

神奈川 ME-BYOリビングラボ レポート

[令和4年度・5年度採択実証事業 事例集]





もくじ

- P.02 …… はじめに
- P.03 …… 「ME-BYO リビングラボの取り組みに寄せて」
 …… 本事業の専門委員メンバー：
 神奈川県立保健福祉大学大学院ヘルスイノベーション研究科 教授 成松 宏人
- P.04-05 …… 「神奈川 ME-BYO リビングラボとは」
 …… 神奈川 ME-BYO リビングラボ事務局・東海大学医学部客員教授 苮口 隆重
- P.06-07 …… 神奈川 ME-BYOリビングラボとは
- P.08-09 …… 実証例 1 有限会社ビーアウェイク (令和4年5月採択)
- P.10-11 …… 実証例 2 カゴメ株式会社 (令和4年9月採択)
 …… エーテンラボ株式会社
- P.12-13 …… 実証例 3 有限会社IPC (令和5年2月採択)
- P.14-15 …… 実証例 4 有限会社CBカウンセリングサービス (令和5年2月採択)
- P.16-17 …… 実証例 5 UHA味覚糖株式会社 (令和5年8月採択)



はじめに

神奈川県では、ヘルスケア分野で「最先端医療・最新技術の追求」と「未病の改善」という2つのアプローチを融合させ、新たな市場・産業の創出を図るとともに、健康寿命を延伸し、持続可能な新たな社会システムを創造していく「ヘルスケア・ニューフロンティア」政策を進めています。

この中で「神奈川ME-BYOリビングラボ」は、市町村やCHO構想(健康経営)を実践する企業等と連携し、地域や職域における健康課題に対し、新たな技術やサービスを用いた実証と評価の取組みを平成29年度から続けてきました。

本事業は、未病の特徴をとらえた「レギュラトリーサイエンスとレギュレーション」により、新たな技術やサービスを検証することで、社会実装のための科学的エビデンス構築を目指すとともに、実証フィールドとのマッチングを行い、現場での使用感やニーズの深堀をフィードバックできる点にユニークさがあります。そうした実証を、県が専門的知見を交えて評価する事で、未病関連製品・サービスの産業化、社会実装化を後押ししています。

このレポートでは、本事業の特徴を活かし、各企業が工夫を凝らした令和4年度及び令和5年度に評価を行った実証事例を紹介しています。これから本事業の活用を検討されている企業の皆様、あるいは現在未病改善に取り組まれている皆様の参考にしていただければ幸いです。

県では、県民の皆様がより安心して未病改善に取り組めるように、引き続き本事業を通じて未病産業の創出・拡大を促進してまいります。

神奈川ME-BYOリビングラボ審査委員会
委員長 牧野 義之



ME-BYO リビングラボの 取り組みに寄せて

本事業の専門委員メンバー：神奈川県立保健福祉大学
大学院ヘルスイノベーション研究科 教授

成松 宏人

私はこの神奈川ME-BYOリビングラボ事業(以下リビングラボ事業)に学術の立場から専門委員として関わらせていただいています。リビングラボ事業は未病を改善する製品やサービスを社会システムに実装することで新規市場創出を目指す、企業の実証事業を支援する仕組みです。この仕組みに、学術の立場からも私は大いに期待しています。

企業の製品やサービスを社会に実装していくためには、学術面との連携は大きな力になるはずですが、学術の力を使えば、それらの製品やサービスの効果を精密にだけでなく、多角的に評価することができます。そして、その学術的な評価の結果はその製品やサービスの改良に繋がっていきます。そして、このプロセスを回すことは企業や学術側双方に良い新たなインスピレーションを産み、それが新たなシーズを産み、新しい製品やサービスの開発につながっていきます。

学術の面からも企業との連携は今後ますます需要になっていくと考えています。例えば、私たちの研究チームでは地域でいくつものプロジェクトを立ち上げています。中心となるのは、神奈川県みらい未病コホート研究という地域の健康データを基盤に、新しいテクノロジーやコミュニティー活動を開発、実証する取り組みです。研究として、すでに様々な知見が見出されていますが、これだけでは社会実装までは届きません。実施に取り組む人々が「楽しく」、「継続する」サービスにしていくことは企業の力が不可欠です。そして、このリビングラボ事業は連携の強力なエンジンとなっています。すでに、私たちも、リビングラボを「卒業」した企業と、このコホート研究を基盤に新たな共同研究を立ち上げ、成果も出始めています。

いうまでもなく、地域の健康課題の解決には様々なプレイヤーによる連携が重要です。このような連携体制を組むのには、関係者の不断の努力が必要ですが、そのプラットフォームとして神奈川で未病リビングラボが立ち上がったこと、そしてそれが、継続的に運営されていることは本当に素晴らしいことです。私は、この取り組みが、一過性に終わることなく、このまま発展しながら継続して行けば、必ずや、目指す先の健康長寿社会を実現することができるかと確信しています。



神奈川ME-BYOリビングラボとは

神奈川 ME-BYO リビングラボ事務局・東海大学医学部客員教授
笠口 隆重

神奈川ME-BYOリビングラボ事業は、2017年に開始され、本年2024年で8年目を経過した今日、神奈川県にとって非常に重要な事業となっている。

神奈川ME-BYOリビングラボ(以下、「リビングラボ」という)は、そのHPで、「未病関連製品・サービスを社会システムに実装するためのイノベーションプラットフォーム」であること。さらに、リビングラボ活用の手引きで、リビングラボの目的として地域社会課題解決+未病産業創出を掲げ、リビングラボは、未病関連(ヘルスケア)の製品・サービスの効果を実際の生活者(リビング)とともに実証(ラボ)できる仕組みであるとしている。

この実証が「人を対象」としていることから、その仕組みの基本として、臨床研究のガイドラインである、当初は、「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」を、現在は、「人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針」に基づいて実施している。これは、結果として、臨床研究の基本理念にしたがうことにもなっている。その冒頭では、「社会的および学術的意義を有する臨床研究を実施すること」、「臨床研究の分野の特性に応じた科学的合理性を確保すること」と記載されている。これに伴い、実証事業提案者(以下、「事業

提案者」という)には、倫理審査を受けてもらうことをリビングラボ実証の前提条件としている。ところが、ほとんどの事業提案者では、実証事業実施計画書(以下、「実施計画書」という)が書けない、臨床研究実施の経験を持っていないこと。治験の経験のある製薬企業であれば、経験を有するものの、事業提案者は、未病領域であることから、ある意味ではやむを得ないことでもあるが、ほとんど経験を有していないのが実情であった(食品系企業のみ、例外)。作成ガイダンスを提供するものの、事業提案者が作成してきた実施計画書のチェック、修正依頼、修正結果のチェック等、事業提案者とリビングラボ事務局のやり取りのループに双方、悪戦苦闘し、膨大な負担が発生した。これが初めの3年間続いたが、4年目に入り、この現状に対して新しい試みに取り組むことにした。実施計画書を文章による記載ではなく、ワードの表形式で表現、すべての記載すべき項目について構造化し、その内容について選択形式とすることにした(他の事例にはない試み)。これまでの悪戦苦闘の成果でもある。この結果、やり取りは抜本的に改善され、事業提案者とリビングラボ事務局は、双方、実施計画書の内容そのもの、すなわち、臨床研究の基本理念にある「社会的意義、学術的意義、科学的合理性」に基づいた、最

も重要なプロトコル本体の策定に集中できるようになった。その翌々年、実施計画書の運用が軌道に乗った後、実施報告書についても同じように構造化した。これには、臨床研究等の国際ルールであるCONSORT声明に準拠した記載方式を採用した。これにより、実証事業の成果の発表や論文文化においても記載が要求される項目について網羅的に報告できるようになった。

リビングラボの最大の特徴は、リビングラボとして事業提案者に実証事業の対象となるフィールドの提供ができることにある。これは、臨床研究における研究対象者の募集にあたる。この募集は、一般の臨床研究において事業提案者の実施側で行うのは、難しく、大学病院・医療機関や臨床試験支援会社等に頼る場合が多いのが実情となっている。例えば、臨床試験支援会社においては、予め研究対象者データベースを有し、これを活用して研究対象者の募集を行っている。一方、リビングラボでは、自治体の住民や企業の従業員等を実証事業の対象者としていること、同時に、リビングラボの目的が地域の社会課題解決、特に地域の健康課題解決としていることから、単に実証事業への参加者の募集のみならず、課題を有している人々(県民)を参加の対象者とし、課題解決を図ることができるかがキーとなっている。すなわち、リビングラボというフィールドとは、「解決すべき社会課題また健康課題を有している地域という場」を指し示していることにある。このことから、事業提案者の提案のリビングラボ実施によって目的としている課題解決が図れるものかということが厳しく問われることになる。一方、リビングラボ事務局としても、課題を有しているフィールドとのマッチングには腐心、日常的活動の中で神奈川県配下の自治体や企業の抱えている

課題の見える化やフィールドの構築に努力しているところである。

リビングラボのもう一つの目的である未病産業創出を達成していくためには、事業提案者の提案が「社会システムに実装していけるものなのか(社会実装)」にあることである。そのため、リビングラボの実施計画書では、社会実装に関する項目について明確化する独立のセクションが設けられており、そこに社会実装化のデザイン・方法、社会実装化の背景・根拠、特定の目的・仮説、社会実装化のモデル、アウトプット、アウトカム、インパクトについて記載してもらうことになっている。これらによって、事業提案者の社会実装化のビジョン・道程について曖昧なく明確に意識してもらうことを目的にしている。一方、事業実施においては、事業に参加いただいた自治体の住民や企業の従業員等に対して、実施した未病関連製品・サービスに対するアンケートの依頼を行っている。これらは、事業実施結果の評価に際しての最重要視点の一つであるとともに、事業実施者にとっても、単なる評価という面だけでなく、社会実装していく上で未病関連製品・サービスの改善点の重要なヒントとなっている。

以上のことから、リビングラボは、未病関連製品・サービスを、「社会的意義、学術的意義、科学的根拠」から、「地域の社会・健康課題の解決」を通して、「社会実装」へと実体化、社会システム化していく仕組みであると言える。こうした仕組みを通して、リビングラボ事務局として実証事業提案者に対して良い意味での対峙者として、双方、緊張関係を持って対応し、革新的な未病関連製品・サービスを生み出していきたいと考えている。

神奈川ME-BYOリビングラボとは

神奈川ME-BYOリビングラボは、神奈川県が推進するヘルスケア・ニューフロンティア政策※で、超高齢化社会を乗り越える次世代ヘルスケア社会システムの創出を目指して企画された事業です。

※ヘルスケア・ニューフロンティア政策：超高齢化社会の到来という急激な社会変化に対して、「最先端医療・最新技術の追求」と「未病の改善」という2つのアプローチによって、健康寿命の延伸を目指すとともに、未病産業、最先端医療産業など新しい市場・産業の創出・拡大に取り組む神奈川県の政策です。



What's "ME-BYO(未病)"?



・「未病」とは、心身の状態を健康と病気を2つの明確に分けられる概念として捉えるのではなく、心身の状態は健康と病気の間を連続的に変化するものと捉えています。

・「未病の改善」とは、心身の状態の変化の中で、特定の疾病の予防にとどまらず、心身をより健康な状態に近づけていくことです。

「神奈川ME-BYOリビングラボ」は、県民がより安心して未病改善の実践に取り組めるよう、地域や職域における健康課題の解決や新たな社会システムの構築に資する未病関連製品・サービスの事業化、産業化及び社会実装を促進します。神奈川県が、県内市町村やCHO構想(健康経営)を実践する企業、アカデミア等と連携し、製品・サービスの機能・効果等を検証する実証フィールドのマッチングを支援するとともに、その実証結果の評価を行います。

未病関連製品・サービスを社会システムに実装するためのイノベーションプラットフォーム



実施体制



- 特徴
- ・神奈川県全域が実証フィールドに
 - ・様々なメンバーとの共創が実現
 - ・多様なビジネスモデルの検証が可能
 - ・神奈川県との共同事業で信頼創出

スキーム

神奈川県は、未病産業研究会の会員企業等から未病関連製品・サービスを活用した実証事業の提案を募り、事前面談等によるコンサルティングの実施や、採択が見込まれる事業と実証フィールドとのマッチングなどの支援を行います。また、実証事業の結果を受けて、計画の実現性等を見るプロセスの観点、評価項目の達成度を見るアウトプットの観点、未病改善や社会的意義等を見るアウトカムの観点等から評価を実施します。

主な要件

◆対象事業

次の全ての要件を満たす事業

- ①県民の意識・行動変容につながる未病関連の製品・サービス※¹の機能・効果等を県内の実証フィールドで検証する実証事業であること

重点分野

- ①意識・行動変容 ②生活習慣 ③生活機能 ④認知機能 ⑤メンタルヘルス・ストレス

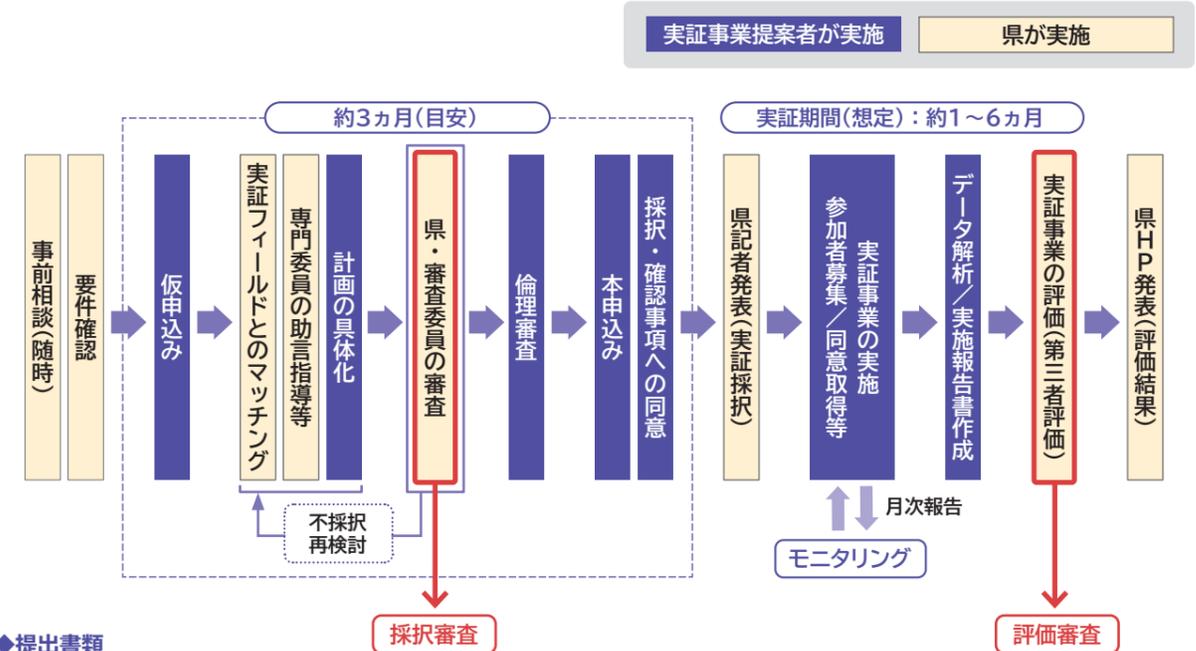
※ICTや金融などの分野を含めた、広く未病の見える化や改善に資する技術、製品・サービス。なお、侵襲性の高い未病関連製品・サービス、医薬品・医療機器及び再生医療等製品並びに体内摂取する食品が有する効果・効能そのものの検証を目的とした実証事業は除く。

- ②募集要項に定めた手順に従って進められ、倫理審査等の必要な手続きを完了した実証事業であること
- ③原則、実証事業の参加者に対して経済的負担を求めないこと

◆応募資格

未病産業研究会の会員(法人)であること(入会予定を含む)等
その他、応募資格の詳細については、募集要項(HP掲載)に記載

主な流れ



◆提出書類

- (1)申込書(様式)
- (2)実施計画書(様式)
- (3)倫理審査提出資料の写し(参加者への説明文書・同意文書含む)
- (4)倫理審査の承認等が明記された資料の写し

その他、提出書類については、募集要項(HP掲載)に記載

1 有限会社ビーアウェイク

実証対象製品・サービス

高齢者向け運動指導サービス

地域の高齢者施設(ケアプラザや包括支援センター等)を利用した、運動イベントや運動指導サービスを通じて、高齢者の運動機能維持・向上の取り組みを実施。今回は、対面による運動指導に加え、SNS (LINEアプリ)への運動指導動画配信のサービス機能を付加し、効果確認を行った。



解決すべき社会(健康) 課題について

コロナ禍を経験し、生活スタイルが変化する中で、高齢者への運動指導の取り組み方(サービス提供方法)も多様化が求められている。以前は、運動教室会場に集合し、対面による運動指導が一般的であったが、近年のSNS普及による環境変化を踏まえ、対面指導に加え、SNSを用いた運動指導動画配信サービスを加えることで、運動指導サービスの提供方法の充実を図り、運動習慣の維持・継続および運動機能の維持または向上を目指すことで、結果として、サルコペニア、フレイル対策に寄与することを目指す。

実施事業について

実施期間：2022年6月～2022年8月

● 実証の目的やテーマ、確認したかった事

高齢者向け運動イベントの場で運動指導(1～2時間)のみ受講するグループとイベントでの運動指導に加えSNS動画配信(運動指導動画)の提供を受けるグループを作り、両グループを比較する事でSNS活用に対する運動習慣の意識・行動変容と運動機能の効果のほか、SNSの継続的な利用の可否について、基礎的な情報収集を行い、SNS活用を含む運動指導サービス提供の実行性について確認した。

運動機能の効果確認項目としては、介護予防マニュアル(厚生労働省)記載項目より、TUG/5m歩行/開眼片足立ち/2Step/立ち座りの測定その他、早稲田エルダリーヘルス社製AYUMIEYE[®]を利用し歩行力の測定を実証の開始時と終了時に行い、前後比較することで、運動機能の定量データを収集・評価することとした。

※AYUMIEYEについては、2019年度のリビングラボ実証事業において、AYUMI EYEを用いた歩行解析によって、一定の結果のフィードバックがもたらされ、モチベーションの浮揚が認められている。

● 実証の手順

割振り：参加者を受付の順に「対面運動指導グループ」、「SNS 併用グループ」を交互に割り当て、2つのグループに振り分ける。

対面運動指導グループ：実証期間中にトレーナーによる対面運動指導(計4回)を行う。

SNS併用グループ：上記対面運動指導に加え、SNSによるストレッチ動画の送信(週2回)を行う。

- ・アンケート 運動習慣、運動指導、運動セルフエフィカシー等について確認
- ・身体測定 身長、体重、腹囲、運動機能、歩行機能(※) ※株式会社早稲田エルダリーヘルス事業団の歩行解析デバイス「AYUMIEYE」を使用
- ・運動指導 トレーナーによる対面の運動指導(1～2時間)
- ・SNS動画送信(SNS併用グループのみ) SNS (LINE アプリ)を通じた4～5分程度のストレッチ動画の送信



● 実証項目(評価項目)

運動の実施率、開始時と終了時の腹囲、BMI 変化、歩行機能変化及び体力測定変化、その他(アンケート結果における意識変化)

● 実証フィールド

- 地域ケアプラザ、地域包括支援センター (横浜市、横須賀市)
- 横浜市瀬谷区下瀬谷地域ケアプラザ(社会福祉法人 同慶会)
- 横浜市泉区踊場ケアプラザ(社会福祉法人 神奈川県協匡済会)
- 横須賀市池上コミュニティセンター (池上市民プラザ内)
- 横須賀市長坂町 町内会館

● 参加者募集要件

50歳以上85歳以下の健康な方(実証フィールド施設の運動イベント・運動教室参加者より同意の得られた方)

● 参加者数

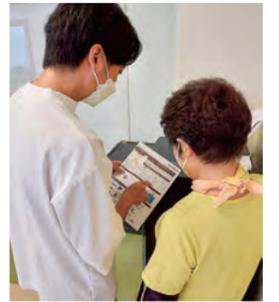
56名(対面グループ：28名、対面+SNS併用グループ：28名)

● 募集人数

60名(対面グループ：30名、対面+SNS併用グループ：30名)

● 解析実施人数

43名(対面グループ：18名、対面+SNS併用グループ：25名)



実証を通じて得られた成果や将来に向けての知見

本実証では、高齢者を2つのグループに分けて、一方のグループには、対面の運動指導のほか、SNS (LINE)を用いての画像配信を実施したが、約9割の高齢者がSNSを継続的に利用出来る事が確認され、高齢者向けサービスへのSNS活用の可能性について多くの知見を得る事ができた。

事業がもたらす社会的価値について

高齢者の運動機能維持・向上のアプローチとしては、専用トレーナーやPTによる対面指導が一時的には、効果的であるが、一方で、運動イベント終了後の継続的なセルフトレーニングの仕組み作りが課題である。今回の実証を通じて、高齢者が、SNS (LINE)を十分に活用し、在宅トレーニングが可能であることが確認できた。今後に向けては、SNS (LINE)を利用し、双方向のコミュニケーション環境を用意し、オンラインの高齢者指導の取り組みについても、展開を進め、より身近な(高齢者の生活に寄り添った)運動機能維持とフレイル予防のサービス展開を図っていききたい。



Voices



シニアに意欲や好奇心を持ってもらうきっかけとして、大変面白くご協力させていただきました。スマホ教室などもやっていますが、やはり習慣的に慣れないことに取り組んでもらう、また興味のあることに関連づけてスマホなどの苦手なものを入れることで、自然と行動変容が生みやすいのでは…と思いました。

看護師(女性50代) 地域包括支援センター職員

スマホは不慣れですが、健康になれる、若くなれるかもという興味もあり参加しました。測定もハイテクなもので時代の進化を感じながら実施しました。またこのような機会があれば参加したいです。

参加者(女性70代)



Data

- 会社概要 所在地：茅ヶ崎市東海岸南 2-11-24-308 / 設立年月日：2009年10月3日 / 資本金：300万円 / 従業員数：9名 / HP：https://www.beawake.co.jp
- 事業概要 介護予防・健康づくり講師事業、高齢福祉政策(予防・まちづくり)アドバイザー 健康関連商品の監修・開発、メディアでの健康普及



カゴメ株式会社 エーテンラボ株式会社

実証対象製品・サービス

カゴメ健康サポートプログラム

行動変容理論に基づく管理栄養士による食生活改善セミナー、推定野菜摂取量を測定できるベジチェック®などを組み合わせた食生活改善プログラム。



習慣化アプリ「みんなチャレ®」

同じ目標を持った5人がチームとなってチャレンジする習慣化アプリ。



解決すべき社会(健康)課題について

野菜及び果実の摂取は、様々な生活習慣病の予防に有効である可能性があるとの研究報告が多くなされています。我が国においては、生活習慣病の予防・健康寿命の延伸等を目的として「健康日本21」が開始され、その中で日本人の野菜摂取量の目標は1日350g以上と定められています。しかし、これまで日本人の野菜摂取量の平均値は目標に達したことはありません。また、年代別にみると、20歳-50歳代の勤労世代は他の世代に比べて特に野菜摂取量が少なく、勤労者の野菜摂取促進は重要な課題となっています。

実施事業について

実施期間：2022年11月～2023年3月

● 実証の目的やテーマ、確認したかった事

現在、多くの企業や自治体で野菜摂取量の増加を含む健康増進の取組が行われています。しかし、健康無関心層が、これらの活動への参加や取組に対して積極的ではないことが課題でした。そこで、健康アウトカムだけでなく「自分や健康行動をとることが社会貢献にもつながる」という社会的アウトカムを組み入れることで、これまで健康増進活動に積極的に参加しなかった方の参加や行動を促すことが出来るのではないかと考えました。

● 実証の手順

本プログラムは、以下を通じて野菜摂取量の増加を目指しました。

- ① 管理栄養士による野菜摂取を動機づける動画の視聴
- ② 推定野菜摂取量を測定できる機器「ベジチェック®」の設置
- ③ 環境サポートとして 24 本の野菜飲料を配布

さらに、習慣化アプリ「みんなチャレ®」を活用して、アプリ内で野菜摂取を報告するとコインが獲得でき、それが一定量貯まると地元の子ども食堂に対して野菜を使用した食品が寄付される仕組みを提供しました。

神奈川県内に事業所がある企業に勤務する勤労者を研究対象者とし、研究対象者を年齢と性別の構成が等しくなるように無作為に 2 群に割り付けました。そして、一方の群(対照群)には対照プログラムを、もう一方の群(介入群)には行動することが社会貢献に繋がる仕組みを取り入れた本プログラムを受講してもらいました。

● 実証項目(評価項目)

研究対象者には、プログラム受講前と受講後3ヶ月後に食事調査を実施し、野菜摂取量の変化や野菜摂取に関する意識や行動の状態を評価しました。

● 参加者募集要件

年齢18才以上の健康な人で、医師等から食事指導・食事制限を受けていない者

● 実証フィールド

損害保険ジャパン株式会社様、ウエイズトヨタ神奈川株式会社様、かながわ信用金庫様、ハリマビシステム株式会社様、相鉄ホールディングス株式会社様、相模鉄道株式会社様、相鉄ビジネスサービス株式会社様

● 参加者数

301名(うち解析対象者は、247名)

実証を通じて得られた成果や将来に向けての知見

参加者の募集目標200名を超える、301名の方に参加いただきました。プログラム受講前と比較して受講後3ヶ月では両群ともに野菜摂取量が有意に増加していました(図1)。受講前後の野菜摂取の増加量を群間で比較したところ、対照群と比較して介入群の方が、有意に増加量が大きいことが認められました(図2)。また、プログラム受講後では介入群の方が対照群と比較して野菜摂取に関する行動変容ステージが前進していることが示唆されました。

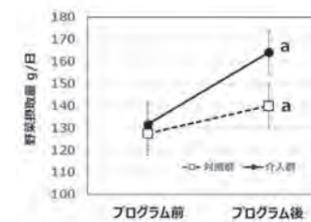


図1. プログラムでの野菜摂取量の変化

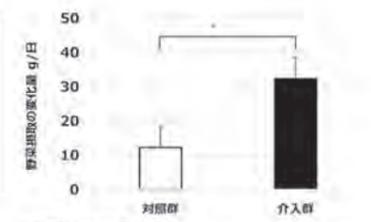


図2. 野菜摂取量変化量の群間比較

図1、2は同時に実証した神奈川県と豊橋市の統合結果

事業がもたらす社会的価値について

健康アウトカムに加え、食行動の変化が社会貢献に繋がることを実感できるような社会的アウトカムを期待させる栄養教育プログラムは勤労者の野菜摂取に関する行動変容に効果的であると示唆されました。今後、本プログラムをカゴメとエーテンラボとの共同で自治体や、健康保険組合に提供していきます。さらに社会実装されることで、栄養教育プログラムの参加者の食生活のみならず、社会貢献活動の活性化にもつながることが期待されます。

Voice



本取組は、自治体がまず健康課題を適切に把握し、企業と共に地域における「健康経営」の視点で取り組んだ先進的な事例です。各々の企業がその特色を生かして、野菜を食べる意識を高めて環境を整えることに加え、習慣化アプリを利用し、社会貢献を意識したプログラムを企画することで、若い世代の野菜摂取量の増加を促す行動変容に効果を出すことが出来ました。今後このような取組が全国的に広がっていくことを期待しています。

田中 和美様 神奈川県立保健福祉大学栄養学科長

神奈川IME-BYOリビングラボ実証事業に参加させて頂きありがとうございました。協力させて頂いた社員一同、毎日の「ベジチェック」が楽しみで、明らかに野菜摂取に対する意識が変わったように思います。アプリによるコミュニケーションも効果的で、共有や子ども食堂寄贈という貢献がより意識を高めたのは間違いありません。実証後も社員間で野菜摂取に関わる話題が出ることも多くなり、本実証が健康への行動変革に繋がったことを嬉しく思います。

隅田 幸一様 損害保険ジャパン株式会社 横浜支店担当部長



Data

カゴメ株式会社

会社概要 所在地: 東京都中央区日本橋浜町3丁目21番1号日本橋浜町Fタワー / 設立年月日: 1949年8月1日 / 資本金: 19,985百万円 / 従業員数: 2,912名 / HP: <https://www.kagome.co.jp/>
事業概要 野菜を使用した食品の製造販売、青果物の仕入れ、生産、販売、健康サポートサービスの開発・販売



エーテンラボ株式会社

会社概要 所在地: 〒103-0024 東京都中央区日本橋小舟町8番13号 / 設立年月日: 2016年12月21日 / 資本金: 1億円 / 従業員数: 32名 / HP: <https://a10lab.com/>
事業概要 楽しく生活習慣を改善できるスマホアプリ「みんなチャレ」を開発。みんなチャレを活用した健康増進事業として、自治体向けにはフレイル予防・重症化予防事業、健保・企業向けには禁煙・ダイエット事業等を提供。アプリの効果を検証するための臨床研究も積極的に推進中。



3 有限会社IPC

実証対象製品・サービス

姿勢改善運動のグループワークとアプリケーションサービス

参加者を対面運動群とアプリ運動群の2つに分け、実験開始時に運動習慣のアンケート、体力測定、身体機能検査、血管内皮機能FMD検査を実施した。アプリ群には専用アプリ「CREDO BODY (株)クラウドクロッシング」とFMD検査機器「ユネクスイーエフ」(株)ユネクス)を使用。4か月間、対面群は週1回トレーナー指導を受け、アプリ群は自主的に運動。期間後、再度測定を行い、両群の変化を比較検証した。



▲運動中の写真

▲測定中の写真



▲FMD測定

▲アプリの画面

解決すべき社会(健康) 課題について

今回の実証で証明したIPCメソッドの対面実施およびアプリケーションを活用した介入が筋力などの体力・機能性の向上や心血管系疾患の発症予防につながる可能性が示唆された。このことは、働き盛りのデスクワーカーにおいて、今回のような取り組みが未病の方々への問題提起、将来的な行動変容の一助となり、ひいては健康寿命の延伸・QOL向上に寄与することを示している。

実施事業について

実施期間：2023年7月～2024年3月

● 実証の目的やテーマ、確認したかった事

本実証研究は、主に中年のデスクワーカーを対象に、IPCメソッド(筋力トレーニング、ストレッチング、筋膜リリースを組み合わせた身体機能改善法)の効果を検証することを目的とした。対面での実践と、動画コンテンツや歩数増加を促すアプリケーションの活用を通じて、以下の点を調査した。

1. 運動習慣のない人々の体力向上
2. 循環器系疾患の発症予防
3. 身体活動に関連する行動変容の促進

これらの要素が、参加者の健康状態にどのような影響を与えるかを明らかにすることを目指した。

● 実証の手順

参加者を対面運動群とアプリ運動群の2グループに分け、実験開始時に両群で運動習慣アンケート、体力測定、身体機能検査、血管内皮機能(FMD)検査を実施。アプリ群には「CREDO BODY」アプリと「ユネクスイーエフ」FMD検査機器を使用。

4か月間の介入期間中、対面群は週1回トレーナー指導を受け、アプリ群は自主的に運動。介入前、2か月後、4か月後に再度測定を行い、両群の変化を比較検証。この実験設計により、異なる運動アプローチの効果を総合的に評価した。

● 実証項目(評価項目)

身体機能測定(1.立位体前屈 2.両足座り込み 3.両手挙げ 4.片足上げ 5.MSR 6.OHSQ)体力測定(1.握力 2.片脚片足立ちテスト(ロコモ) 3.CS30)体組成測定 血管内皮機能測定(FMD測定)

● 実証フィールド

横浜YMCA(横浜市)、LIXIL港北支店(横浜市)、(株)SENSEPROJECT(横浜市)、大栄建設株式会社(横浜市)

● 参加者募集要件

中龄デスクワーカー男女(40～50歳)で運動習慣のない人

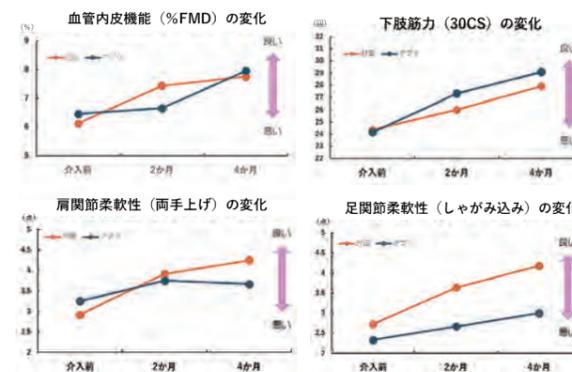
● 参加者数

45名(男性25名：女性20名)。

実証を通じて得られた成果や将来に向けての知見

アプリ運動群の検査結果が有意に向上したことから、多様なライフスタイルや職場環境に対応できるよう、アプリ内のコンテンツを充実させることが重要だと考えられた。これにより、より多くの人々の運動参加を促し、運動効果の向上が期待される。

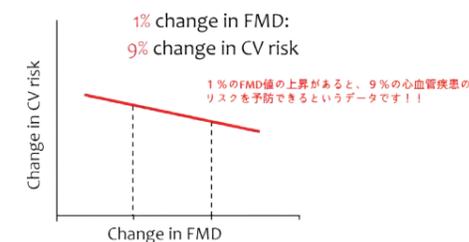
姿勢改善と機能的な身体能力の向上が、筋力や血管内皮機能の改善につながったことが明らかになった。このことから、体力測定に加えて適切な医学的検査を指導プログラムに組み込むことで、目的や効果をより具体化できると考えられる。これは、運動習慣の定着を促進し、長期的な健康改善につながる可能性がある。



事業がもたらす社会的価値について

今回の実証実験では、定期的な運動参加グループでなくとも、測定イベントと自己に適した運動方法を提供するサービスにより、トレーナーの直接指導なしでも検査結果が有意に改善しました。特に、弊社プログラムによってFMD値(血管内皮機能)の向上が確認され、これは脳・心血管系疾患のリスク低減を示唆しています。

高齢化が進む日本において、健康寿命の延伸は重要課題です。企業と従業員が協力してこの取り組みを実施することで、脳・心疾患による就労不能を減らし、企業価値の向上にもつながる包括的な健康増進プログラムを提供していきます。



VOICE

YMCA 20名分のアンケート結果

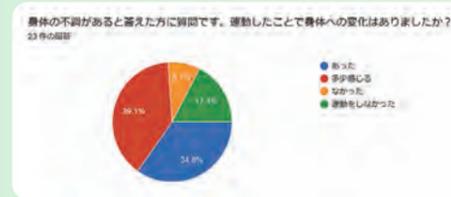
80%の人が変化を感じました。



できる限り階段を使うようになった/フォームローラーを自宅に取り入れるようになった。またアドバイスいただいた運動を取り入れています。/良い姿勢維持と柔軟性の向上/おかげさまで運動と食事の会話が増えました。/筋膜リリースを毎晩行うようになった/お腹を気にするようになった/フォームローラーを購入して運動に参加できなかった週は動画を見て家で行ってました。フォームローラーは気持ちが良いので時間があると使っています。/身体が固いなど感じたら、ストレッチをするようになりました。不定期ですが、気づいたらストレッチするようにしています。/ストレッチをするようになった。/身体を動かすことを意識して過ごさないといけない～と思いました。/自分で運動やストレッチをする機会が増えた/日々のストレッチ・筋トレを継続的にするようになった。/軽度の運動の継続は、きっと重要なことであろうと思うが、普段から習慣的に継続することの難しさを感じる。そのための意識改革というか、価値の持ち方というか、生き方を変えるきっかけ、決断も必要。/毎晩寝る前にストレッチを行うこと。/特になし

LIXIL・SENSE・大栄建設 25名分のアンケート結果

73.9%の人が変化を感じました。



草野球の復活/なるべく歩く事/トレーニングで習った運動をふと気づいた時にやるようにしている。/朝起きてから、ストレッチを行うようになった。/深呼吸をする/炭水化物を減らす/普段からストレッチ等を仕事の合間に行うようになりました。/身体の左右差や柔軟性を保つ事を意識しました。/運動、食事も、ストレッチ/朝のトレーニング・減塩/身体の柔軟性も大事/空いた時間でのストレッチ/姿勢と呼吸/運動や歩くのが楽しくなりました!/風呂上がりにストレッチを加えた/気が付いたときにストレッチを行う/特になし

Data

会社概要 所在地：〒210-0825 川崎市川崎区出来野 7-20 / 設立年月日：2020年6月1日
 資本金：300万円 / 従業員数：1名 / HP：https://infoipcfitness.wixsite.com/ipc-site
事業概要 パーソナルトレーニング / 企業向けフィットネスプログラム / 健康経営コンサルタント / パーソナルトレーナー育成・研修/プロアスリート支援



有限会社 CBカウンセリングサービス

実証対象製品・サービス

CB カウンセリング・システム

インターネット・クラウド環境を活用して、組織外部の産業カウンセラーやキャリアコンサルタントが個々の従業員の愁訴を受け止め、メンタル面でのサポートを行うことで、メンタルダウンや離職、組織との不適合を未然に防ぐ。さらに認知行動療法を活用して本人が持つ不合理な信念を顕在化させ、モチベーションやエンゲージメントを高めることによって組織の生産性を向上を目指す。



解決すべき社会(健康) 課題について

「働き方」が変化する中で、企業・組織内の従業員は、エンゲージメントの向上や、モチベーションの維持が難しく、生産性の低下、メンタルダウンや離職につながっている。

こうした課題は、自助努力による解決が難しく、組織からのアプローチが求められるが、対応には限界があり、外部専門資格者からの支援(エンゲージメント強化・マインドアップ)が望まれる。

一方で、メンタルに課題を抱える企業・組織内の従業員にとっては、カウンセラーからカウンセリングを受ける事自体が、大きなハードルとなっており、参加者が抵抗なくサービスに参加し、医療サービスとしてではなく、定期的にカウンセリングを受ける仕組み(サービス提供と継続、実装化)の検討が求められている。

実施事業について

実施期間：2023年2月～2023年4月

● 実証の目的やテーマ、確認したかった事

今回の実証では、社会実装の観点から企業・組織へのサービス導入と参加者へネットワークを介した関りの実現性と効果、認知行動療法によるサービス提供のあり方とサービス効果についてのデータ収集を目的とした。(副次的には、参加者のエンゲージメント向上および組織へのサービス提供効果についても評価を狙った)また、カウンセラーと参加者との効果的な(相性の良い)マッチングへの仕組みについても、確認を目指した。

● 実証の手順

- ①実証事業参加への説明と同意をとった上での開始前アセスメント(DASS)の実施、
- ②実施責任者による実証事業に協力できるかどうかの判定(スクリーニング期間)、
- ③参加者とカウンセラーのマッチング、
- ④実験前アセスメントの実施(JIBT-R,DACS,DAMS)、
- ⑤システムによる介入(開始時～終了時)、
- ⑥実験後アセスメント(JIBT-R,DACS,DAMS)⑥終了時アンケート(参加者・カウンセラー)

● 実証項目(評価項目)

JIBT-R (不合理な信念)：自己期待、回避、外的無力感、依存、内的無力感、DACS (自動思考)：自己否定、過去否定、対人関係脅威度、将来否定、脅威予測、DAMS (気分)：抑うつ気分、不安気分、についてアセスメントを行い標準値からの程度乖離しているか偏差値で評価する。DASS (抑うつ・不安症状)抑うつ・不安症状についてアセスメントを行う。上記の項目について事前事後でアセスメントにより、変化を確認する。

● 実証フィールド

神奈川県下の製造業2社の従業員

● 参加者募集要件

健全な企業従業員、年齢18才以上65才以下。日本語メールによるコミュニケーション、スマホもしくはPCを個人で用意できること。

● 参加者数

応募者：14名 対象者：11名 アセスメント完了者：6名

実証を通じて得られた成果や将来に向けての知見

システム及び認知行動療法、特にシステムの使いこなしには、まだまだカウンセラーの習熟度向上や改善の余地があることが分かった。さらに、今回は実証範囲には入れられなかったが、以下の事が確認できた。

- ・カウンセラー同士のコミュニケーションや専門家にリファーすることで、カウンセリングのすそ野を広げることができるか。
- ・カウンセラーの育成や、成果評価の方法についても工夫する必要があることがわかった。
- ・システム面では、アセスメントやCCBTプログラムへの誘導方法
- ・プライバシーやセキュリティ面での機能強化 の工夫が必要であることが確認できた。

一方で、今回の検証において今後の社会実装化を阻害する要素は見つけられなかった。また今回、想定されていない項目として、システムの普及を前提としたサービス提供価格の検証やAIへの対応なども今後、検討を進めて行く。

事業がもたらす社会的価値について

我々が付加価値の高い仕事をするためには、組織に対するエンゲージメントを高め、心身ともに健全に自らの仕事に没頭できる環境が必要である。そのため、本人の持つ認知のゆがみや心の障害を除くしくみを進化、普及させたい。カウンセリングを行う有資格者は、産業カウンセラーで約3万人(内神奈川県支部で約3千人)、キャリアコンサルタントは5万人である。こうした人材に、認知行動療法や、カウンセリング技術を習得していただき市場を拡大したい。

VOICE



2023年度の本事業においては、認知行動療法を用いたメールカウンセリング・システムをメンタル不調の方に利用していただいた。その結果、ストレスにばかり目を向けるといった不合理信念が低減し、睡眠障害などの症状が改善することが示唆された。本年度は健全な労働者の方にもこのシステムを利用してもらい、モチベーションアップ等を実証できればと考えている。

福井 至様 東京家政大学教授

企業領域のキャリア相談では、対人関係や育児・介護・治療との両立、職務適性、組織適応等のケースが多いが、相談者自身の思考や価値観に起因して自縄自縛に陥っていると思われることが少なくない。本システムの活用により、距離や時間の制約を受けることなく認知行動療法によるカウンセリングを効果的に実施できる手応えを感じた。

寺田 圭彦様 キャリアコンサルタント



Data

会社概要 所在地：埼玉県朝霞市根岸台 6-1-30 / 設立年月日：2022年9月15日 / 資本金：300万円 / 従業員数：2名

事業概要 在宅勤務を始め、事業所の分散化等でラインケアが難しい状況のなかで、メンタルダウンや離職、組織との不適合を訴える社員を抱える企業、あるいは社員のモチベーションやエンゲージメントを高めた企業に対して、在宅の産業カウンセラーやキャリアコンサルタントとネットワークで連携し、認知行動療法に基づく認知変容の遠隔サポート事業の実現を目指す。

5 UHA味覚糖株式会社

実証対象製品・サービス

UHA グミサプリ 鉄

「UHAグミサプリ 鉄」は不足しがちな鉄を2粒にギュッと高配合したグミのサプリメント。しっかりと鉄を補給したい方におすすめ。



栄養セミナー

株式会社かながわテクノロジーイノベーションズの薬剤師、および東海大学看護学科の看護師監修のもと、栄養素の概論をはじめとした、ミネラルの機能や、サプリメントの使用時に注意すべきポイントと活用方法に関する講義を実施した。さらに、講義前および実証事業終了時に、栄養に関する意識変化とサプリメントの利用などに関するアンケート調査を実施した。

解決すべき社会(健康) 課題について

近年わが国では女性の過度なダイエットや偏食、食習慣の乱れによる栄養素不足が懸念されている。特に若年女性は、月経の影響もあり、鉄不足が懸念されている。そのため、「UHAグミサプリ 鉄」の提供と栄養セミナーの開催が、栄養バランスに配慮した食生活意識向上のきっかけづくりとして活用できるかを検証した。

実施事業について

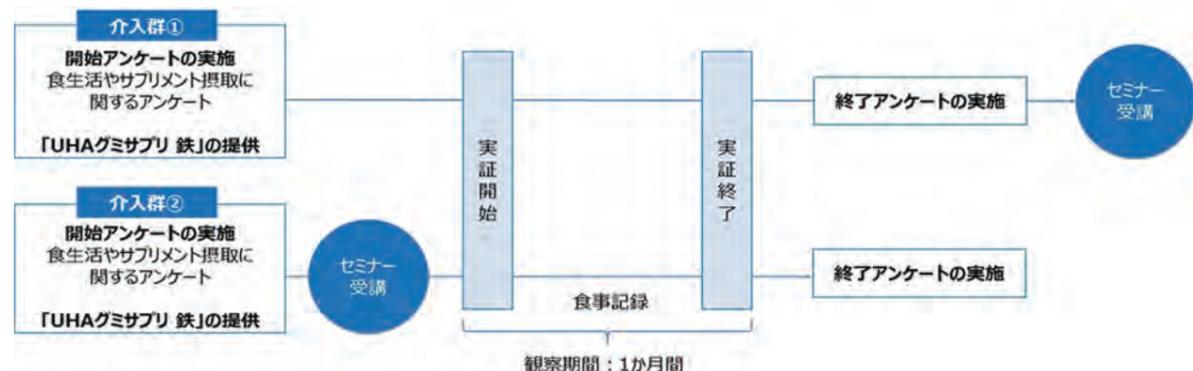
実施期間：2023年9月～2023年10月

● 実証の目的やテーマ、確認したかった事

女子高校生を対象に、食事の重要性とサプリメントに関する栄養セミナーの開催を通じて、栄養バランスの整った食生活の重要性を学習するとともに、適切なサプリメント摂取等に関するセルフマネジメントの方法を理解した後の意識・行動変容への影響を観察することを目的とした。特に女性に不足しがちな鉄に関して、セミナーの開催をきっかけに食生活における鉄等の摂取の重要性を理解し、食生活(栄養バランス)の意識向上を図るとともに、栄養不足に対するサプリメント摂取等のセルフマネジメントへの意識の変化を確認した。

● 実証の手順

神奈川県内の高等学校に在学する女子生徒35名に栄養に関する意識をスコア化するアンケートを実施し、栄養セミナーを実証終了後に受講する介入群①(18名)と、開始前に受講する介入群②(17名)に分けた。そして、全参加者に「UHAグミサプリ 鉄」30日分を提供した。30日間、週に1回食習慣記録シートによる食事摂取状況を記録してもらい、終了時に両グループに開始時と同じアンケートを実施し、アンケートの前後比較によって意識変化を調査した。



● 実証項目(評価項目)

- ・食生活への意識や健康状態に関するアンケート
- ・普段の食事内容や、鉄を多く含む食品の摂取状況に関する食習慣記録

● 参加者募集要件

神奈川県立二俣川看護福祉高等学校に在学する15歳から18歳までの女子生徒で、参加者本人および保護者の両者から同意が得られた方

● 実証フィールド

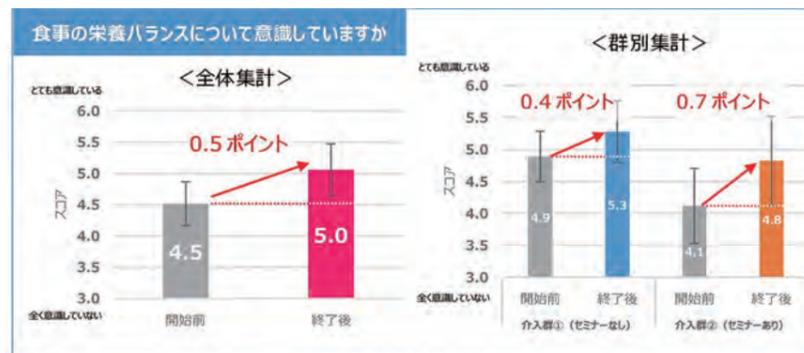
神奈川県立二俣川看護福祉高等学校

● 参加者数

35名(介入群①：18名、介入群②：17名)

実証を通じて得られた成果や将来に向けての知見

参加者35名中16名(46%)が実証開始時より食事の栄養バランスについての意識が向上しており、全体のスコア集計では平均で0.5ポイントの意識改善があった。また、群別に集計したところ、セミナーを受けずにUHAグミサプリを摂取した(実証後にセミナー)介入群①でも意識の改善が見られ、更にセミナーを受けてから摂取した介入群②では意識の改善の



度合い(スコア変化量)が大きくなることが分かった。両群において、栄養素をできるだけ食事から摂取することの重要性を理解し、サプリメントを補助的に活用することについての意識が高まる傾向が示唆された。

事業がもたらす社会的価値について

今回の実証を踏まえ、UHA味覚糖として、学校教育において活用しやすい栄養に関する情報を提供することにより、若年者の適切な食習慣の形成に寄与するとともに、サプリメント製品等に栄養に関する情報の充実を行い、適切で効果的なサプリメントの利活用を行う。食事の重要性と栄養素に関する情報提供(教育を含む)を行うことで、正しい知識に基づくサプリメントの活用が期待される。また、グミ状のサプリメントは、「摂取が簡単で食べやすく、続けやすい」との感想も多く、食生活意識向上のきっかけづくりに適していると考えている。

Voices



看護・福祉を学ぶ本校の生徒にとって、この実証事業に参加することで健康や栄養について学んだ知識を自己の食生活を見直すことで自分事として考える良い機会でした。講師によるセミナーを受け実証し、栄養バランスの良い食事の大切さに気付き、グミサプリも好評でしたがサプリメントをバランスよく活用したいという多くの意見があり、生涯にわたる健康保持に向け大変有意義な事業でした。

鈴木 恭子様 校長

モニター募集当初の生徒の反応では、高校生の食生活に対する意識はそれほど高くないと感じました。しかし、モニターの実施を通して、特にセミナーを事前に受けた生徒から食事の内容に応じてサプリメントを食べてみたという声が多くなり、生徒に「食事を見直す習慣」や「食生活への意識」が高まったように感じます。

玉木 尚史様 総括教諭



Data

会社概要 所在地：大阪市中央区神崎町4番12号 / 設立年月日：1949年10月18日 / 資本金：100億円 / 従業員数：480名 / HP：https://www.uha-mikakuto.co.jp/

事業概要 菓子・食品製造販売



問合せ先

株式会社かながわテクノロジーイノベーションズ
神奈川ME-BYOリビングラボ事務局

住 所：神奈川県川崎市高津区坂戸3-2-1 かながわサイエンスパーク西棟F Tech-Pot
メール：mebyo-livinglab-office@kti-forward.com



神奈川ME-BYO
リビングラボ HP

