

健康アプリを活用した、 市民の健康づくり活動の促進

愛知県豊橋市



2021(R3)年12月16日





農業産出額

全国 **13** 位

生活満足度

全国 **1** 位

豊橋市の概要 |





チャット形式で、
問合せに自動対応。



市内の危険道路箇所
を抽出し、安全対策
を実施。



- ・ 入院中の院内学級の子
と、各学校で通信
- ・ 授業視聴や
生徒同士の交流

(その他)

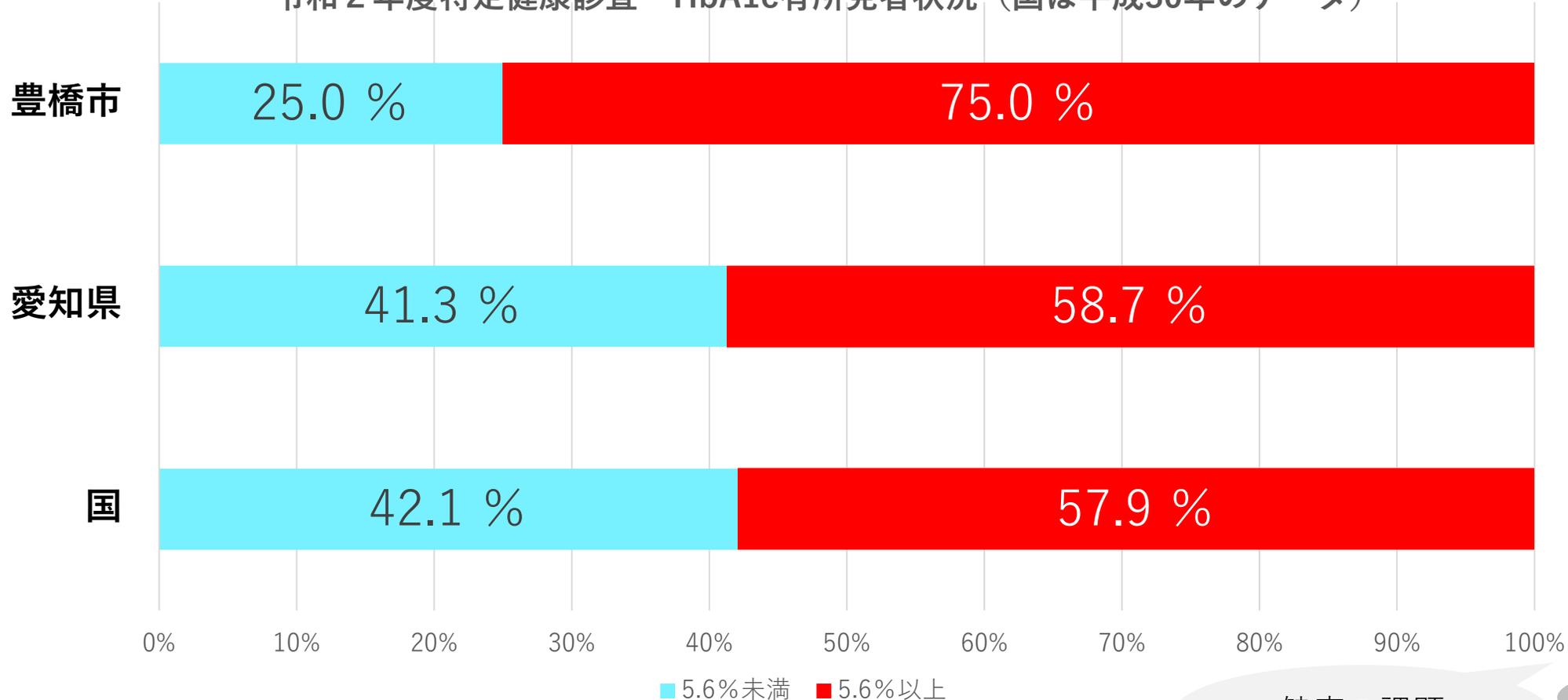
- ・ AIを活用したケアプラン作成支援システム
- ・ 救急出動の需要予測
- ・ 特定健康診査受診勧奨
- ・ **AI健康アプリによる生活習慣改善**



未来技術実装
事業の概要

豊橋市民 40～74歳の10人に7.5人が、糖尿病（予備軍含む）

令和2年度特定健康診査 HbA1c有所見者状況（国は平成30年のデータ）



健康の課題



とよはし健康
マイレージアプリ

入手



- ・ 独自アプリ (2018年～)
- ・ ダウンロード10,000件
- ・ グループで競い合う機能。
- ・ アプリ内アイテム交換。
- ・ ポイントに応じて記念品。



既存の取り組み



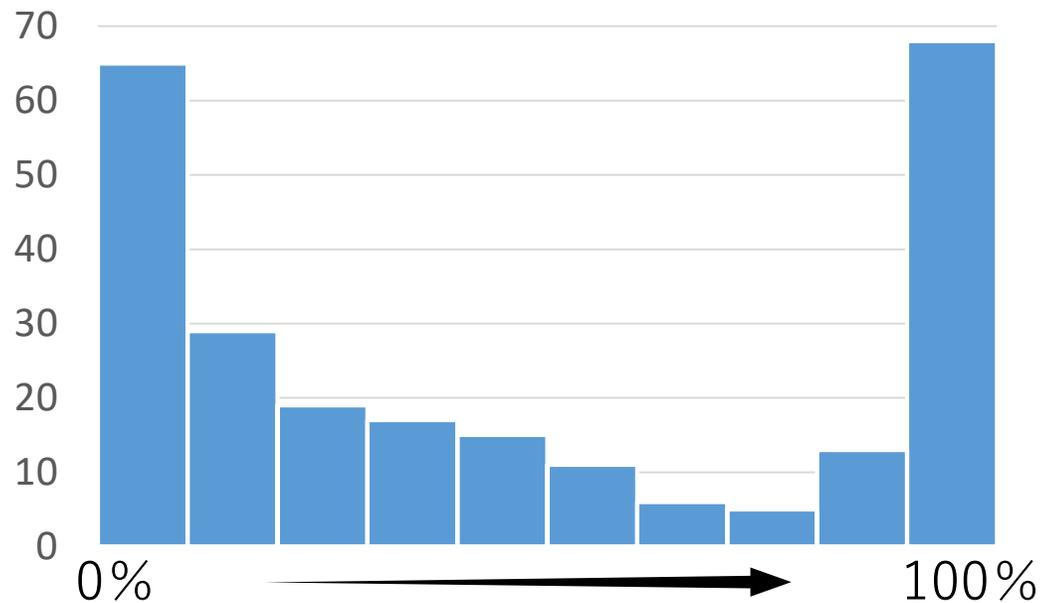


- AI健康アプリ(パッケージ)
- 実証で6~9月、約270名
- チャット形式でアドバイス
- 摂取カロリー、栄養素の記録が可能
- カメラが食事を自動判定

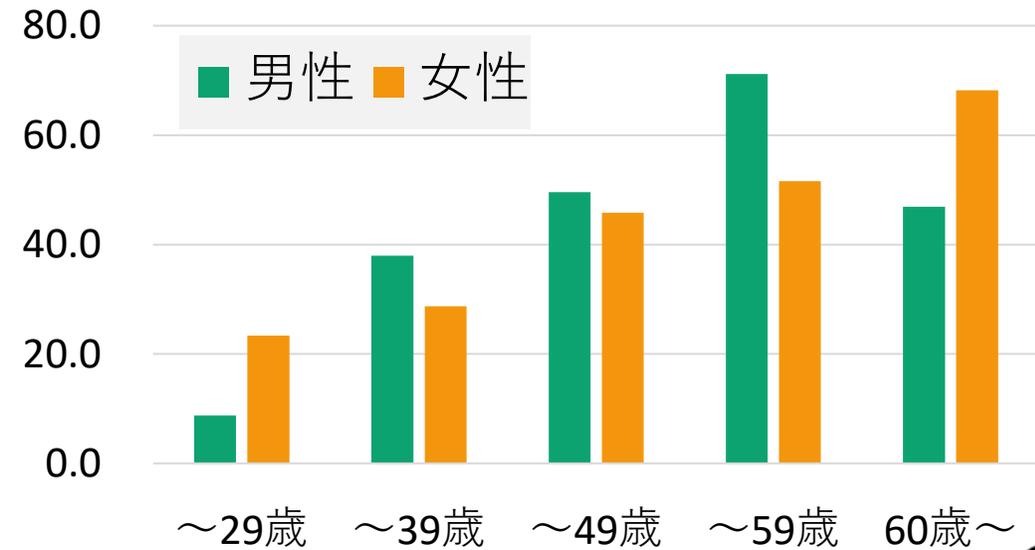
新規の取り組み



利用率は2極化。中高年で利用率が高い。



利用率とユーザー数

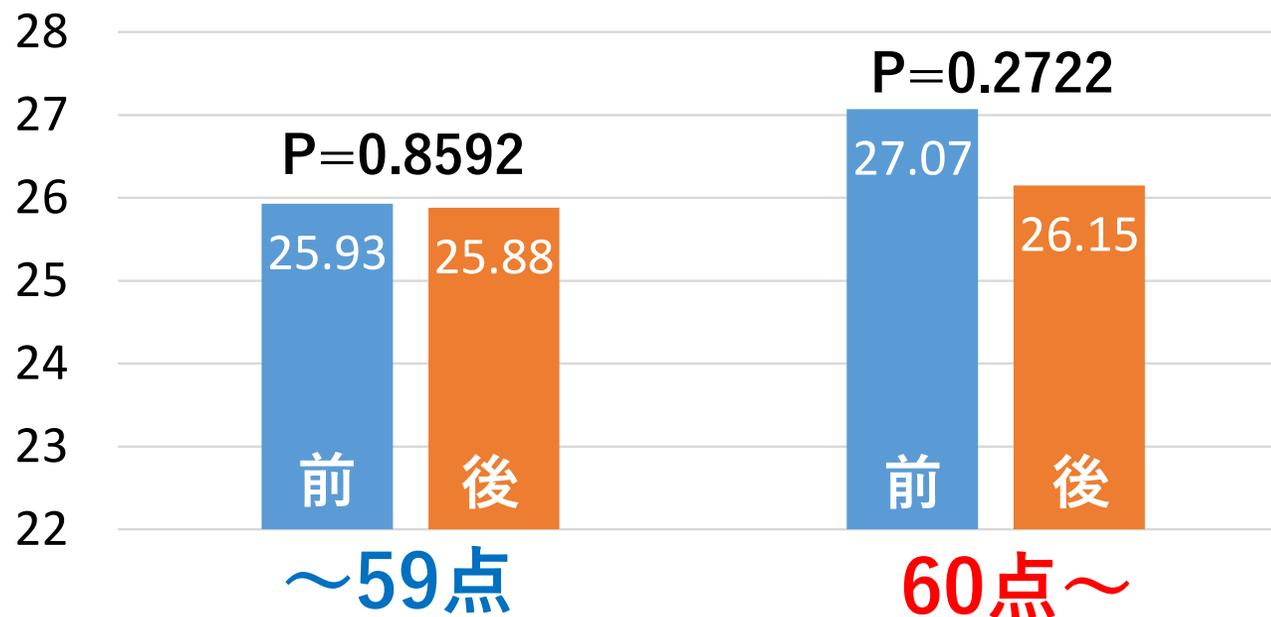


年齢別の利用率

実証結果 |



健康スコアの高低による、BMIに対する影響

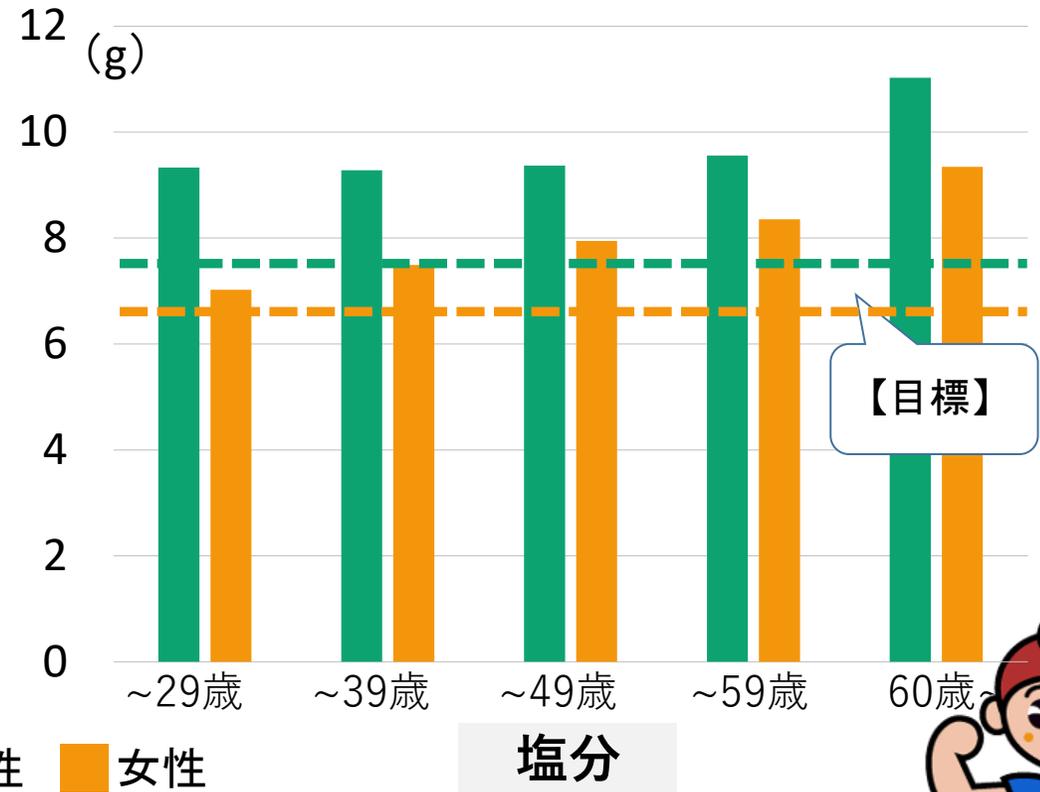
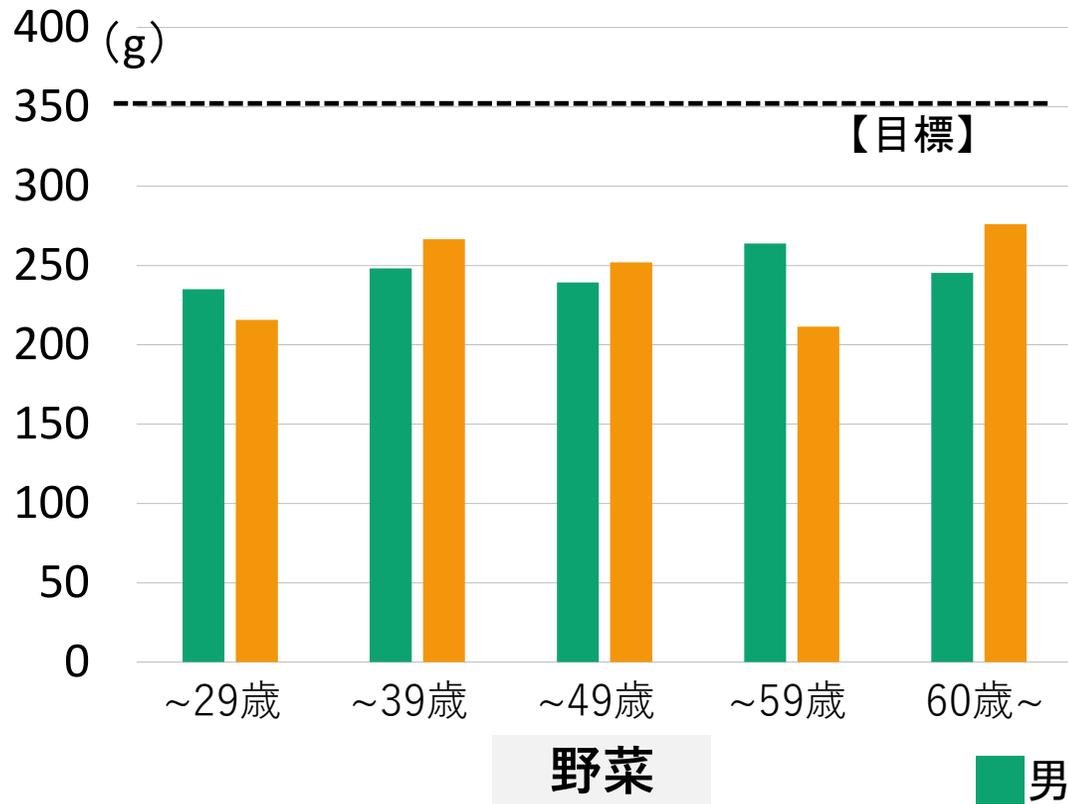


※健康スコアは、歩数、摂取カロリーなどから総合的に判定するアプリ上のスコア
※BMIは25以上が肥満（BMI23以上の参加者を対象とした）

実証結果 II



野菜摂取量は**不足**、塩分摂取量は**超過**

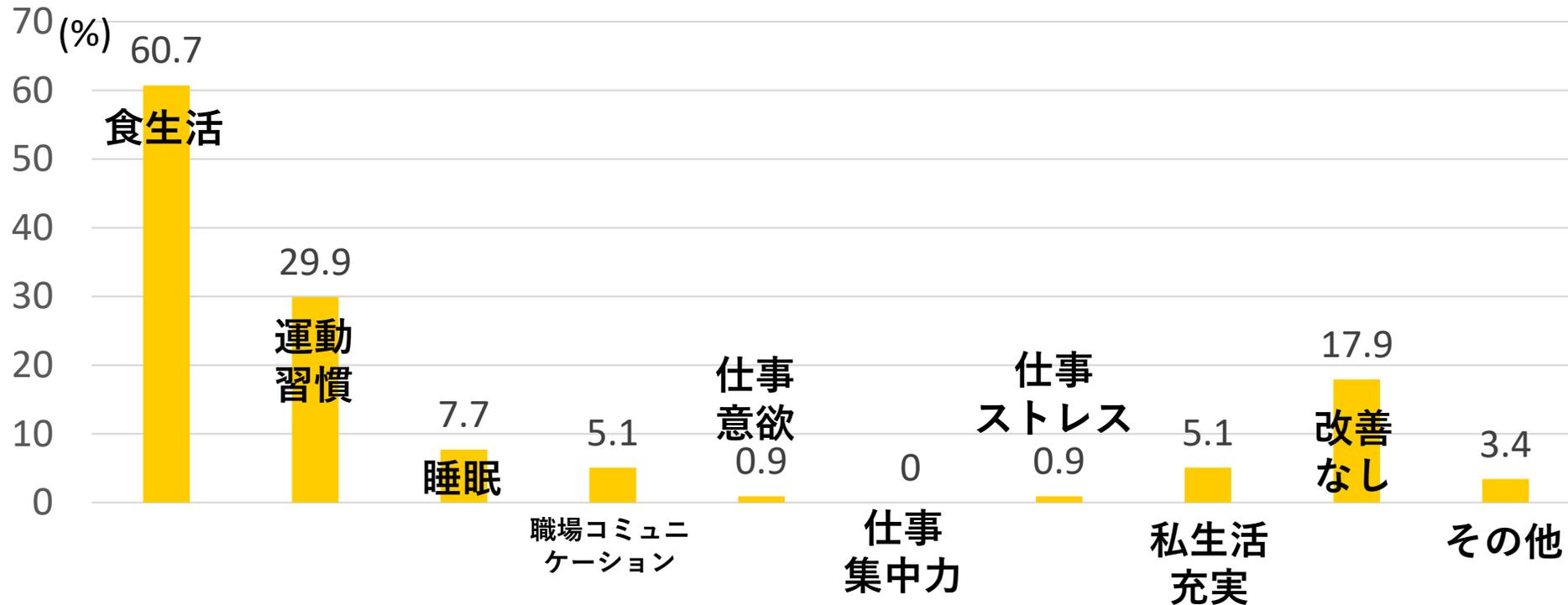


実証結果Ⅲ



ユーザーアンケートでは主に**食生活で改善**が見られた

アプリの利用で改善の見られたものを教えてください



実証結果IV



- 日々の食事状況の見える化とアドバイスが、食生活の改善に有効である。
- アプリ利用によるBMI減少との関連性は見られなかったが、生活習慣を俯瞰し改善するきっかけとなった。
- 継続的に利用を促進する仕組みが必要。

まとめ



- ・ 実証結果を、市内の健康経営に取り組む企業などに情報共有。

- ・ アプリの活用について、各企業にご案内



【とよはし健康宣言事業所】122企業（R3.10.31現在）
従業員の健康に配慮する健康経営に取り組む企業を、
商工会議所、全国健康保険協会愛知支部とともに認定

今後の展開



ありがとうございました

●由来
健康の「けん」+豊橋の「と」

- 特徴
- ・運動大好き
 - ・前髪が「と」
 - ・ポーズはヘルシーのH
 - ・平成14年にデビュー

