

2024年6月27日
株式会社エス・エム・エス**エス・エム・エスが福岡市の「令和6年度オンラインフレイル予防講座業務」を受託
ICTを活用しライブトレーニングや座学等の講座を全10回開催。健康寿命延伸をサポート
～運動・口腔ケア・栄養指導など多様な講座を開催。集客からプログラム評価までワンストップで実施可能～**

株式会社エス・エム・エス（本社：東京都港区、代表取締役社長：後藤夏樹、東証プライム、以下「当社」）は、福岡県福岡市（以下「福岡市」）の「令和6年度オンラインフレイル予防講座業務」を受託したことをお知らせします。

本業務では、宮城県仙台市や東京都練馬区でも導入実績のある当社の知見を活かし、65歳以上の高齢者を対象に、フレイル予防に関する知識を学ぶ座学とストレッチやトレーニングを組み合わせる「オンラインフレイル予防講座」を全10回開催します。ICTを活用し、低栄養予防、口腔ケア、運動、生活習慣病予防・重症化予防などの多様な講座を実施することで、高齢者に広くフレイル予防の普及・啓発を行うとともに、フレイル予防・介護予防に取り組みきっかけを提供します。

**エス・エム・エスが福岡市の「令和6年度オンラインフレイル予防講座業務」を受託
ICTを活用しライブトレーニングや座学等の講座を全10回開催。健康寿命延伸をサポート**

運動・口腔ケア・栄養指導など多様な講座を開催
集客からプログラム評価までワンストップで実施可能

**■ 社会背景**

少子高齢化の進行に伴う社会保障費の増大と生産年齢人口の減少により、日本経済を働き手として支える現役世代の負担が深刻な課題となっています。課題の解決には、長く健康に働き続ける人を増やすと共に、高齢になっても介護を必要とせず日常生活を支障なく送ることができる健康寿命の延伸が不可欠です。国も2019年に「健康寿命延伸プラン」を策定し、2040年までに男女とも健康寿命を3年以上延伸することを目標に掲げています^{*1}。

そのような中で、重要な取り組みの一つとして位置づけられているのが介護予防・フレイル対策^{*2}です。フレイルとは高齢とともに体や心の働き、社会的なつながりなどが弱くなった状態^{*3}のことを指します。国の調査では、要支援と認定された人の「介護が必要となった主な原因」のうち、「高齢による衰弱」（フレイル）が関節疾患に次いで高い割合となるなど^{*4}、各自治体には対応が求められています。

■ 福岡市について

福岡市の人口は2023年9月末時点で159万1,367人、そのうち65歳以上の人口は35万4,199人、高齢化率は22.3%となっています^{*5}。高齢化率は全国平均を下回っているものの、全国的な傾向と同様に年々上昇を続けており、今後も引き続き上昇傾向が続く見込みです。また、全国と同様に福岡市においても新型コロナウイルス感染症による自粛生活の影響で、フレイルや要支援・要介護の高齢者の増加が懸念されています。

福岡市では以前より、オンラインでの高齢者向けフレイル予防講座を開催してきました。高齢者のフレイル予防に関する各種通いの場への参加数は回復傾向にあるものの、より多くの参加を促すために、フレイル予防に取り組む選択肢の

1 つとして気軽に自宅などから参加可能なオンラインフレイル予防講座を、今年度も引き続き実施します。

■令和 6 年度オンラインフレイル予防講座業務について

当社ではこれまで、宮城県仙台市^{※6}や東京都練馬区などの様々な自治体で介護・フレイル予防に向けた各種調査や、介護・フレイル予防教室などを行ってきました。この度、これらの実績とノウハウを活かし、福岡市の令和 6 年度オンラインフレイル予防講座業務を受託しました。

本業務では、オンラインフレイル予防講座の集客から、講座の開催、プログラム内容の評価までを一貫して行います。集客では、ショッピングセンター等市民が集まる場所でのチラシ配布や、地域包括支援センターと連携した通いの場への直接の声かけなどを行います。オンラインフレイル予防講座は全 10 回の開催を予定しており、福岡市にゆかりのある講師を中心に、低栄養予防、口腔ケア、運動、生活習慣病予防・重症化予防などの座学や、フレイル予防のストレッチ、トレーニングを行います。参加者は自宅や通いの場など、好きな場所からオンラインでの参加が可能で、講師や他の参加者の様子を確認しながら一緒に取り組むことができます。はじめての方でも気軽に取り組める講座内容と参加者同士が交流するためのワークやレクリエーション、当社の理学療法士が監修した自宅で取り組む宿題動画を組み合わせ、フレイル予防に取り組むきっかけと継続的な予防機会を提供します。また、講座終了時には参加者へアンケートを実施し、フレイル予防への理解度や参加者の意識・行動変化、満足度などを収集することで、プログラム内容の評価を行うと共に事後の取り組みに活用します。

【「オンラインフレイル予防講座」概要】

(1) 対象者：福岡市在住の 65 歳以上の高齢者

(2) 日程と講座内容 (全 10 回)：

・6/28 (金) 元気でいきいき！フレイルってなに？

講師：山田 実 (筑波大学 人間系 教授)

・7/17 (水) 心が弾む♪らくらく運動習慣づくり～人生 100 年時代を豊かに過ごすための貯筋運動～①

講師：矢渡 理奈 (福岡クローバーストレッチ 代表)

・8/29 (木) 健康と元気の秘訣♪～栄養と水分～

講師：吉村 俊亮 (株式会社 AND-U 代表取締役)

・9/20 (金) すこやかなカラダづくり～脳フレイル予防に挑戦～

講師：杉谷 太 (株式会社たぬき 代表取締役、国立長寿医療研究センター認定 コグニサイズ指導者)

・10/30 (水) お口からはじめるフレイル予防～オーラルフレイル予防～

講師：森田 浩光 (福岡歯科大学 成長発達歯学講座 障害者歯科学分野 教授)

・11/28 (木) フレイル予防と防災～災害から命を守るために～

講師：鍵屋 一 (跡見学園女子大学教授、一般社団法人福祉防災コミュニティ協会代表理事)

・12/20 (金) 心が弾む♪らくらく運動習慣づくり～人生 100 年時代を豊かに過ごすための貯筋運動～②

講師：矢渡 理奈 (福岡クローバーストレッチ 代表)

・2025/1/24 (金) 村上祥子の早・うま・簡単！たんぱく質料理

講師：村上 祥子 (株式会社ムラカミアソシエーツ 代表取締役/公立大学法人福岡女子大学 国際文理学部 食・健康学科 客員教授)

・2/26 (水) オーラルフレイル予防のため「口トレ！はじめましょう！」

講師：古賀 直子 (一般社団法人福岡県歯科衛生士会 副会長)

・3/13 (木) 元気でいきいき！フレイル対策を続けましょう！

講師：山田 実 (筑波大学 人間系 教授)

(3) 開催時間：10:30～11:30 (10:00～接続可能)

12/20 (金) のみ 13:30～14:30 (13:00～接続可能)

(4) 実施会場：よかトレ実践ステーション、講師キッチンスタジオ等から配信予定

(5) 配信方法：Zoom を活用した双方向コミュニケーション型配信



(6) 定員：300名

(7) 参加費用：無料

【エス・エム・エスの健康経営ソリューション】

健康保険組合と企業が協力しコラボヘルスで推進する「健康経営」をトータルでサポート。フィジカル面を中心とした保健事業をサポートする「保険者・健康保険組合向けソリューション」と、メンタル面のサポートや職場の健康管理の整備をサポートする「人事・労務向けソリューション」を提供しています。また、自治体向けには各種調査、地域課題の整理・分析や施策の策定、具体的な対策実施までをワンストップで支援する「自治体向けソリューション」を提供しています。当社が保有する医療従事者ネットワークを活用した質の高いサービスを ICT/IoT を活用して提供、併せてデータなどの効果検証をワンストップで行うことで、企業・健保・自治体が抱える課題に対応しています。

(1) 保険者・健康保険組合向けソリューション

①リモートチャット指導特定保健指導サービスおよびリモートチャット指導重症化予防サービス

生活習慣病予備軍や軽度および中度の糖尿病対象者に向けたリモートチャット指導サービス。スマートフォンでの Web 面談後、チャットを通じ、担当の管理栄養士から定期的に指導を受けることができます。専門医監修のもと行うため、通院中や服薬中^{※7}の方へのサービス提供も可能です。

②行動療法に特化した禁煙サポート「One to One 禁煙指導サービス」

医師監修の禁煙情報の提供と個々の喫煙心理に働きかけるアドバイザー支援で、3 か月で卒煙を目指すプログラム。健康経営に役立つ分析レポートの提供も可能です。

(2) 人事・労務向けソリューション

①企業の健康管理業務サポート「リモート産業保健」(URL：<https://sanchie.net/>)

企業の人事・労務担当者に向けた産業保健業務サポートのトータルパッケージサービス。訪問とリモートを組み合わせ、産業医と産業看護職による 2 名体制で産業保健業務の支援や、従業員の面談サポートを提供しています。産業看護職にオンラインで気軽な内容の相談ができるため、カラダとココロの不調への早期介入が可能です。

②従業員の潜在的な不調を可視化する「コンディションサーベイ」(URL：<https://sanchie.net/conditioning-survey/>)

メンタル・フィジカルだけでなくエンゲージメントの把握まで網羅した独自の調査で、従業員の心身の状態把握が可能。実施後は、産業看護職によるアドバイスや従業員への面談サポートも提供しています^{※8}。課題の可視化から対応策までワンストップで提供し、離職防止や人材定着につなげます。

(3) 自治体向けソリューション

①自治体向け調査・計画策定・予防事業「データを活用した介護・フレイル予防」(URL：<https://lp.kaigo-frailty-yobo.net/>)

高齢者の保健事業と介護予防の一体化に向け、各種調査、地域課題の整理・分析や施策の策定、重症化予防や特定保健指導、介護・フレイル予防教室等具体的な対策実施までをワンストップで支援します。

- ※1・2：厚生労働省「健康寿命延伸プラン」(https://www.mhlw.go.jp/stf/shingi2/0000101520_00002.html) より
- ※3：厚生労働省「食べて元気にフレイル予防 パンフレット」(https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000089299_00002.html) より
- ※4：厚生労働省「2022（令和4）年 国民生活基礎調査の概況」(<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa22/index.html>) より
- ※5：福岡市「第9期福岡市介護保険事業計画（令和6～8年度）（答申）」(https://www.city.fukuoka.lg.jp/data/open/cnt/3/9633/1/betten_kaigohoken_toushin.pdf?20240220084958) より
- ※6：2023年1月にプレスリリースを発信。「仙台市とエス・エム・エス、ICTを活用したフレイル予防の実証実験を開始。スマホでフレイルのリスク度をチェック、オンラインで4拠点をつなぎ予防教室を実施～仙台市内の高齢者26万人に対し、健康寿命の延伸をサポート～」(https://www.bm-sms.co.jp/news-press/prs_20230112_sendaishi_kaigo-frailyobo/)
- ※7：症状や服薬数によるサービス制限あり
- ※8：産業看護職による各種サポートを利用する場合は、リモート産業保健のご契約が必要です

【株式会社エス・エム・エスについて】

2003年創業、2011年東証一部上場、2022年4月より東証の市場区分変更によりプライム市場へ移行。「高齢社会に適した情報インフラを構築することで人々の生活の質を向上し、社会に貢献し続ける」ことをミッションに掲げ、「高齢社会×情報」を切り口にした40以上のサービスを開発・運営しています。また、当社は優良な健康経営を実践している企業として、経済産業省と日本健康会議が共同で実施する「健康経営優良法人2024（大規模法人部門）」に認定されています。



健康経営に関する取り組み詳細：<https://www.bm-sms.co.jp/sustainability/employee-health/>

名称：株式会社エス・エム・エス

所在地：東京都港区芝公園 2-11-1 住友不動産芝公園タワー

代表者：代表取締役社長 後藤夏樹

会社設立：2003年4月

資本金：25億5,172万円（2024年3月31日現在）

従業員数：連結4,188人、単体2,754人（2024年3月31日現在）

事業内容：高齢社会に求められる領域を、医療・介護/障害福祉・ヘルスケア・シニアライフと捉え、価値提供先であるエンドユーザ・従事者・事業者をつなぐプラットフォームとしての情報インフラを構築し、40以上のサービスを展開

URL：<https://www.bm-sms.co.jp/>

【報道関係のお問い合わせ】

株式会社エス・エム・エス PR グループ 電話：03-6721-2404 mail：smsinfo@bm-sms.co.jp