

令和3年12月23日

報道関係者各位

株式会社ハビタスケア
株式会社JMDC

神奈川 ME-BYO リビングラボ実証事業に生活習慣改善のための支援アプリ「TOMOCO」が採択され、神奈川県及び県内自治体との協力体制のもとで実証実験を開始

神奈川県が県民の未病改善の実践のために推し進める神奈川 ME-BYO リビングラボ（※）に、株式会社ハビタスケア（本社：東京都港区、代表取締役：徳淵慎一郎、以下ハビタスケア）が健康保険組合や自治体で社会実装を進めているアプリケーション「TOMOCO」が採択されました。ハビタスケアは神奈川県内の自治体及びグループ会社である株式会社JMDC（本社：東京都港区、代表取締役社長：松島陽介、以下JMDC）との協力体制のもと、実証実験を開始します。

この度の採択により、神奈川県内の自治体で行われている各種保健指導の中で、地域の特性や状況に合わせながら保健指導の効果・効率を高めることを目的とし、現場オペレーションも含めた効果検証及びノウハウ開発を行います。

また、本実証試験で得られる結果をもとに、アプリの機能改善のみならず、オペレーションや情報提供も含んだ自治体の各種指導に適合した仕組みを構築し、対象となる一般生活者の方の健康改善への貢献を目指します。

なお、生活習慣改善のための支援アプリ「TOMOCO」はハビタスケアと田辺三菱製薬株式会社が共同で開発したアプリケーションであり、これまでにいくつかのフィールドにおいて社会実証試験を進めてきています。



神奈川県

Habitus Care Inc.



1. 背景

近年、国内外においてヘルスケア領域においてはIT活用に向けた検討が数多く進められており、特にIT技術の進展を背景に多くの研究機関や企業がスマートフォン向けアプリケーション等の開発を進めています。とりわけ日常生活の改善の重要度の高い生活習慣病の発症予防及び重症化予防は、期待が大きい分野の一つであり、多くのアプリケーションが既に開発されています。

様々な特徴を持つアプリケーションが上市されている一方で、アプリケーションを開発し導入するだけでは生活者の利用継続、行動変容、さらには生活習慣病のリスク低減につなげることが容易ではないことも理解が広まってきた側面もあり、さらなる検討が待たれているところです。

2. TOMOCO アプリの特徴

今回実証実験に利用するアプリケーション TOMOCO は、既存の PHR アプリが持つ生活習慣ログ、モニタリング、分析機能などを備えながら、保健指導に関わる指導者及びアカデミアとの連携と、ゲーミフィケーション等のアプリ機能に長けた IT 専門知識を持つ有識者との連携の両方をもとにした検討を経て、新たな機能を付加して開発したアプリです。

TOMOCO は、指導対象者が答えた生活習慣に関する詳細な情報を分析することによって適切な目標設定を支援します。目標設定後は、TOMOCO オリジナルのキャラクターとのコミュニケーション、目標達成のためのコンテンツ提供により、ユーザーの生活習慣改善を促します。また、ユーザーの日常記録のサマリーと、その後の目標修正に関する情報を指導者側に提供して次の指導アクションを支援することで、より効率と効果の高いケアを支援することを意図した機能となっています。

図表 1：対象者向け TOMOCO 紹介チラシ

生活習慣改善アプリ TOMOCO とは

食事・運動・体重などの日常生活を楽しみながら記録ができ、生活改善に向けた行動目標の達成をサポートしてくれるアプリです。

- 栄養素バランスや体重・歩数記録がグラフ化されて一目瞭然！
- アプリ利用料金は無料です。（通信料はご負担ください）
- アプリのインストールは簡単マニュアルをご用意しています。初回教室・個別面接時にもインストール方法をサポートさせていただきます。
- 健診結果から必要な方には、入力いただいた食事内容・歩数記録から、相模原市の保健センター保健師・管理栄養士がアドバイスさせていただきます！

1. 生活習慣改善に向けて『今日やること』が、簡単にわかります。



アプリでの日々の入力は今日やることパネルに従うだけ



全てのミッションのクリアでボーナスポイント獲得



メッセージ・コメント例

- 歩数が規定値を超えた時
ええ〜!?10,000歩も歩いたの？すごい頑張ったんだね。さすが♪
- 食べ過ぎた時
カロリー摂り過ぎちゃったね。食事内容を見直してみよ！
- 母の日の時
今日は母の日よ。家事を頑張ってみない？結構いい運動になるよ。

記録情報や時節に応じたメッセージやコメントをコンシェルジュが語りかけ、タイムリーに応援・サポートします。

2. キャラクターやゲーム要素を取り入れた楽しいスマホアプリです。



9体から好きなコンシェルジュを選択できます



コンシェルジュは様々なメッセージで励まします



アプリを使うとポイントが貯まります
ポイントに応じて服装・背景がプレゼントされます



3. 実証実験の概要

本実証実験では、神奈川県内の自治体で実施される保健指導に加えて、生活改善のための目標設定・マネジメントに特長を持つ TOMOCO を指導と並行して利用します。その際に、単なるアプリ導入ではなく保健指導の内容と連動したアプリケーション利用を図ることができるか、その結果として利用継続、行動変容に繋げることができるかを検証します。

自治体の指導担当者及び JMDC との連携のもと、アプリで取得できる生活習慣に関するパラメータ、目標達成度などを分析し、今後各自治体に合わせたオペレーションの具現化、ひいては指導者による保健指導を最適に後押しできるオペレーションの構築により、生活習慣改善効果の向上を目指します。

図表 2：実証のオペレーション概要



※ 神奈川 ME-BYO リビングラボ

神奈川県では、県民が安心して未病改善に取り組むとともに、未病産業の持続的発展を促すため、県が県内市町村やCHO構想（健康経営）を実践する企業等と連携して、県民参加の実証フィールドを創出し、未病関連商品・サービスの検証・評価を行う事業に取り組んでいます。

URL : <https://www.pref.kanagawa.jp/docs/bs5/cnt/f536534/index.html>

■ 株式会社ハビタスケア (JMDC グループ)

URL : <http://www.habituscare.co.jp/>

会社名 : 株式会社ハビタスケア

代表者 : 代表取締役 徳淵慎一郎

本社 : 〒105-0012 東京都港区芝大門 1-1-21 成和大門ビル 6 階

■ 株式会社 JMDC

URL : <https://www.jmdc.co.jp/>

会社名 : 株式会社 JMDC

代表者 : 代表取締役社長 松島陽介

本社 : 〒105-0012 東京都港区芝大門 2-5-5 住友芝大門ビル 12 階

■ 本件に関するお問合せ

株式会社ハビタスケア

担当 古奥 奈保子

MAIL: contact@habituscare.co.jp

TEL: 03-3578-8282