

1 .「すかいプロジェクト」の取組状況

目 次

1. 「すかいプロジェクト」の取組状況	 3
---------------------	---------

（1）「すかいプロジェクト」各事業の取組状況	 5
------------------------	---------

1. 「すかいプロジェクト」の取組状況（第1回会議振り返り）

第1回介護予防推進プロジェクトチーム会議（令和6年12月）

- 本市の高齢者人口、世帯状況、要介護等認定率等の状況や、介護が必要となった原因、介護予防等活動に対する高齢者の意識・行動等の調査結果を報告。
- これまで本市が取り組んできた介護予防事業における課題や今後の方向性等について説明。

これまでの介護予防事業における課題

- 世帯類型（特に単独世帯）や年齢階級、介護が必要となった原因に着目した事業構築が必要
- これまでの啓発は、講座や教室など、自ら学びたい意欲がある者に向けての開催が多く、自発的に情報取得する意欲が低い方へのアプローチが不十分であったことから、誰にでも行き届くような情報の発信が必要
- 地域活動等への参加意欲がある人は多いものの、実際に参加している人は非常に少なく、介護予防に取り組んでいない理由等を踏まえ、「参加したくなる」、「参加しやすくなる」ための環境づくりが重要
- 介護事業者をはじめとする民間事業者等の力も必要

「これまで介護予防にあまり関心がなかった人」や「特段の理由なく介護予防活動に取り組んでいない人」等への仕掛けを検討し、簡易性、関心度、インパクトやタイミングなどに着目した重点的な取組みを実施

介護予防を『知る』・『始めてみる』・『楽しむ』・『広げる』の4つの柱で更なる取組みを推進

【外部有識者等からの主なご意見】

- ・ 大阪市の特徴として骨折・転倒を原因として介護が必要になる方の割合が多く、その予防にあたり、複合的な筋力トレーニングなど、スポーツ施設等において適切な指導を受けながら実施していくことが望ましい。
- ・ 参加したいと思われたときに利用できる状況があると行動変容につながりやすい。
- ・ 重度化が進まず、高齢者の自立度への貢献によりインセンティブが働く仕組みが望ましい。
- ・ 高齢者になってからようやく対策ではなく、働く世代から介護予防を自分ごととして捉えてもらうことが重要。
- ・ 事業の具体化に向け、数値、成果目標を掲げて取り組むことが重要。

1. 「すかいプロジェクト」の取組状況（事業概要）

介護予防推進プロジェクトチーム会議でいただいた有識者等からのご意見等を踏まえ、より多くの高齢者に介護予防活動に取り組んでいただけるよう、令和7年度から3年間、重点的な取組みを推進することとし、

「すこやかに か いご予防で いい人生」の頭文字を取って名づけた

介護予防の更なる推進事業「すかいプロジェクト」を開始



本市介護予防事業等への参加率 10ポイントUP をめざす

1. (1) 「すかいプロジェクト」各事業の取組状況

介護予防理解促進事業

知る



＜事業内容＞

- ・ 介護予防の重要性や活動方法等を案内するガイドブックや、身近にある「通いの場」を掲載したマップを作成する。
- ・ ガイドブックやマップについては、区役所や地域包括支援センター等の関係機関での配布やホームページへの掲載等を行い、広く周知・啓発するとともに、特定の年齢（65、70、75歳）の方には個別配送する。
- ・ また、広報用動画を作成し、高齢者世代に加えより若い世代も対象に、SNS等様々な媒体を活用した情報発信を行う。
- ・ 手に取って最後まで読んでもらえるような魅力的なガイドブック等を作成し、より効果的な広報プロジェクトを実施するため、民間事業者からの提案による広報プロモーションを展開する。

＜進捗状況＞

- ・ 令和7年9月 事業者決定
- 12月 ガイドブック（マップを含む：約10万部）完成予定
- 8年1月 広報用動画（ショートムービー、サイネージ）完成予定 【P6参照】



秋の夕映え大屋根リングウォーク

「すかいプロジェクト」をより多くの市民の方に知っていただくとともに、楽しみながら歩くことの習慣化や外出機会の増加につなげていただくことを目的にウォーキングイベントを開催。【P7～8参照】

- ・ 9月20日～10月13日に使用できる万博チケットをプレゼント（アスマイル本登録者から抽選で200名）
- ・ 9月22日には、横山市長が「すかいプロジェクトPR隊長」として、参加者と一緒に大屋根リングをウォーキング



-6-



秋の夕映え大屋根リングウォーク

夕日を見ながらみんなで歩かへん？

大阪市では介護予防のために継続して **歩く** ことを推奨しています

万博を楽しみながら **1日6,000歩** を達成しましょう

📅 開催期間 9月20日（土）～10月13日（月・祝）

大阪・関西万博 入場チケットを抽選で200名にプレゼント！

対 象： 65歳以上の市民（大阪府健活サポートアプリ「アスマイル」本登録者）

応募締切： 9/10（水）



9/22（月）は私も歩きます！

イベント詳細
はこちら→



- ◆ 募集期間： 令和7年8月21日～9月10日
- ◆ 申込者数： 4,470人（1人参加 967人／ 2人参加 3,503人）
- ◆ 9月22日のリングウォークイベント参加者： 50人

9/22当日の様子



参加者の声

- ・思っていたより涼しくて歩きやすかった。
秋はウォーキングを始めるのに1番いい季節。
- ・皆でわいわいお喋りしながら歩くことができ
楽しかった。
- ・気軽に散歩するにはほどよい距離。
家の近くにいいコースがあれば、近所の友達を
誘ってウォーキングしたいと思った。





骨折予防対策事業

<事業内容>

- ① 閉経に伴い骨量が減少する50歳代の女性に、骨粗しょう症の理解促進・予防啓発のためのはがきを送付する。
- ② 50～79歳の女性で、骨粗しょう症検診の結果、要精密検査と判定されたがレセプトで精密検査の受診が確認できない方に、リーフレットの送付や電話・訪問による保健指導を実施する。

<進捗状況>

- ① 令和7年8月 啓発はがきを作成、発送（対象者：6,905人）
- ② 令和7年9月～毎月、健康づくり課から受診者データを受領し、対象者を抽出し保健指導を実施



健康状態不明者対策事業

<事業内容>

- ① 2年間健診・医療・介護認定を確認できない65～74歳の方に特性を踏まえた健診受診勧奨はがきを送付する。
- ② 5年間健診・医療・介護認定を確認できない70歳の方（モデル3区）に電話・訪問により状態を把握し、健診受診勧奨を行う。
- ③ 2年間健診・医療・介護認定を確認できない77歳の方（モデル3区）に健康チェック票を送付し、回答が得られなかった対象者には訪問により状態を把握し、必要な支援につなぐ。

<進捗状況>

- | | | |
|-------------|-----------------------------|-----------------------------|
| ① 令和7年9月 | 啓発受診勧奨はがきを作成、発送（対象者：4,523人） | } 年度末にKDBシステムにて
受診状況確認予定 |
| ② 令和7年9、10月 | 対象者を抽出し、11月～1月に電話・訪問予定 | |
| ③ 令和7年8月 | 対象者へ健康チェック票送付（対象者：88人） | |
| 9月 | 未回答者に対し区保健福祉センター保健師と訪問開始 | |

（注：上記両事業とも国保被保険者・後期高齢者医療被保険者が対象）



アプリを活用した運動・外出促進事業

<事業内容>

- 運動習慣の習得や外出機会の増加を支援し、介護予防活動の開始や継続につなげるため、おおさか健活マイレージ「アスマイル」を活用し、「歩数」や「イベント参加」で条件を達成された65歳以上の方へ、電子マネーに交換できるポイントを付与する。

「歩数」 1日6,000歩達成すれば翌日に10ポイント付与
「イベント参加」 アスマイル掲載のイベントに3回参加すれば抽選で500ポイント付与

<進捗状況>

- 令和7年4月 事業開始（10月1日時点の65歳以上のアプリ登録者数：28,432人）
- 区役所、社会福祉協議会などが開始するイベント等へ、アスマイル登録＆周知用ブース等を出展し、高齢者一人ひとりに対する登録の手伝い等を実施

アスマイル登録キャンペーン

アプリの新規登録者数の増加を促すため、10月2日～11月30日の期間、アプリの登録キャンペーンを実施。

- ① 新規登録キャンペーン（65歳以上の方の新規登録で1,000ポイント付与）
② 紹介キャンペーン（65歳以上の「友達」紹介で500ポイント付与）
- 【P11参照】

戦略的な情報発信事業の活用

WEB広告や大阪駅前地下道のデジタルサイネージ、阪急エントランスビジョン、大阪メトロ各所で情報発信。
【P12参照】

アスマイル登録キャンペーン



アスマイル登録キャンペーン

(キャンペーン期間) 令和7年10月2日(木)～11月30日(日)

電子マネーに交換できる 大阪市独自ポイントがもらえます！
～1ポイント=1円相当～

キャンペーン1

アスマイル新規登録の65歳以上の方へ

もれなく1,000ポイント！

キャンペーン期間中に、①・②の両方を満たす65歳以上の大阪市民の方は、**もれなく1,000ポイント**(※1)がもらえます！

- ① アスマイルの**新規登録(「本登録」)**が完了
- ② **1日6,000歩以上を1回以上達成**し、「大阪市ポイント」10ポイントを獲得

詳しくは裏面へ

※1 ①・②の両方を満たした月の翌月下旬頃にポイントが付与されます。

キャンペーン2

65歳以上の方にアスマイルを紹介した方に

もれなく最大5,000ポイント！

18歳以上のアスマイル大阪市会員(「本登録」済)の方が、65歳以上の大阪市民の方を「お友達紹介」(※2)すると、

1人の紹介につき、もれなく500ポイント(※3)がもらえます！

➤ 上限**10人まで**紹介可

紹介者1人あたり、最大**5,000ポイント**がもらえます！

※2 「お友達紹介」された65歳以上の方が、アスマイルの新規登録の際に「友達紹介番号」を入力し、上記「キャンペーン1」の条件①、②を満たす必要があります。

※3 紹介された方の本登録が完了した月の翌月下旬頃にポイントが付与されます。

【キャンペーン1】「新規登録ポイント」について

令和7年10月2日から11月30日(キャンペーン期間終了日)までの間

新規登録

かつ

1日6,000歩を1回以上達成
(大阪市ポイント獲得)

もれなく

「大阪市ポイント」**1,000**ポイントがもらえます！

交換

1,000円相当の電子マネーに交換できます！

その他にもアスマイルには「お得」がいっぱい！



ウォーキングで
毎日**10**ポイント



イベント参加で
500ポイント(抽選)

特定健診受診で
4,000ポイント

がん検診受診で
1,000ポイント



電子マネーへの交換期限にご注意ください！

ポイントの有効期限までに電子マネーに交換しなかった場合、
ポイントが失効し、電子マネーと交換できなくなります。

有効期限：令和8年2月19日(木)

アスマイルの登録・ポイント交換
お友達紹介の方法について



「登録キャンペーン」
について



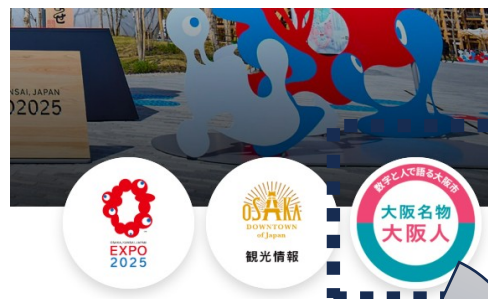
おおさか健活マイレージ アスマイル事務局
TEL:06-6131-5804
(受付時間/9:00～17:00
(土・日・祝日・12/29～1/3を除く))

大阪市福祉局高齢者施策部地域包括ケア推進課
TEL:06-6208-9957
(受付時間/9:00～17:30
(土・日・祝日・12/29～1/3を除く))

数字と人で語る大阪市「大阪名物 大阪人」（アスマイル編）

- ・ 特設サイト（令和7年9月～8年3月）
- ・ WEB広告（令和7年9月～11月）
- ・ ウメイチサイネージ（令和7年9月～8年3月の一部期間）
- ・ 阪急エントランスビジョン（令和7年9月～8年3月の一部期間）
- ・ 大阪メトロ梅田・なんば駅での大型広告（令和7年9月～10月）
- ・ 大阪メトロ103駅でのポスター掲出（令和7年9月～10月）

本市ホームページトップ画面の
特設サイトに掲載



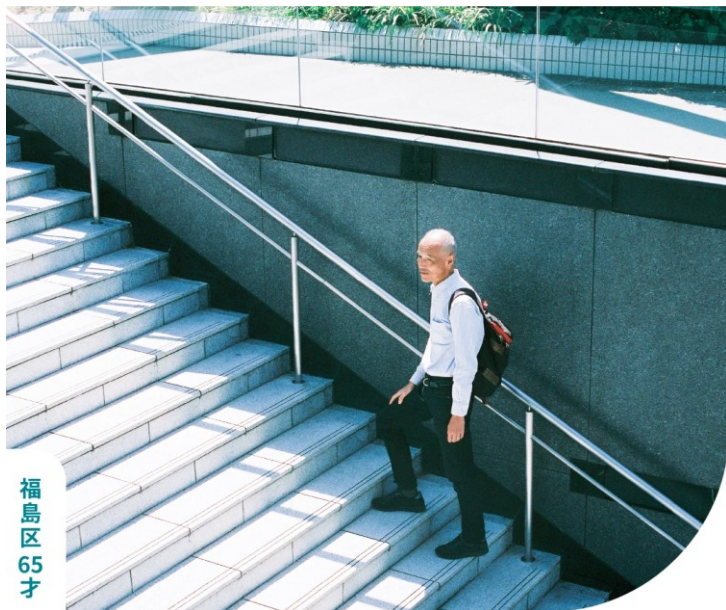
300円 もらえる

歩いてためる「アスマイル」は
1日6,000歩で10ポイント。
30日達成で300円の電子マネーに。

※年齢など条件があります

アスマイルってアプリを友達から教えてもらって、ポイントがもらえるから軽い気持ちで歩き始めました。毎日6000歩の目標を達成するのが楽しくて、気づけばすっかり習慣になりました。最初は1駅分だけ歩いてたんですけど、知らなかったお店や、見たことのない風景に出会えるのが楽しくなってきて、つい遠回りして歩くことが多くなりました。続けてるうちに、体調が良くなってきた気がします。家族からも「なんか最近元気やな」って言われて、健康のために歩くってほんま大事やなって感じてます。

大阪市は、“歩くことが楽しくなる街”



福島区65才



難聴高齢者補聴器購入費助成事業

<事業内容>

- ・介護予防活動等への参加促進につなげるため、聞こえにくさ（難聴）が原因で外出等が困難な65歳以上の軽度・中等度の難聴の方に、補聴器購入費用の一部を助成する。

- ・補聴器購入後、介護予防活動等を行っていただくことが要件
- ・助成金額の上限：25,000円

<進捗状況>

- ・令和7年4月 事業開始（9月末時点の申請件数：161件）
- ・より多くの方が事業を利用し、介護予防活動等につながるよう、更なる制度周知を図る



「調理」トレーニング教室運営事業

<事業内容>

- ・栄養に関する知識等の習得や仲間づくりにつなげるため、調理経験や栄養に関する知識の少ない65～74歳の方（主に男性）を対象とした調理教室を開催する。

- ・食材の選び方や包丁の使い方から始め、基礎的な全3回の教室（1教室あたりの定員10名程度）
- ・今年度、計2教室の開催に加え、フレイル予防に資する講習等の開催

<進捗状況>

- ・令和7年9月 事業者決定
- 10月 参加者の募集開始予定



「貯筋」トレーニング教室運営事業

<事業内容>

- 筋力増加や運動習慣の習得につなげるため、筋力低下により転倒の不安がある65～74歳の方に筋力トレーニング教室を開催する。

〔 週1回の全12回（3か月間）の教室を計4教室開催（1教室あたりの定員10名程度） 〕

<進捗状況>

- 令和7年9月 事業者決定
10月 参加者の募集開始予定
- より多くの方が教室に参加できるよう、教室運営事業者を増やすため、引き続き公募を実施



フレイルリスク改善トレーニング事業

<事業内容>

- フレイルリスクの改善につなげるため、75歳以上で要介護認定を受けていない方のうち、転倒や骨折のリスクが高い方に、筋力トレーニング等の機会を提供し、できる限り自立した生活が送れるよう支援する。

〔 対象者がスポーツジム等で行う筋力トレーニング等の利用料を軽減（12回分） 〕

<進捗状況>

- 令和7年10月 当事業利用可能施設の公募を開始し、応募のあった事業所と順次協定を締結
対象者あてに事業案内を送付予定
- より多くの方が事業を利用できるよう、利用可能施設を増やすため、随時公募の実施を検討



介護予防ポイント事業（拡充）

<事業内容>

- ・社会参加を促進し生きがいづくりや介護予防につなげるため、実施している「介護予防ポイント事業」の活動対象施設を拡充し、活動範囲を拡大する。

- ・介護保険施設等での **介護支援活動** や 保育所等での **保育支援活動**（施設活動）や、支援を必要とする方の自宅での生活支援活動（在宅活動）を行うことでポイントが貯まる
- ・貯まったポイントは1ポイント100円で換金できる（換金上限10,000円/年）

※ 介護支援活動…レクリエーションの補助、利用者の話し相手など
保育支援活動…行事・遊びの補助、登降園時の見守りなど

<進捗状況>

- ・令和7年4月 幼稚園、障がい児・者施設を対象施設として追加（9月末時点の追加施設数：47施設）
- ・実活動者数（8月末時点：359人）



就労的活動支援事業

<事業内容>

- ・就労的活動（有償または無償のボランティア）を希望する高齢者に、高齢者個人の特性や希望に合った活動をコーディネートすることで、高齢者の社会参加を支援し、介護予防につなげる。
- ・「地域における要援護者の見守りネットワーク強化事業」において、福祉専門職のCSWがアウトリーチによる支援を実施していることから、見守り相談室に就労的活動支援コーディネーターを配置し、高齢者に就労的活動（ボランティア）をコーディネートする。

<進捗状況>

- ・令和7年4月 事業開始（7月末時点のコーディネート件数：延べ442件）
- ・引き続き、高齢者がボランティア活動につながるよう進めていく



民間企業が有する資源等の調査事業

<事業内容>

- ・本市で活動する民間企業、NPO法人等に対して、地域活動に関する調査等を行い、民間企業等有するノウハウや資源の把握及び地域活動への潜在的な貢献意欲の掘り起こしを行う。
- ・把握した情報等について、生活支援コーディネーターへの連携やホームページ等の公表により、地域住民とのマッチングや活動の実施につなげる。

<進捗状況>

- ・令和7年8月 事業者決定
- ・令和7年10月～ 市内民間企業等へアンケート調査等実施予定



介護予防に取り組む介護事業者支援事業

<事業内容>

- ・利用者の選択に役立つ介護事業所の様々な介護予防の取組みを調査しホームページで紹介する。
- ・重度化防止の取組みをより進めていくための介護事業所へのインセンティブを検討する。

<進捗状況>

- ・令和7年3、4月 市内介護保険事業者にアンケートを実施（本市職員により実施）
 - 5月 調査支援業務を実施する事業者決定
 - 9月 調査結果及び対応策に関する業務委託中間報告会を実施
- ⇒ 現時点の検討状況については【別添資料参照】