

スーパービレッジ構想で実施する各種事業と問い合わせ先

サービス名	サービス区分	サービス開始	個別申し込み	問い合わせ先
100歳までワクワクサービスのお申込みについて	ひやくワクサービス		必要	更別村役場企画政策課 0155-52-5252
みんなのカラオケ (歌って踊って)	ひやくワクサービス	10月25日	必要	事業者(KUWANTech) 050-5477-1168 (平日9:00-17:00)
OMOIDE (おもいで) (写真・動画共有アプリ)	ひやくワクサービス	10月24日	不要	事業者(OMOIDE) support@omoide.life
健康状態が分かり、健康意識が向上 ウェアラブルウォッチ (更別健康アプリ・健康データ管理)	ひやくワクサービス	10月31日	必要	更別村役場企画政策課 0155-52-5252
チャットコーチング・A I 簡単病院予約 医療情報お預かり、ひやくワク予防医療	ひやくワクサービス	10月下旬	不要	事業者(SOMPO Light Vortex) 03-6737-8305 別途お知らせのチラシを配布します
楽しく運動	ひやくワクサービス	10月27日	必要	事業者(Moff) 050-5306-0210 (平日10:00-18:00)
電力センサーによる 安心・安全な見守りサービス (安心見守り)	ひやくワクサービス	10月31日	必要	更別村役場企画政策課 0155-52-5252
更別健康プログラム (ジム使い放題※一部プログラムのみ)	ひやくワクサービス	10月24日	必要	事業者(オカモト) 0155-52-3455 (平日9:00-17:00)
コミュニティナース	ひやくワクサービス	開始済み	不要	事業者(コミュニティナース) 070-7568-2493

スーパービレッジ構想で実施する各種事業と問い合わせ先

サービス名	サービス区分	サービス開始	個別申し込み	問い合わせ先
カラオケや楽しく運動等のサービス予約方法	デジタル公民館	10月24日	不要	事業者(ウフル) 080-3690-3688
すいすい村内移動 (自動運転移動サービス)	デジタル公民館	10月24日	不要	事業者(長大) 080-2933-4867
すいすい村内移動 (さらくろ無料移動サービス)	デジタル公民館	10月下旬	不要	更別村役場企画政策課 0155-52-5252 別途お知らせのチラシを配布します
すいすい村内移動 (ロボット配送)	デジタル公民館	10月24日	不要	事業者(長大) 070-4344-5175
無料スマホ教室	デジタル公民館	10月下旬	必要	更別村役場企画政策課 0155-52-5252

100歳までワクワクサービスのお申し込みについて

問い合わせ・
申し込み先

更別村役場 企画政策課 スーパービレッジ推進室

0155(52)5252

「ワクワクサービスの申し込み」とお伝えください。

お申し込みの流れ

①申し込み

お申し込みは
電話で受付します。
(52-5252)

②説明会への参加 住民ID(利用者番号)の発行

お申し込みいただいた方には
各サービスの説明会をご案内します。
また、サービスの利用に必要な
住民ID(利用者番号)をお知らせします。

③利用開始

利用開始後、一部の
サービスは個別に申し
込みをお願いします。

更別スーパービレッジ構想

100歳までワクワクサービス

開始のお知らせ

- 10月24日から 村民の誰もが利用できる **100歳までワクワクサービス**（通称 **ひやくワクサービス**）がスタートします
- 令和5年3月31日までは、すべてのサービスが無料で利用できます
- あらかじめお申し込みが必要なサービスがありますので、各サービスのご利用方法は、別添のチラシをご覧ください
- 「ひやくワクサービス」に登録した方が、各種サービスにご参加いただけます
なお「デジタル公民館」は、どなたでもご利用いただけます
- **ひやくワクサービス**は、スマートフォンからいつでも予約ができます



**65歳以上の利用申込者でスマホをお持ちでない方には、
スマホの無料貸し出しサービスがあります！**

**“100歳までワクワクサービス”のお問い合わせは
更別村役場企画政策課スーパービレッジ推進室まで**

0155-52-5252

受付時間：平日9時～17時

- お申込みいただいた方には、ひやくワクサービス利用の説明会のご連絡をさせていただきます
- お申し込み時に、スマートフォンの無償を貸与のご希望について教えてください

ロック

歌うのが好きな方も！ 聴くのが好きな方も！

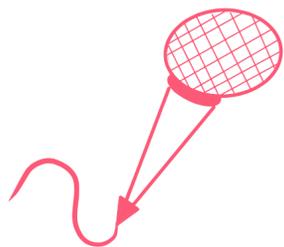
火曜の昼はカラオケへ！

演歌



10月スタート！

みんなの カラオケ



びざん
lounge眉山

10月4日

10月18日

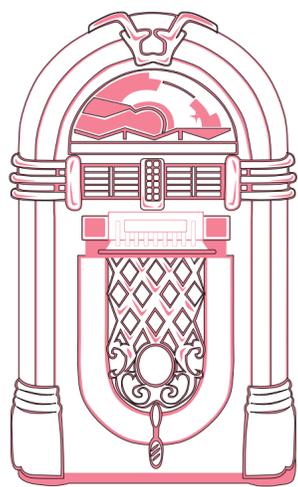


スナック花ぶえ

10月11日

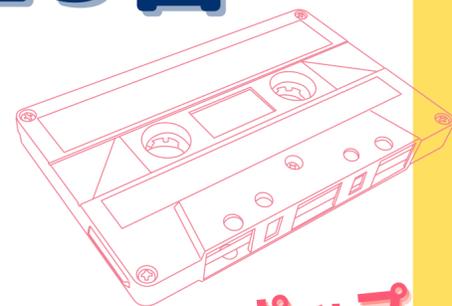
10月25日

フォークソング



10時～13時

※時間内は出入り自由です



ポップ

お茶1杯 無料サービス

その他のお飲み物、2杯目からは

ソフトドリンク 500円 / アルコール 600円



問い合わせ・申し込み先



更別村役場企画政策課スーパービレッジ推進室

合同会社KUWANTech(クワンテック)★お気軽にご連絡ください。

電話050-5477-1168 佐竹 <平日9時～17時まで>

健康状態が分かり、健康意識が向上する ウェアラブルウォッチ、家族へのお知らせ機能付き！

ウェアラブルウォッチを使って、心拍・血圧・血中酸素などの生体情報、歩数等の行動情報を日常的に計測することで、自身の健康状態が見える化し、健康意識の向上を図ります。

◆利用対象者

- ◆ひやくワクサービスにお申し込み頂いた更別村にお住まいの方
200名様限定 ※利用には諸条件が必要です
10月6日以降に参加者を募集する予定です
お問い合わせは更別村役場企画政策課（0155-52-5252）までお願いします

◆期間

- ◆2022年10月31日開始



◆7つのメリット

1. 自分の健康状態を示す様々なデータ（生体・行動）が取得でき、その推移を確認できるため、**健康状態の維持・改善**に役立ちます。
2. 様々なデータ（生体・行動）を総合して評価した**アドバイス**が定期的に届くため、自身の健康の改善につながられます。※不要な場合は機能をオフにすることが可能です。
3. 血圧や心拍などがしきい値を超えた場合、**警告を知らせる通知**が届くため、**危険な異常値に早く気付く**ことができます。※不要な場合は機能をオフにすることが可能です。
4. しきい値を超えた際の警告通知は、**家族にも通知**できるため、**健康状態が心配な家族を見守る**ことができます。※不要な場合は機能をオフにすることが可能です。
5. 日々の歩数・燃焼カロリー・距離の推移が確認できるため、**運動の習慣化**につながられます。
6. 歩数ランキングで個人が競争し合うことで、**楽しく運動を習慣化**できます。
7. 利用を通じて**参加者間や家族とのコミュニケーション**が活性化できます。

電力センサーによる安心・安全な見守りサービス

各居宅内の配電盤に「電力センサー」を設置し、居住者の在宅時における日々の行動態様（ライフスタイル）を把握することで、居住者の生活の変化、変調が生じた際に速やかな対応ができるようになります。

◆ 利用対象者

- ◆ ひやくワクサービスにお申込みいただいた方で65歳以上の更別村にお住まいの方(单身・夫婦等) **600名様限定**
10月6日以降に参加者を募集する予定です
お問い合わせは更別村役場企画政策課（0155-52-5252）までお願いします

◆ 期間

- ◆ 2022年10月31日開始

家電の動きや通知履歴を時間軸で見られる画面です。
過去7日分まで表示できます。



◆ 必要な設備

- 必要な設備は、
① 「電力センサー」と
② 「ご自宅のインターネットに接続できる通信環境」のみです。

※配電盤への初回設置工事、環境設定に30分ほどお時間を要します。
※通信環境については事前に確認いたします。

①電力センサー



②インターネットに接続できる通信環境例 Wi-Fiルーター



更別健康プログラム

本プログラムを通じて皆様の運動習慣の定着化、健康増進をサポートします



本格トレーニング指導



新規導入したトレーニングマシンの使い方等をトレーナーがレクチャーします!!

申込期限	2022年10月10日(月)	
スケジュール	プレオープン	10/3(月)、10/10(月)
	オリエンテーション	10/17(月)※プログラム参加者は必須参加
	本格開始	10/24(月)
実施日時	週1回 / 月曜日 18:00開始(2-3時間程度)	
参加対象者	村内に在住している18歳以上で、継続して6カ月間(2023年3月まで)参加いただける方	
対象人数	最大30人	

申し込み方法

参加ご希望の方はオカモト[0155-52-3455]までお電話下さい(平日9:00-17:00)

実施場所

健康増進室
(福祉の里総合センター)

問い合わせ先

0155-52-3455
(平日9:00-17:00)

すいすい村内移動 (自動運転移動サービス)

役場・社会福祉センター・福祉の里総合センターの間を**自動運転車両**で運行するサービスです。

■ 自動運転車両

乗車可能人数：4名

申込みは
不要です

無料でどなたでも
ご利用いただけます！



■ 10月の運行予定

18日 (火)

※体験運行

25日 (火)

	第1便	第2便	第3便	第4便
福祉の里総合センター	11:00	11:30	14:45	15:15
役場	11:10	11:40	14:55	15:25
社会福祉センター	11:15	11:45	15:00	15:30
福祉の里総合センター	11:25	11:55	15:10	15:40

■ 11月の運行予定

・ 運行日時：平日 9時半～16時頃まで (休憩時間を含む)

・ 運行頻度：30分間隔

※気象状況等により運休することがあります。

※12月以降は車両が変わるため、改めてお知らせします。

裏面もご覧ください

■走行区間



※乗降場所以外、途中で乗降はできません。

■乗車の手順

不明点はドライバーがサポートします

10/31より
この方法を
活用します



ポータルサイトから
取得できるQRコード
をかざす

または



車内のタブレット
で簡単な質問に
答える

自動運転は、**運転手が運転席で監視**を行い、人が近付いた等の非常時に運転手が運転操作を行う（自動運転レベル2）運行とします。

今年度の自動運転移動サービスを踏まえ、来年度以降より良いサービス提供を実現したいと考えております。皆様のご利用をお待ちしております！

※サービス提供時に変更の可能性あり

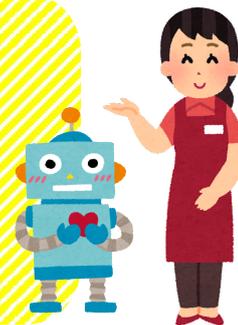
お問合せ：株式会社長大 担当：西坂・三好

電話 080-2933-4867

すいすい村内移動（ロボット配送）

ヤマジョウ から シルバーハウジング団らん室入口付近まで、ロボット配送を行います。

※シルバーハウジング団らん室入口付近での受取りをお願いします。



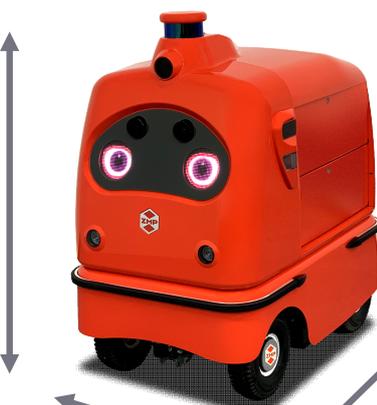
■配送ロボット

- 名称：DeliRo（デリロ）
- 最大積載量：50kg
- スピード：最高速度6km/h

愛称、募集中



108.9cm



96.2cm

66.4cm

中にお米や飲み物などの注文商品を入れて、配送場所まで運ぶよ♪

当面は配送中のロボットに同伴者が付いて監視を行います。

■サービス開始日 令和4年10月31日より

※雨天荒天、冬季の積雪時期は運営中止

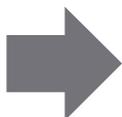
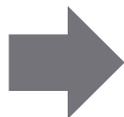
■配達可能時間 店舗営業日 平日 10時～17時

■配達可能商品 今年度利用可能店舗であるヤマジョウにて購入可能な商品の一部
(米や飲料等)

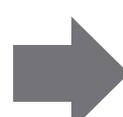
裏面もご覧ください

■ご注文方法 ※予定

- ①専用サイトから商品を選択 ②注文を確定（支払い） ③注文完了！ ⑤配送場所で商品を受取り



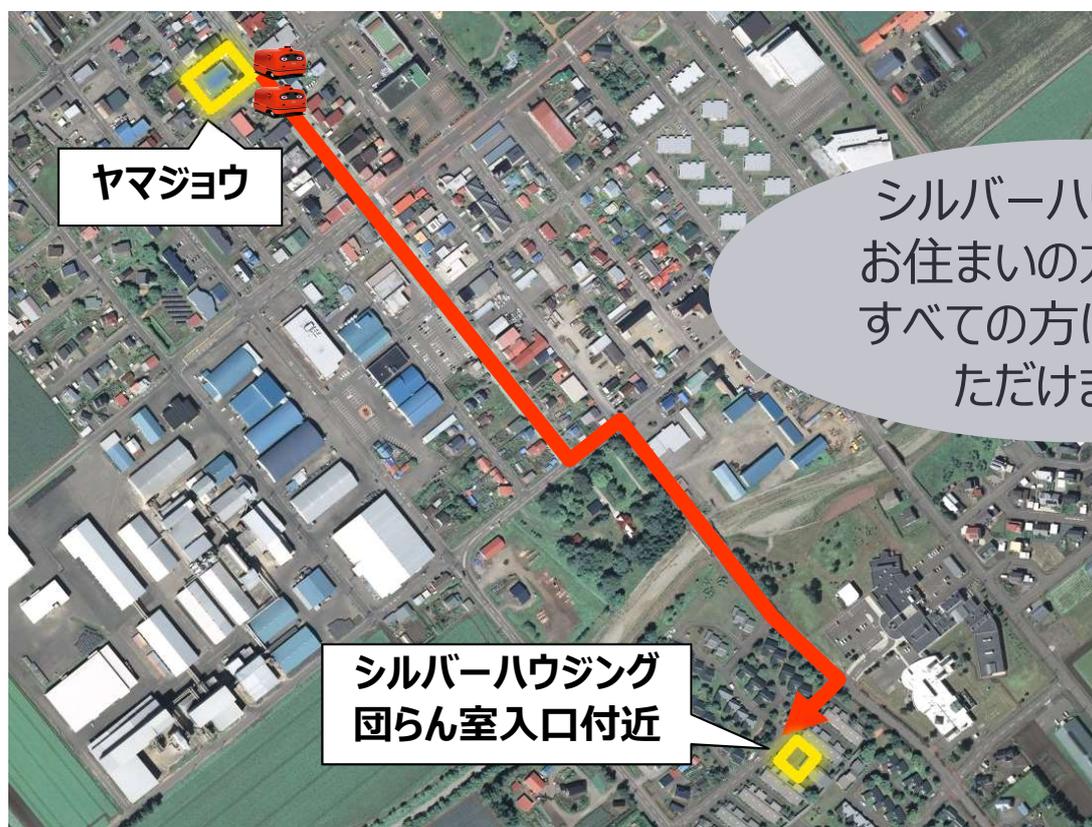
④配送



- ・各種QRコード決済
- ・クレジットカード決済

⑥注文完了時のQRコードをロボットにかざします。

■配送ルート ※来年度以降、拡大予定！



ロボット帰宅！

シルバーハウジングにお住まいの方を含めたすべての方にご利用いただけます♪



ロボット配送開始に向けて、イベントの実施も検討中です。
イベント開催時には、奮ってご参加ください♪

今年度のロボット配送サービスに基づき、来年度以降、より良いサービス提供を実現したいと考えております。皆様のご利用をお待ちしております！ ※サービス提供時に変更の可能性あり

お問合せ：株式会社長大(第1計画部) 担当：水谷

メール sarakuru-robo@chodai.co.jp

電話 070-4344-5175

ヤマジョウ 0155-52-2036

■コミュニティナース更別村スケジュール

STEP 1

更別村着任



STEP 2

村のことを
教えてもらう



STEP 3

一緒に企画を
実行する



STEP 4

ワクワク感
アップ

■皆さんに向けてのメッセージ

村のことを知り、村の皆さんが元気であるための願いを知るため協力とアドバイスをお願いしたいです。

例えば、『農業のお手伝い』、『日常のお話を伺う』、『お一人暮らしの方のお手伝い』を通し、更別村の皆さんと仲良くなりたいです☺

■コミュニティナースプロフィール

猪村真由 まゆ



神奈川県出身

ピアノと童謡が大好きな22歳
皆さんと一緒にいろいろな曲
を歌いたいです！

今村智之 いまむー



東京都出身

農家に憧れる22歳
芋掘りなどお手伝い
させてください！

西上耶弥 やや



帯広市出身

麻雀が大好きな22歳
麻雀初心者なので高度
な技教えてください！

【連絡先】 ☎070-7568-2493 (今村)

福祉の里温泉のロビーにいます ☺

■ コミュニティナースとは

コミュニティナースは、職業や資格ではなく実践のあり方です。地域の人々の暮らしの身近な存在として『毎日の嬉しいや楽しい』『心と身体の健康と安心』を村の人と一緒につくっていきます。

■ コミュニティナースの活動は全国に広がっています

週に1度のパン販売。

この方は菓子パンが大好きで、7日分の菓子パンをいつも購入しています。でも実は、この方は糖尿病をお持ちだったのです。

心配したコミュニティナースが「ずっと元気でいてほしい」とお声がけを続けると、菓子パンではなく食パンを買い始めるように。移動販売をきっかけに、繋がりの中で村民さんの健康を願い関わり続けています。



▲奈良県川上村のコミュニティナース

■ 更別村に着任した背景

更別村はスーパービレッジ構想を掲げ、デジタルを活用した村づくりを進めています。デジタル化が進む中で、村民同士の人と人との繋がりを大事に進めることを検討されています。コミュニティナースはその「繋がり作り」の一つとして、参画することになりました。皆様と顔見知りの関係を作り、更別村で生活するならこうやって楽しく暮らしたい、という皆さんの思いと一緒に叶えていく仲間に加えていただけたら嬉しいです。



保健福祉課と月に2度会議を行っています。
診療所や役場、社会福祉協議会とも連携しています。



ひやくワクサービス 写真・動画 共有アプリ



サービス
提供開始日
10/24

時をこえて人の想いをつなぐ OMOIDE

OMOIDEは、SNSのように簡単に今日あったできごとや誰かに伝えたい気持ちを未来に届けるアプリです。
写真や動画にメッセージをつけて、5年後、10年後の大切な人に送信してみましょう。

OMOIDE の利用イメージ



1 アプリをダウンロードして、ユーザ登録する。



2 お手持ちの利用チケットに記載のQRコードを読み取る。



3 写真や動画を添えて、メッセージを作成。



4 メッセージを届けたい未来の日付を指定し、送信。指定した日にメッセージが届きます。

アプリダウンロード & ご利用方法はこちら



＼ 更別村限定 /
無料利用チケット

アプリダウンロード後、
右記のQRを読み込むと、
メッセージを無料で作成できます



ご利用シーン

特別なイベントの日はもちろん、毎日のちょっとしたできごとも、OMOIDEで未来に届けることで、懐かしい「おもいで」に変わります。

数十年後の お子さんやお孫さんへ



例えばお誕生日会の写真にメッセージを添えて、お孫さんが成人する日を指定して送ります。



成人式の日にお孫さんのもとに、おじいさま、おばあさまからのサプライズメッセージが届きます。

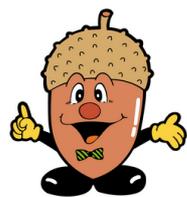
赤ちゃんの毎日の成長の様子を 来年のご自身へ



赤ちゃんが日々成長していく姿を写真に撮って、来年のご自身に送ります。



昨年の自分から、1年前のお子さんの様子が届きます。毎日見ていると気づかないお子さんの成長に気づくかも。



楽しく運動



eコグニケア

powered by **Moff**

参加者募集中！



開催日時：毎週木曜日 10:00~11:00

初回実施日：10/27(木)

事業の内容

※詳細は説明会でお伝えします。

▶更別コグニ運動教室

毎週木曜10時~村内の指定会場に集まり、認知症予防に効果的な運動クラスへ参加

▶週1~2コマのオンライン*運動教室

※オンライン*：Zoomを使用します。

参加条件

- 1.更別村にお住まいの方
- 2.一人でラジオ体操程度の運動ができる方
- 3.(オンライン参加希望の方のみ)
スマートフォン、タブレット、
パソコンのどれかをお持ちの方



こんな人におすすめです！

- 最近、物忘れが気になる・・・
- そろそろ、生活習慣病が心配。
- 運動の機会が減った
- 人と話す時間が少なくなってきた
- 免疫力を高めたい

まずは説明会にご参加ください！

*申し込みは不要です

「会場」社会福祉センター/上更別福祉館

「日時」第1回 10/20(木) 10:00-11:00

第2回 10/20(木) 13:30-14:30

プログラム参加ご希望の方は、

下記の2次元バーコードから

お申込み下さい

(もしくは、050-5306-0210へ
お電話にてお申込み下さい)



運営企業：株式会社Moff

電話：050-5306-0210 (平日10:00-18:00)

メール：sarabetsu-moff@moff.mobi

eコグニケア

powered by **Moff**

って、
どんなサービス？

認知症や生活習慣病の「予防」に良いとされる研究成果をもとに開発した運動教室や、健康づくりセミナー、健康チェック等のヘルスケア・サービス。

神戸大学と株式会社Moffが運営する
それぞれの強みを生かした共同運営サービス！



ユーザー様の
体験談



70代 女性

始めてまだ半年ですが、定期的な運動習慣と、
レッスンで教えて頂いた呼吸を意識することで、
血圧に変化が見られて大変嬉しいです。毎週皆さんと
お話できるのも楽しみですし、これからも続けていきたいです。

神戸市実証事業での体力向上効果



60-70代の平均水準から
40歳相当の若返り効果！

※CS-30：30秒間で、椅子からの
立ち座りの回数を測定するテスト

カラオケや楽しく運動等の サービス予約方法

■サービス予約方法

- ①専用サイトからサービスを選択
- ②予約時間帯を選択
- ③予約完了予約番号等が表示される
- ④さらクル無料移動サービスも利用可能！
- ⑤予約したサービスに参加



『100歳までワクワク、
世代を超えてみんなでつながり合う幸せな地域』

高齢者が生きがいを発見でき、好きなことを楽しめるサービスや健康サービスを提供。これらを支える様々な機能を持ったデジタル公民館を整備し、人々の繋がりや回復と、村民の健康の向上を図ります。高齢者でも楽しく元気に続けられるスマート農業を実現し、暮らしと仕事の両面から、高齢者が最も輝く街を実現します。

キーワードでサービスを探す



■100歳までワクワクサービスの予約・紹介サイトの新設

- ・サービス予約を行える専用サイトを新設します。
- ・ご利用のスマートフォンやパソコン等から利用できます。

■開始予定日

- ・2022年10月24日(月)



【お問合せ先】

株式会社ウフル 塚原裕和

080-3690-3688 / tsukahara.hirokazu@uhuru.jp

(電話に出られないタイミングもございます。もしその場合は、折り返しご連絡させていただきます。)

