

令和 7 年度 事業の取組状況

目次

1. 「すかいプロジェクト」の取組状況

- (1) 第2回介護予防推進プロジェクトチーム会議 振り返り …… 3
- (2) 介護予防理解促進事業 ガイドブック・PR動画 …… 4
- (3) 介護予防理解促進事業 イベント …… 8

2. その他の主な取組状況

- (1) 民間事業者からの事業提案募集 …… 10

1.(1) 第2回 介護予防推進プロジェクトチーム会議 振り返り

会議の概要

○ 日時・場所

令和7年10月3日（金）15時～17時 大阪市役所5階 特別会議室

○ 会議内容

1 すかいプロジェクトの取組状況

(1) 第1回会議（R6.12月）振り返り

本市の状況、これまでの取組や課題、方向性等の説明、外部有識者等からのご意見等の振り返り

(2) すかいプロジェクト各事業の取組状況

4つの柱に基づく各事業の概要、進捗状況等について説明

2 今後の取組に向けて（案）

介護予防の重要性に関する 認知度・理解度の向上	▶ 4つの柱の「知る」の中で、幅広く広報周知を実施する「 介護予防理解促進事業 」を強化
高齢者の就業促進	▶ シルバー人材センターの会員に仕事情報を発信するため、シルバー人材センターの 現行システムの機能を拡充
重点期間終了後の 介護予防事業の推進	▶ 「すかいプロジェクト」をはじめ、 介護予防に関係する事業全般を分析・評価し、新たな事業体系の構築等を検討
民間事業者からの 事業提案募集	▶ 新たな観点での介護予防の取組を検討するため、 広く民間事業者からアイデアを求める「リバーズピッチ」の手法により事業提案募集 （10月17日実施）

1.(2) 介護予防理解促進事業（ガイドブック）



介護予防に関する基本情報を網羅的にまとめたガイドブックを制作
介護予防アンバサダーである内場勝則さん・未知やすえさんの出演により
分かりやすく介護予防について周知し、市内高齢者へ幅広く意識変容を促す

- ・内 容：街の人の意識調査、有識者との対談、アンバサダーによる介護予防活動体験、介護予防に役立つ事業等の紹介、マップ、相談先一覧 等
- ・制作部数：10万部（来年度増刷予定）
- ・活 用 先：区役所、社会福祉協議会、地域包括支援センターなど市内約380か所に配架
65歳・70歳・75歳の要介護認定を受けていない方へは個別配付
大阪市HPにデジタルブックを掲載



令和7年11月13日から
大阪市介護予防アンバサダーとして
活動いただいている吉本新喜劇の
内場勝則さんと未知やすえさん

主な内容

表 紙



アンバサダーのおふたりによる
表紙で目につきやすく

P.1・2 目次&導入部分



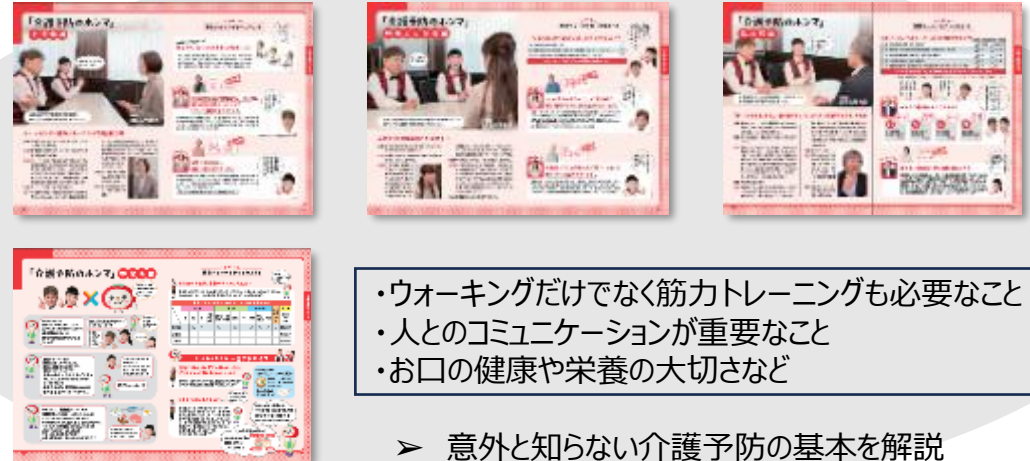
アンバサダーの紹介。漫画形式（コマ割り）で
親しみやすく読者を引き込む

P.3～ 介護予防のホンネ 街の人の意識調査



街なかでのインタビュー
介護予防の意識について実態を探った

P.7～ 介護予防のホンマ 有識者との対談



- ・ウォーキングだけでなく筋力トレーニングも必要なこと
- ・人とのコミュニケーションが重要なこと
- ・お口の健康や栄養の大切さなど

➤ 意外と知らない介護予防の基本を解説

アンバサダーと有識者の対談を通じ、介護予防の基本的な知識を学ぶ
フレイルを判定できるチェック項目を紹介したうえで、「運動/外出と交流/口腔/栄養」のフレイル予防の4つの柱について、それぞれ有識者がアドバイス

P.17～ 大阪市の高齢者の状況と介護予防事業概要



すかいプロジェクトの4つの柱や事業の紹介とともに、既存事業も紹介

大阪市の高齢者の状況を解説。高齢化が進んでいくこと、全国平均と比較して要介護認定率が高いことや、健康寿命が短いことなどを
知ってもらい、本市の展開する介護予防事業への興味につなげる

P.21～ 介護予防のゲンバ 事業等の紹介



アンバサダーが高齢者施設を訪れ、介護予防ポイント事業を体験。配膳やレクリエーションなど実際に活動してもらい、自分のやりがいにもなることを実感いただいた



アンバサダーが老人福祉センターを訪れ、ダーツ大会に参加し、楽しく集える場所が身近にあることを伝えた



いきいき百歳体操、スポーツセンター、プール、シルバー人材センター、ボランティア活動など、介護予防活動に取り組める事業・場所を紹介

P.37・38 自身の目標設定



読者自身に、これからも続けたい活動や取り組みたい介護予防活動を書き込んでもらい、介護予防を「自分ごと」として考えてもらうきっかけに

P.39～ マップ・相談先・けん診



身近で介護予防活動のできる場所をマップで紹介
相談先一覧（区役所、区社会福祉協議会、地域包括支援センター）を掲載

効果測定



<アンケート>

裏表紙にアンケートQRコードを掲載
・介護予防の理解が深まったか
・介護予防に取り組みたいか
・掲載事業で興味のある事業は など

<QRコードからのアクセス解析>

掲載事業のQRコードのうち、市HPのURLについてはパラメーターを設定しており、当ガイドブックからのアクセスがどれだけあったかを解析

1.(2) 介護予防理解促進事業（PR動画）



介護予防を広く周知し啓発するためのPR動画を作成

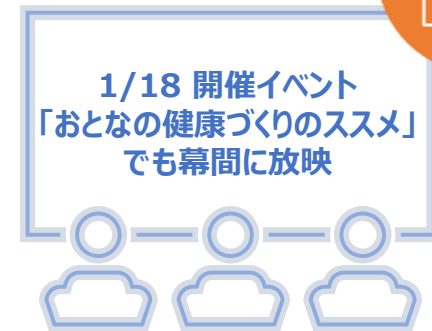
アンバサダーのおふたりの出演により、親しみやすく目にとまりやすく

様々な活用シーンを想定し、5分、30秒、15秒のバリエーションを制作

市内各所で令和8年2月から放映開始

＜主な放映先＞

JR環状線車内、YouTube広告、イオンモール大阪ドームシティ、あべのキューズモール、J:COMチャンネル情報番組、大阪市役所1階市民ロビー、各区役所小型サイネージ、大阪市HP、大阪市広報YouTube、大阪市福祉局YouTube、大阪市公式LINE・X、未知さんのインスタ 等



5分バージョン



アンバサダーおふたりが有識者との対談を通じ、フレイルとその予防について学ぶ
さらに老人福祉センターのダーツ大会に参加された模様など、介護予防の現場を楽しく紹介

大阪市HP
福祉局公式YouTube
等での放映を想定



30秒バージョン



おふたりの寸劇により「介護予防」というキーワードを印象づけ、転倒・骨折が主な要介護の原因になることや、お口の健康が大事であることなどを啓発

大阪市役所1階ロビー
各区役所小型サイネージ
あべのキューズモール
J:COMチャンネル
未知さんのインスタ 等での放映を想定



15秒バージョン



おふたりが簡潔に介護予防を呼びかけ

JR環状線車内
YouTube広告
大阪市公式LINE・X
等での放映を想定



1.(3) 介護予防理解促進事業（イベント）



介護予防アンバサダーのトークセッション等により、 介護予防や健康づくりへの理解促進と意識向上を促すイベントを開催

イベント名：「おとなの健康づくりのススメ～いつまでもいきいきと暮らし続けるために～」

開催日：令和8年1月18日（日）13時00分～18時00分

場 所：大阪国際交流センター（大阪市天王寺区上本町8-2-6）

参加者：65歳以上の大阪市民とその同伴者 計110名

アスマイルでも告知し、
募集開始後2日間で
定員をオーバーする申込み

トークセッション

アンバサダーの内場勝則さん、未知やすえさんが登壇

- ・アンバサダー活動を通じて知ったというフレイル予防の4つの柱のお話を
していただき、会場に参加された方に向け、取組みの大切さを伝えて
いただきました
- ・また、ご自身の入院の際に筋力が落ちてしまった経験から筋トレに
取り組んでいることもお話いただきました
- ・さらに、健康測定会の測定メニューの一つである立ち上がりテスト
ボックスを体験していただき、自身の筋力の状況を知って取組みを
始めることの大切さを実感していただきました
- ・終始笑いを交えつつ、時折、客席の来場者ともやりとりをするなど
会場は楽しい雰囲気でも盛り上がりました



健康測定会

大阪市が包括連携協定を締結している明治安田生命保険相互会社ご協力のもと、健康チェック機器による健康測定会を開催（健康測定会には健康局も参加）

血管年齢、野菜の摂取量、老化物質の量、筋力など、多彩な測定メニューの体験を通して、ご自身の体の状態を知っていただくとともに、健康づくりや介護予防への意識を高めていただきました

血管年齢測定器

〈測定内容〉
血管の年齢



血管の老化度合いをわかりやすく採点できる血管年齢測定システム「血管年齢」および点数で結果を表示します

ベジチェック®

〈測定内容〉
野菜の摂取量



約20秒センサーに手をかざすだけで、野菜摂取レベルと推定野菜摂取量がわかります

AGEsセンサ

〈測定内容〉
AGEs(老化物質)の量



過剰に摂取した糖とタンパク質が結びつくと生成される老化物質の量を数十秒で測定します

立ち上がりテストボックス

〈測定内容〉立ち上がりテスト



4種のボックスに座り、両脚・片脚それぞれで立ち上がって3秒間保持できるかをテストすることで、下肢筋力の低下を調べます

握力測定器

〈測定内容〉
握力

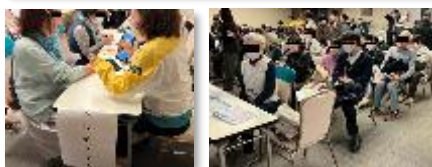


握力は、下肢や体幹の筋力と関連性があり、全身の筋力低下をはかる目安の一つとされています

FRAX測定器

骨折の危険因子を入力することで、10年間に骨折するリスク（危険性・確率）を算出できます

（危険因子）
年齢・身長・体重・喫煙・飲酒・既存骨折 等



健康測定会の様子

～参加者の声（アンケートより）～

- ・ 筋力不足、握力不足を自覚しました
- ・ 自分より高齢の方が元気に参加されていた。負けずに予防に努めたい
- ・ トークセッションを楽しみにしていた。お二人のフリートークに接する機会はそんなに無いと思うので
- ・ なるべく一駅くらいなら歩くようにしている。アスマイルのPゲット頑張っています

映画「ケアニン ～こころに咲く花～」 特別上映会



特別養護老人ホームを舞台に、高齢者の家族の絆をテーマにした映画の特別上映会も実施

2.(1) 民間事業者からの事業提案募集

I リバースピッチ

U-FINOが主催する官民共創社会課題解決プログラム「XKANSAI ソーシャルイノベーション・プログラム」を活用し、「リバースピッチ」の手法により広く民間事業者から新たな観点でのアイデアを求めた

「健康・ヘルスケア」「脱炭素・ごみゼロ」「安心・安全なまちづくり」の3つのテーマのうち、本市は「健康・ヘルスケア」に参加

<XKANSAIソーシャルイノベーション・プログラム>

主催：U-FINO（うめきた未来イノベーション機構）

テーマ：「健康・ヘルスケア」「脱炭素・ごみゼロ」

「安心・安全なまちづくり」

II ピッチイベント

10月17日、自治体ピッチイベント市長が登壇し、ひとり暮らし高齢者の割合や要介護認定率の高さ等の大阪市の特徴を踏まえた介護予防に関する事業提案を参加者に呼び掛け



III ファイナリストの決定

応募総数は全体で36件あり、昨年度の22件から大幅に増加
12月15日に、U-FINOのHP上でファイナリストを公表済
健康・ヘルスケア部門のファイナリストは3社

○健康・ヘルスケア部門ファイナリスト

事業者名	提案内容（概要）
(株) 笑美面	企業の従業員向けWEBサイトに介護予防のプラットフォームを作成することで、従業員の仕事と介護の両立を支援するとともに、別居するひとり暮らしの親へも間接的に介護予防を働き掛け
日本電気（株）	歩行センシング・ウェルネスソリューションによる歩行分析データの計測会を中核に、歩くことの意識を高める健康イベントを実施
日本旅行・トータルブレインケア・アトラス情報サービス・Moff 共同企業体	脳体力（認知機能）のチェックとトレーニングができるクラウドサービス「脳体力トレーナー-CogEvo」を用いて、地域を巡回する脳体力測定会の実施

IV ピッチコンテスト

1月30日、ピッチコンテストにより最優秀提案が日本旅行・トータルブレインケア・アトラス情報サービス・Moff共同企業体に決定
最優秀事業者のほか、良い提案のあった事業者と本市との事業連携の可能性を検討していく

2026.2.16

■アスマイル登録キャンペーン実績報告

1/10(土)、西淀川区内でアスマイル登録会を開催。福祉局と一体で64件獲得

初開催! Eイチ・ツー・オー商業開発との連携事業

おおきに銭湯!!
in 西淀川



- (1) 地域の銭湯文化を盛り上げるため、区内のショッピングセンター・浴場組合と連携して、1/10(土)～25(日)の期間で銭湯スタンプラリーを実施 [シート配布870, ノルマ達成102名]
- (2) 1/10(土)「イズミヤショッピングセンター福町店」にて、スタートイベントを開催
- (3) 上記イベント日に合わせて、10時～15時の間に「アスマイル登録サポートデスク」を店舗レジと並行して配列

対面席を10ブース用意し、
区役所5名、福祉局5名、
NTT1名でサポート実施



①イズミヤSC 福町店
(阪神電鉄・福駅前)



②スタートイベント



③アスマイル登録サポートデスク

課題認識

▶ アプリ登録完了に平均20分程度
⇒ 一人当たりの接客時間短縮



課題対応案

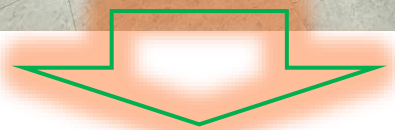
- イ. 事前準備の案内
⇒ご利用のメーラーとご自身のメールアドレスを予め記入した用紙を持参してもらうなど工夫する
- ロ. 学校方式(集団指導)での登録会の開催
⇒区主催のスマホセミナーでの登録サポートなど
- ハ. その他登録スキーム上の改善余地について



抜群の集客力を発揮した「血管年齢測定」



< 課題 >
機材の経年




シニアの「健康であり続けたい」という潜在的ニーズの高さを実感

お客様と一喜一憂できた出力表

あなたの血管年齢は・・・？

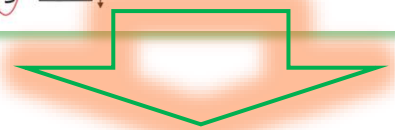
実年齢 歳 (男・女)

あなたの血管年齢は 歳です
(測定日 18年 / 月10日)

→ 血管老化偏差値は 

<血管老化偏差値>

血管の弾力性が しなやか	20 25 30 35	血管の弾力性が保たれています。 血流改善の薬・血栓を溶かす薬など、服用している薬によっては、極端に低く出ることがあります。
血管の弾力性が 普通	40 45 50 55	今日の検査結果、年齢に応じた血管の弾力性です。 適度な運動や十分な睡眠を心がけてください。
血管の弾力性が かちかち	60 65 70	肥満・高血圧・高脂血症・喫煙などが原因で動脈硬化が進んでいるかもしれません。 生活習慣を見直してみましょう。



お客様へのクロージングツール
⇒アスマイルへと誘導