

第9回 ICTを活用したフレイル予防研究会 開催報告書

「ICTを活用したフレイル予防研究会」は、ICTの効果的な活用を通じたフレイル予防・デジタルデバйд解消の推進を目的として設立されました。本研究会は、高齢者支援の取組にICTを効果的に活用するための好事例やノウハウ共有および自治体職員様同士の情報交換・交流機会の提供を行っています。

研究会の第9回目の開催報告を以下に記します。

1. 開催概要

主催: ICTを活用したフレイル予防研究会事務局(エーテンラボ株式会社内)

日時: 令和7年5月30日(金) 11:00~12:00

令和7年6月04日(水) 11:00~12:00 / 14:00~15:00

会場: オンライン(Zoom開催)

内容:

ガイダンス

特別講演 千葉大学 予防医学センター 近藤克則先生

「人とのつながりで健康まちづくり-ネットやアプリの可能性-」

事務局からのお知らせ

ICTを活用したフレイル予防事業のご案内

参加費: 無料

参加者: 高齢福祉や健康の取組に関わる全国181の自治体担当者

※研究会の累計参加自治体・所管課数は、957(令和7年6月4日時点)

※録画配信の参加者含む

2. 各部の概要

2.1. 第一部 講演

詳細は「発表資料(千葉大学 予防医学センター 近藤克則先生)」をご参照ください。

<https://prevfrailty.super.site/208758a5271080a4a832dd7c336b44b8>

発表タイトル:『人とのつながりで健康まちづくり-ネットやアプリの可能性-』

発表者: 千葉大学 予防医学センター 近藤克則先生

参考:

- 近藤克則研究室ホームページ
<https://katsunorikondo.wixsite.com/labo>
- 日本老年学的評価研究(JAGES)
https://www.jages.net/about_jages/greeting/

2.2. 第二部 発表

詳細は「発表資料(エーテンラボ株式会社)」をご参照ください。

<https://prevfrailty.super.site/208758a527108073a679ef5408112c49>

テーマ: 自治体様向けICTを活用したフレイル予防事業のご紹介

発表者: ICTを活用したフレイル予防研究会事務局(エーテンラボ株式会社内)

おわりに

当研究会では、今後も継続してICT事業に取り組む自治体様にとって有益な情報や機会を提供していきます。

＜お問合せ先＞

ICTを活用したフレイル予防研究会 / 担当: 渋谷(事務局長)

TEL: 03-5422-8396(代表) ※お電話口で担当: 渋谷・高瀬をお呼び出してください。

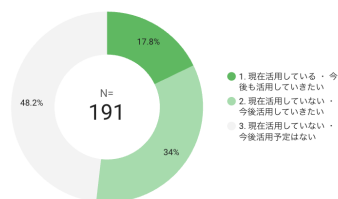
FAX: 050-3737-9242 / Email: minchalle.prev.frailty@a10lab.com

HP : <https://prevfrailty.super.site/>

（参考資料1:高齢者支援事業におけるICT活用状況の調査報告）

第9回研究会開催に際し、全国自治体を対象に自治体の高齢者支援事業におけるICT活用状況を調査した。自治体からのアンケート回答により以下が明らかになった。

3. 高齢者支援におけるICTの活用についてお伺いします。



（文字が小さいため、拡大してご覧ください。）

4. 現在実施している、もしくは実施を検討しているICTを活用した高齢者支援の取組内容を具体的にお答えください。

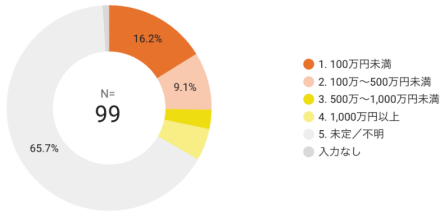
高齢者スマホ教室
高齢者の教室での連絡体制や周知情報等。
高齢者が在宅でもできる体操の定時配信
電子申請システムを活用した高齢者の質問票の回収を検討している
通いの場マップアプリ作成
通いの場に行くときポイントが貯められる。
通いの場に対して、デジタル機器を用いたオンライン配信等での体操の手引きの普及 など
認知症予防に有効とされるコンテンツが含まれるICTツールの提供
自立支援型ケアマネジメント 介護予防事業評価
緊急通報装置貸与事業、認知症徘徊探知機貸与
県が提供するスマートフォンアプリを活用した未病状態の測定や体操教室等の効果測定
海ニャンさんぽ（かいんぽ）：40歳以上の市民を対象に、スマホアプリを使って、脳や身体にいいことをして楽しくポイントを貯めて、貯まったポイントを店舗での利用やPayPayポイントに交換できるといった健康ポイント事業を実施。
月1回町内に在る総合病院と各地区公民館、地域包括支援センターをweb会議でつなぎ、医師や専門職による健康講話を実施。
教室受付の電子申請化
後期高齢者質問票によるフレイル状態の把握をICTを用いて行う
後期高齢者被保険者対象（75歳～76歳）に対する筋力アップの為の自宅を取り組む運動を小人数Gで実施。理学療法士（ボディビルダー）の運動指導をスマホやタブレットを使用し実践する。
市町や地域包括支援センター等支援者の後方支援が業務のため、県内で参考になる取組の情報収集をしたい。生活支援コーディネーターが関わっている事例があれば研修等で活用したい。
市の独自の歩数アプリを使用中
多職種連携ICTツールの利用（在宅医療・介護に携わる高齢者の支援者のネットワーク）
地域資源の少ないもしくは人員が足りない箇所に対してオンラインで運動教室を行いたい
国立長寿医療研究センター開発の認知症、フレイル予防活動の自主運営化 県デジタルヘルスプロジェクトの協力
各種支援（助成券等）の電子化
区住人に健康づくりの情報提供
健康管理アプリの実証実験（終了） フレイルリスク検知システムの研究
健康管理アプリの利用を勧めている
健康アプリの活用、PHRに基づく指導
健康アプリ

保健事業に関するアンケートの回答
体力測定データの収集、分析 健康アプリの普及啓発（主管部署ではないため、協力できずすみません。）
介護予防手帳
介護予防ケアマネジメントのアセスメントとプラン作成にICT化を進めている
今年度、通いの場の参加者の情報をQRコードで読み込んで情報収集をし、データに基づく介護予防事業評価ができるようにしていく。
一般介護予防事業を実施する中で、自宅での活動量を増加させるために公式LINEによる『フレイル予防』の情報発信を行う予定。
・オンライン運動教室実施 65歳以上の市民を対象に実施している運動教室をオンライン配信し、市内公民館でリモート会場として実施。（ふらっと運動体験及びリモート運動体験） ・米子市フレイル予防アプリ導入。 ・スマホ講座実施 フレイル予防...
・65歳以上の住民を対象にした健康づくり、介護予防事業（教室や活動共有）の実施。 ・自身のフレイル状態や健康状態を知り、取り組みができる意識づくり
・65歳以上の住民にウォーキングアプリを提供し、地域通賃を獲得できるようにする。グループでの参加や距離数等の競い合いのような楽しめる要素を盛り込みたい。付随して、血圧測定等の健康管理や安否確認の機能も検討している。 ・通いの場...
モバイル端末を使用した通いの場参加状況の把握
ポイント事業
フレイル予防＋高齢者見守り事業
フレイル予防啓発講座のオンデマンド配信を行った
フレイル予防と健康づくりを含めた健康ポイント事業の実施のため、アプリ導入を検討中
ハイリスク対象者にかんたん1日栄養チェックを実施。インターネット申請による支援日時の調整の実施。
デジタルサポーターによる通いの場でのスマホ教室
タブレットを活用し地域の通いの場をサポート（運動支援、脳トレ等）
タブレットを利用した自宅等での介護予防
タブレットを利用した参加者情報の分析 スマートフォン教室
スマートフォン教室の実施
スマートフォン教室、健康アプリ
スマートフォンで参加できる健康づくり事業（まっさき健康ポイント）
スマホ講座の実施（社協・シルバー人材センター）
ケアマネジメント業務での評価アセスメント、動画撮影、プランニング
オンライン講座の活用
オンライン体操教室等

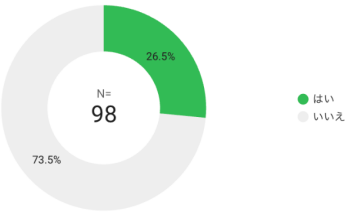
オンライン体操、オンラインサロン
オンラインを活用した通いの場などでの多世代交流なども考えたいが、通信環境の課題が大きく、展開が困難な状況
オンラインでの介護予防教室
オレンジセーフティネットや、どこシル伝言板を活用し、行方不明高齢者等の捜索を実施している。
オムロンのアセスメント支援ツール
エーザイの脳のうを利用した、脳機能チェック教室
ウォーキングポイント 市に在住、在勤、在学の方が参加でき、1日のウォーキング歩数が6,000歩以上で毎日3ポイント(ちばシティポイント)が、健康づくり宣言(アンケート回答)により、3か月ごとに100ポイントが付与される。
ウォーキングアプリ
アプリ
みんなチャレ
ictを活用したmci予防
R5.6年度とオンライン体操教室を開催してきたが、参加者やボランティアからは対面での開催を望む声が大きくあまり反響がよくなかったため、R7年度は開催していない。今後は通いの場のレク等で動画に合わせて体操を行う等ICTの内容を取り入れ、ICTかわかりませんが、クラウドサービスである歩行分析などを利用し、健康チェック 健康づくりアプリで運動の自主活動をポイント化や塩分チェック結果をアプリで回答など
ICT タブレットを活用したmci予防
65歳以上の要介護認定を受けていない住民を対象としたスマホ教室
65歳以上の方むけのICTツールの提供
65歳以上の市民を対象に、「コグニボール」やオンラインによる「通いの場アプリ」を活用した認知症予防事業実施（ちたコグニ倶楽部）

<5、6は現在実施している、もしくは実施を検討しているICTを活用した高齢者支援の取組についての設問>

5. 取組予算について、お答えください。



6. 財源について、国または都道府県の補助金を活用していますか（する予定ですか）？

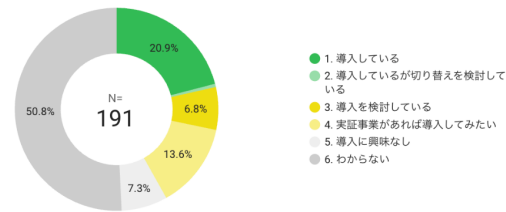


設問6の具体的な補助金名をお答えください。

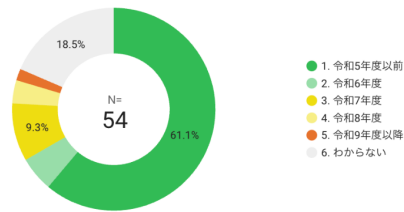
高齢介護課で補助金申請を行っている。
特別調整交付金
検討中
東京都オンライン補助金
新しい地方経済・生活環境創生交付金
奈良県デジタルバйд対策事業費補助金
地域支援事業費
地域支援事業交付金
地域支援事業
地域医療介護総合確保基金
国民健康保険
介護予防
一体的実施事業
一体的実施の交付金

<7、8は健康増進や高齢者支援施策についての設問>

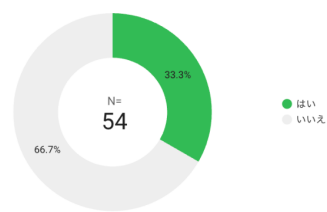
7. 現在スマートフォンアプリを導入していますか？



8. アプリを導入中または導入を検討している場合、事業開始年度をお答えください。



10. 現在実施している、もしくは来年度以降に実施を検討しているアプリ事業に、国または都道府県等の補助金を活用していますか（する予定ですか）？



設問10で活用している具体的な補助金名をお答えください。

高齢者一体化事業の補助金
高齢介護課で補助金申請を行っています。
特定健診国庫・県費負担金
特別交付税
東京都オンラインフレイル予防補助金
旧デジ電
国民健康保険
保険者努力支援交付金、大阪府国民健康保険保険給付費等交付金
デジタル田園都市事業補助金

(参考資料2:第9回研究会 開催事前アンケート)

[アンケート]

第9回ICTを活用したフレイル予防研究会 事前調査

～高齢者支援におけるICT活用状況の実態調査～

【ご回答にあたって】

- ・全ての質問において、自治体全体の方針ではなく、ご所属部署の取組内容に関してお答えください。
- ・調査結果については、ご回答頂いた地方公共団体が特定されない形で会員の皆様に共有いたします。
- ・原則WEBフォームでご回答をお願いいたします。(WEBフォームは、1ページ目記載のURLからご回答ください。)

お申込みとアンケートについて

お申込者様の個人情報の利用目的および第三者提供については、当研究会を運営する当社の「プライバシーポリシー」に記載しております。(https://a10lab.com/privacypolicy/)同意の上、お申し込みください。

1. 講演者である近藤先生にお話しいただきたい内容やご質問がございましたら、ご自由にご記載ください。

※ご要望やご質問は、近藤先生に事前に共有の上、可能な範囲でご講演内容の中に盛り込んでいただきます。先生に直接ご質問できる貴重な機会ですので、お悩みや小さな疑問等、ぜひお気軽にご記入ください。

2. 本研究会へのご協力についてお伺いします。

※本設問への回答を持って何かが決まることはございません。今後、ご協力の打診をさせていただく際に参考にいたします。

- ☐ 1. ICTを活用したフレイル予防の取組について、研究会で発表できる(時期等は要調整)。
- ☐ 2. ICTを活用したフレイル予防の取組について、事例掲載を前提とした運営からの取材を受けることができる。
- ☐ 3. 現時点では協力できない。

3. 高齢者支援におけるICTの活用についてお伺いします。

※フレイル予防や生きがいづくり、デジタルデバйд解消など事業の目的は問いません。

※ICT活用の例：スマートフォン教室、健康アプリの活用、オンライン体操教室等。

- ☐ 1. 現在活用している・今後も活用していきたい
- ☐ 2. 現在活用していない・今後活用していきたい
- ☐ 3. 現在活用していない・今後活用予定はない

4. 現在実施している、もしくは実施を検討しているICTを活用した高齢者支援の取組内容を具体的にお答えください。

--

- ☐ 1. 100万円未満
☐ 2. 100万～500万円未満
☐ 3. 500万～1,000万円未満
☐ 4. 1,000万円以上
☐ 5. 未定／不明

6. 現在実施している、もしくは実施を検討しているICTを活用した高齢者支援の取組の財源について、国または都道府県の補助金を活用していますか(する予定ですか)? その場合は具体的な補助金名をお答えください。

- ☐ 1. はい（補助金名： ） ☐ 2. いいえ

<設問7以降は、所属部署ではなく貴自治体についてご回答ください>

7. 健康増進や高齢者支援施策にて、現在スマートフォンアプリを導入していますか？

- ☐ 1. 導入している
- ☐ 2. 導入しているが切り替えを検討している
- ☐ 3. 導入を検討している
- ☐ 4. 実証事業があれば導入してみたい
- ☐ 5. 導入に興味なし
- ☐ 6. わからない

～～設問8以降は、設問7で選択肢1～3を選択された方に伺います。それ以外の方はこちらで終了になります。～～

8. 健康増進や高齢者支援施策にて、アプリの導入を検討している、もしくはすでに導入している場合、事業開始年度をお答えください。(検討中の場合は予定で構いません。)

- ☐ 1. 令和5年度以前
- ☐ 2. 令和6年度
- ☐ 3. 令和7年度
- ☐ 4. 令和8年度

- ☐ 5. 令和9年度以降
- ☐ 6. わからない

9. 現在実施している、もしくは来年度以降に実施を検討しているアプリ事業の導入アプリ名や取組内容を具体的にお答えください。

--

10. 現在実施している、もしくは来年度以降に実施を検討しているアプリ事業に、国または都道府県等の補助金を活用していますか(する予定ですか)? 活用している場合は具体的な補助金名をお答えください。

- ☐ 1. はい（補助金名： ） ☐ 2. いいえ

アンケートは以上となります。ご回答ありがとうございました。