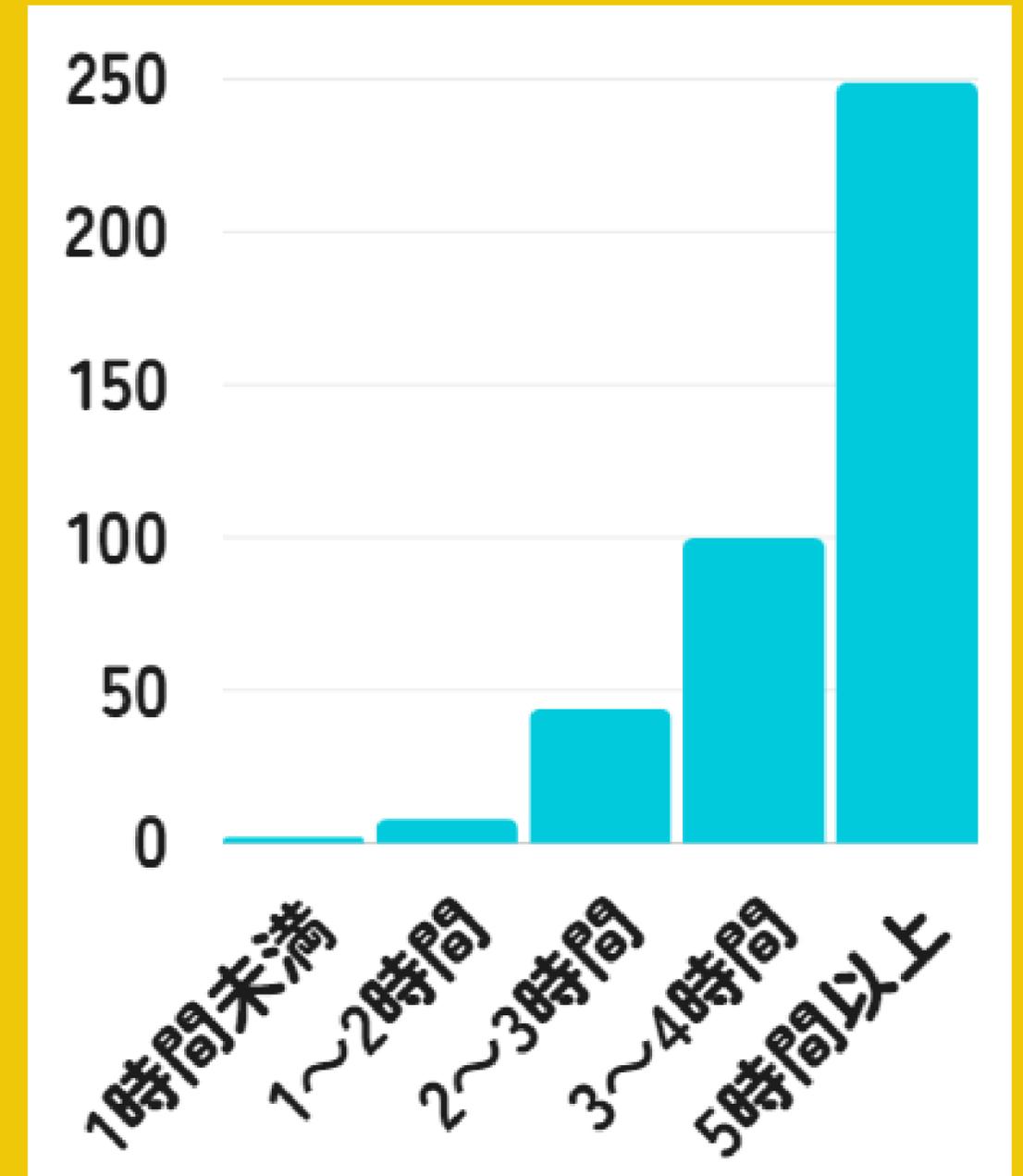
INTRODUCTION

「スマホ依存症」は、常にスマートフォンを確認・操作していないと不安になる状態。

近年、スマホの使用時間が増加。
1日の大半をスマホに費やすことが社会問題。



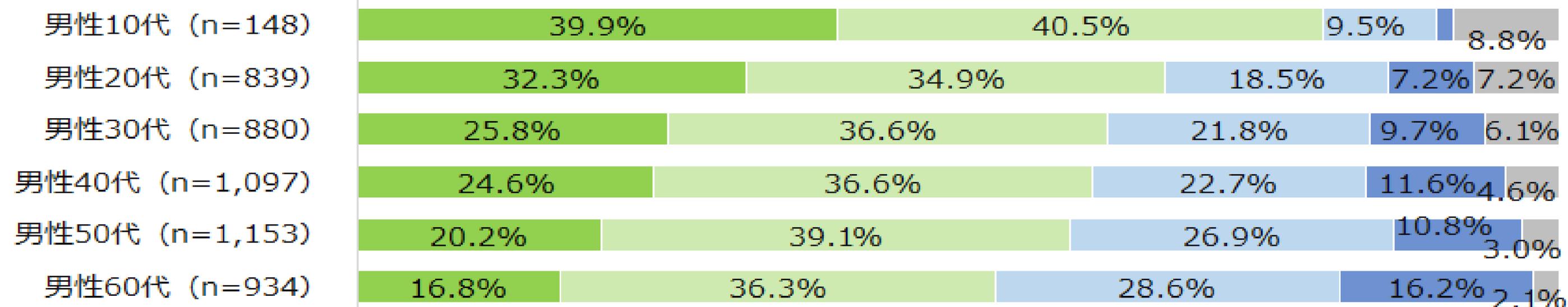
1日あたりのインターネット
平均利用時間 (n=403)



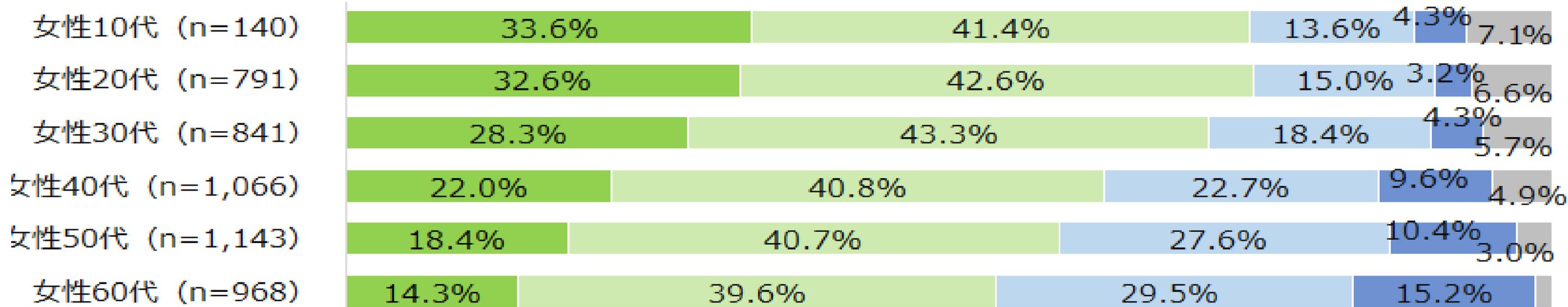
(2024年10月9日～2024年10月15日に
独自で行ったアンケート調査より)

年代別スマホ依存症割合

男性



女性



■ かなり依存している ■ やや依存している ■ あまり依存していない ■ 依存していない ■ わからない

MMD研究所調べ

おいしい町
デジタルデトックス
2025
スマホを置いてココロと向き合う

第1弾

実施期間 2025年〇月〇日～〇月〇日
参加費 1,500円/1人
定員 最大30名様
お申込み 前日までにご予約ください。

詳細はこちらから/
公式Instagram

デジタルデトックス イベントのご提案

君たちはスマホなしでどう過ごすか？

イベント中のスクリーンタイムの短さを競う
使用時間が短いほど高評価

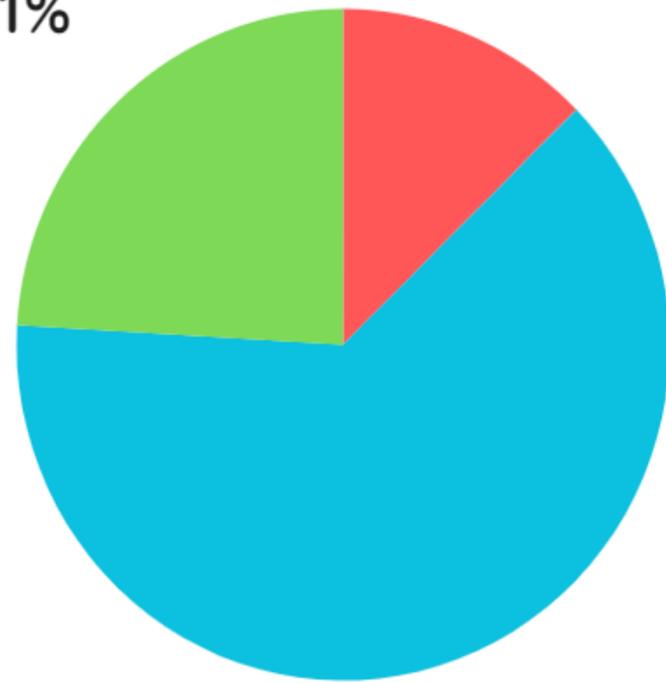
独自アンケート結果1 (n = 403)

Original Survey

デジタルデトックスやってみたいか

すでにしたことがある
12.7%

したくない
24.1%



してみたい
63.3%

旅行先で利用するアプリ

SNS (Instagram, X等)

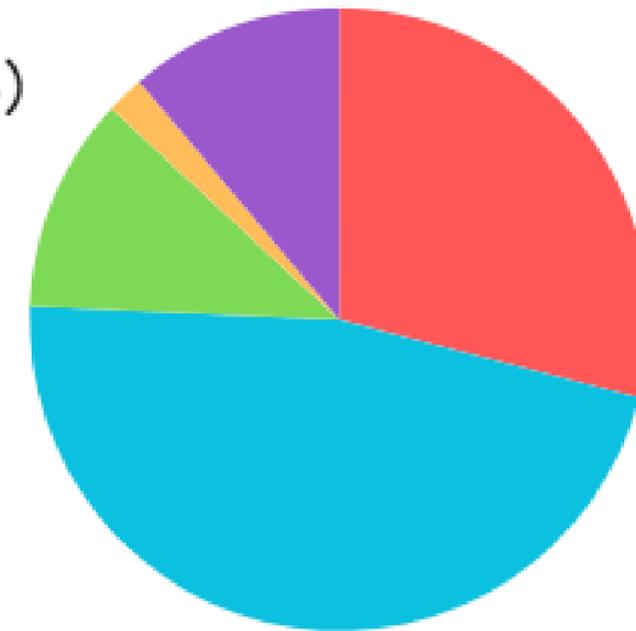
11.2%

連絡 (LINE等含む)

29%

写真 (撮影)

11.2%



地図アプリ
46.7%

カメラをアナログ製品に代替！

スマホが無くても写真が撮りたい！



参加チームに写ルンですを配布



運営チームが後日データを
現像&スマホ転送してプレ
ゼント！

マップをアナログ製品に代替！

マップが無いと情報収集できない！



愛情いっぱい万能リーフレットを配布

イベント対象の大学生に
認知してもらう為に

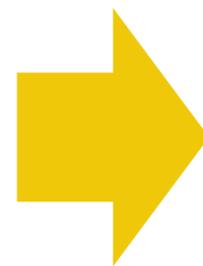
リーフレットを関西の大学に設置！



防災要素 重ねて完成！簡易防災マップ

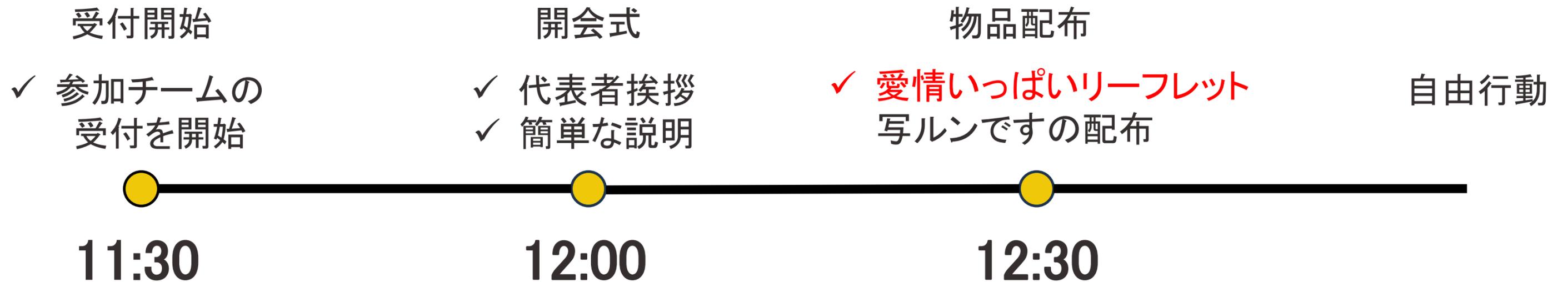
リーフレット内側のマップ部分を
折り返してクリアファイルを**重ねると**、
最寄りの避難場所が一目瞭然！

イメージ例
万博記念公園で販売されているクリアファイル



イベントスケジュール

1日目



2日目



イベント参加特典

優秀チーム

デジタルデトックス賞

スマホ使用時間が少ない上位3チームに、おおい町の特産品を贈呈。

ベストショット賞

写ルンですで撮影した写真から1枚選び、イベント運営チームに送付。後日最優秀チームにおおい町の特産品を贈呈。

参加者全員

宿泊費補助

アンケート結果をもとに、宿泊費の懸念点を解消。宿泊施設と連携し、補助金制度を導入。

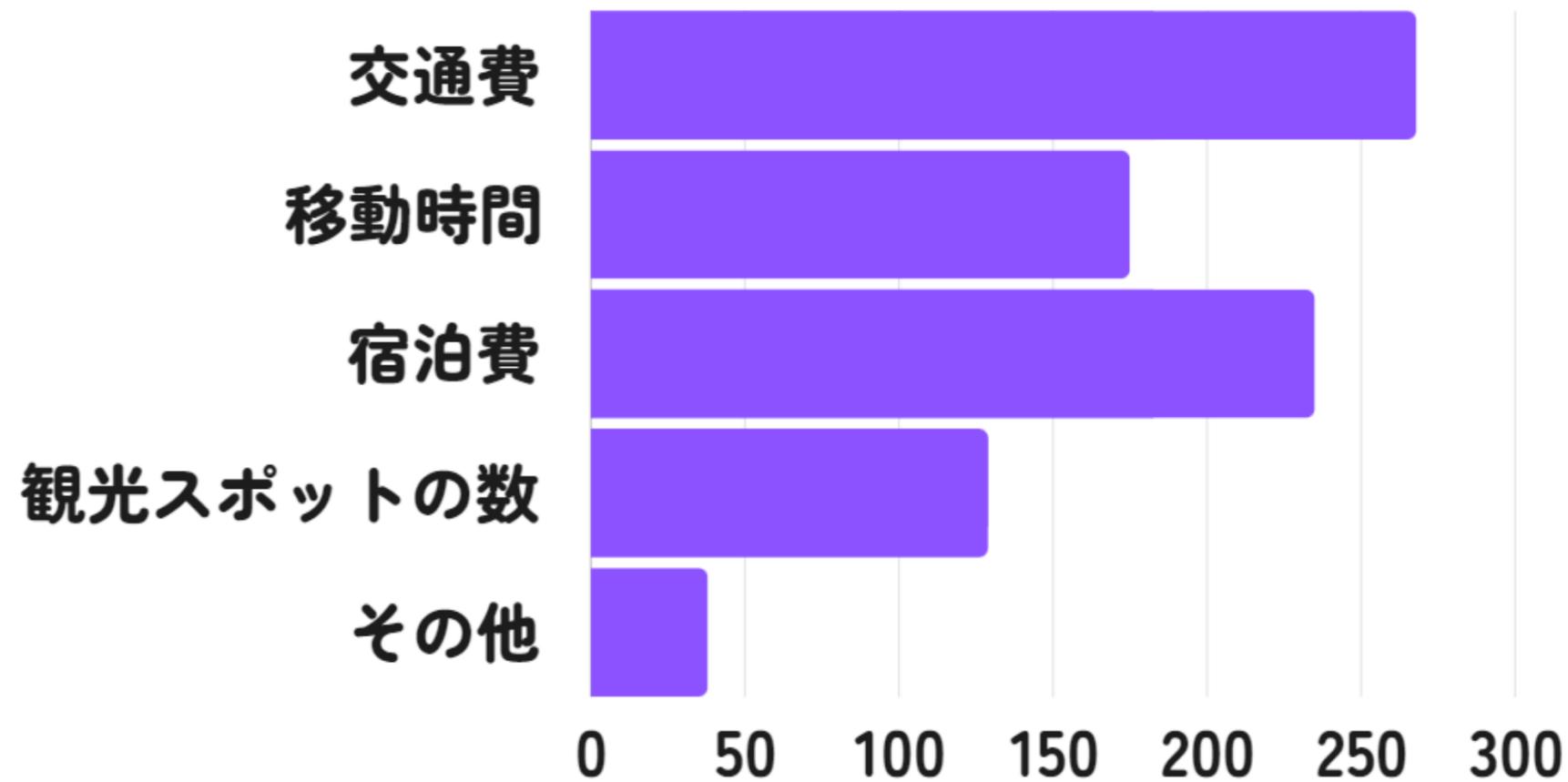
写ルンです現像

写ルンですのデータを**現像**、**スマホ転送**してプレゼント

独自アンケートの結果2

Original Survey

学生の郊外旅行の懸念点 (n = 403)



広報について

大学生協にチラシを設置要請

関西の大学にイベント宣伝チラシを設置！



インスタグラムの開設

おおい町のイベントやおすすめスポットを宣伝するためのインスタグラムアカウントを開設！



Instagram投稿イメージ

GUEST HOUSE

名田庄



ゲストハウス よざえもん

RECOMMENDED SPOT

名田庄



一軒貸しのゲストハウス

築100年の古民家をリノベーション！

■ 料金：基本料金18,000円（1泊2日 1-4人）
5人より3,000円/人追加

📍 福井県大飯郡おおい町名田庄納田終57-4

☎ 090-2122-9393

実施体制

運営側が用意するもの

- 写ルンです 17個
(配布用15個、予備2個)
- 自作リーフレット
- 防災クリアファイル
- 参加者名簿
- 名札(イベント参加者用)
- イベント副賞
- 開会、閉会式、懇親会場
- 懇親会飲食物

イベント当日必要人員(スタッフ)

運営スタッフ7~10名程度

- 参加者管理 2名
(名簿作成、出欠管理等)
- 物品の配布 2名
(リーフレット、写ルンです、
名札の配布)
- 緊急時対応
上記4名 + 3名~

収支予算書

□ 行事等の名称

おおい町デジタルデトックスイベント

□ 主催者等名称

片岡出版社

1. 収入の部

費目	内訳	金額(円)
補助金		300,000
イベント参加費	1,500円 × 40名	60,000
合計		360,000

2. 支出の部

費目	内訳	金額(円)
イベント会場費用	10000円+5000円	15,000
リーフレット作成費用	100枚	13,000
写ルンです購入費用	1,980円 × 17個	33,660
写ルンですの現像費用	1,830円 × 15個	27,450
クリアファイル作成費用	50部	12,500
配布用チラシ作成費用	100枚	10,000
イベント副賞費用	10,000円相当2個 5,000円相当2個	30,000
広告宣伝費用		100,000
宿泊費補助費用	5,000円 × 10チーム	50,000
懇親会飲食費用	4,000円 × 10チーム	40,000
郵送費		4,620
人件費		0
合計		336,230

備考:不足が生じた場合、適宜対応するものとする。

デジタルデトックスイベントの効果

おい町への効果 & 観光客への効果

短期的

地元産業への
経済効果

認知度UP

費用削減

ストレス解消
リラックス

長期的

Iターン
移住促進

心身の
健康改善

参考文献

- <https://www.kitamura-print.com/column/special/film/utsurundesu/>
- <https://search.app/C23qr3e1ZUkTCaxb9>
- <https://rocketprint.jp/commodity/leaflet/>
- <https://see-sea.co.jp/hp/wp-content/uploads/2024/06/%E3%82%A2%E3%83%88%E3%83%AA%E3%82%A6%E3%83%A0%E3%81%BE%E3%81%A8%E3%82%81.pdf>
- https://mmdlabo.jp/investigation/detail_2358.html

ご清聴ありがとうございました

