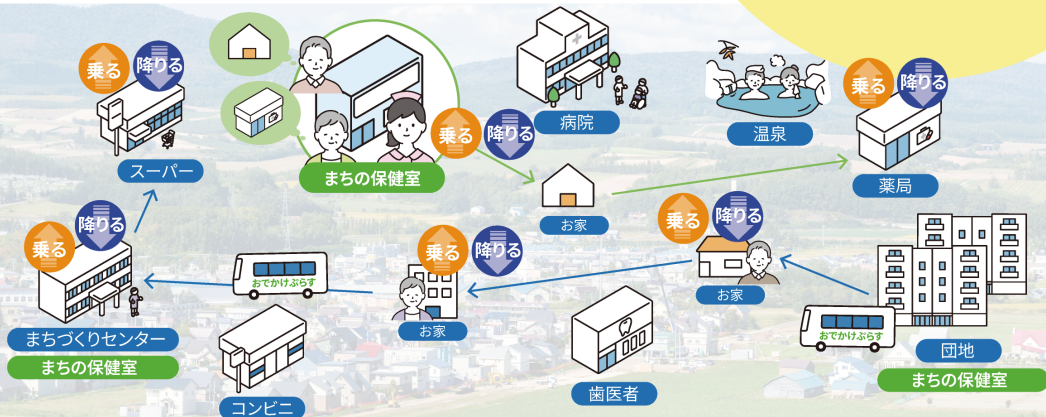


まちの保健室×おでかけぷらす

地域包括ケア実証プロジェクト

健康的で自分らしい人生を応援するサポートプロジェクト

利用料金 無料



健康的で自分らしい人生を送るための「からだ」と「ところ」の健康づくりをサポートする「まちの保健室」と外出サポート「おでかけぷらす」を実証します。

まちの保健室・おでかけぷらす 実証実験期間

2月1日[土] 2日[日] 7日[金] 8日[土] 9日[日]

まちの保健室って何？

「からだ」と「ところ」の健康づくりをサポートする場

「おでかけぷらす」って何？

健康を目的とした外出をサポートするサービスです。

利用時間 10:00～16:00

利用料金 無料(実証期間中のみ)

利用できる方

- 健康的で自分らしく楽しい人生を送りたい高齢者・中高年の皆さん
- 南区及びその周辺にお住まいの方および来訪者

おでかけぷらすで行けるところ

運行エリア: 自衛隊前駅・真駒内駅～真駒内・石山地区

「おでかけぷらす」利用できる方

- 保健室のイベント参加や健康相談を受ける方
 - 健康のための外出支援の必要な方
- ※看護師などの医療従事者のサポートが必要な方にはサポートがつきます。

「おでかけぷらす」駅(モビリティスポット)

- まちの保健室 (URあけぼの団地・UR五輪団地・石山まちづくりセンター)
- 自衛隊前駅 ■ 真駒内駅 ■ イオン札幌藻岩店

※おでかけぷらすの乗車は、下記エリア内であればご自宅からも利用できます。

(運行エリア: 自衛隊前駅・真駒内駅～真駒内・石山地区)



事前予約方法説明会 1月30日[木]

- | | | |
|---|--|--|
| ■ 石山まちづくりセンター
住所:札幌市南区石山1条4丁目1-1
時間:10:00~12:00 | ■ UR五輪団地 集会所
住所:札幌市南区真駒内緑町4丁目1番
時間:13:00~14:00 | ■ URあけぼの団地集会所
住所:札幌市南区真駒内曙町1丁目1
時間:15:00~16:00 |
|---|--|--|

おでかけぷらすのご予約はお電話またはネットから!

☎(080) 8478-3064

電話受付時間 9:00~16:00
(株式会社かんごぷらす 担当:水田)

※電話予約は1月31日(金)9:00から受け付け開始 ※ネット予約:1月25日(土)から受け付け開始

ネット予約は、
1週間前から予約可能





「おでかけぷらす」利用方法



①ウェブで予約する



②予約日時に乗車場所へ



③「おでかけぷらす」に乗る

STEP 1

まずは

利用者登録しよう

1 予約専用サイトにアクセスします。



<https://passenger.savs.mirai-share.com/sapporo-minami/#/>

2 必要な情報を入力して登録します。

・「新規登録」をタップ



・必要な情報を入力、利用規約を確認し、「登録する」をタップ



注：ログインIDとパスワードは次回ログイン時に必要になりますので、必ずお控えください。

STEP 2

乗りたいと思ったら

配車予約しよう

1 ログイン後、「デマンド作成」をタップします。



2 乗車場所/降車場所を選択します。

・地図を動かして乗車希望位置の星数字をタップ



※検索窓をタップすると一覧が表示されるので、そこから選択することも可能

・乗車/降車場所を選択後、「ここを出発地/目的地にする」をタップ

3 希望日時・乗車人数を入力します。

・時計マークをタップし、希望日時を設定



・出発/到着を選択
・希望時間を設定
・希望日を設定
・全て設定後「決定」をタップ



・乗車人数を選択
・「この内容で申し込む」をタップ

4 予約を確定します。



・乗車/到着予定時刻、乗車人数を確認し、よければ「確定」をタップ

注：時間内に確定しない場合は、自動的に予約はキャンセルされます。

「まちの保健室」って何?

「まちの保健室」は、地域の誰もが気軽に立ち寄れる場所です。健康で自分らしく楽しく生きるための「からだ」と「こころ」の健康づくりをサポートします。看護の専門知識や技術を活かし、健康相談や健康管理の情報提供、リハビリ、心と体のケアを行います。また、地域の人々がつながり合い、安心して暮らせる地域の拠点です。



まちの保健室 開催場所・イベント(利用時間10:00～16:00)

- 利用できる方
- 健康的な自分らしい楽しい人生を送りたい高齢者・中高年の皆さん
 - 南区及びその周辺にお住まいの方および来訪者

URあけぼの団地集会所(札幌市南区真駒内曙町1丁目1)

2月1日[土]

- 看護師・保健師による健康相談(時間10:00～12:00、13:00～16:00)
- おでかけぶらす乗車体験ツアー「イオン札幌藻岩店に行ってみよう!」(10:30出発)
- 100歳になっても健康で楽しく自分らしい人生を送る地域包括ケア～国内外の先進事例とナインゲール看護理論から～(時間14:00～15:30)

札幌市立大学発ベンチャー 株式会社かんごぶらす
代表取締役社長 中田亜由美氏
(元札幌市立大学 看護学部 助教)

2月2日[日]

- 看護師・保健師による健康相談(時間10:00～12:00、13:00～16:00)
- 札幌市立大学学生企画
フレイル予防ゲーム「北海道キャラバン」(時間10:30～12:00)
- おでかけぶらす乗車体験ツアー「地下鉄真駒内駅に行ってみよう!」(14:00出発)

UR五輪団地 集会所(札幌市南区真駒内緑町4丁目1番)

2月7日[金]

- 看護師・保健師による健康相談(時間10:00～12:00、13:00～16:00)
- おでかけぶらす乗車体験ツアー「地下鉄自衛隊前駅に行ってみよう!」(10:30出発)
- 「セカンドライフ ～人生100年時代の健康予防～」(時間14:00～15:30)
講師:北海道循環器病院 理事長補佐兼事務部長 宇野重起様

2月9日[日]

- 看護師・保健師による健康相談(時間10:00～12:00、13:00～16:00)
- 札幌市立大学学生企画
フレイル予防ゲーム「北海道キャラバン」(時間10:30～12:00)
- おでかけぶらす乗車体験ツアー「イオン札幌藻岩店に行ってみよう!」(14:00出発)

石山まちづくりセンター(札幌市南区石山1条4丁目1-1)

2月8日[土]

- 看護師・保健師による健康相談(時間10:00～12:00、13:00～16:00)
- 認定作業療法士による「自宅のできるリハビリ講座」、整体体験会(時間14:00～16:00)
- おでかけぶらす乗車体験ツアー「イオン札幌藻岩店に行ってみよう!」(10:30出発)

実施主体:株式会社かんごぶらす、株式会社未来シェア、UR都市機構
イオン北海道株式会社
協賛:STARTUP HOKKAIDO
協力:札幌市、札幌市立大学、一般社団法人北海道開発技術センター
北海道循環器病院

令和6年度国土交通省共創MaaS実証プロジェクト採択
「看護×AIオンデマンド外出支援共創MaaS実証プロジェクト」

