オンライン通いの場アプリ

新型コロナウイルス（COVID-19）感染拡大防止のため、
高齢者の通いの場が活動を自粛している状況でも
オンラインで自己管理しながら、運動や健康づくりに取り組めるアプリケーションです。

オンライン通いの場アプリで出来ること*1

おさんぽ支援

行きたい場所を設定して、お散歩ルートを検索・登録できます。

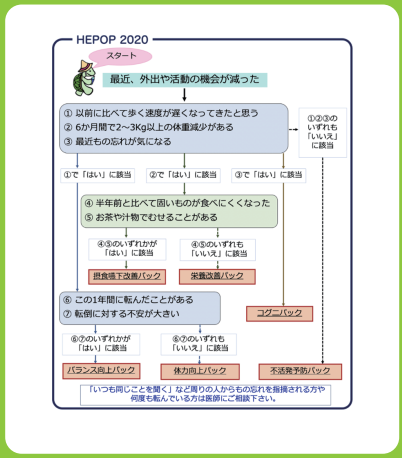
自宅でできる体操

自治体が提供する
体操動画を検索して、
閲覧できます。

自宅で出来る体操動画　画面イメージ

在宅活動ガイド2020

適切な運動や活動を行うための
フローチャートや運動・
活動メニューを閲覧できます。



ダウンロードはこちらから

Android版
（Google Playストア）
※Android 7.0以上対応

iOS 版
（App Store）
※iOS13以上対応

今後、以下の機能も追加していく予定です*2

- ＋ 通いの場情報の閲覧
- ＋ コミュニケーション機能
- ＋ 健康状態の管理（他ヘルスケアデバイスとの連携など）
- ＋ 脳活性化トレーニング
- ＋ 食事注文・宅配機能
- ＋ 買い物機能

*1 2020年7月時点における機能です。
*2 2020年7月時点における予定です。今後変更となる可能性がございます。

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