

「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 最終報告

2025年9月9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)

再掲

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。

テレさんぽ サービス概要・特長(前回からの改良点は青字記載)

サービス概要



【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。
- ・介助負担の減少に寄与できたか。

サービスの特長(25年8月時点)

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。

当初128コース

おさんぽコースは**186コース**(25年8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

利用者ごとに歩数や移動距離等の**実績がタブレット上で表示可能。測定機能追加。**外部PCと接続でレポート出力が可能。※PC用のアプリが必要

再掲

使用環境とアンケート結果(中間報告時点)

1月10日～4月24日 3施設にて検証



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

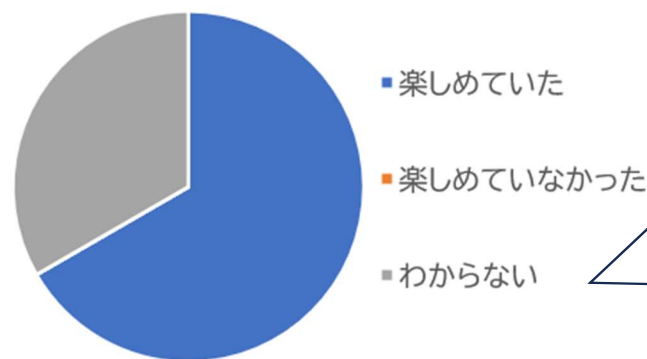
テレさんぽ

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)

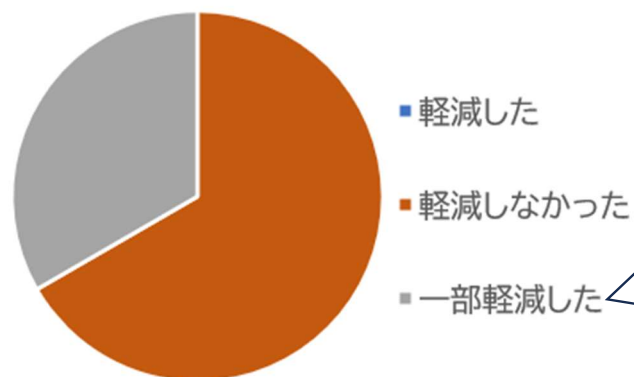
アンケートからの抜粋

①利用者は楽しめていたか



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



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)

期間:4月24日～8月19日

テレさんぽについてアンケート

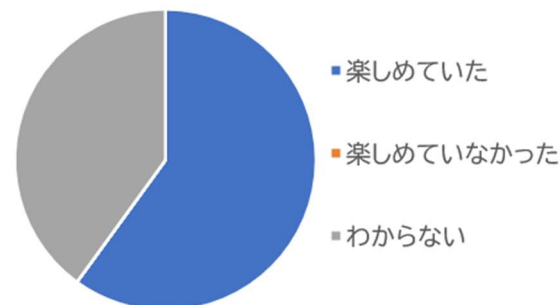
テレさんぽ



【テレさんぽ 使用環境】

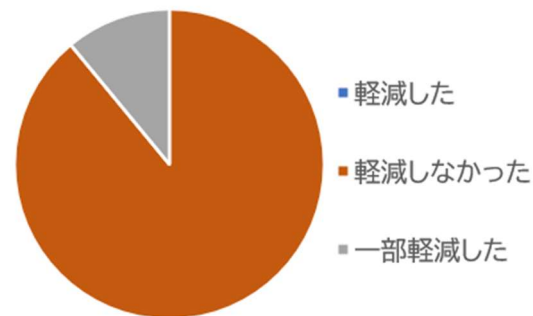
リハ型デイサービス(自立大型テレビで使用)
集団体操実施中に、一部利用者へオススメして使用

①利用者は楽しめていたか



定員86名のうち6割以上がテレさんぽを利用して、楽しめていた。

②介助負担は軽減したか



定員86名に対して約10名前後、利用者自身で操作できるようになったが、**進んで使われるまでには至っていない。**

アンケート結果から得た「気付き」とヒアリング結果

レクリエーション用途と、機能訓練用途としての機能拡張の要望有。

再掲 中間報告時点

■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、**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るし、みんな楽しめている。**

もしかしたら・・・



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**がある。

NEW

今回 最終ご報告

■要支援1, 2の利用者の中で週2回来られている方は操作を覚えられた。**週1回の方は忘れてしまっていて、毎回介助者が手を貸している。**

■**要介護の方は安全の為、介助者が目を離せない**ので付きっきりになってしまう。
複数人で同時に使用もできず、**機能訓練のメニューに「テレさんぽ」を入れられなかった。**

結果

訓練指導員の人数も限られている為、テレさんぽをオススメしきれなかった。複数人で使用できたら機能訓練にも使えて、定着できたかも？
⇒ **現時点、当該施設において、テレさんぽが介助負担減少に繋がった・・・**とは言い難い。

【総括】 約7カ月間の実証実験を経て

複数人による利用 & 簡単操作を再考慮し、サービスの改良を図っていきます

テレさんぽの現状、良いところ

■天候に左右されず、キレイな映像を見ながら運動ができた。

■一部の利用者は目を離しても足踏み運動をしてもらう事ができた。
(介護レベルの低い方)

■利用者が行ったことのあるロケーションがあると、大変喜んでもらえた。

テレさんぽ 今後

用途の合わせた機能拡張を検討

【機能訓練用途】

指導員1名と利用者複数で使用できれば、機能訓練メニューとして使用できる可能性がある。

【レクリエーション用途】

介助者1名と利用者複数で使用➡利用者のみで使えるようになれば、介護負担の減少に繋がる可能性がある。

※用途が増える事で操作性の低下に繋がる可能性があるので、要注意

**約7カ月の実証実験を終了いたします。
ご協力賜りました、関係各所の皆様
誠にありがとうございました。**

今後も「テレさんぽ」は、介護現場が抱える課題解決と、エンターテインメントを提供
できるサービスを目指して、仕様の検討を進めて参ります。