

福生市のフレイル予防ポイント「ふっポ」が 10 月 1 日スタート

～歩く・食事の記録や社会参加でポイントが貯まる！
ベスプラの「脳にいいアプリ×健康ポイントサービス」を提供／65 歳以上～

株式会社ベスプラ（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、福生市のフレイル予防のためのポイント制度「ふっポ」に採用され、2026 年 10 月 1 日（木）より参加申込の受付が開始されます。



■ 福生市のフレイル予防ポイント「ふっポ」

対象は福生市内在住でスマートフォンをお持ちの 65 歳以上の方です。アプリ「脳にいいアプリ」を活用して、お散歩・普段の食事記録・イベント参加やボランティア活動などの日々の健康づくりや社会参加でポイントが貯まり、貯まったポイントは電子マネーの PayPay に交換できます（1 ポイント＝1 円相当、100 ポイントから交換可能）。

期間中には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。

今年度「ふっポ」に登録していただくと、初回登録ボーナスは『500pt』もらえます！

■ 「ふっポ」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

福生市は、福生市民のフレイル予防を目的とした介護予防ポイント制度「ふっポ」を 2026 年 10 月より開始します。「健康にいいことはわかっているけど続かない。。」そんな市民の背中を押し福生をもっと元気にする施策となります。

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、食事のチェック、指定イベントへの参加、ボランティア活動などに応じてポイントを獲得できます。

歩数の目標値は、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）。

■ 福生市「ふっポ」事業概要

事業名	ふっポ
実施主体	福生市（福祉保健部 介護福祉課 高齢者支援係）
対象者	福生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
申込受付開始	2026 年 10 月 1 日（木）10 時ころ
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
ポイント交換先	PayPay（100 ポイントから、10 ポイント単位）
実施形態	福生市が株式会社ベ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.fussa.tokyo.jp/life/health/elderlypeople/1019695/1021680.html

■ ポイントの貯め方

活動	付与ポイント
歩く	1 日の目標歩数を達成：1 ポイント（1 日 1 回まで）
食べる	1 日の目標食事品目数を達成：1 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）
登録ボーナス	新規登録時：500 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）
通いの場参加	指定会場で二次元コードを読み取り：10 ポイント（1 日 1 回、最大 36 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：10 ポイント（年 5 回まで）
健診	市がまとめて付与：50 ポイント（令和 9 年 2 月ごろ、年 1 回）
ボランティア	介護予防リーダー、認知症サポーターの活動：20 ポイント（1 日 1 回、最大 24 回まで）

※歩数の目標値は、年代・性別に応じてアプリが自動設定します。

■ スマートフォンが苦手な方も安心 — 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、福生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 10 月 1 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

■ 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

株式会社ベスプラの「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）

◆ ふっポ提供企業 - 会社概要

- 企業名：株式会社ベスプラ
- 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	株式会社ベスプラ 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（株式会社ベスプラ） 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	福生市 福祉保健部 介護福祉課 高齢者支援係 電話：042-551-1537

※本リリース記載の内容は、福生市公式ページ（2026 年 10 月 1 日時点）の情報に基づきます。

※PayPay は PayPay 株式会社の登録商標です。