

(広報資料)



京都市は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

令和3年11月29日

京都市保健福祉局

健康長寿のまち・京都推進室

健康長寿企画課

TEL:075-222-3419

データを活用した健康づくりモデル事業の実施について

京都市では、市民の活力ある「人生100年時代」の実現に向け、エビデンスに基づく新たな健康増進・予防方法について、地域企業と連携し研究を進めております。

この度、社会貢献型・研究開発型のベンチャー企業「株式会社ヘルステック研究所」と共働で、データを活用した予防・健康づくりの実証事業を行いますので、お知らせします。

1 目的

- ・これまでの健康づくりに、データ利活用の枠組み（健康データの収集・蓄積）を組み込み、客観性があり効果が高い健康づくりについて研究を進めること。
- ・「証拠に基づく政策形成（EBPM: Evidence-Based Policy Making）」が可能となる健康づくりモデル事業を構築し、市民の皆様に新たな健康づくりの枠組みを提供すること。

2 事業概要

スマートフォンアプリ「健康日記」を利用したPHR（※）の仕組みを活用し、参加者の日々の健康づくり活動（ウォーキング等）の成果がデータで分かる仕組みを構築します。

また、健康づくりは一人では続けにくいという課題があります。そこで、健康データ測定のための拠点「Kステーション」を地域に設置します。Kステーションでは、健康アドバイザー「ヘルスプロモーター」が体組成計、血圧計、質問票等により、参加者の健康に関するデータを定期的（2週間に1～2回程度）に測定するとともに、健康づくりのアドバイスを行います。

こうした取組の結果を分析し、標準化モデル事業の構築を目指します。

※PHRとは

Personal Health Recordの頭文字をとった略語。個人の健康・医療・介護に関する情報を一人ひとりがアプリ等を通じて、自分自身で生涯に渡って時系列的に記録・活用する仕組みのこと。

3 実証期間

令和4年1月中旬～3月中旬

4 会場（Kステーション設置場所）

元教業小学校 体育館

住所：中京区大宮通御池下る三坊大宮町121-2

5 対象

成人50名程度（主に中京区教業学区近隣住民）

6 実施内容

- スマートフォンアプリ「健康日記」の活用
参加者は毎日の歩数（自動入力）や体重等を健康日記へ入力
- Kステーションでの健康測定（全4回）
参加者は2週間に1～2回、体重、体組成（体脂肪率、筋肉量）血圧を測定併せてヘルスプロモーターによる健康アドバイスを実施
（初回及び最終回には歩く速さや体のバランス、握力等の体力測定を行う）

【実施イメージ】

- 1回目： アプリインストール、質問票記入、
身長・体重・体組成・血圧測定、体力測定、健康アドバイス
- 2回目： 体重・体組成・血圧測定、健康アドバイス
- 3回目： 体重・体組成・血圧測定、健康アドバイス
- 4回目： 質問票記入、体重・体組成・血圧測定、体力測定、健康アドバイス
アンケート記入

※ 全4回に御参加いただいた方には、謝金として2,000円をお渡しします。

7 実施体制

共催：京都市、株式会社ヘルステック研究所

※1 本事業は、ヘルステック研究所と京都大学との「学生健診を基盤とした共有型ライフロングPHRの構築と利活用促進のための標準化モデル創出に関する研究」の実証事業として行います。

※2 事業実施のための財源には、明治安田生命保険相互会社「地元の元気プロジェクト」からの寄付を活用しております。

＜参考1＞株式会社ヘルステック研究所 概要

【代表】代表取締役：阿部 達也

【所在地】京都市左京区吉田下阿達町46-29 京都大学医薬系総合研究棟3階309S号室

【事業概要】

PHRを通じた個人の健康に貢献するサービスを持続的に提供することを目的にしたベンチャー企業。生涯健康情報プラットフォーム「健康日記」アプリを運営。



＜参考2＞スマートフォン用無料アプリケーション「健康日記」

毎日の健康状態を記録できる無料の生涯PHRアプリ。自分で毎日の体重や血圧、摂取カロリーなどを記録でき、スマホのヘルスケア機能と連携すれば歩数などを自動的に取り込むこともできる。令和2年3月にリリースし、ダウンロード数は現在10万件を突破。ヘルステック研究所と京都大学の共同研究の成果物として開発。

