

令和7年度 東京データプラットフォーム ケーススタディ事業 第五回コミュニティイベント発表資料

データが支える「ゼロ次予防」に基づく健康促進 プロジェクト

2026年3月6日
日本電気株式会社

アジェンダ

1. プロジェクト概要

2. 今年度目指す成果

3. 今年度の取組

4. 今年度の成果

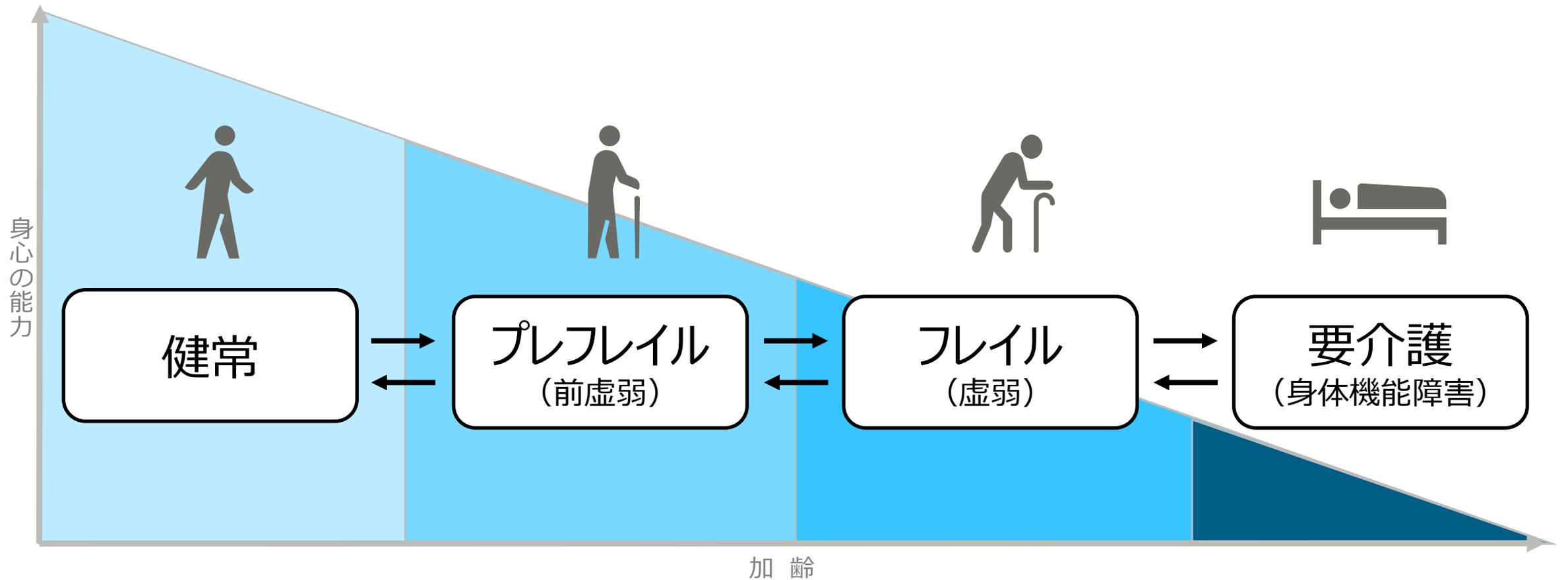
5. 今後の展望

1. プロジェクト概要

1. プロジェクト概要

加齢に伴い心身の活力（予備能力）が低下し、要介護状態に陥るリスクが高くなった状態のこと。
健康と要介護の中間段階に位置し、適切な介入で改善（可逆性）できる点が大きな特徴。

フレイルとは



1. プロジェクト概要

高齢者の健康寿命を延ばし、財政を健全化し、地域の支え合いを強化するために、データに基づく施策改善と地域資源の最大活用に取り組む（ゼロ次予防）

プロジェクトの背景・目的、取り組む課題

現状



高齢者：フレイル割合増
財政：財政状況厳しい
地域：つながり希薄

目指す姿



高齢者：元気
財政：健全化
地域：支えあい

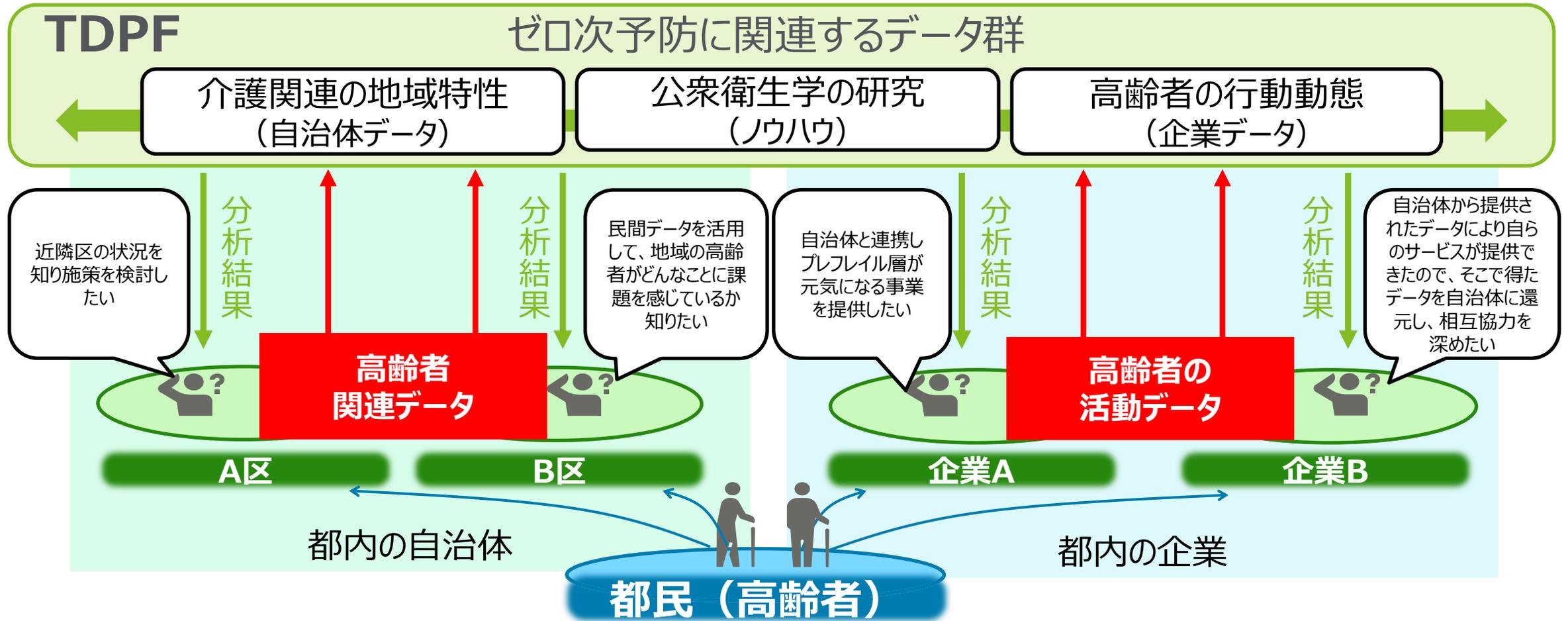
ゼロ次予防

背景	健康寿命延伸に向け、高齢者の行動・地域特性を踏まえた施策改善が必要となってきた
目的	官民データと地域資源を生かし、高齢者が元気に暮らせる環境を整え、財政の健全化と地域の支え合い体制の強化につなげる
取り組む課題	自治体の取組を進化させるため、高齢者データ・地域差の分析を充実させ、民間・地域の参画を促して地域資源を最大活用する体制づくりが必要

1. プロジェクト概要

介護保険費用の削減は容易ではなく、中長期的な視点で継続的に取り組むことで初めて成果が現れる課題。自治体だけでは解決できない領域であり、民間との協働を可能にしたTDPFの存在によってこそ実現する

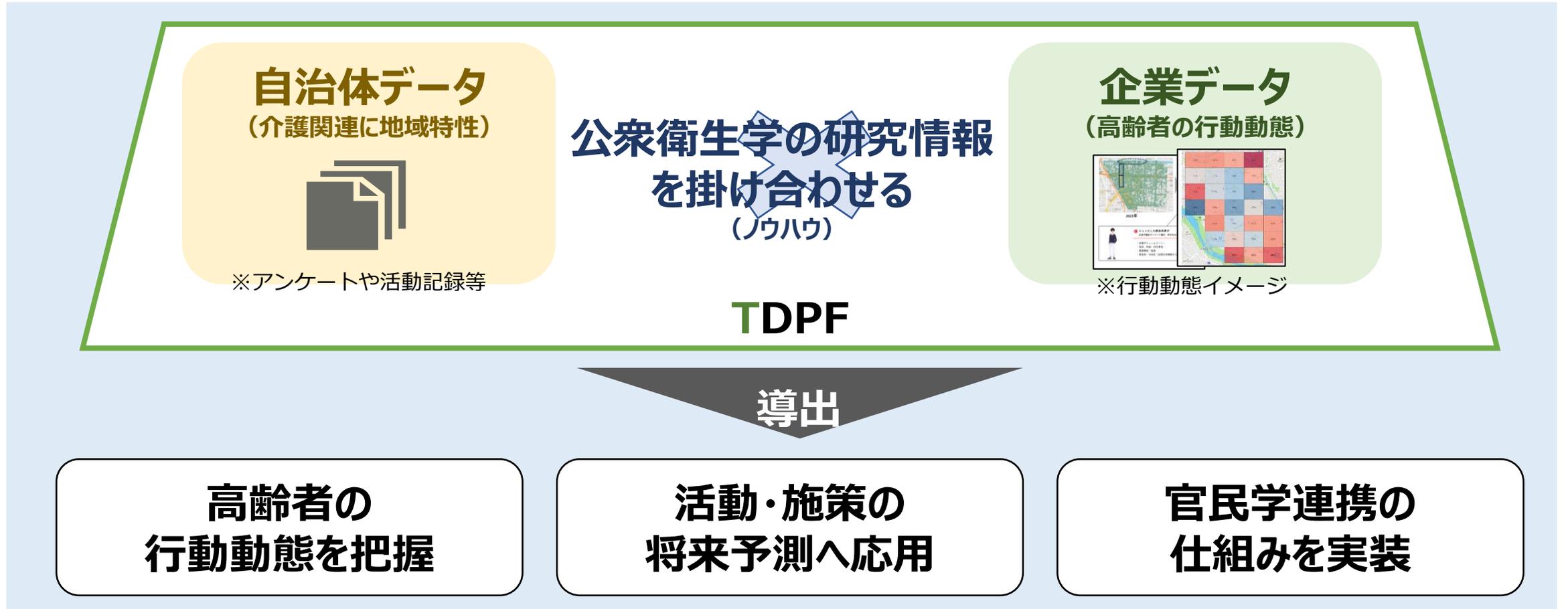
取り組む課題の全体像



1. プロジェクト概要

これまで業務負荷や人材不足で進みにくかった分析を、公衆衛生学と企業データを活用して、地域状況を可視化し、施策判断に活かす分析データを導出する

データの掛け合わせ



1. プロジェクト概要

板橋区の協力のもと、千葉大学のゼロ次予防ノウハウ、unerryの人流データで自治体の庁内データと民間データから価値を導出

実施体制

プロジェクト実施体制

プロジェクト実施者（代表企業）

日本電気株式会社

連携

実証フィールド

板橋区

事業活用/民間インタビュー先想定

23区、介護関連事業者等

学術知見・ロジックモデル活用

国立大学法人 千葉大学

人流データ提供・分析支援

株式会社unerry

調査支援

メルセネール株式会社

民間サービス実証

MONET Technologies株式会社

2. 今年度目指す成果

2. 今年度目指す成果

介護予防を効果的に進めるために、高齢者の実態・事業効果・地域資源の価値をデータで把握できる状態をつくる（令和7年度は仮説検証）

今年度目指す成果



今年度目指す成果		内容
目標①	高齢者の現状を把握する	エリアごとの高齢者の状態・行動・分布をデータで捉え、ゼロ次予防のターゲットを明確にする
目標②	介護保険事業への効果を可視化する	社会保障費の抑制額（推計）などを整理し、介護保険事業の効果が定量的に説明できる状態にする
目標③	地域資源の有効性を見つける	外出促進や健康維持に効果が高い民間サービスの有用性を検証する

3. 今年度の取組

3.今年度の取組

エビデンスに基づく施策づくりを支えるための分析と検証に取り組む

今年度目指す成果に向けた取組内容

令和7年度の成果		取組み	想定する提供価値
目標①	高齢者の現状を把握する	高齢者の外出率/ヒートマップや行動特徴でエリアを分析	実態に合った施策を打つ土台づくり
目標②	介護保険事業への効果を可視化する	介護予防・日常生活圏域ニーズ調査を公衆衛生の知見で分析し費用を試算	事業判断が可能なエビデンス
目標③	地域資源の有効性を見つける	イベント実施で資源の効果を検証	高齢者の社会参加機会の選択肢拡大

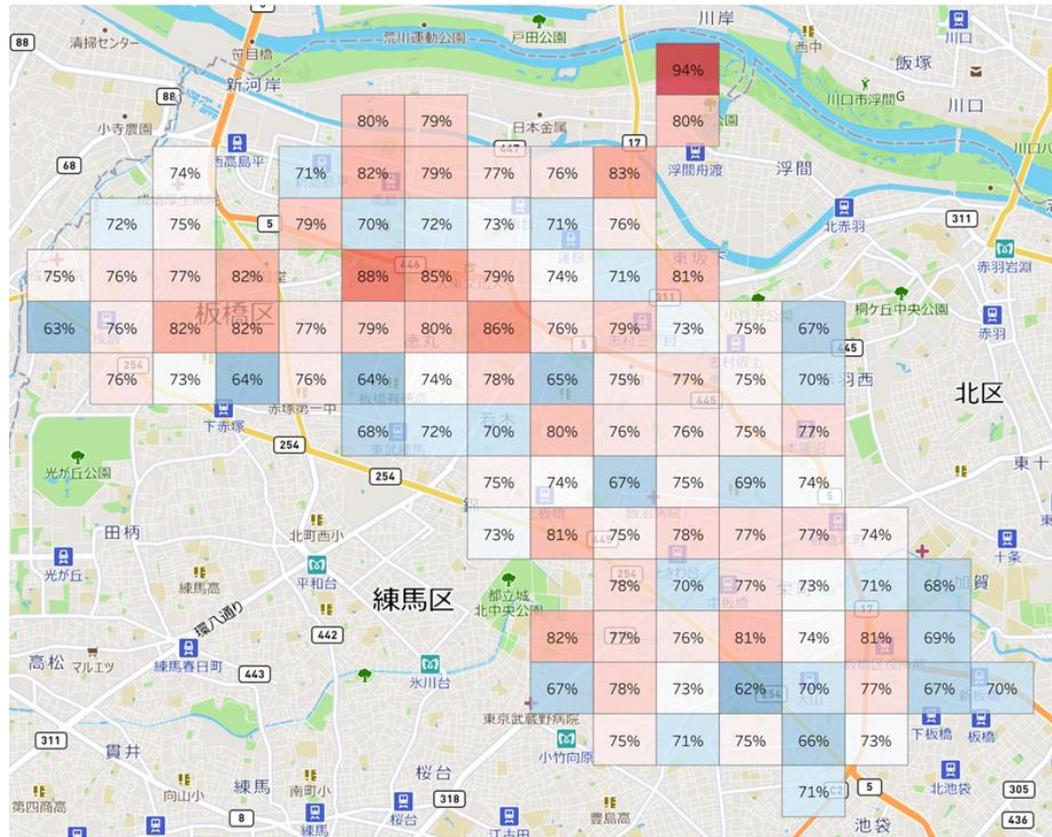
4. 今年度の成果

4.今年度の成果

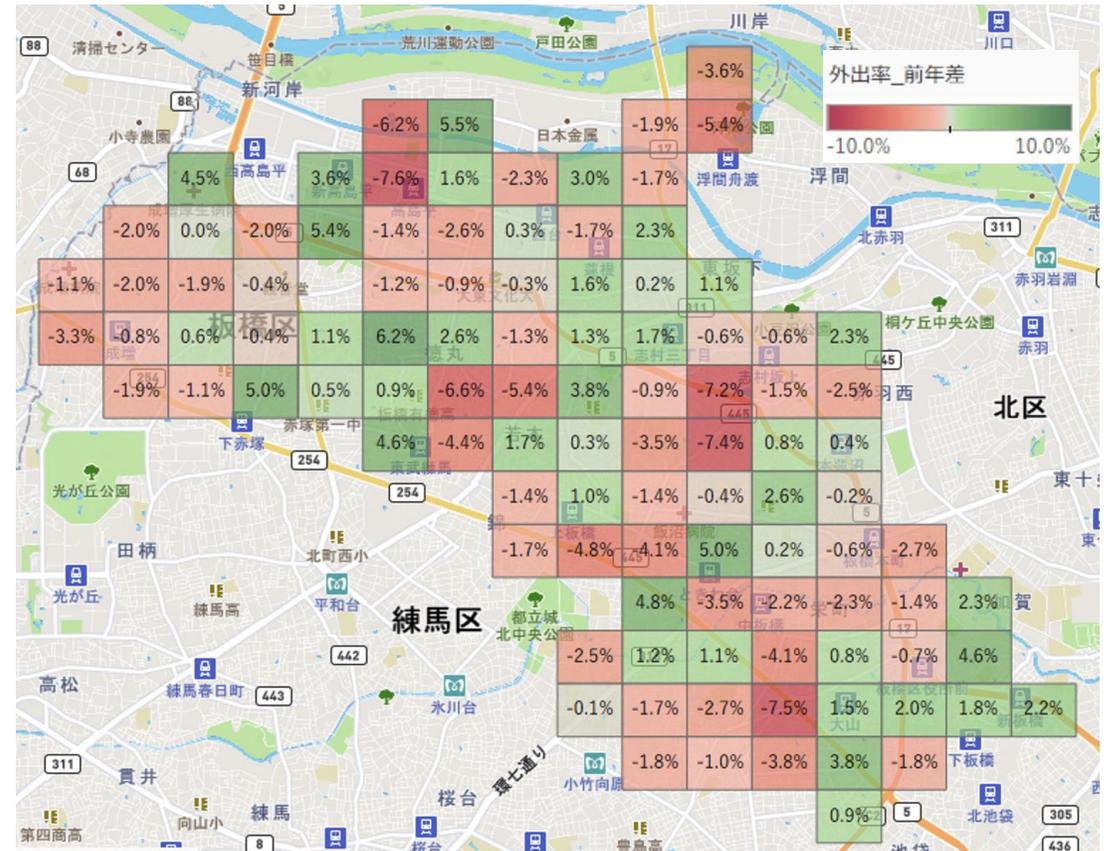
高齢化の進行に合わせて地域の外出行動の変化を丁寧に捉え、地域の多様な主体と協働して必要な支援を整えることがこれからの高齢者施策においてますます重要になっている

成果の詳細（目標①高齢者の現状を把握する）

区全域の外出率



区全域の外出率(経年変化)

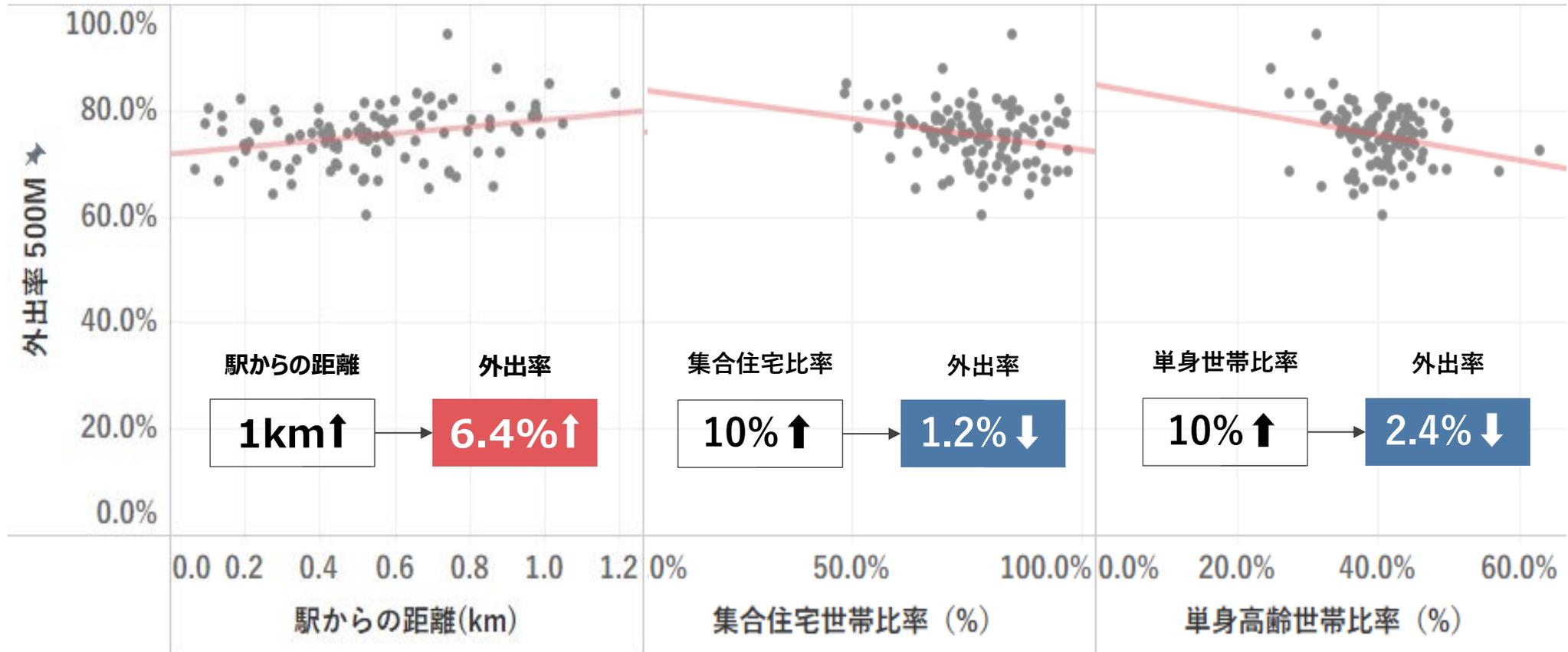


※人流分析の条件：年齢：60代以上、全数13,685ID(外出率分析対象 7,539ID 外出率の適切な評価のため ログ取得が「200日以上」「日平均12回以上」を対象)
 データ期間：2023年10月～2025年9月 経年変化：前期2023年10月～2024年9月 後期：2024年10月～2025年9月 unerry社提供

4.今年度の成果

地域特性により、500mを超える“目的外出”の発生しやすさが異なる可能性がある

成果の詳細（目標①高齢者の現状を把握する）



※人流分析の条件：年齢：60代以上、全数13,685ID(外出率分析対象 7,539ID) データ期間：2023年10月～2025年9月
外出率の適切な評価のため、継続的なログ取得できている人に限定（ログ取得が「200日以上」「日平均12回以上」を対象を限定）

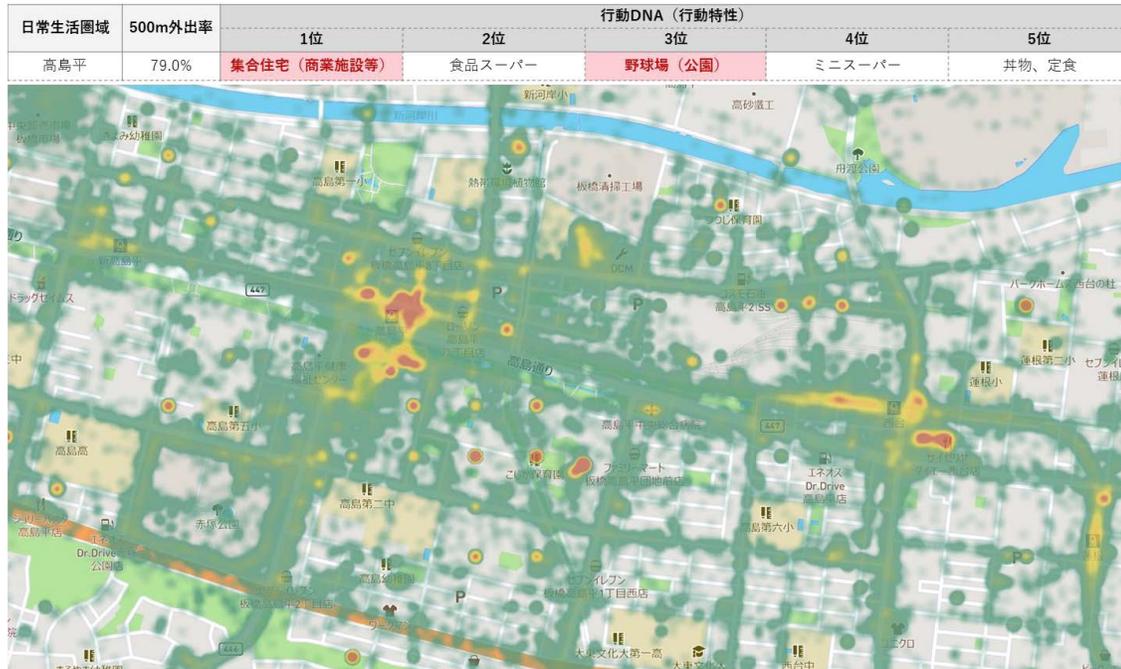
4.今年度の成果

ヒートマップと地区別の行動特徴から、環境が高齢者の外出行動に影響する“環境依存性”が確認された。そのため、地域特性に応じたゼロ次予防や行動支援策を整備し、効果的な健康増進につなげることが重要

成果の詳細（目標①高齢者の現状を把握する）

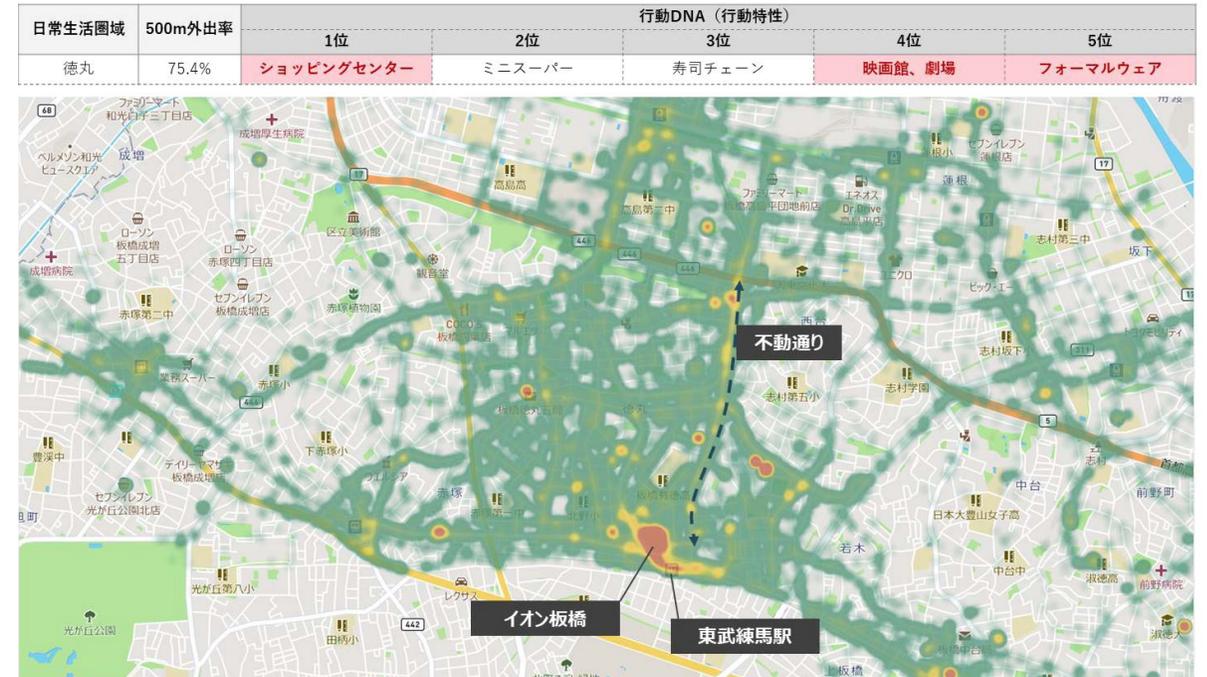
高島平周辺エリア

鉄道駅周辺、商業施設、健康福祉センター、図書館への来訪が多い。赤塚公園（野球場併設）内の往来もある



徳丸周辺エリア

東武練馬駅前のイオン板橋（映画館併設）への来訪が多い。駅遠エリアからの外出を促すドライバーとなっている可能性がある



※行動特徴は、unerry社が独自に日常の施設・スポット訪問傾向を数値化し、ユーザー毎に付与したもののデータ本取組みでは、地域の高齢者はこういった施設への来訪特性が高いかの傾向把握に活用 unerry社提供

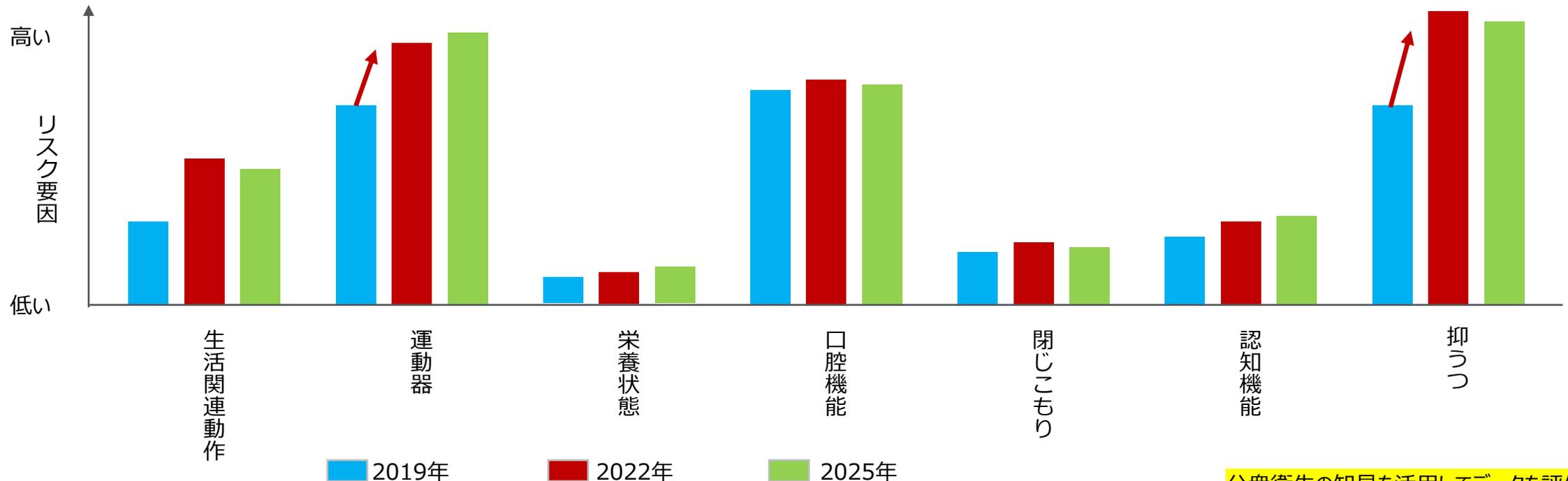
4.今年度の成果

環境が行動を左右する「環境依存性」を踏まえると、コロナ禍で高まった心身リスクの回復には、行動を促す環境整備が必要となる可能性がある

成果の詳細（目標②介護保険事業の効果を可視化する）

区の介護リスク要因

介護予防ニーズ調査（8期・9期・10期）の分析結果で、コロナ禍の9期以降、プレフレイル・フレイル層が増加していることを確認した。アンケート結果をもとに分析可能な7つのリスク要因を評価したところ、運動器や抑うつは回復が進みにくく、フレイル改善に向けた取組を強化する必要性が高まっている可能性が示された。



公衆衛生の知見を活用してデータを評価

※介護予防・日常生活圏域ニーズ調査データの8期（2019年）、9期（2022年）、10期（2025年）のアンケートデータから公衆衛生のノウハウで基準を設計して分析

4.今年度の成果

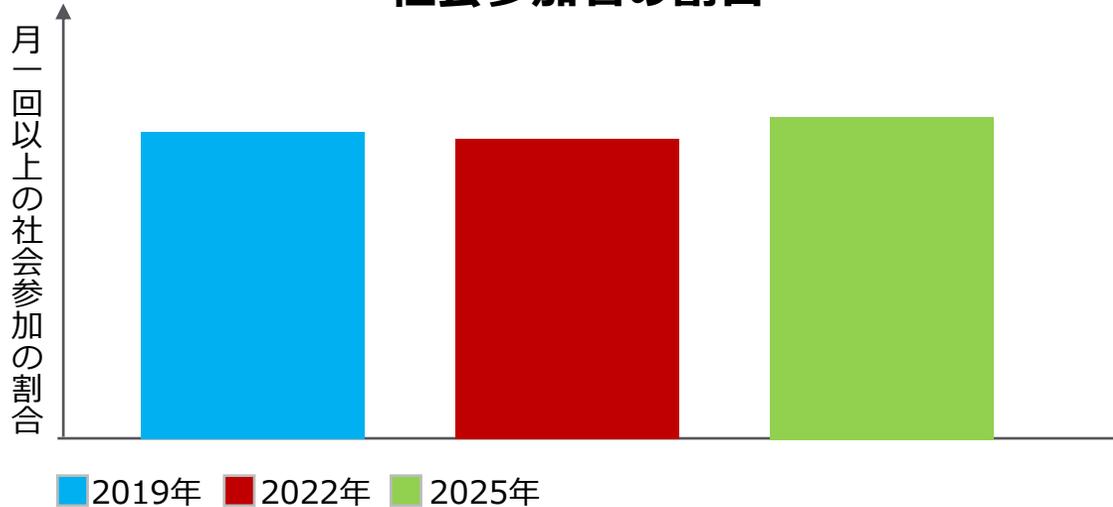
社会参加はコロナ後も安定しており、参加者は非参加者に比べてフレイルが少ない。
2022年以降はその差がさらに拡大しており、社会参加の重要性が一層高まっている

成果の詳細（目標②介護保険事業の効果を可視化する）

高齢者の社会参加割合

コロナ禍による社会環境の変化はあったものの、
高齢者の社会参加割合は概ね横ばいで推移

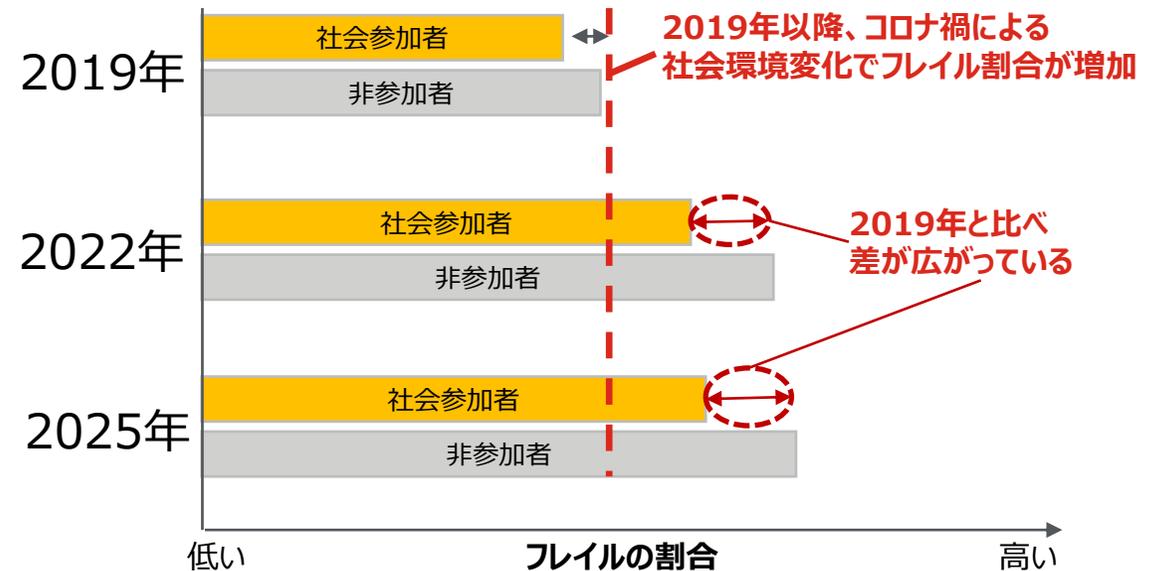
社会参加者の割合



社会参加：通いの場、ボランティア、スポーツの会、趣味の会、学習・教養サークル、
老人クラブ、町内会、収入のある仕事

フレイル割合×社会参加者/非参加者の相関

どの年も社会参加者のほうがフレイル割合は低く、
2022年以降はその差がさらに拡大している。



公衆衛生の知見を活用してデータを評価

※介護予防・日常生活圏域ニーズ調査データの8期（2019年）、9期（2022年）、10期（2025年）のアンケートデータから公衆衛生のノウハウで基準を設計して分析

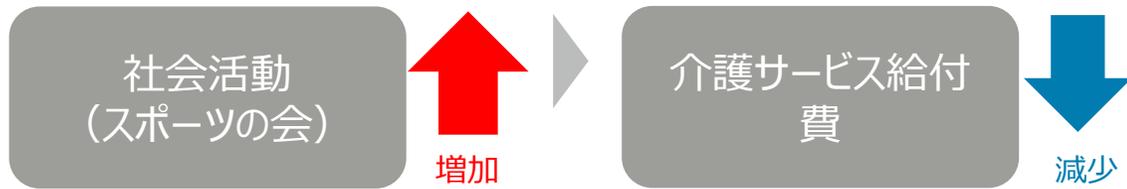
4.今年度の成果

介護給付費シミュレーションの結果、板橋区でスポーツの会の参加人数割合が1%増加した場合、最大36億円(6年累積)となり区の一般財源は最大4.5億円(6年累積)の節約見込み(要継続議論)

成果の詳細(目標②介護保険事業の効果を可視化する)

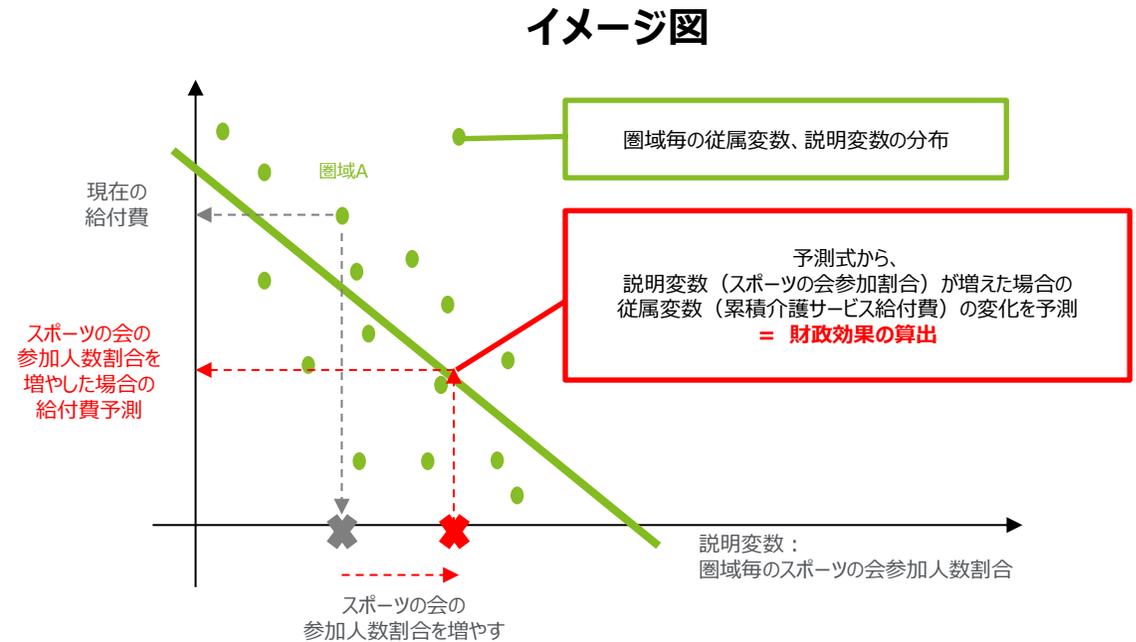
社会参加率×介護サービス給付費※の統計分析

年齢考慮した縦断分析の結果、「スポーツの会」が最も介護サービス給付費への効果あり



**6年間の累積介護サービス給付費は
約8,000円/人改善**

「スポーツの会」への参加人数割合が1%増加した場合の効果



公衆衛生の知見を活用してデータを評価

※参考文献: 要支援・要介護リスク評価尺度点数別の累積介護サービス給付費: 介護保険給付実績の6年間の追跡調査より
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jph/68/11/68_21-056/_pdf/-char/ja

4.今年度の成果

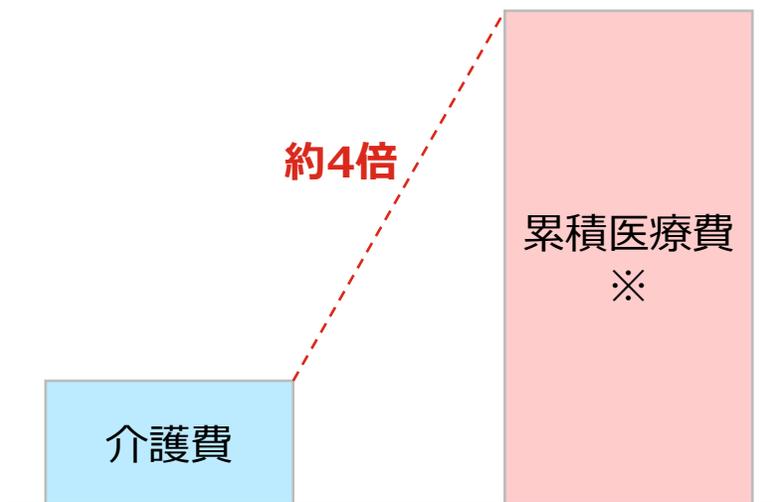
スポーツの会への参加が1%増えるだけで、論文からの実績を元に換算すると累積医療費は約144億円減少し、介護予防の取組が医療費抑制に大きく寄与する可能性が示された。次年度以降も引き続き検証

成果の詳細（目標②介護保険事業の効果を可視化する）

最新の論文ベースで累積医療費の効果をシミュレーション

JAGESより今年度発表した論文によると介護予防に関わる取組が、累積医療費抑制効果があることを確認

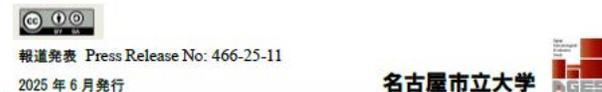
介護費と累積医療費の比較



板橋区で実施するスポーツの会を1%増加すると

医療費への効果：約144億円（論文参考）

（6年累積介護サービス給付費に4倍した数値。次年度以降、検証が必要）



要支援・要介護リスク評価尺度の点数が1点高いとその後3年間の累積医療費と介護費の合計額が約5.7万円高い。

高齢者の要介護認定発生を予測可能な要支援・要介護リスク評価尺度(リスク評価尺度)が開発され、ソーシャルインパクト・ボンド(SIB)¹⁾の成果としての介護費削減額の試算に用いられています。今回、我々は愛知県武豊町在住 65 歳以上の高齢者約 5,200 人を対象にリスク評価尺度の点数(リスク点数)とその後3年間の累積医療・介護費の関連を解析しました。その結果、リスク点数が1点高いほど1人あたりの3年間の累積医療・介護費は約5.7万円(医療費は4.73万円、介護費0.96万円)高いことが明らかとなりました。今後、リスク評価尺度は、SIB 事業等における介護費削減額の試算に加え、医療・介護費削減額の試算にも用いられることが期待されます。

お問合せ先:名古屋大学大学院経済学研究科 研究員 小牧靖典 y7komaki@gmail.com

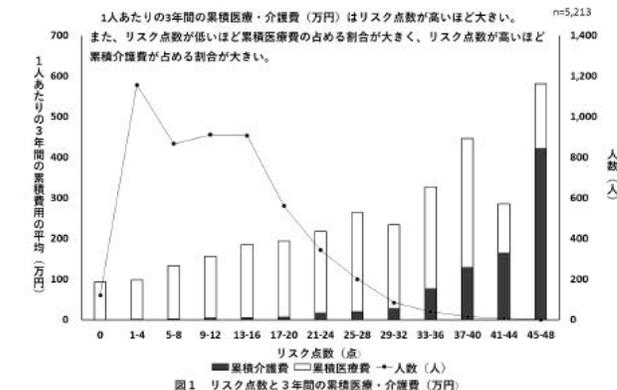


図1は横軸にリスク点数区間を示している。棒グラフは1人あたりの3年間の累積医療費平均と累積介護費平均を積み上げた金額を示している(左目盛)。折れ線グラフは人数を示している(右目盛)。

早期公開

出展：JAGESの発表論文 2025年6月

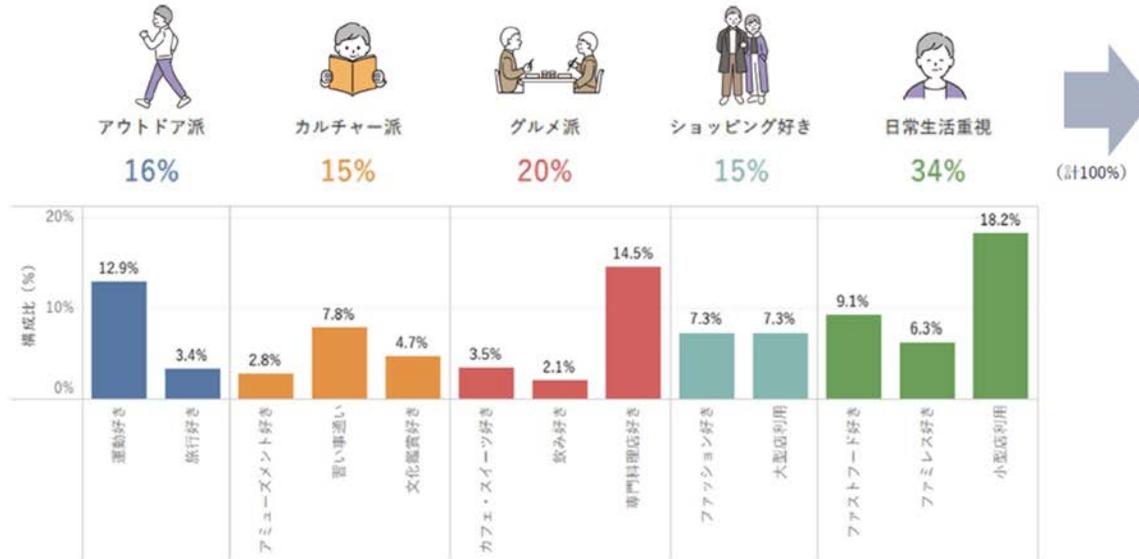
※累積医療費とは：特定の期間（本研究では3年間）に、対象者が医療サービスを利用して支払われた医療費をすべて合計したもの。診療・入院・薬剤など、医療保険で給付される費用の総額

4.今年度の成果

高齢者の行動タイプを踏まえてスポーツの会を企画することで、参加率を高めつつ、環境に応じた社会参加の促進が期待できる。

成果の詳細（目標②介護保険事業の効果を可視化する）

板橋区全域の行動タイプ



タイプ	割合	参加のしやすさ	継続性	有望度
日常生活重視	34%	◎	◎	★★★★★★
グルメ	20%	◎	○	★★★★★☆
アウトドア	16%	○	○	★★★★★☆
ショッピング	15%	○	△	★★★★☆☆
カルチャー	15%	△	○	★★★★☆☆

一例

主 / 副タイプ	施策例（タイトル例）	主なインセンティブ
主：日常生活重視 副：アウトドア	「団地内ポケット体操（10分巡回）＋季節ウォーク」	3カ所参加で“エリアバッジ”／友人同伴で倍
主：日常生活重視 副：グルメ	「10分だけ！椅子ストレッチ＆血圧チェック」	3回参加で粗品（入浴剤等）／5回で招待

※行動タイプは、取組み①の行動特徴（行動DNA）をもとに、5つのグループ / 13のサブグループに分類したもの unerry社提供

4.今年度の成果

住民のコミュニティ形成を目的としたミストサウナ体験会を開催。2025年12月6日～10日の5日間で24名が参加し、団地内の安心できる環境で“温熱体験×交流”の機会を提供した。

成果の詳細（目標③地域資源の有効性を見つける）

	内容
目的	団地の特性を活かした、安心コミュニティで、潜在ニーズを把握し施策検討につなげる
企画体制	板橋区 まちづくり推進室、UR、MONET Technologies、NEC
企画の特徴	イベント的運営形態を採用し、モビリティ活用による地域のにぎわいを創出
データ活用	実施後のアンケートにより地域住民の率直な声を把握し、今後の地域づくり・団地運営・施策検討に活用

運行実績
サービス内容 : ミストサウナの体験
運行場所 : 板橋区高島平 (UR高島平団地内の特定場所)
運行時期 : 2025年12月6日～10日
営業時間 : 10:00～15:00
所要時間 : 約40分/人
利用上限数 : 8人/日
料金 : 無料



体験を通じてリラックスや健康への気づきに加え、自然な会話が生まれ、“体験起点のコミュニティ”の可能性を確認。UR団地内の空間資源を活かした、小規模で実施しやすい新たなコミュニティ形成手法として有効性を示せた。

4.今年度の成果

コミュニティ形成のニーズは多様で変化し続けるため、民間主体を巻き込んだ多チャネル化と、生活圏単位での最適なプログラム配置により、地域の需要と供給を柔軟に調整できる仕組みが有効

成果の詳細（目標③地域資源の有効性を見つける）

ミストサウナ体験会 参加者からの声（一部抜粋）

15分間なのに、**満足感はずごい。**

1人でゆっくり利用できてよかった

また入りたい。



このような機会が色々な方に届くと、人生に彩りが増えると思う。

2人で入ったが、**心が明るくなった。**

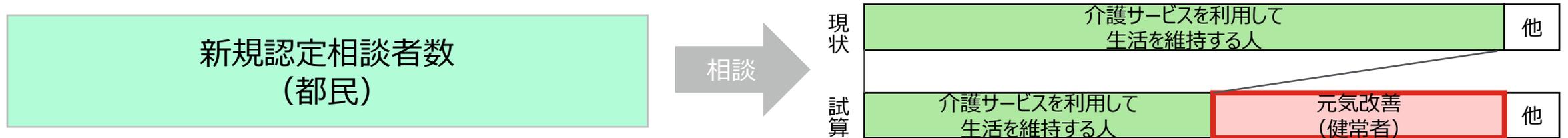
4.今年度の成果

ゼロ次予防と総合事業の運用で、高齢者の暮らしを豊かにし、介護保険事業を人材・財源の両面で持続可能にする。

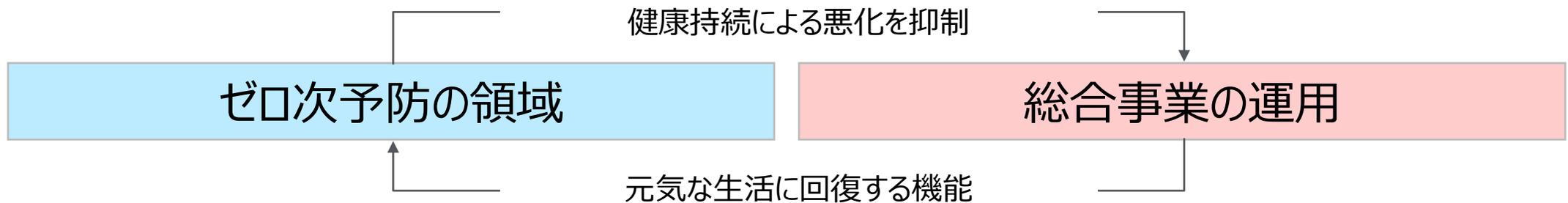
成果の詳細（目標①②③を踏まえた区との事業化の方向性）

介護保険事業の運用見直し効果の算出

新規認定相談者数/年、認定者数/年、1年後の悪化率等のデータを元に、他自治体実績から効果を試算



1年間の介護給付費抑制効果1~2億円の節約（人材リソースも軽減）

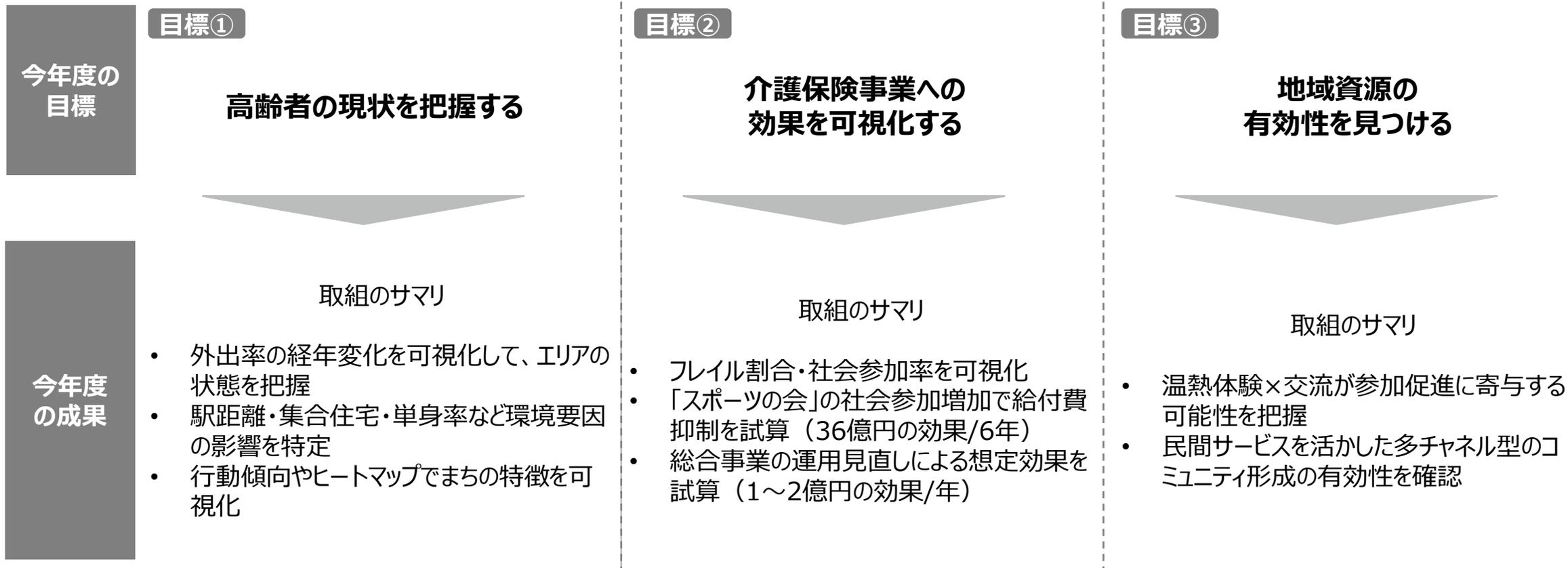


高齢者の暮らしを豊かにし、介護保険事業を人材・財源の両面で最適化する未来を実現していく

5. 今後の展望

5. 今後の展望

高齢者の実態把握、介護予防の効果検証、地域資源の活用を通じてエビデンスに基づく介護保険事業の状況を示すためのデータが整い（継続分析）、本格事業化に向けて引き続き議論を進めていく
今年度の総括



実証成果

生活圏域別の高齢者の行動実態や介護リスクの分析結果を基に健康増進施策や中長期計画を見直すことで、学術的には6年間の累積介護サービス給付費を最大36億円等の抑制に繋がることを把握できた

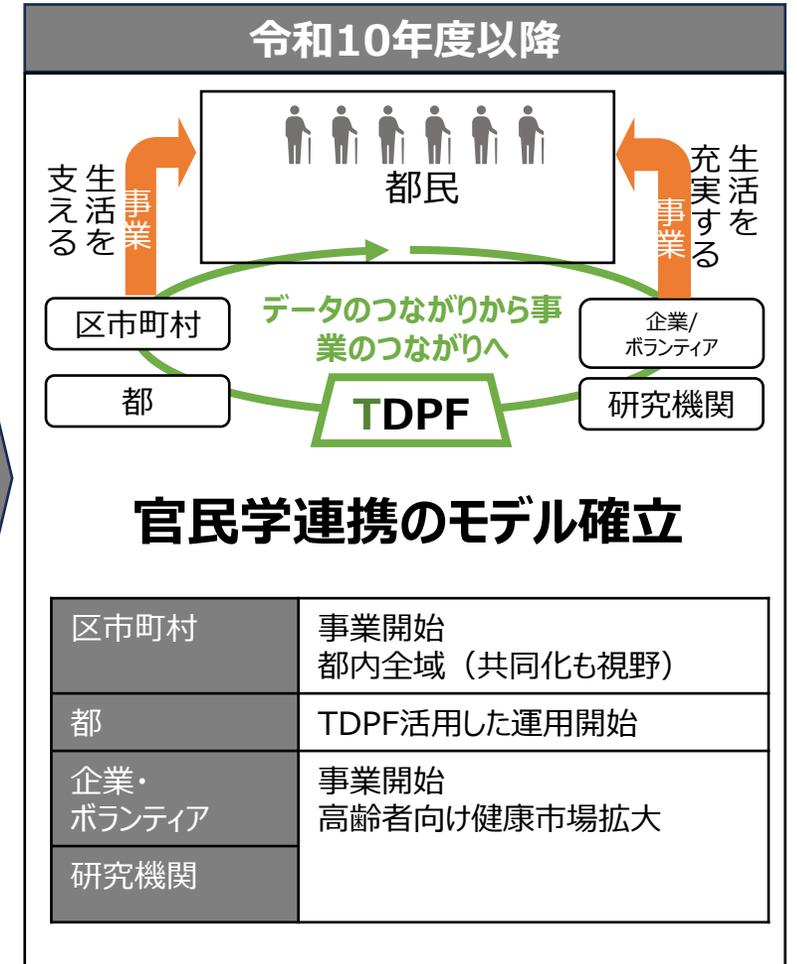
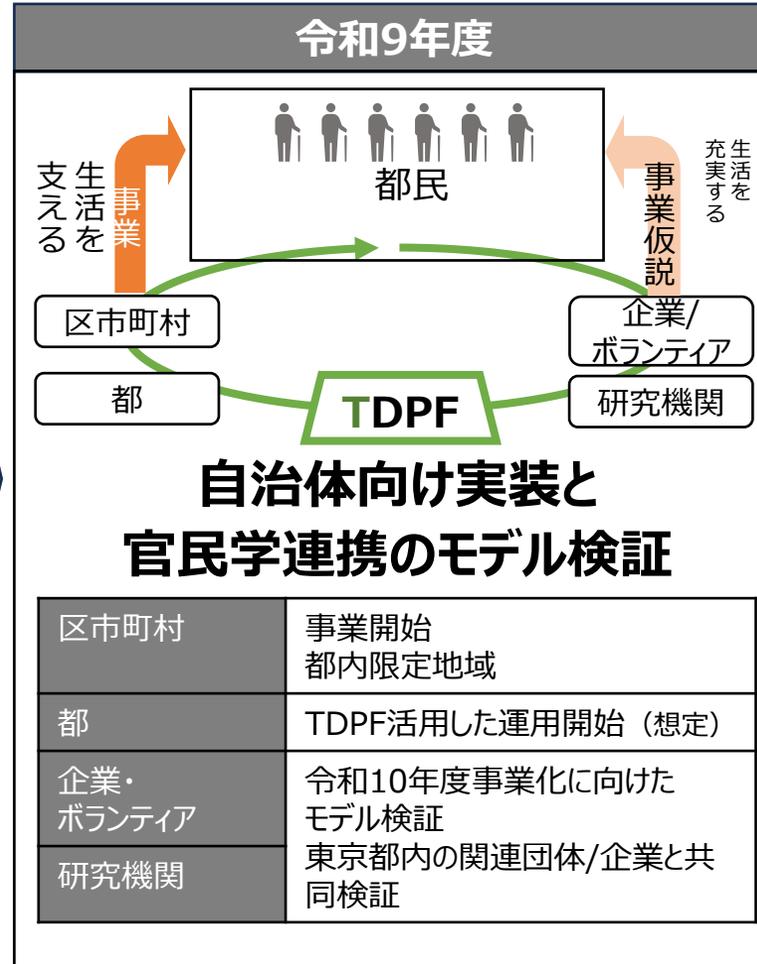
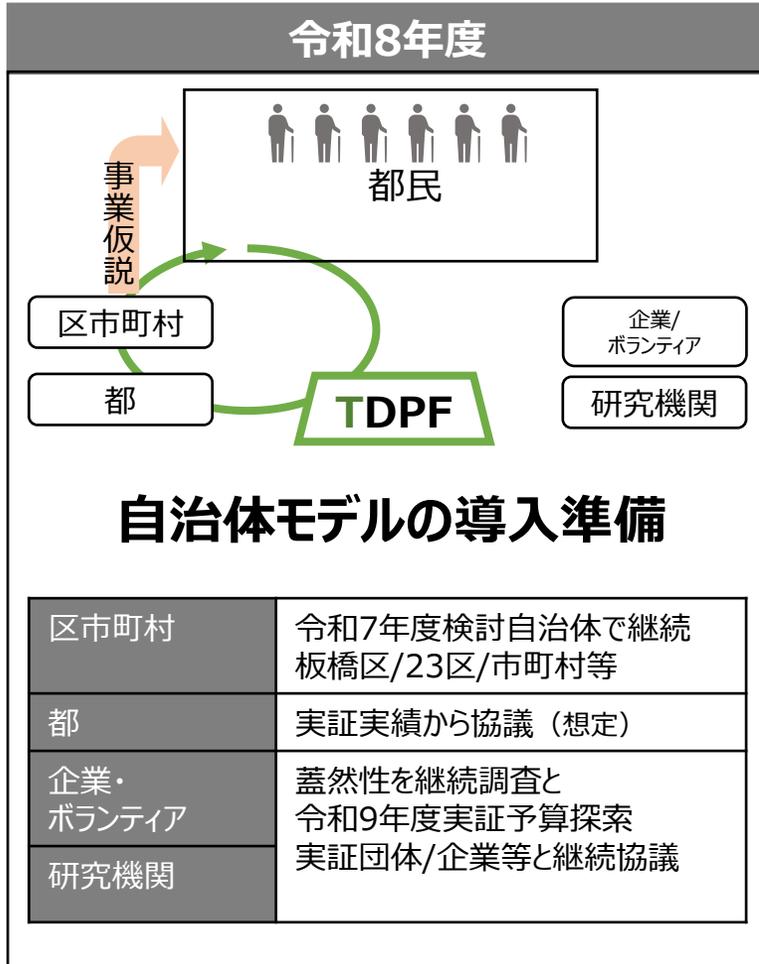
5. 今後の展望

令和8～9年度に、自治体モデルの導入準備から実装・検証までを推進

令和10年度以降、官民学連携による高齢者向け健康事業モデルを確立し広域へ展開する計画を進める

データの流れ →

事業の流れ →



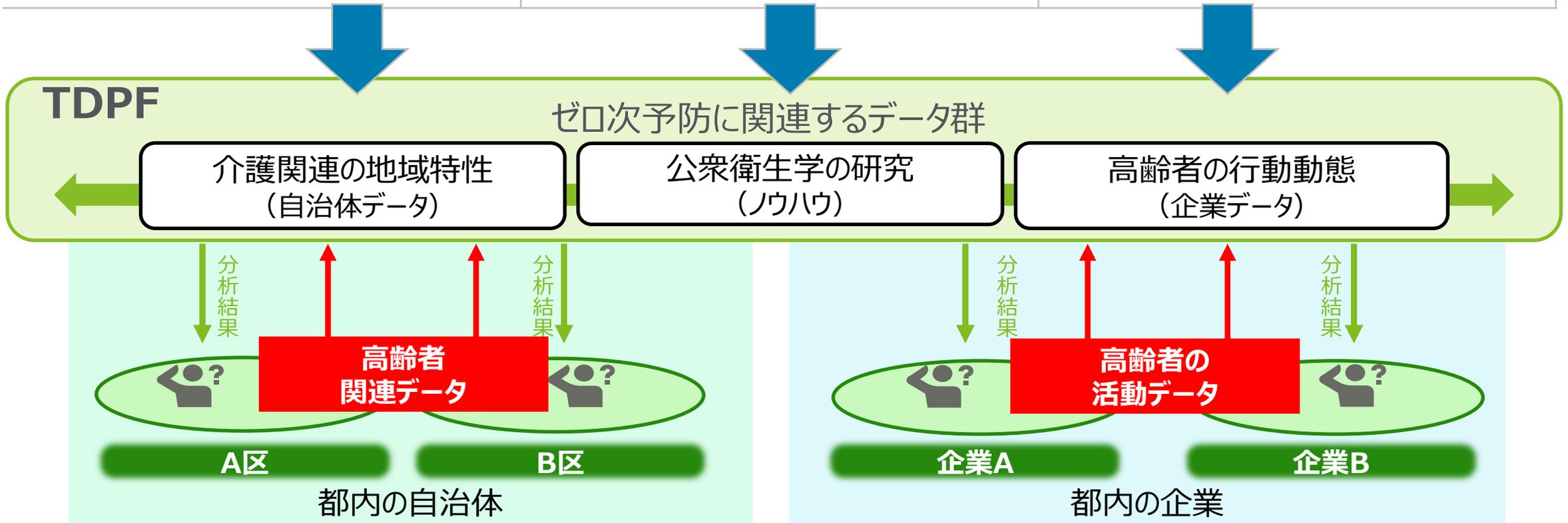
5. 今後の展望

本プロジェクトの成果をTDPFへ還元データとして共有。

他の自治体や民間企業などが同様の課題解決に取り組む際に参照例としてご活用いただきたい。

TDPFへの還元データ

自治体データ（板橋区）	ノウハウ	企業データ
<ul style="list-style-type: none">高齢者人口要介護認定率介護予防・日常生活圏域ニーズ調査結果	<ul style="list-style-type: none">地域介護リスクデータ社会保障費推計データ	<ul style="list-style-type: none">高齢者の外出率高齢者の行動特徴高齢者の移動量



5. 今後の展望

高齢者の豊かな暮らしを実現するため、自治体と企業が力を合わせて新たな介護保険事業の構造を共創し、官民学で未来の地域づくりを推進します。

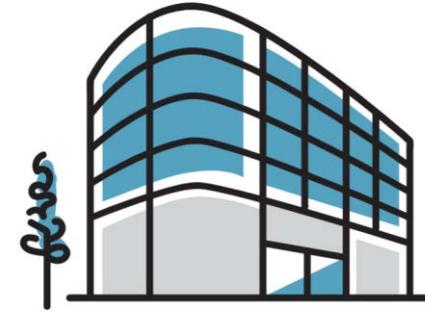
依頼事項

自治体



- ✓ 行動データと介護リスクを施策づくりに活かしたい自治体
- ✓ ゼロ次予防を強化し、社会参加促進策を検討したい自治体
- ✓ 自治体官民学連携モデルの導入・拡大に関心のある自治体

企業



- ✓ 行動データを活かし地域向けサービスを共創したい企業
- ✓ 健康増進・社会参加促進のプログラムを提供したい企業
- ✓ TDPFと連携し、ゼロ次予防領域で実証・展開したい企業

An elderly couple is jogging on a wooden boardwalk. The man is on the left, wearing a bright blue jacket and grey pants, with a white beard and hair. The woman is on the right, wearing a grey and blue jacket and black leggings with a blue stripe. Both are wearing white earbuds and smiling at each other. The background shows a body of water and a clear sky.

**「ゼロ次予防」でまちを変える、未来をつくる
～高齢者の健康促進で健康で健やかな社会を目指す～**