

「テレさんぽ」サービスの利用による 健康寿命延伸プロジェクト 中間報告

2025年5月19日

パナソニックエンターテインメント&コミュニケーション(株)

背景と目的

高齢者の介護を必要とする期間を短くできれば、
介護事業者や家族の負担軽減にも繋がるのではないか。

取り組む背景

- 高齢化の進行により、健康寿命の延伸が課題となっているが、高齢者が継続的に取り組める運動機会が不足している。
- 介護予防や健康維持の観点から運動が推奨されるものの、体力の不安等から、屋外での運動が難しい高齢者も多い。
- 高齢者向けの施設では、楽しみながら取りくめる運動プログラムの選択肢が限られており、継続しやすい仕組みが求められている。

事業内容

- 足踏み運動とセンサアプリを連動させ、ディスプレイに映る名勝地を眺めながら屋内で安全に疑似散歩が楽しめるサービス「テレさんぽ」を提供する。
- 市内の高齢者向け施設等で本サービスを活用してもらい、実際の使用状況を踏まえたフィードバックを収集し、より効果的な運動プログラムへと改良を重ねる。

期待される効果

- 楽しみながら運動できる環境を提供することで、運動習慣の定着を促し、健康寿命の延伸に貢献する。
- 市内の高齢者向け施設等に新たな運動プログラムとしてサービスを実証導入することで、市民の健康維持や介護負担の軽減につなげる。

3施設にて、3カ月使用による効果を確認



テレさんぽ

使用シーンイメージカット



【貸出機材】※テレビは含まず

- ① タブレット
- ② アダプター(USB-C → HDMI変換)
- ③ 歩行センサー(スマートフォン)
- ④ ポシェット

【効果の確認ポイント】

- ・利用者が楽しく運動を継続できたか。
- ・介護現場の負担減少に寄与できたか。

サービスの特長

1

運動促進・習慣化

利用者の振動(動き)をセンサーが察知して、映像が進む。

おさんぽコースは**128コース**(25年1月時点)
天気、天候を問わず、足踏み運動を楽しめる

2

介護現場の負担減少

設置工事不要。シンプルな操作画面で施設利用者様ご自身でも操作可能。

施設利用者の日々の運動を促進

3

運動実績の見える化

1コース歩くと、歩数や移動距離等の実績が表示される。利用者ごとに運動実績を記録し、レポート出力が可能。※WindowsPCが必要

1月10日～4月24日 3施設にて使用



①リハ型デイサービスA



②特別養護老人ホームA



③特別養護老人ホームB

テレさんぽ

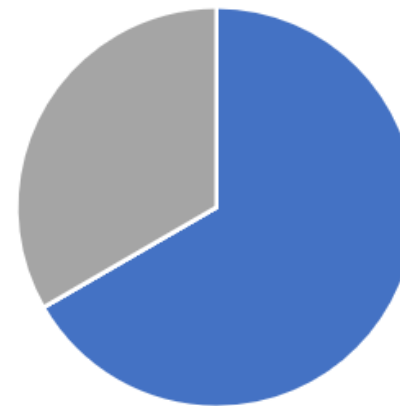


3カ月使用による
効果を確認

- ①リハ型デイサービスA (自立大型テレビ使用)
- ②特別養護老人ホームA (中型壁掛テレビ使用)
- ③特別養護老人ホームB (中型据置テレビ使用)

アンケートからの抜粋

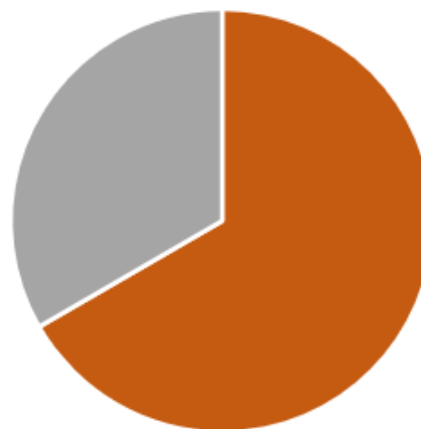
①利用者は楽しめていたか



- 楽しめていた
- 楽しめていなかった
- わからない

認知症、身体的な問題もあり、継続利用どころか**実践自体も難しい**方がいる。
(特養A)

②介助負担は軽減したか



- 軽減した
- 軽減しなかった
- 一部軽減した

コース選択～スタートまではスタッフが操作するが、**介助なくゴールまで歩きき**れている。
(リハ型デイサービスA)

まずはリハ型デイサービスで、よりお役立ちできそうなアイテムを検討

特別養護老人ホーム

■テレさんぽは「かんたん操作」と謳っているものの、施設利用者にとっては「かんたん操作」とは言い難い。

■車椅子の利用者が多く、中には楽しめている方もいるが、介助者は基本的に付きっきりになってしまう。



テレさんぽを構成する「歩行センサー(スマホ)」と「タブレット」という、機器自体の見直しが必要⇒現時点では修正困難

リハ型デイサービス

■壊してしまわないか、心配・・・という声もあり施設利用者でもタブレット操作は出来そうだけど、現時点では介助者が手を貸している。

■ほとんどの施設利用者がスマホ、携帯をもっているのでデジタル機器にはある程度理解があり、みんな楽しめている(マシンの待ち時間に使用)



操作手順・コース内容の明確化ができれば、定着(利用者で操作)できる⇒介助負担減少の可能性はある。

テレさんぽバージョンアップ版と助成物で実証実験継続

「リハ型デイサービスA」での実証実験を継続します(3カ月間)

テレさんぽ バージョンアップ内容

■128コース⇒158コースへ増

■経過時間表示

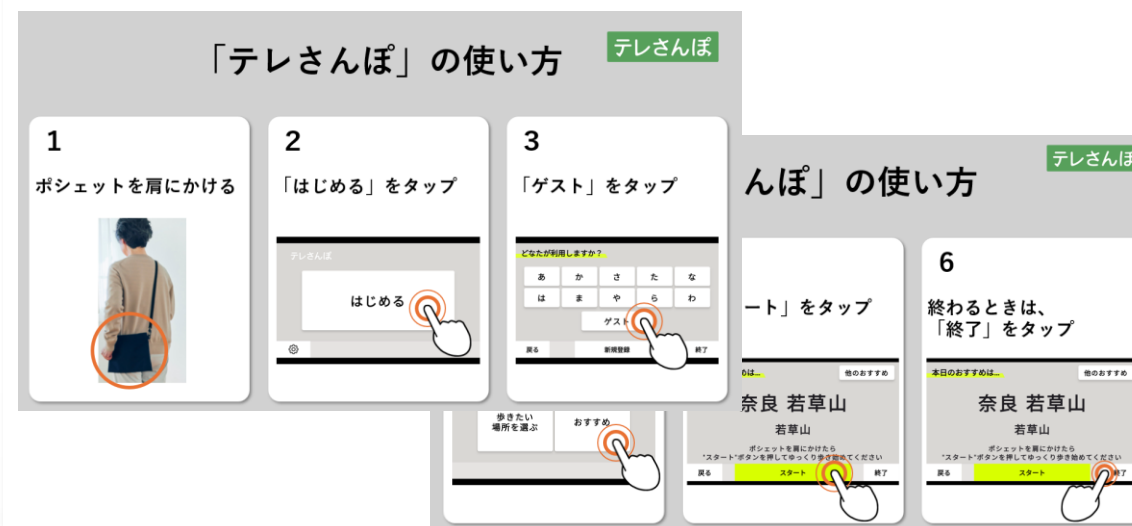
■踏破コースへの済マーク表示

【リハ型デイサービスA、要望の一つ】
「行ったところにチェックが付いて表示されるといいかも」

を解決できる。

テレさんぽ 助成物

①「テレさんぽ」使い方POP作成、活用



②散歩コース一覧表(紙出力)

エリア	都道府県	カテゴリ	場所	コース名	コース NEW マーク	コース時 間 (秒)
中部	山梨	富士山	富士山	5合目1		179
				5合目2		179
				5合目～7合目		173
				ご来光と山頂付近		187
				浅間大社		164
東北	宮城	日本三景めぐり	宮城 松島	観瀾亭		179
				円通院		299
				五大堂		179
				福浦島1		298
				福浦島2		179
				松島龍宮		176

待ち時間に「どのコースを歩くか」を事前確認できる。
タブレット操作の抵抗感を減らす。