
見守りアプリ「元気かな？」のご紹介



モバイルアプリ開発

CAT Techs

はじめに

本資料をご覧下さりありがとうございます。

私たちCAT Techsは、奈良県に本拠を置くスマートフォン向けアプリケーションの開発チームです。

家族や地域の見守りを支援するためのアプリ「元気かな？」を運営しております。
このアプリを通して、地域の安心な暮らしに貢献できればと考えております。

見守りネットワーク構築のために、そして地域コミュニティの活性化のために、
本アプリがお役に立てれば幸いです。

背景：重要性を増す見守り

1

高齢化および単独世帯が増加する中で、高齢者を地域で支え、異変に早期に気づき、命を守る仕組みである見守りは、ますます重要性を増してきています。

2

地域包括ケアシステムの中では、見守りは生活支援の一つとして位置付けられています。自治体にとって、地域包括ケアシステムの一翼を担う重要な施策です。^[1]

3

少子高齢化や財政状況から「共助」「公助」の大幅な拡充は難しく「自助」「互助（見守り等）」の果たす役割が大きくなることが期待されています。^[2]

安心な暮らしのために見守りが期待されています

[1] 東京都福祉保健局、高齢者等の見守りガイドブック（第 4 版）

[2] 地域包括ケア研究会報告書（平成 25 年 3 月）

課題：住民主体の見守りの難しさ

現状では、見守りを含む住民主体型のサービスの利用者数はごく僅かです。その原因として「**担い手の不足**」や「**地域住民による活動が生まれない**」等が挙げられています。[3]

継続的なサービス提供を住民活動として実施するという、国が自治体に求める構想は「とてもハードルが高い」と受け止められています。[4]

センサーを活用した見守りもありますが、日常的なコミュニケーションの断絶＝高齢者の孤立という根本的な課題には機器による「監視」だけでは対応できません[5]

住民が自然と参加したくなる仕組みが求められています

[3] 株式会社エヌ・ティ・ティ・データ経営研究所、介護予防・日常生活支援総合事業及び生活支援体制整備事業の実施状況（2019）

[4] 森川 美絵、地域包括ケアシステムにおける住民主体・互助としての生活支援、福祉社会学研究 16 卷（2019）

[5] 小林 雅史、高齢者見守りサービス 多様なサービスの提供と今後の可能性、基礎研 REPORT（冊子版）8月号（2017）

解決案：見守りアプリ「元気かな？」

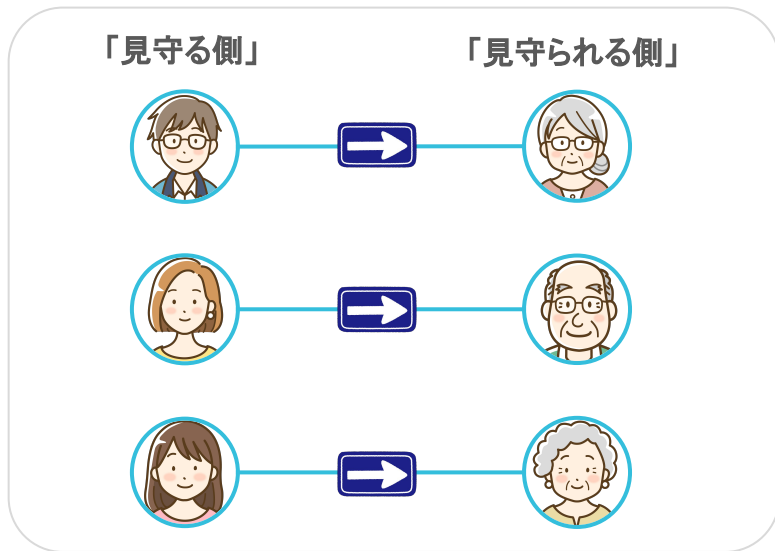


気分と歩数を共有して緩やかにつながるためのアプリです。

「元気かな？」の特徴1

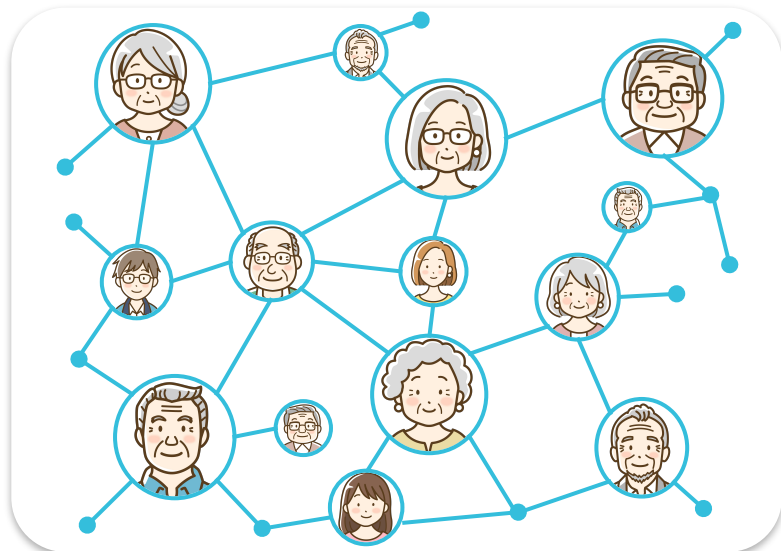
1 お互いに見守りあうシステムのため、ネットワークが自発的に広がります。

一般的な見守りシステム



一方通行の見守りだけでは
つながりが広がりにくい事があります。

見守りアプリ「元気かな？」



自由に友達とつながれるシステムのため、
SNSのように自発的にネットワークが広がります

「元気かな？」の特徴2

2 コミュニケーションを促すメッセージにより、人と人のつながりが強化されます。

 みおさんは調子が良くないようです。具合を聞いてみた方がよいかも知れません。
(>~<)



 最近、りっこさんの歩数が少なくなっているようです。様子を聞いてみてはいかがでしょうか？

 たかしさんが絶好調です。何があったか聞いてみると喜ばれるかも知れません。(●'~'●)

「元気かな？」の特徴3

3 人とのつながりが介護予防への効果も生み出します。



歩数を知人と共有することで歩くことへのモチベーションがアップします。
そこから、散歩が習慣化されることで介護予防への効果が期待できます。

さらに、散歩に出かけることが増えれば近隣との交流が増え、
人とのつながりがより一層強化されます。

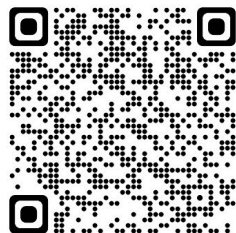
「元気かな？」の特徴4

4 完全無料のため、多くの方に安心してご利用頂けます。

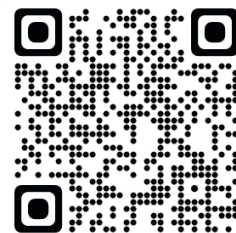
※ 通信料は利用者さまの負担となります。



iPhoneをご利用の方



Androidをご利用の方



- ✓ スマートフォンさえあれば、どなたでもすぐにご利用いただけます。
予算を確保していただく必要はありません。
- ✓ 個人情報の保護にも配慮し、住所や電話番号は収集しません



「元気かな？」のまとめ

- 1 お互いに見守りあうシステムのため、ネットワークが自発的に広がります。
- 2 コミュニケーションを促すメッセージにより、人と人のつながりが強化されます。
- 3 人とのつながりが介護予防への効果も生み出します。
- 4 完全無料のため、多くの方に安心してご利用頂けます。

最後までご覧下さりありがとうございました。
ご不明な点などございましたらお気軽にお知らせ下さい。



地域に合わせたカスタマイズも可能です

mail: support@cat-techs.info

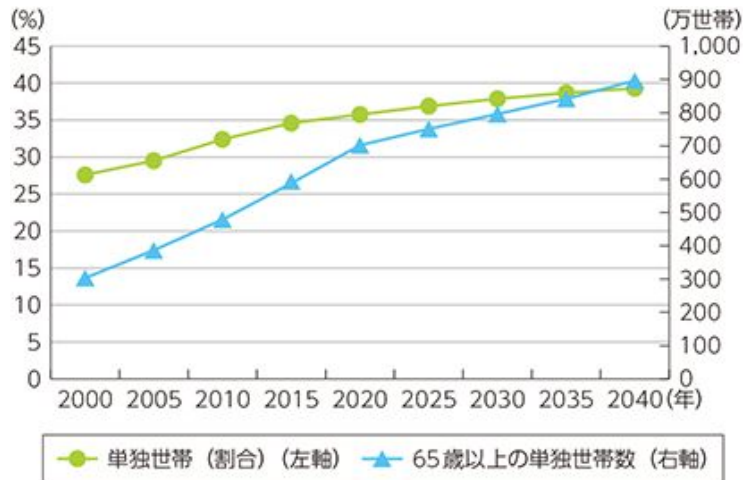
HP: <https://cat-techs.info/>

CAT Techs

We are pursuing computer-aided thinking technologies.

補足資料

付録1：単独世帯の増加

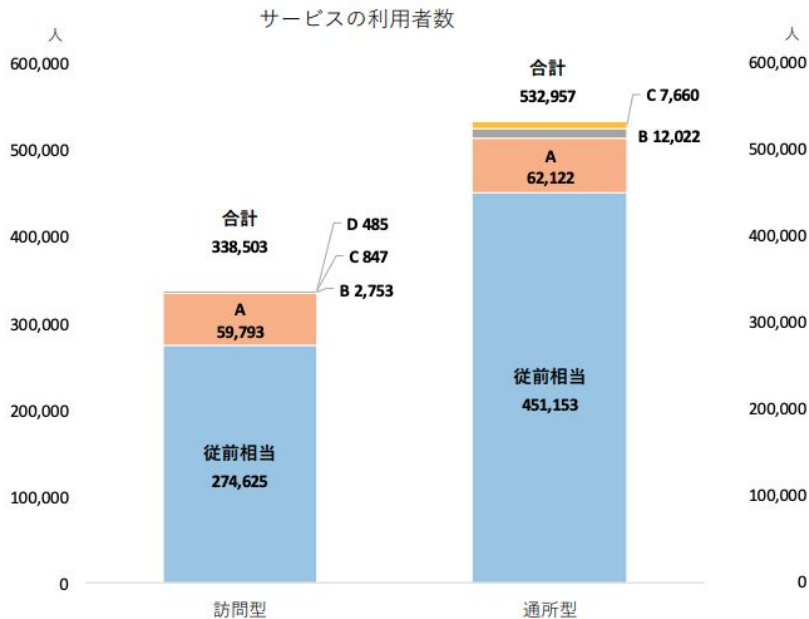


2040年には単独世帯の割合は約40%に達すると予測されています（左図）。特に、65歳以上の単独世帯数の増加が顕著です。

単独世帯の増加は、社会的孤立のリスクを高めます。高齢者を対象とした内閣府の調査によると、我が国の単独世帯の高齢者のうち、他者との会話が「ほとんどない」と回答した人の割合は7.0%であり、これは二人以上の世帯の値（2.2%）や諸外国の単独世帯（アメリカ：1.6%、ドイツ：3.7%、スウェーデン：1.7%）と比較すると高い水準です。

単独世帯の増加は、頼りにできる存在が身近におらず、社会的に孤立してしまう人の増加にもつながると考えられます。

付録2:住民主体サービスの利用者



n= 平成31年3月の実人数を把握している市町村

訪問型					通所型			
従前相当	A	B	C	D	従前相当	A	B	C
1,249	671	198	309	32	1,254	729	146	532

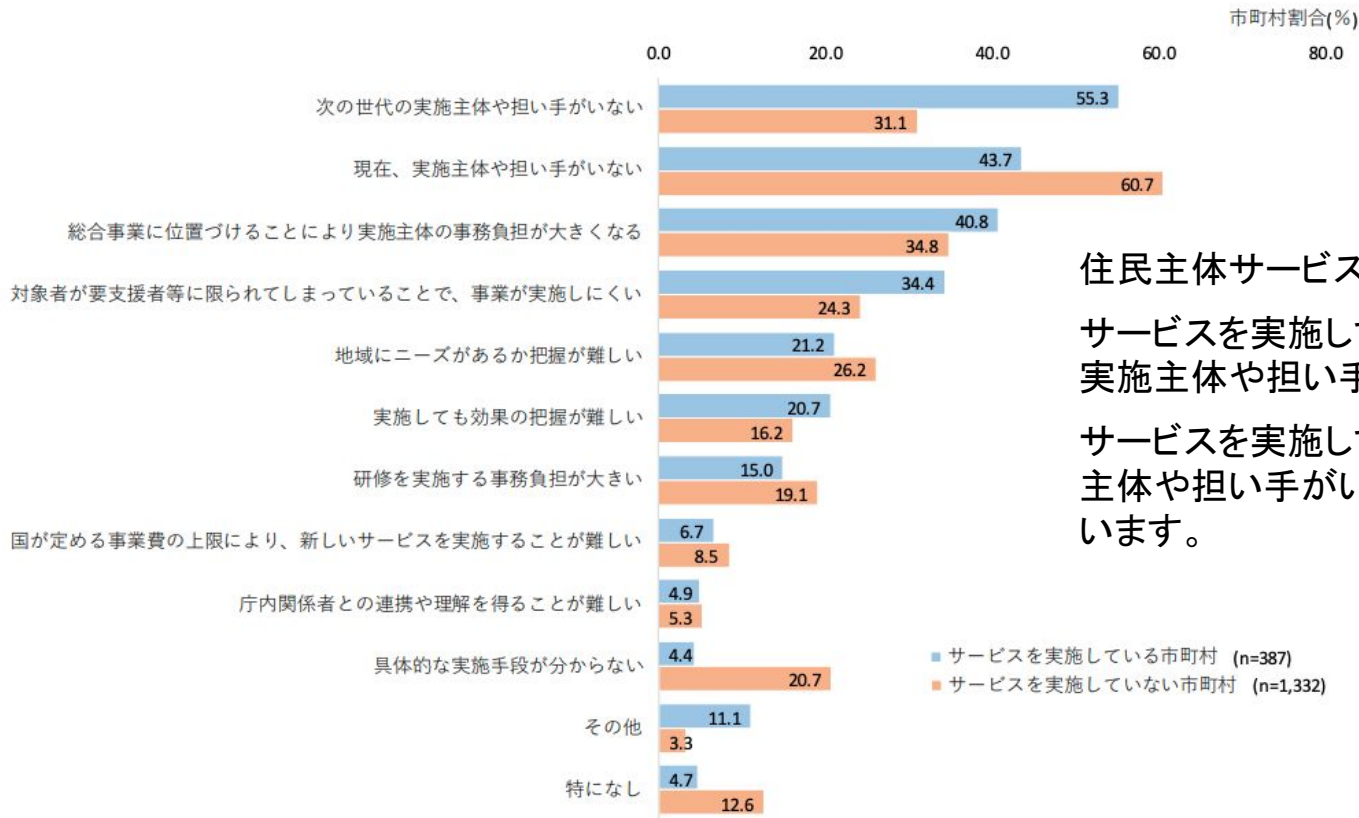
住民主体のサービスである「サービス B」の利用者は、訪問型で全体の0.8%、通所型で全体の2.3%に留まっており、普及しているとは言い難い現状です。

(補足)

従前相当サービス…旧介護予防訪問介護に相当するサービス
サービスA…基準を緩和したサービス
サービスB…住民主体によるサービス
サービスC…短期集中予防サービス
サービスD…移動支援

付録3:住民主体サービスの課題

CAT Techs



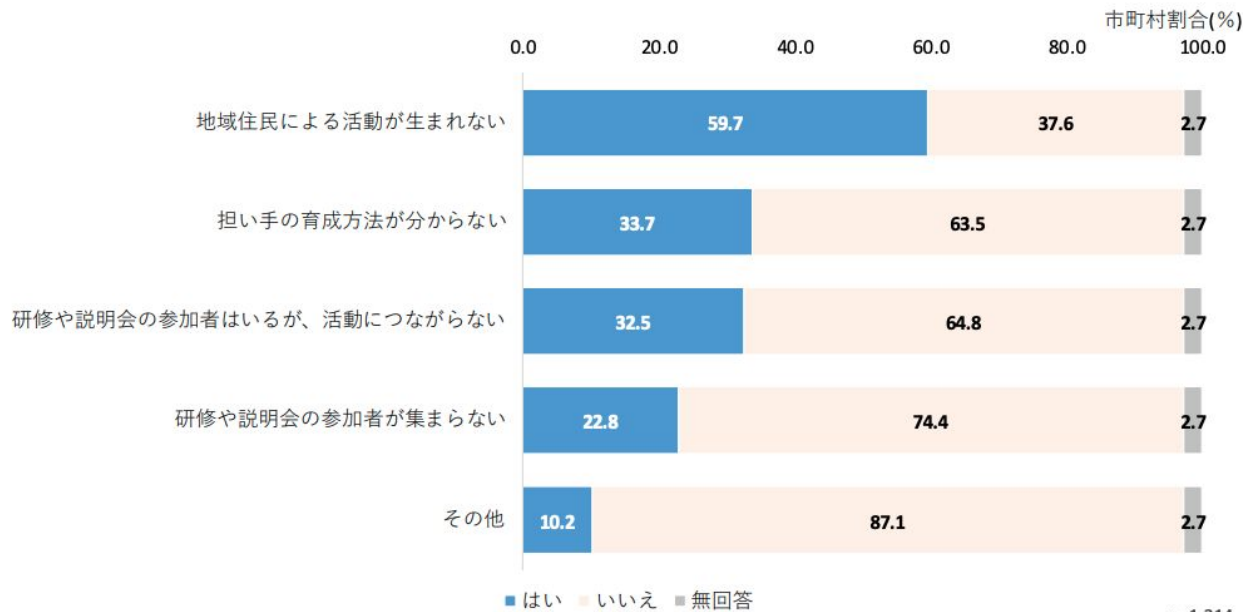
住民主体サービスの課題として、

サービスを実施している市町村では「次の世代の実施主体や担い手がない」が55.3%と最も多く、

サービスを実施していない市町村では「現在、実施主体や担い手がない」が60.7%と最も多くなっています。

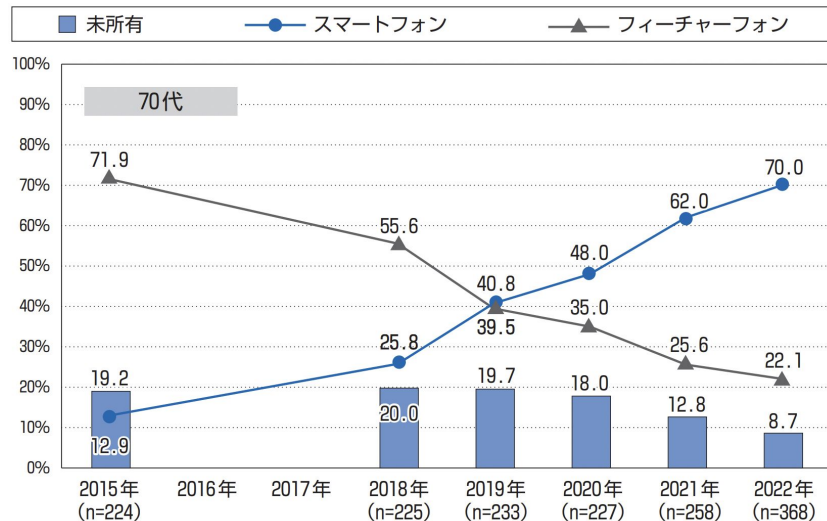
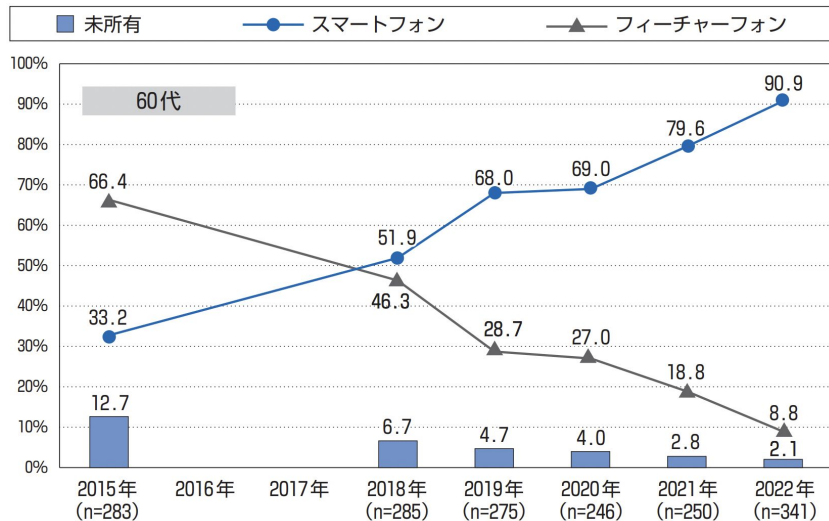
付録4: 担い手確保の課題

担い手確保について具体的に困っている点は、
「地域住民による活動が生まれない」が 59.7%と最も多く、
「担い手の育成方法が分からない」という市町村も 33.7%にのぼっています。



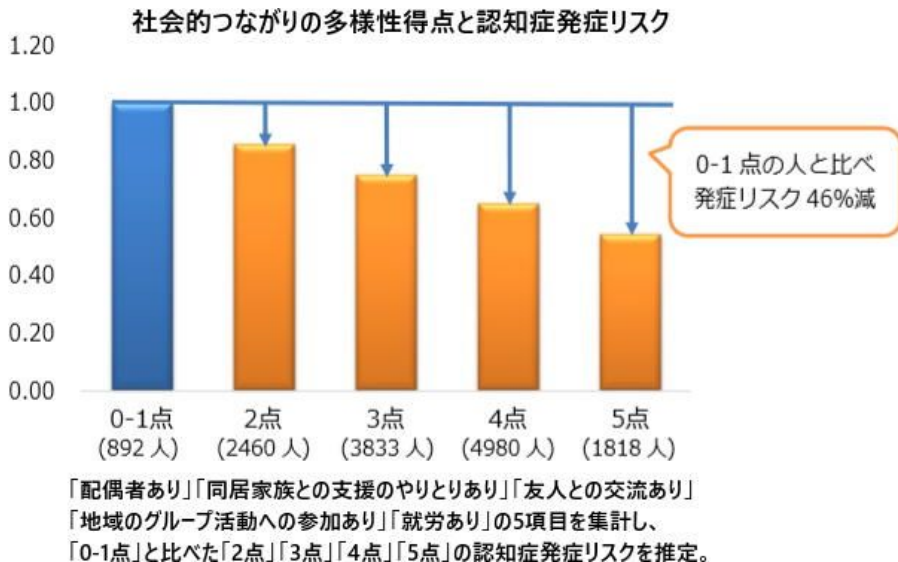
(サービスの課題について「現在、実施主体や担い手がない」「次の世代の実施主体や担い手がない」と回答した市町村)

付録5:シニア世代のスマホ所有率



2022年時点で、スマートフォン所有率は60代で約9割、70代で7割です。
シニア世代のスマートフォン所有率は今後さらに高まると考えられます。

付録6：社会的なつながりと認知症発症リスク



65歳以上13984名を対象に約10年間の追跡データを解析した結果、「配偶者がいる」「同居家族と支援のやりとりがある」「友人との交流がある」「地域のグループ活動に参加している」「何らかの就労をしている」の5つのつながりがある人では、認知症発症リスクが低下することが分かりました。

さらに、これら5つのつながりがある人は、ひとつもないかひとつだけの人と比べて認知症発症リスクが46%低いことが分かりました。

特定のつながりだけを持つよりも、**さまざまなタイプのつながりがある方が認知症発症リスクを低下させる可能性がある**と言えます。