

報道関係者各位

2026年6月1日
エーテンラボ株式会社

山形県遊佐町と習慣化アプリの「みんなチャレ®」が
アプリを活用したシニア向け健康づくり事業をスタート
デジタルを通じた健康づくり・コミュニティ再生・シニアのICT活用を同時に推進



遊佐町
Yuza Town



あなたをつくる、習慣をつくる

みんなチャレ

山形県遊佐町

シニアの健康×デジデバ解消で
地域DX先進モデルの構築へ！



山形県遊佐町(町長:松永 裕美)と、習慣化アプリ「みんなチャレ」を開発・運営するエーテンラボ株式会社(本社:東京都中央区、代表取締役CEO:長坂 剛)は、65歳以上の町民を対象としたフレイル予防・健康づくり事業を本格始動します。

昨年度より実証事業をスタートした本事業では、「みんなチャレ」内に遊佐町専用ページ「ゆざまちチャレンジ」を開設。目指すのは吹雪などの悪天候や環境に左右されず、誰ひとり孤立させない持続可能な支え合いのしくみです。デジタル上に住民同士の「ゆるいつながり」を生み出すことで、冬場や地域コミュニティの減少に伴うフレイル(虚弱)を予防します。

さらに、シニア層がアプリを楽しみながら自然とスマートフォンを使いこなせるよう支援し、災害や安全情報のセーフティネット強化と、シニアのエンパワーメントを同時に達成する「地方自治体DXの新たな先進モデル」の構築を目指します。

■導入背景・目的

1. 高い高齢化率と冬場のコミュニティ維持

遊佐町の高齢化率(65歳以上の割合)は45.7%(令和6年10月1日時点)と山形県内でも高い水準にあり、健康寿命の延伸が喫緊の課題です。これまでも一般介護予防事業等を通じて地域での「通いの場」の創出に努め、現在は約50カ所まで回復しつつあります。しかし、高齢化や就労環境の変化に伴い集落単位での活動再開・維持が困難な地域もあり、さらに冬場の悪天候による外出自粛や交流休止も課題となっていました。

2. デジタルを「誰ひとり取り残さない」絆のツールへ、シニアのICT活用を推進

多様な分野でICT(情報通信技術)の活用が求められる昨今、遊佐町ではシニア世代のICTリテラシー向上を重要な方針としています。スマートフォンへの苦手意識を克服することは、日常の利便性向上にとどまらず、災害情報や昨今相次ぐ熊の出没情報といった「命を守る防災・安全情報」を町からいち早く受け取るための重要なセーフティネットとなります。

■事業の概要

みんなチャレアプリ内の遊佐町専用ページ「ゆざまちチャレンジ」にて、65歳以上の高齢者同士がチームを組み、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介護予防に取り組みます。スマホに不慣れな高齢者には、使い方講座に参加いただくことで誰ひとり取り残さないデジタル化を実現します。

【事業開始】2026年6月1日～

【対象】65歳以上の遊佐町民

【実施内容】

1. アプリの使い方講座から参加
2. チラシ・HPなどからアプリをインストールし、遊佐町専用ページに参加

【講座概要】

- 2回連続講座
 - 月曜日コース1回目6/15 13時30分～15時、1回目6/29 13時30分～14時30分
 - 火曜日コース1回目6/16 10時～11時30分、1回目6/30 10時～11時
 - 場所:生涯学習センター
- 申込:遊佐町健康福祉課介護保険係 TEL 0234-28-8251
- 費用:無料

【事業詳細】<https://www.town.yuza.yamagata.jp/archive/p20260513150553>

■「みんなチャレ」主な機能について

- ・健康データ機能:歩数の自動計測や体重・睡眠時間などを記録しセルフマネジメントに活用可能
- ・チーム機能: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※1機能
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、ナッジ※2を
応用したしくみで楽しく習慣化を目指すことができる
- ・寄付機能:取り組みを続けることで貯まるアプリ内コインを全国の社会貢献プロジェクトに
寄付可能

※1ピアサポート:仲間同士の助け合い

※2ナッジ:経済的なインセンティブや行動の強制をせず、本人が無意識により方向へ行動変容を促す戦略・手法

【チーム機能概要】


4つのステップ



1

1人でがんばり続けるのは大変...



2

同じ目標の仲間同士、5人1組のチームに参加！



3

毎日の歩数や食事を、チームに写真で報告！



4

いい習慣で、毎日が楽しくなる♪

<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/>

■自治体事業について

- ・自治体事業実績は全国53件(2025年6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/デジタルデバインド解消事業)、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
- ・令和5年版厚生労働白書 第1部第3章「つながり・支え合い」のある地域共生社会の実現を目指してコラムに事例掲載 <https://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/kousei/22/dl/1-03.pdf#page=41>

■問い合わせ先

- ・遊佐町役場 健康福祉課 介護保険係
TEL: 0234-28-8251
- ・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@a10lab.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/>



* みんなチャレの名称・ロゴはエーテンラボ株式会社の登録商標です。