

習慣化アプリ「みんなチャレ®」が東京・港区に区専用ページを提供 高齢者専用アプリ「チャレンジみなと」として実証事業を開始

区内在住60歳以上のモニターを対象に、仲間と一緒に楽しく続ける介護予防事業をスタート

習慣化アプリ「みんなチャレ」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CEO:長坂剛)は、東京・港区(区長:武井 雅昭)に区専用ページを提供し、11月より高齢者専用アプリ「チャレンジみなと」として、みんなチャレを活用した介護予防事業のモニター利用を開始します。



■導入背景・目的

港区では、区民の誰もが、住み慣れた地域でいつまでもいきいきと元気で暮らしていけるよう、介護予防の取組を推進しています。

いきいきプラザなどの高齢者福祉施設に通わずとも、より手軽に、そして楽しみながら取り組める介護予防策として60歳以上の高齢者専用アプリ「チャレンジみなと」を導入します。

■事業の概要

港区専用ページ「チャレンジみなと」内にて、60歳以上の高齢者同士がチームを組み、アプリを通じて楽しくコミュニケーションしながら介護予防に取り組みます。

デジタル活用に不安を抱える高齢者が多くいることから、開始時に使い方講座を実施し、講座を通して「楽しい」と感じられるところまでをサポートします。利用中もサポートコールセンターを設けることで、不安や不明点を解決し、継続して取り組める環境を提供します。

仲間と楽しく励まし合いながら毎日アプリを使い、ウォーキングを意識する習慣が身につくため、自らの行動変容によりデジタルデバイドの解消やフレイル予防につながる事業です。

本事業は2023年11月より、社会福祉協議会のスマホ・タブレットマイスター及び、介護予防リーダー・サポーター等の区民ボランティアを対象にモニター利用を開始しています。

2023年度末までに効果測定を行い、2024年4月より60歳以上の港区民全員を対象とした本格実施を予定しています。

～お問い合わせ先～

エーテンラボ株式会社

広報担当 加藤 maho.kato@10lab.com /070-4203-0045

自治体担当 猪口 akiko.inoguchi@a10lab.com /070-8919-6860

- ・実証期間: 2023年11月～2024年1月
- ・効果測定: 2024年2月～3月
- ・本格実施: 2024年4月～

■関係者のコメント

参加者の中には、スマホに慣れていない方もいましたが、講師のサポートを受けて、講座で皆さんがやり方を習得していました。

知らない方同士ですが、和気あいあいと自己紹介を行うことで、仲間意識もできたようです。

その後の写真投稿では、他の人の投稿が励みになったという声もありました。

1人ではなく、チームで行うことが続ける理由になっている方もいました。

ぜひ多くの方に一歩踏み出して挑戦してもらい、楽しみながら介護予防に取り組んでいただきたいと思います。

■今後の展望

みんチャレを活用した高齢者支援事業は、令和3年度から先行導入した府中市を含め、現在36自治体が導入しています(今年度導入予定含む)。当社は、情報通信技術(ICT)を活用したフレイル予防やデジタルデバйд解消などの高齢者向け事業、また若年層も含めた健康づくり事業を支援し、超高齢社会の課題解決に貢献します。

■「みんチャレ フレイル予防／デジタルデバйд解消」について

みんチャレ フレイル予防では、地域の高齢者同士がアプリ上でつながり、フレイル予防行動や交流を継続する仕組みを提供します。利用開始時にみんチャレの使い方講座を実施することでデジタルデバйд解消に寄与します。自治体様の介護・フレイル予防事業やデジタルデバйд解消事業、高齢者の生きがいづくり事業に採用されています。

- ・サービスHP: <https://a10lab.com/service/healthcare/frail/>

■「みんチャレ」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(仲間)サポートアプリ

みんチャレは勉強・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。

<実績>

- ・ユーザー数120万人 *2022年12月現在の累計利用者数
- ・2020年 経済産業省主催「ジャパン・ヘルスケアビジネスコンテスト」で優秀賞・企業賞を受賞
- ・Google Playベストアプリに3度選出

～お問い合わせ先～

エーテンラボ株式会社

広報担当 加藤 maho.kato@10lab.com /070-4203-0045

自治体担当 猪口 akiko.inoguchi@a10lab.com /070-8919-6860



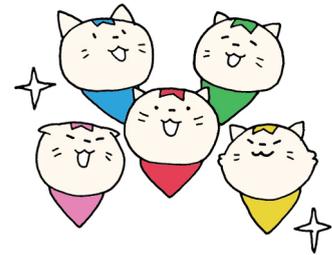
① 1人でがんばり
続けるのはたいへん...



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

<アプリ概要>

- ・タイトル : みるチャレ
- ・利用料 : 無料ユーザー 無料
プレミアムユーザー 1ヶ月プラン 500円/月
- ・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/>

■エーテンラボ株式会社

設 立 2016年12月
所 在 地 〒103-0027 東京都中央区日本橋二丁目1番17号丹生ビル2階
電 話 番 号 03-5422-8396
H P <https://a10lab.com/>

*みるチャレの名称・ロゴはエーテンラボ株式会社の登録商標です。

～お問い合わせ先～

エーテンラボ株式会社

広報担当 加藤 maho.kato@10lab.com /070-4203-0045

自治体担当 猪口 akiko.inoguchi@a10lab.com /070-8919-6860