

# 会えなくてもつながれる！

## スマートフォンで社会参加

～ 仲間と一緒にアプリを使ってみんなでチャレンジ～

参加者の声

仲間の投稿が刺激になる！

カメラ機能を使えるようになった！

仲間がいるから続けられた

新しい発見！新しい学び！



## スマートフォンアプリ

### 「みんチャレ」体験 2回連続講座

対象：スマホ所持、スマホで文字入力ができる65歳以上の堺市民の方

持ち物：スマホ、アプリDLのためのID・パスワード、メールアドレス

内容：1) 習慣化アプリ「みんチャレ」の入手

2) 参加者同士で最大5人1組のチームを組む

3) アプリの使い方説明・アプリの実践

4) 大阪府の健康アプリ「アスマイル」のご紹介・入手支援



① 使い方の説明があるから誰でも簡単に始められる！



② 同じ目標の仲間同士、5人1組のチームに参加！



③ 歩数をチームに写真で報告！

スマートフォンアプリ「みんなチャレ」体験 2回連続講座 開催場所・日時

区	実施回	開催場所	開催日	実施時間
堺	1回目	総合福祉会館 5階 (大研修室)	9月1日 (木)	9:30~11:30
	2回目	総合福祉会館 4階 (第3会議室)	9月8日 (木)	9:30~11:30
中	1回目	中区役所 地下 (A1・A2会議室)	9月2日 (金)	9:00~11:00
	2回目	中区役所 地下 (A1・A2会議室)	9月9日 (金)	9:00~11:00
東	1回目	東区役所 2階 (201・202会議室)	9月21日 (水)	9:30~11:30
	2回目	東区役所 2階 (201・202会議室)	9月26日 (月)	9:30~11:30
西	1回目	西区役所 地下 (A1・A2会議室)	9月5日 (月)	9:30~11:30
	2回目	西区役所 地下 (A1・A2会議室)	9月12日 (月)	9:30~11:30
南	1回目	南区役所 2階 (201・202会議室)	9月20日 (火)	9:30~11:30
	2回目	南区役所 2階 (201・202会議室)	9月28日 (水)	9:30~11:30
北	1回目	北区役所 3階 (302会議室)	9月6日 (火)	9:30~11:30
	2回目	北区役所 3階 (302会議室)	9月14日 (水)	9:30~11:30
美原	1回目	美原区役所 5階 (大会議室)	9月7日 (水)	9:30~11:30
	2回目	美原区役所 5階 (大会議室)	9月15日 (木)	9:30~11:30

**申込み**：8月1日（月）より電話、FAX又はE-mailでお申し込みください。  
 ※ お名前、ご年齢、連絡先（電話、FAX等）をお知らせください。  
 ※ 会場の都合上、各会場先着20名までとさせていただきます。

**申込先**：堺市立総合医療センター

担当：予防事業推進課 松下・井村

電話：072-272-1199（平日9時～17時）

F A X：072-272-9911

E-mail：[kenkousupport@sakai-hospital.jp](mailto:kenkousupport@sakai-hospital.jp)

※午前中は電話が込み合っております。つながらない場合は恐れ入りますが午後以降におかけ直してください。



三日坊主防止アプリ

みんなチャレ



堺市専用



無料でかんたん登録！今すぐ二次元コードから入手！

体験講座に関するお問い合わせは堺市立総合医療センターへ

**072-272-1199**

受付時間：平日9:00～17:00（祝祭日を除く）

堺市立総合医療センター 予防事業推進課

アプリに関するお問い合わせはエーテンラボ株式会社へ

**03-5422-8396**

受付時間：平日10:00～17:00（祝祭日を除く）

エーテンラボ株式会社 MAIL：[contact@a10lab.com](mailto:contact@a10lab.com)



地方独立行政法人 堺市立病院機構

堺市立総合医療センター

SAKAI SAKAI CITY MEDICAL CENTER