

資料①

介護予防の更なる推進「“すかい”プロジェクト」に係る 新たな事業の実施等について

福祉局高齢者施策部地域包括ケア推進課

1 趣旨（概要）

本市では、今後も長寿化の進展等が見込まれる中、高齢者がいきいきと暮らし続けられるよう、令和7年度より、介護予防の更なる推進「“すかい”プロジェクト」を実施している。

令和8年度においては、引き続き、本プロジェクトの取組を進めるため、別添「事業概要資料1～3」のとおり、新たな事業の実施や事業の拡充を図る。

また、本プロジェクトの取組を効果的に進めるにあたり、区及び局の連携を推進する必要があることから、福祉局との介護予防に関する連携の推進に向けて、各区へご協力をお願いしたい。

2 目的

区及び局の連携のもと、「“すかい”プロジェクト」の取組を進めるため。

3 事業内容等

(1) 事業内容

別添「事業概要資料1～3」のとおり。

(2) 区へご協力をお願いする事項

(全事業共通)

- ・福祉局が各区へ依頼する各事業の周知・広報
- ・福祉局からの介護予防の取組状況に関する照会※
- ・その他各区の実情に応じてご協力いただけるもの

※今後、各区において独自に行っている介護予防に関する効果的な取組の有無や内容について照会をさせていただきます。

(アプリを活用した運動・外出促進事業)

- ・福祉局が実施するアプリ登録会での区会議室の使用等

(介護予防理解促進事業)

- ・区イベントでの福祉局ブースの出展、福祉局との共催によるイベントの実施等
- ・令和8年度に増刷する介護予防ガイドブックの配架や区サイネージでの動画放映等

4 その他（スケジュール・他の課長会での説明予定等）

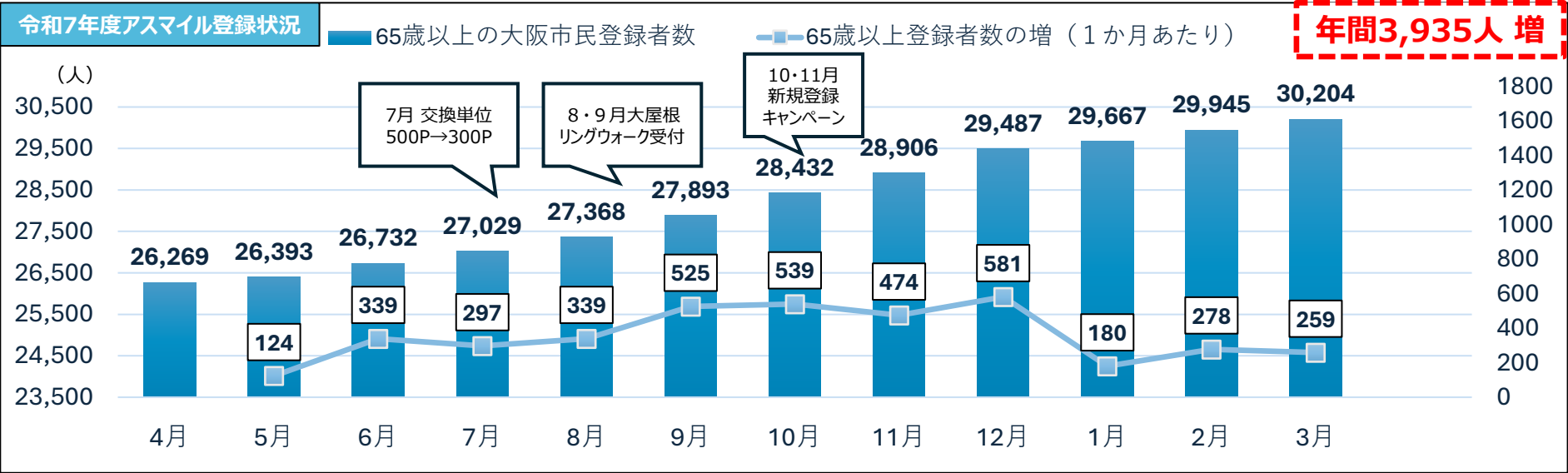
- ・区保健業務主管課長会（6月）で説明予定
- ・統括保健師会議（6月）で説明予定

アプリを活用した運動・外出促進事業について



「アスマイル」の現状

令和 8 年 6 月 福祉局地域包括ケア推進課



○新規登録者の伸び悩み

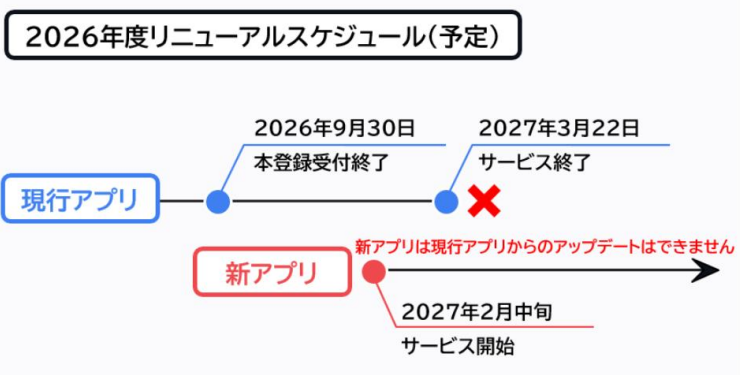
- ・令和 7 年度の新規登録者数（65歳以上）：3,935人

○登録してもあまり歩いていない方が多い

- ・1 日6,000歩が習慣となっている割合：約33%
(R7実績 6,000歩達成日が月の半分以上)

○アスマイルのリニューアル

- ・令和 8 年 9 月 30 日 新規登録受付終了▶新規登録できない期間発生
- ・令和 9 年 2 月中旬 後継アプリサービス開始▶データ引継ぎなし
- ・令和 9 年 2 月 28 日 ポイント交換終了



キャンペーンや広報などアスマイルの登録・活用の推進、他アプリの活用が必要

今後の取組み

新規登録者の伸び悩み

登録会の拡充（委託実施）・理解促進事業との連携

- ・ アプリ登録会・広報を委託により拡充実施
- ・ 理解促進事業のイベント等でもアプリ活用を啓発

あまり歩いていない方が多い

習慣化ポイントキャンペーン (6/1～12/31)

・ キャンペーン概要①

6,000歩／日 月に15日達成で
翌月にボーナスポイント(300P)付与

目標1 月に15日以上6,000歩



習慣に
つながる！

・ キャンペーン概要②

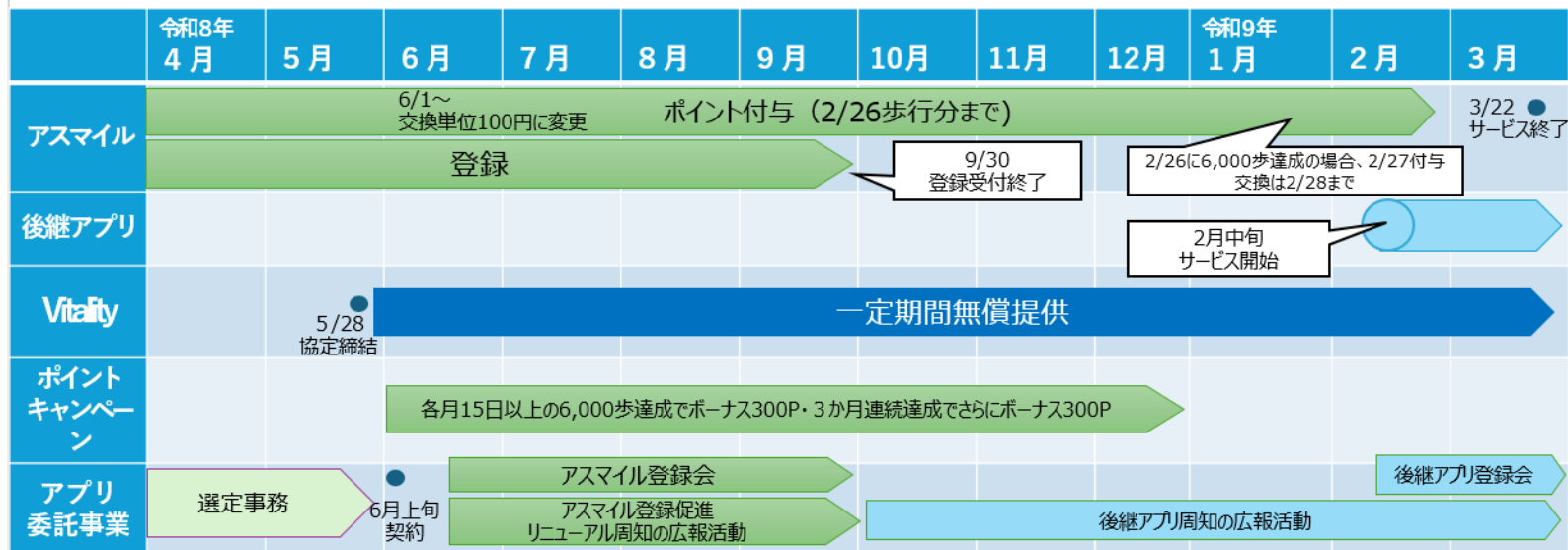
①を3か月連続達成すると

目標2 3か月継続

①に加え、ボーナスポイント(300P)付与



令和8年度 アプリ関連スケジュール



アスマイルのリニューアル

【新規登録できない期間の発生】

住友生命健康づくり支援アプリ「Vitality」の活用 (5/28～)

【データの引継なし】

新アプリの広報・登録促進（委託実施）

- ・ 健康づくり支援アプリ「Vitality」を一定期間無償利用
- ・ アスマイル登録者を新アプリにつなぐ取組を委託により実施

その他

ポイント交換単位の変更 (6/1～)

- ・ ポイント交換単位を300ポイントから100ポイントに変更

介護予防理解促進事業(介護予防広報プロモーション)について

事業概要資料 2

令和8年6月 福祉局地域包括ケア推進課

事業の目的

これまで介護予防にあまり関心がなかった人等をはじめ、一人でも多くの方に「介護予防の大切さ」を知っていただき、介護予防活動への取組意欲を最大限に高める。

令和7年度

意識変容



行動変容

ガイドブックの製作・配付



要介護認定を受けていない特定年齢(65歳・70歳・75歳)の方へ配付

動画の制作・放映

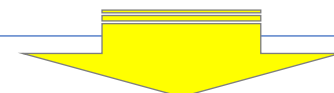


介護予防を知るきっかけになるような魅力的な動画を制作

イベントの実施(1回)



健康測定会やアンバサダーのトークセッションを実施



令和8年度では、引き続き、一人でも多くの高齢者の介護予防活動への取組意欲を最大限に高めるため、事業内容を拡充し、高齢者の年代、興味・関心、生活状況等に応じて、

多種多様なイベントを年間を通じて実施するとともに、動画やSNSを活用した取組を行う。

令和8年度

意識変容



行動変容

大規模イベント(2回の予定)

9月27日(日)

- ◆場所: JR大阪駅 (時空の広場・アトリウム広場)
- ◆プログラム(予定)
 - ・介護予防アンバサダーのトークショー
 - ・健康測定ブース 他

11月11日(水)

- ◆場所: なんばグランド花月
- ◆プログラム(市長ご出演予定)
 - ・スペシャル新喜劇
 - ・介護予防アンバサダーのトークショー
 - ・介護予防動画放映 他

小～中規模イベント(約10回の予定)

筋トレ

交流

ウォーキング

...

詳細は次ページへ

その他の取組

動画の活用(制作・放映)

SNSの活用

介護予防ガイドブックの増刷

介護予防アンバサダーによる発信



小～中規模イベントのスケジュール等

6月28日(日)

- ・プロ講師による筋トレやウォーキングの講座
- ・ウォーキング(大阪歴史博物館 ～ 大阪城公園内)
- ・学芸員による解説・案内(本丸～豊臣石垣館)
- ・参加人数(想定) 事前応募者(65歳以上)50名程度

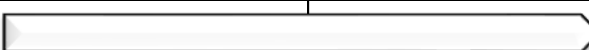
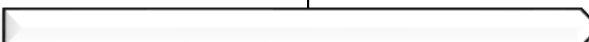


7月(日時調整中)

- ・プロ講師による水中ウォーキング
- ・市内のスポーツセンターで実施
- ・参加人数(想定)事前応募者(65歳以上) 50名程度



8月以降も市内の魅力的な施設等でのイベントを検討中！

エリア	検討中のイベント	令和8年					令和9年	
		8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
未定	包括連携締結企業との協働による健康マージャン(8月)							
淀川 以北	水道記念館・浄水場巡り ウォーキング×学習 (9～10月)							
	健康測定等(例:CogEvo)×ウォーキング(10月)							
東エリア	花博記念公園 鶴見緑地 バラ園巡りウォーキング等(10～11月)							
阿倍野区 以南	長居公園(スタジアム・公園等)でウォーキング等(10～11月)							
	住吉大社 ウォーキング×仏閣巡り (11～2月)							
中心部	天王寺公園エントランスエリア“てんしば” 天王寺動物園 (10～1月)							
	とんぼり・中之島リパークルーズ (11～2月)							
西エリア	咲州周辺(ATC・大阪南港野鳥園等)でウォーキング等 (1～2月)							

- ・上記イベントの開催場所の近隣区や他局等で同時期に実施されるイベントとの協働を検討。
- ・区主催の既存イベントへの福祉局ブースの出展についても検討。
(例) 区民まつり・健康展・区独自のイベントに福祉局が準備した健康測定機器(「CogEvo」)体験ブースの出展
「CogEvo」・・・認知機能を可視化することができる脳トレ機器。
▶約5分の簡単なゲームで、空間認識力/見当識/記憶力/計画力/注意力の5軸で認知機能を可視化することが可能。

後期高齢者向けフレイルリスク改善のためのトレーニング事業 概要

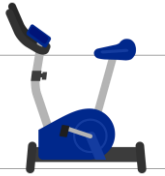
事業概要資料 3

経過

- 本市における介護・介助が必要になった原因の上位は「高齢による衰弱」、「骨折・転倒」、「認知症」が占めており、原因の半数以上を占めるフレイルやロコモについての対策が重要である。
- 要介護の原因である転倒や骨折のリスクは年齢とともに高まる。筋力トレーニング等により改善が見込まれる一方、無理なトレーニング等は、病気やけが、関節の痛みなどのリスクにつながるため、個人に合った負荷強度で行うことが必要である。

目的

フレイルの改善につなげるため、75歳以上の後期高齢者で転倒や骨折のリスクが高い方に対し、筋力トレーニング等を実施する。



対象

75歳以上の大阪市民で、後期高齢者健診質問票の歩行速度・転倒経験・運動習慣の3項目中1～2項目該当者
(ただし、要支援・要介護・筋骨格系治療者を除く。)

※後期高齢者健診質問票3項目(いずれも「はい」・「いいえ」で回答)→3項目とも該当の場合、本事業対象外

- ✓ 歩行速度 「以前に比べて歩く速度が遅くなってきましたか」が「はい」
- ✓ 転倒経験 「この1年間に転んだことがありますか」が「はい」
- ✓ 運動習慣 「ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか」が「いいえ」

※事業開始までのスケジュール(予定)

- ・事業者公募期間：令和8年5月22日～6月22日
- ・事業者決定：令和8年6月下旬
- ・事業・広報開始：6月～7月
(広報：案内送付・HP公開等)

内容

- 申し込み制：本市が本事業の対象者であると決定・通知した方
- プログラム：1人につき最大12回の個別筋力トレーニング・介護予防の基礎知識の習得及び取組み継続に必要な指導
- 委託先(案)：トレーニングジム、屋内スポーツセンター指定管理事業者
- 委託料(単価契約)：2,000円/回(1人あたり最大12回)、体力測定及びアンケート実施時4,300円/回(1人につき3回まで)
- 利用者数：300人を上限とする(令和8年度見込)

