

報道関係者各位

2025年8月1日  
一般社団法人長井市コミュニティ協議会  
エーテンラボ株式会社

## 長井市コミュニティ協議会と習慣化アプリの「みんチャレ」が アプリを活用した地域コミュニティの形成事業をスタート スマホアプリを通したゆるいつながり醸成し、地域課題解決を支援

一般社団法人長井市コミュニティ協議会（山形県長井市 理事長：青木 與惣右エ門）と習慣化アプリ「みんチャレ®」を開発するエーテンラボ株式会社（東京都中央区 代表取締役：長坂 剛）は、山形県長井市の住民等を対象に9月2日より習慣化アプリ「みんチャレ」活用し、住民同士のコミュニティの形成や健康づくり、また高齢者のITリテラシーの向上を目的とする事業をスタートします。



### ■導入背景・目的

長井市コミュニティ協議会は、地域の持続可能な発展のため、魅力あるコミュニティづくりを推進することで、誰もが幸せに、安心していつまでも愛着のある地域で暮らせるまちづくりを目指しています。

一方、長井市の高齢化率は37%を超え、高齢者の独居世帯の増加率も急激に上昇しています。また人口減少など、高齢者だけでなく若い世代も含め地域コミュニティの希薄化や孤立・孤独等が喫緊の課題となっています。

そこで習慣化アプリ「みんチャレ」を導入し、住民や在勤・在学者など長井市にゆかりのある人同士をつなぎます。アプリを通したゆるいつながり醸成することで、ピアサポート（※1）の効果が生まれ、コミュニティ形成を促進します。環境を選ばず自分のペースで参加できるため、多くの世代での活用が可能で世代間交流も実現できます。

また、アプリの機能によって歩数を報告しあうことにより、運動が習慣化する効果もあります。さらに高齢者には「みんチャレ」をきっかけに毎日スマホを利用する機会の創出にもなるため、社会参加や運動習慣だけでなくITリテラシーの向上にも寄与します。

デジタル活用に不安を抱える高齢者には、開始時に講座を実施し、理解を深め「楽しい」と感じられるところまでをサポートします。また、サポートコールセンターも設置するため安心して継続できる環境をバックアップします。

※1 ピアサポート：仲間同士の助け合い

## ■事業の概要

みんなチャレアプリ内の長井市専用ページ「ながいチャレンジ」にて、長井市在住・在勤・在学者など長井市にゆかりのある人でチームを組み、チームの仲間同士で楽しくコミュニケーションをとりながら歩数を報告し、健康習慣に取り組みます。

使い方講座は9月より開催、12月には参加者同士の交流会も予定しています。

- ◇ 事業開始日：令和7年9月2日（火）
- ◇ 対象者：長井市在住・在勤・在学者など長井市にゆかりのある人
- ◇ 内容：①アプリの使い方講座を実施（1講座30名定員、1人あたり2回を1セット）  
②チラシ・HPなどからアプリをインストールし、長井市専用ページに参加（講座に参加せず利用開始が可能です）
- ◇ 講座詳細：①9月2日（火）10:00-11:30、9月9日（火）10:00-11:30  
②9月2日（火）13:30-15:00、9月9日（火）13:30-15:00  
場所：旧長井小学校第一校舎（山形県長井市まもの上5-3）
- ◇ 講座申込：一般社団法人長井市コミュニティ協議会 Tel.0238-88-7671
- ◇ 費用：無料
- ◇ 事業詳細：<https://nagai-community.com/news/239/>

## ■「みんなチャレ」について

・5人で励まし合いながら楽しく続けるデジタル・ピアサポートアプリ

みんなチャレは勉強・ダイエット・運動など同じ目標を持った匿名の5人でチームを作り、チャットに報告して励まし合うことで楽しく習慣化に取り組むことができるアプリです。



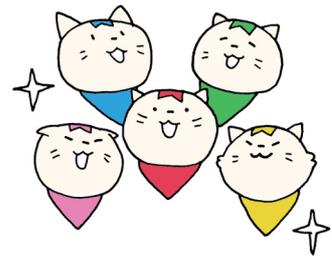
- ① 1人でがんばり  
続けるのはたいへん...



- ② 同じ目標を持つ  
5人1組のチームに参加!



- ③ 食事や歩数を  
チームに写真で報告!



- ④ いい習慣で毎日が  
楽しくなる

・Google Play ベストアプリに3度選出

### <アプリ概要>

- ・タイトル：みんなチャレ
- ・利用料：月額プラン 500円/月 年間プラン 4,700円/年
- ・配信日：2015年11月6日
- ・公式サイト：<https://minchalle.com/>
- ・公式ブログ：<https://minchalle.com/blog/>

## ■「みんチャレ」自治体事業について

- ・自治体事業実績は全国 46 件（2025 年 7 月現在）
- ・健康づくり（健康維持・増進事業）、高齢福祉（フレイル予防／デジタルデバйд解消事業）、成人保健（生活習慣病重症化予防事業）など様々な分野で実績あり
- ・東京都府中市とのフレイル予防事業で「第 10 回健康寿命をのばそう！アワード」介護予防・高齢者生活支援分野の厚生労働省 老健局長 優良賞 自治体部門を受賞
- ・厚生労働省 令和 5 年版厚生労働白書 コラムに事例掲載  
<https://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/kousei/22/dl/1-03.pdf#page=41>
- ・内閣府 令和 7 年版高齢社会白書 トピックスに事例掲載  
[https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2025/zenbun/pdf/1s3s\\_07.pdf](https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2025/zenbun/pdf/1s3s_07.pdf)

## ■問い合わせ先

- ・一般社団法人長井市コミュニティ協議会  
担当 高橋弘人  
TEL : 0238-88-7671 / mail : honbu@nagai-community.com
- ・エーテンラボ株式会社  
TEL : 03-5422-8396 / お問い合わせフォーム : <https://a10lab.com/contact/>  
広報担当 加藤真帆 070-4203-0045 / maho.kato@10lab.com  
自治体担当 猪口明子 070-8919-6860 / akiko.inoguchi@a10lab.com

## ■エーテンラボ株式会社

- ・設立 2016 年 12 月
- ・所在地 東京都中央区日本橋小舟町 8-13 天翔日本橋ビル 2 階
- ・電話番号 03-5422-8396
- ・HP <https://a10lab.com/>

\*みんチャレの名称・ロゴはエーテンラボ株式会社の登録商標です。