

【静岡県内初※】

静岡市の高齢者向け介護予防事業「しずさんぽ」が 9 月 1 日スタート

～歩く・脳トレ・食事の記録や社会参加でポイントが貯まる！（習慣化やランキングボーナスも！）
ベスブラの「脳にいいアプリ×健康ポイントサービス」を提供／65 歳以上・先着 1,000 人～

株式会社ベスブラ（本社：東京都渋谷区、代表取締役：遠山陽介）が提供する自治体向け「脳にいいアプリ×健康ポイントサービス」が、静岡市の高齢者向け介護予防事業「しずさんぽ」に採用され、2026 年 9 月 1 日（火）より参加申込の受付が開始されます。当社の本サービスの導入は、静岡県内で初めてとなります※。



■ 静岡市の「しずさんぽ」

対象は静岡市内在住でスマートフォンをお持ちの 65 歳以上の方、2026 年度の募集は先着 1,000 人です。アプリ「脳にいいアプリ」を使い、歩く・脳トレ・食事の記録・イベント参加といった日々の健康づくりでポイントが貯まり、貯まったポイントは PayPay などの電子マネーに交換できます（1 ポイント＝1 円相当、年間最大 5,000 ポイント＝5,000 円分）。実施期間は 2027 年 3 月 31 日（水）までです。

期間中には「しずおか健康ランキング」など健康活動を楽しむ工夫や、対面や電話サポートなどでスマホ苦手層をケアする工夫も実施されます。

■ 「しずさんぽ」とは — 毎日の健康づくりや社会参加が、そのままポイントに

「しずさんぽ」は、静岡市が実施する高齢者向けの介護予防事業です。参加者は「脳にいいアプリ」をスマートフォンにインストールし、目標歩数の達成、アプリ内の脳トレ、食事のチェック、体重や体温の記録、指定イベントへの参加などに応じてポイントを獲得できます。

歩数や脳トレの目標値は、年代・性別に応じてアプリが自動で設定するため、一人ひとりが無理なく続けられる点が特長です。アプリの利用は無料です（通信費は利用者負担）。

■ 静岡市介護予防事業「しずさんぽ」事業概要

事業名	健康アプリを活用した高齢者の介護予防事業「しずさんぽ」
実施主体	静岡市（保健福祉長寿局 地域支え合い推進部 地域包括ケア推進課）
対象者	静岡市内に住民登録がある 65 歳以上で、スマートフォンをお持ちの方
募集人数	先着 1,000 人（2026 年度）
実施期間	2026 年 9 月 1 日（火）～ 2027 年 3 月 31 日（水）
申込受付開始	2026 年 9 月 1 日（火）10 時～
利用アプリ	脳にいいアプリ（iOS／Android・利用無料 ※通信費は利用者負担）
参加費	無料
年間交換上限	5,000 ポイント（1 ポイント＝1 円相当・年間最大 5,000 円分）
ポイント交換先	PayPay（100 ポイントから、10 ポイント単位） giftee Box SELECT（50・100・500・1,000 ポイント） ※giftee Box SELECT は「d ポイント」「au PAY ギフトカード」「WAON POINT e ギフト」に交換可能
ポイント有効期限	毎年度 3 月 31 日をもって失効予定
実施形態	静岡市が株式会社バスプラのスマートフォンアプリを活用して実施
市公式ページ	https://www.city.shizuoka.lg.jp/s4523/s013159.html

■ ポイントの貯め方

活動	付与ポイント
歩く （＋習慣化ボーナス）	1 日の目標歩数を達成：5 ポイント（1 日 1 回まで） ★週 5 日達成でさらに 5 ポイント／週 7 日達成でさらに 10 ポイント
脳トレ （＋習慣化ボーナス）	1 日の目標回数を達成：5 ポイント（1 日 1 回まで） 週 5 日達成でさらに 5 ポイント／週 7 日達成でさらに 10 ポイント
食べる	1 日の目標食事品目数を達成：5 ポイント（1 日 1 回まで）
アプリの利用	アプリ起動：1 ポイント（1 日 1 回まで）
かんたん健康管理	体重・体温などをいずれか 1 回登録：1 ポイント（1 日 1 回まで）
イベント参加	指定イベント会場で二次元コードを読み取り：30 ポイント（週 1 回まで）
登録ボーナス	新規登録時：100 ポイント
認知機能テスト	アプリ内の認知機能テストに回答：50 ポイント（年 2 回まで）

活動	付与ポイント
アンケート	アプリ配信のアンケートに回答：100 ポイント（年 1 回まで）
お友達紹介	紹介した方・された方の双方に 30 ポイント（年 6 人まで）

※歩数・脳トレの目標値は、年代・性別に応じてアプリが自動設定します。

■ 「しずおか健康ランキング」－ 15 人にボーナス 5,000 ポイント

参加期間中の健康づくりの取り組みをもとに、「しずおか健康ランキング」が実施されます。「アプリログイン率」「平均歩数増加率」「認知機能改善率」の 3 部門で評価し、一定の基準を満たした方の中から各部門 5 人・合計 15 人を抽選で選び、ボーナスポイント 5,000 ポイント（5,000 円分）が付与されます。

- 集計期間：アプリの利用開始日 ～ 2027 年 2 月 28 日
- 結果発表：2027 年 3 月中旬（当選者にアプリ内通知。受賞者のニックネームと年代を公表）
- ボーナス付与は 1 人につき 1 部門・1 回限り

■ スマートフォンが苦手な方も安心－ 対面・電話のサポート体制

高齢者の方が安心して参加できるよう、静岡市と当社が連携してサポート体制を整えています。

■ 脳にいいアプリサポートセンター（株式会社ベスプラ）

- 電話：03-6732-8568（平日 9 時～18 時）※2026 年 8 月 20 日（木）より受付開始
- メール：support@bspr.co.jp／アプリ内の「お問い合わせフォーム」からも受付

■ 静岡市によるサポート窓口（事前予約不要・9 月開設予定）

- 静岡庁舎（葵区追手町 5-1 新館 1 階）：9 月 3 日・10 日・17 日・24 日（各木曜）10 時～12 時
- 清水庁舎（清水区旭町 6-8 1 階）：9 月 8 日・15 日・29 日（各火曜）10 時～12 時

■ 団体・グループ向け出張相談会

- 10 人以上の参加が見込まれる団体・グループを対象に実施（講師料・交通費は無料、所要約 60 分）
- このほか、アプリのダウンロードや申込をサポートする説明会も開催予定（日時・場所は静岡市公式ページで案内）

■ ベスプラの「脳にいいアプリ×健康ポイントサービス」について



脳の健康維持アプリ

脳にいいアプリ



「脳にいいアプリ」は、脳科学の知見に基づく「運動（歩く）」「脳トレ」「食事」を軸に、中高齢者の脳と体の健康維持を支援するアプリです。歩数計を内蔵し、食事は品目をタップするだけで記録できるなど、スマートフォンに不慣れな方でも続けやすい設計としています。

自治体向けには、この健康習慣づくりに健康ポイントを組み合わせた「脳にいいアプリ×健康ポイントサービス」を提供しています。紙台帳で運用されてきた健康ポイント事業のデジタル化を短期間で実現し、職員の事務負担を軽減しながら、市民の行動変容と継続的な健康づくりを後押しします。

- 全国約 25 以上の自治体で採用、累計利用者は約 20 万人
- 東京都八王子市との共同分析では、利用者 1 人あたり年間約 21,209 円の医療費抑制効果、約 7,610 円

の介護費抑制効果を確認（傾向スコアマッチング・二重頑健推定により検証、国際学術誌『Brain and Behavior』に効果示唆を掲載）

- ポイントの獲得条件やポイント数、ポイント交換先は自治体ごとにカスタマイズが可能

■ 全国に広がっている ICT を活用した介護予防事業

株式会社ベスブラの「脳にいいアプリ×健康ポイントサービス」は、全国で 25 以上の自治体に導入されており、主に**自治体の介護予防ポイント、健康ポイント、ボランティアポイントのデジタル化に活用されており、ここ数年で急速に広がっております。**（導入自治体一部：東京都八王子市、東京都渋谷区、埼玉県越谷市、山形県寒河江市、群馬県太田市、愛媛県松山市、高知県南国市、宮崎県都農町、鹿児島県大和村、神奈川県伊勢原市、広島県廿日市市、広島県三原市、栃木県矢板市、兵庫県姫路市、和歌山県海南市、秋田県羽後町、福岡県宇美町、広島県東広島市、北海道網走市、石川県野々市市など）

◆ しずさんポ提供企業 - 会社概要

- 企業名：株式会社ベスブラ
- 代表者：代表取締役 遠山 陽介
- 本社所在地：東京都渋谷区神宮前 5 丁目 18-10 エクサスペース 3C
- 設立：2012 年 4 月
- 事業内容：健康維持を目的としたデジタルヘルスケア事業
- URL：<https://bspr.co.jp>

■ 本件に関するお問い合わせ

報道関係の窓口	株式会社ベスブラ E-mail：info@bspr.co.jp
利用者からのお問い合わせ	脳にいいアプリサポートセンター（株式会社ベスブラ） 電話：03-6732-8568（平日 9 時～18 時）
事業全般に関するお問い合わせ	静岡市 保健福祉長寿局 地域支え合い推進部 地域包括ケア推進課 在宅医療・介護連携係 電話：054-221-1576

※静岡県内初：株式会社ベスブラが提供する自治体向け「脳にいいアプリ×健康ポイントサービス」の導入として。当社調べ、2026 年 8 月時点。

※本リリース記載の内容は、静岡市公式ページ（2026 年 7 月 29 日更新）の情報に基づきます。

※PayPay は PayPay 株式会社の登録商標、giftee Box SELECT は株式会社ギフトのサービスです。