

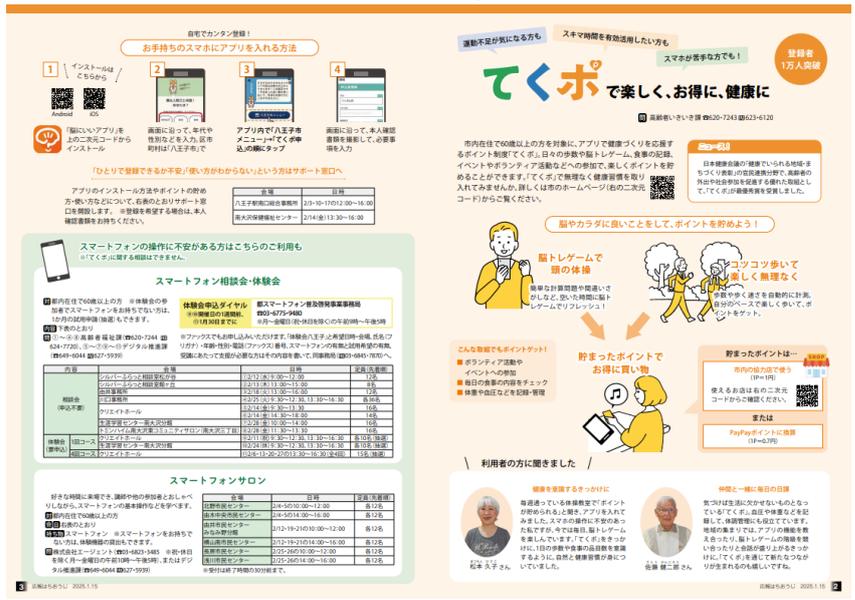
報道関係者各位

2025年1月17日  
株式会社ベスプラ

# 脳にいいアプリを活用した『てくポ』が八王子市広報紙の表紙に ～ICTで健康と地域活性を支援！介護予防を支える新時代の取り組み最前線～

株式会社ベスプラ（社長：遠山 陽介、以下：ベスプラ）が運営する脳と体の健康維持スマートフォンアプリ『脳にいいアプリ』を活用した八王子市の健康施策『てくポ（スマートフォンを使った介護予防ポイント制度）』が八王子市の広報紙「広報はちおうじ」（令和7年（2025年）1月15日号）の表紙に掲載されたことをお知らせします。

【広報はちおうじ（令和7年（2025年）1月15日号）の表紙と同紙の2,3ページ】



## ■ 『てくポ』～ICT活用×持続可能性で15万人の健康にアプローチ～

2021年より、八王子市とベスプラは『脳にいいアプリ』を活用した健康施策『てくポ』を進めております。高齢者を対象にした実効性のあるフレイル予防に向けて、ICTを活用したセルフマネジメント（介護予防）に着眼。スマートフォンアプリによるポイント制度で「身体活動」「栄養」「社会参加」の習慣化を応援する施策です。現在、約1万人の八王子市民にご利用頂いております。

60歳からはじめる“健康習慣”

八王子てくポポイント

てくポ

脳やカラダにいいことして、楽しくためてくポイント

ポイントをつためる

- 歩く
- 食事
- 脳トレ
- 社会参加

ポイントを使う

ポイントをつためて市内の協力店で利用可能

store

PayPay残高に変換可能（変換率70%）

■脳科学に基づいた脳の健康維持アプリ『脳にいいアプリ』とは



認知症研究における世界的権威のカロリンスカ研究所が実施した研究をベース(\*)に開発された、運動・脳トレーニング・食事の複合的な活動が管理できる完全無料の健康アプリです。

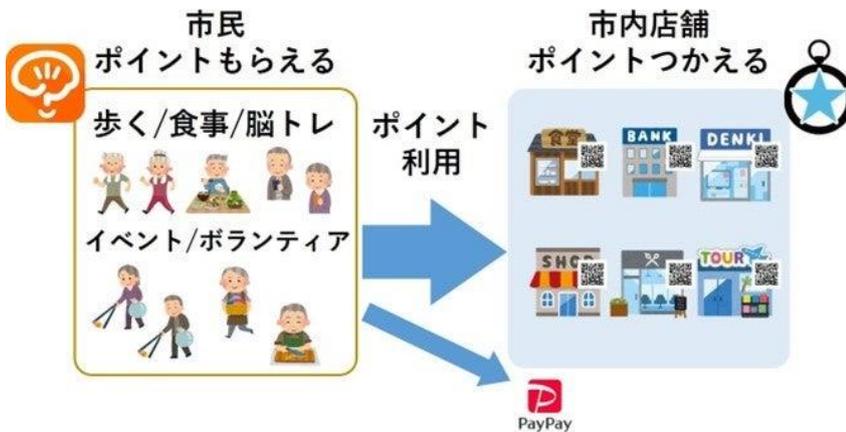
(\*)食事指導・運動指導・認知トレーニング・生活スタイル指導などを組み合わせることが、軽度の認知機能障害進行の抑制に有効であることを世界で初めて証明した研究

本アプリは 2017 年にローンチされ、東京都や地方自治体、内閣府 ImpACT など数多くの受賞歴があります。

脳にいいアプリ効果研究論文：<https://onlinelibrary.wiley.com/toc/21579032/2024/14/5>

■自治体向け健康推進「脳にいいアプリ×健康ポイントサービス」

市民が健康になって、地域が活性化する



『脳にいいアプリ×健康ポイントサービス』は、自治体の健康促進と商業活性化を目的としたサービスです。脳にいいアプリにて歩行やバイタル管理などの健康活動に加えて、ボランティアなどの社会参加を行うと、健康ポイントが貰え、獲得したポイントは『地域ポイント』や『PayPay ポイント』などに変換可能となり、自治体市民の健康と地域経済を盛り上げる画期的なサービスです。

※当サービスは、全国で 20 以上の自治体に導入されており、主に、自治体の健康ポイントや介護予防ポイント、ボランティアポイントのデジタル化に活用されております。(導入自治体一部：東京都八王子市、東京都渋谷区、埼玉県越谷市、山形県寒河江市、群馬県太田市、愛媛県松山市、高知県南国市、宮崎県都農町、鹿児島県大和村、神奈川県伊勢原市、広島県廿日市市、広島県三原市、栃木県矢板市、兵庫県姫路市、和歌山県海南市など)

本プレスリリースおよびサービス導入に関するお問い合わせは以下までご連絡ください。

◆会社概要

- 企業名 : 株式会社ベスプラ
- 代表者 : 遠山 陽介
- 本社所在地 : 東京都渋谷区神宮前 5 丁目 18-10 エクサスペース 3C
- 設立 : 2012 年 4 月
- URL : <https://bspr.co.jp/>
- 連絡先 : info@bspr.co.jp