

地域にお住まいの皆様へ **高齢者向け介護予防アプリ**のご案内

# オンライン かよ 通いの場 ば アプリ

 **通いの場  
おさんぽ**

散歩コースを  
自動作成!

 **通いの場  
体操動画**

1,000種類を  
超える豊富な  
体操動画

 **通いの場  
食事チェック**

毎日の食事を  
瞬時に  
見える化

楽しく運動や健康づくりに取り組める  
**6つの機能**をご紹介します!



 **コミュニケーション  
通いの場**

仲間とオンラインで  
交流が持てる

 **通いの場  
脳を鍛える  
ゲーム**

8種類の  
脳トレゲームが  
楽しめる

 **通いの場  
健康チェック**

健康状態を  
すばやく判定



「オンライン通いの場」アプリは、高齢者の身体活動の時間の低下や交流機会の減少を改善しオンライン(インターネット)を活用して運動や健康づくりに取り組める介護予防アプリです。



紹介動画は二次元コードから↑



 **無料で  
ダウンロード!**



GET IT ON  
Google Play



Download on the  
App Store

二次元コードを読み込むか  
アプリストアで  
「通いの場」と検索!

通いの場アプリ

①Google PlayまたはApp Storeから「オンライン通いの場」アプリをダウンロードします。②アプリを起動し、メッセージに従って会員登録を行ってください。

厚生労働省  
Ministry of Health, Labour and Welfare

国立研究開発法人  
国立長寿医療研究センター  
National Center for Geriatrics and Gerontology

# あなたも今日から始めてみませんか？ 楽しみながら、運動や健康づくりに取り組める介護予防アプリ

機能  
**1**

## 通いの場 おさんぽ 散歩コースを 自動作成

現在地を起点に、お散歩コースをアプリが自動で作成・提案します。おさんぽコースは自由にカスタマイズすることも可能です。



機能  
**2**

## コミュニケーション 通いの場 仲間と 交流が持てる

全国の仲間とオンライン交流が可能です。日常の発見を発信したり、仲間の投稿にコメントやリアクションする事で交流を図りましょう。



機能  
**3**

## 通いの場 体操動画

### 自宅でできる体操 盛りだくさん!!

1,000種類超の体操動画を視聴可能です。認知症予防に効果的な「コグニサイズ」も全40種類公開中。



▲メニュー画面

機能  
**4**

## 通いの場 脳を鍛える ゲーム

### 8種類&難易度別 脳トレゲーム

8種類の脳トレゲームが3つの「難易度」で楽しめます。正答率100%を目指して脳トレに挑戦しましょう!



機能  
**5**

## 通いの場 食事チェック

### 毎日の食事管理を 画像解析で

朝昼晩と間食について、食事の写真から料理名とカロリーを自動解析して記録できます。



機能  
**6**

## 通いの場 健康チェック

### 健康状態を すばやく判定

毎日の歩数や獲得ポイントをグラフで確認したり、アンケートでカンタンに健康状態の判定ができます。



他にも アプリを楽しく継続利用できる機能が盛りだくさん!

通いの場をカンタン検索

## Ba チェックイン

通いの場を現在地からマップ上で手軽に探すことが可能です。また、通いの場に訪れた記録を残すこともできます。



楽しくポイントを貯める!

## P GOポイント

アプリの機能を利用して獲得するGOポイントにより、オリジナルキャラクターのまごっちを育成することができます。



二次元コードを読み取りアプリをインストールしたらご利用可能です。

**無料で  
ダウンロード!**



GET IT ON  
Google Play



Download on the  
App Store

二次元コードを読み込むか  
アプリストアで  
「通いの場」と検索!

通いの場アプリ 検索

①Google PlayまたはApp Storeから「オンライン通いの場」アプリをダウンロードします。 ②アプリを起動し、メッセージに従って会員登録を行ってください。