

「フレポ & 見守り」

2月1日、始まります

「コロナ禍で、人と会う時間や回数、外出の機会が減った。」
「運動習慣をつけたいけど、つい、3日坊主になってしまう」
「親御さんが、毎日、元気に過ごしているか心配」と思われたこと、ありませんか？

このアプリは、気軽に使えて使用料、無料。貯めたポイントはコンビニやカフェなどで使うことができます。対象は **40歳以上**の**名古屋市民**。是非、利用をご検討ください！

機能1 ^(※1) アプリでフレイル予防

○アプリ内のポイントを貯めよう！

〈ポイント獲得の例〉

体操動画の閲覧、フレイル予防情報の閲覧、住民主体の「通いの場」への参加、毎日の歩数など

○メリット

(※3)

- ・ポイントは年間3000円分までdポイントに交換可能。1ポイント=1円として、ポイント加盟店で買い物に使えます。
- ・健康度合いを確認できます。(イメージは、右のイラスト)



(※1)「フレイル」とは、加齢によって心と体の働きが弱くなってきたことを指します。早く気づいて対策することが大切です。

(※2)「通いの場」は、住民同士が気軽に集まって、体操や趣味活動等を通して、楽しく交流する場です。

(※3) (株)NTTドコモが運営するシステムです。詳しくは次ページに掲げるウェブサイド等をご覧ください。事務局にお問い合わせください。

機能2 ^(※1) アプリで見守り、見守られ

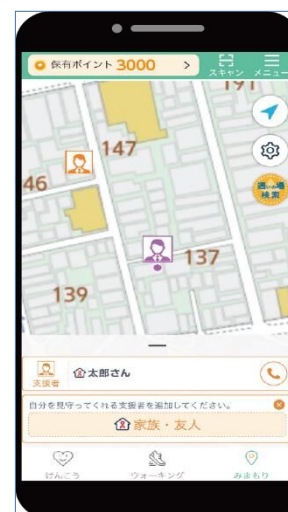
○見守られる人の対象

65歳以上の名古屋市民

○お知らせ機能

24時間以上、歩数が0歩の場合等に、あらかじめ登録した家族等見守る人に対して、アプリ内の通知やメールでお知らせします。

両者に同意があれば、位置情報を活用して、お互いの所在地をマップに表示します。(イメージは、右のイラスト)



★対象者について

- ・ 健やかな高齢期を迎えるために、若いうちから運動習慣をつけることが必要のため、40 歳以上の名古屋市民を対象にしています。
- ・ 見守り機能について、「見守る側」は、年齢要件、住所要件ともにありません。

★アプリ利用上のご注意

- ・ アプリの利用料は無料ですが、利用時等に係る通信料は利用者負担です。
- ・ d ポイントの利用には、「d ポイント連携」が必要です。
ドコモ以外のスマホをお使いの方も、連携できます。
- ・ 詳しくは名古屋市ウェブサイトやリーフレット等で、または、事務局に確認してください。事務局は操作などについてもサポートします。

★アプリのダウンロード

右の二次元コードを読み取る、または、
Google Play、App Store にて
「フレポ登録」で検索してください。

<Android>



<iOS>



名古屋市フレポ&見守り事務局

電話 **03-4333-4016**

受付時間：平日・土 9:00～17:00（日・祝日・年末年始はお休み）

メールアドレス **nagoya-frail@kenko-mileage.docomo.ne.jp**

熱田区では高齢になっても、住み慣れた地域で
安心して暮らせるまちづくりを進めています

「フレポ&見守り」アプリ以外にも、「万ー」に備えた各種制度があります。
一定の条件がありますが、活用をご検討ください。

（例）

- ・ 住宅用火災報知器の給付
65 歳以上のひとり暮らしで、直ちに脱出が
困難な方などを対象
- ・ 「あんしんキット」の配布
緊急連絡先などの情報を書き込んでケースに
格納し、冷蔵庫に保管するもの(右の写真)

問合 熱田区役所福祉課 TEL683-9406
Fax682-0346

