

## 習慣化アプリ「みんなチャレ」を墨田区の高齢者向けデジタルデバ イド解消事業に提供開始

老人クラブにアプリの使い方講座を実施し、スマホの日常使用を楽しく支援

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、9月21日より墨田区（区長：山本 亨）とみんなチャレを活用したデジタルデバイド解消事業を開始します。

本事業では、墨田区の老人クラブ向けにみんなチャレの使い方講座を実施します。高齢者は、みんなチャレを活用して地域の仲間同士5人組のチームに参加し、毎日写真とコメントを投稿して仲間と交流することで、楽しみながら文字入力とカメラ機能が習得できるようになります。昨年墨田区が実施したスマホ講座の結果より、高齢者がスマホ操作を覚えるためには、基礎的な講座に加えてスマホを日常使用する機会を提供することが必要とわかり、この度みんなチャレの導入にいたしました。

みんなチャレを活用した高齢者向け事業は、令和3年度から先行導入した府中市を含め、今年度8自治体向けに順次展開する予定です。今後は令和5年度に20自治体への展開を目指します。当社は本事業を通じて、自治体の情報通信技術（ICT）を活用したデジタルデバイド解消やフレイル（※1）予防などの高齢者向け事業を支援し、超高齢社会の課題解決に貢献します。

※1 フレイル：年齢とともに心身の活力が低下し、要介護状態となるリスクが高くなった状態。予防することで健康長寿につながる。



### みんなチャレを活用したデジタルデバイド解消の流れ



### ■ 導入背景

#### 背景・自治体が抱える課題

近年、日本では高齢者のデジタルデバイドが注目されています。特にコロナ禍で、ネットでのワクチン予約や有事の情報取得・安否確認に支障がでることや長引く外出自粛生活で社会とのつながりが分断されることによるフレイル状態の進行などデジタルデバイドによる機会損失は、個人の利益・QOL（Quality of Life：人生の質）・命にまで関わる大きな問題です。

### 墨田区のデジタルデバйд解消事業とみんチャレの導入背景

そこで、墨田区では昨年よりデジタルデバйд解消事業を開始し、都内最大の組織率（※）を誇る墨田区の老人クラブ向けに、スマホの基本的な操作方法を学べる講座を実施しました。

墨田区内のIU 情報経営イノベーション専門職大学の学生によるスマホ交流会も併せて実施し、参加した高齢者からは多世代交流を行いながら、楽しくスマホを学ぶきっかけとして好評でした。

※墨田区の高齢者（65歳以上）の約20%が老人クラブに加入。（参考）老人クラブ加入率：江東区10%、足立区6%。

しかし、参加した高齢者が継続してスマホを活用するまでには至らず、基礎的なスマホ講座やスマホ相談会のみでは支援不足だとわかりました。高齢者がスマホ操作を習得するには、基礎的な講座に加え、「スマホを日常使いする機会」を提供することが必要とわかり、この度みんチャレの導入にいたしました。

### 試験実施の結果と今後の展望

墨田区での本格展開に先行して、老人クラブ役員5名を対象にみんチャレの使い方講座を試験実施し、デジタルデバйд解消のために十分な効果が確認できたため、この度区の事業として本格導入が決定しました。

#### <先行実施の結果>

- アプリ利用開始2週間後には、全員が「文字入力」と「カメラ」を十分習得した。
- 講座外にて仲間同士の教えあいが起こり、**共助の力でスマホスキルを向上**できた。
- みんチャレを活用することで、高齢者同士のつながり形成やフレイル予防のみならず、**仲間とのつながりが精神的な支え**になった。

#### <体験者の感想>

- **スマホを毎日触るようになった。**
- 継続することで操作を覚えることもできるが、何より老人クラブの仲間から日常でやり取りをする友人同士になれたことが一番嬉しい。
- 目標をウォーキングとしたので、**アプリを始めてから歩こうと気にかけるようになった。**スマホの操作やフレイル予防など身体的な効果もあるが、日常で**交流が増えて精神的にも落ち着いた。**



みんチャレを体験した老人クラブ役員の方々

今年度は、墨田区内全6地区ある老人クラブの会員を対象にみんチャレの使い方講座を実施します。老人クラブ内でみんチャレを使える人材を育成していき、墨田区の強みである老人クラブからデジタルデバйдの解消を図ります。将来的には、区民が区民に教え合う体制を築き、本事業の地域での自走化を目指します。

## ■自治体担当者のコメント

墨田区 高齢者福祉課 支援係 渡邊 圭悟様

令和3年度に高齢者デジタルデバインド解消事業の実証実験を行いました。最大の課題は、受講内容の習熟度が日常でスマホを使用する機会の有無によって大きく左右されることです。スマホは便利なものとして使っても使う機会がなければ当然、習得することは難しく、不要なものと感じてしまいます。墨田区では高齢者がスマートフォンを使う機会の提供する事業を実施し、「誰一人残さないデジタルデバインドの解消」を目指します。さらに都内最大の組織率の老人クラブを活用することで、そのままオンラインコミュニティの創設が可能になります。こうした背景から本事業の軸として「みんなチャレ」アプリの活用を決定しました。

「みんなチャレ」アプリのメリットとして、文字入力・カメラという基礎的な操作ができる方であれば誰でも利用することができ、老人クラブ内での教えあいが可能なことやグループで目的を定め自動的に毎日、スマートフォンを使用する機会を提供することができます。また、老人クラブとグループで活動という点は現実とオンラインでの交流の促進につなげることが出来ます。他にも寄付スキームや機能がLINEより絞られていることで早い習得が見込めます。高齢者デジタルデバインド解消については、「便利さ」よりもまずスマートフォンを使うことの「楽しさ」を感じてもらうことが一番だと思っています。そうした点でも、仲間との交流の楽しさを自然と味わうことのできることは魅力の1つかと思えます。

## ■「みんなチャレHealthcare フレイル予防」について



アプリ講座で始める



使い方講座で安心して利用開始！  
困ったらいつでも電話で相談可能！

みんなチャレで楽しく続ける



高齢者同士5人1組のチームで、  
楽しく交流しながら運動を継続！

みんなチャレ Healthcare 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。利用開始時にみんなチャレの使い方講座を実施することでデジタルデバインド解消に寄与します。自治体様の介護・フレイル予防事業やデジタルデバインド解消事業、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/>
- ・府中市様 導入事例：<https://a10lab.com/case-study/fuchu/>
- ・関連プレスリリース：

(2021年7月1日) 三日坊主防止アプリで高齢者のつながり、運動維持を支援！7月より自治体向け「フレイル予防事業」を本格展開 <https://a10lab.com/news-20210701/>

(2022年6月16日) 自治体向け「みんなチャレ HEALTHCARE フレイル予防」を横須賀市、綾瀬市に提供開始 <https://a10lab.com/news-20220616/>

## ■「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・糖尿病改善・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8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
- ・2016・2017・2019年 Google Playベストアプリに選出
- ・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



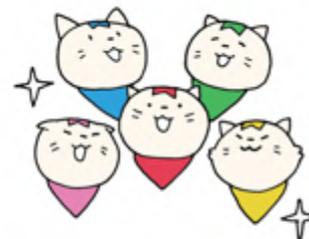
① 1人でがんばり  
続けるのはたいへん...



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

タイトル	みんチャレ	
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	<a href="https://minchalle.com/">https://minchalle.com/</a>	
ダウンロードURL	【iOS】 <a href="https://itunes.apple.com/jp/app/id1047462806">https://itunes.apple.com/jp/app/id1047462806</a> 【Android】 <a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.sony.minchalle&amp;hl=ja">https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.sony.minchalle&amp;hl=ja</a>	
公式ブログ	<a href="https://minchalle.com/blog/">https://minchalle.com/blog/</a>	
公式SNS	【Twitter】 <a href="https://twitter.com/minchalle">https://twitter.com/minchalle</a> 【Instagram】 <a href="https://www.instagram.com/minchalle.official/">https://www.instagram.com/minchalle.official/</a> 【facebook】 <a href="https://ja-jp.facebook.com/minchalle/">https://ja-jp.facebook.com/minchalle/</a>	

**【本件に関する報道関係者からのお問い合わせ先】**

エーテンラボ株式会社 広報担当 横田  
 TEL：070-4399-5680（広報代表番号）  
 E-mail：[pr@a10lab.com](mailto:pr@a10lab.com)

**【本件に関する自治体ご担当者様からのお問い合わせ先】**

エーテンラボ株式会社 事業開発担当 渋谷  
 TEL：03-5422-8396（会社代表）  
 お問い合わせフォーム：<https://a10lab.com/contact/>