

浜松ウエルネスプロジェクト

- 「予防・健幸都市／Wellness City」の実現に向けて-



(健康福祉部健康増進課ウエルネス推進担当課長 鈴木久仁厚)

Introduction

- **国は、人生100年時代の安心の基盤は「健康」**であるとしています。
予防・健康づくりを通じて、国民のQOLを向上し、健康寿命を伸ばし、社会保障の担い手を増やしていくとしています。
 - 言うまでもなく、**浜松市発展の原動力も、市民の皆様の「健康」**です。
市民一人ひとりの「健康」なくして、本市の持続可能な発展はあり得ないと言っても過言ではありません。
 - 本市は、厚生労働科学研究班による「**大都市別の健康寿命（2010年、2013年、2016年）**」で**3期連続男女共に第1位**、また、日本総合研究所による「**2018年版 政令指定都市幸福度ランキング**」でも**第1位**。
- ▼
- **浜松ウエルネスプロジェクトは、こうした強みを一層磨き上げ、**
“市民が病気を未然に予防し、いつまでも健康で幸せに暮らすことができる都市
（=**予防・健幸都市**）”**を実現するためのプロジェクト**です。

- ウエルネスとは・・・

- ⇒健康を基盤とした“幸せな人生”や“幸せな暮らし”という、健康を広義に捉えた概念。

- ⇒健康をゴールではなく手段とし、病気の治療ではなく、予防・健康増進に重点を置く概念。

- ⇒ウエルネス=健幸

- ヘルスケアとは・・・

- ⇒健康の管理、健康の維持

Introduction

●健康寿命とは・・・

健康上の問題（介護や寝たきり）で日常生活が制限されることなく生活できる期間。

★浜松市

2010年 男72.98歳 女75.94歳

2013年 男72.86歳 女76.82歳

2016年 男73.19歳 女76.19歳

★全国

2016年 男72.14歳 女74.79歳

厚生労働科学研究班「大都市別の健康寿命」（政令指定都市+東京都区部）

3期連続男女とも浜松市が第1位

●平均寿命とは・・・0歳の人が何年生きられるかを表す数値（平均余命）

★浜松市 出典：厚生労働省平成27年市区町村別生命表（H30.4.17）

2015年 男81.60歳 女87.60歳

★全国 出典：厚生労働省令和2年簡易生命表（R3.7.30）

2020年 男81.64歳 女87.74歳

★平均寿命-健康寿命

★浜松市

男：81.6歳（2015年）-73.19歳（2016年）= **8.41歳**

女：87.6歳（2015年）-76.19歳（2016年）= **11.41歳**

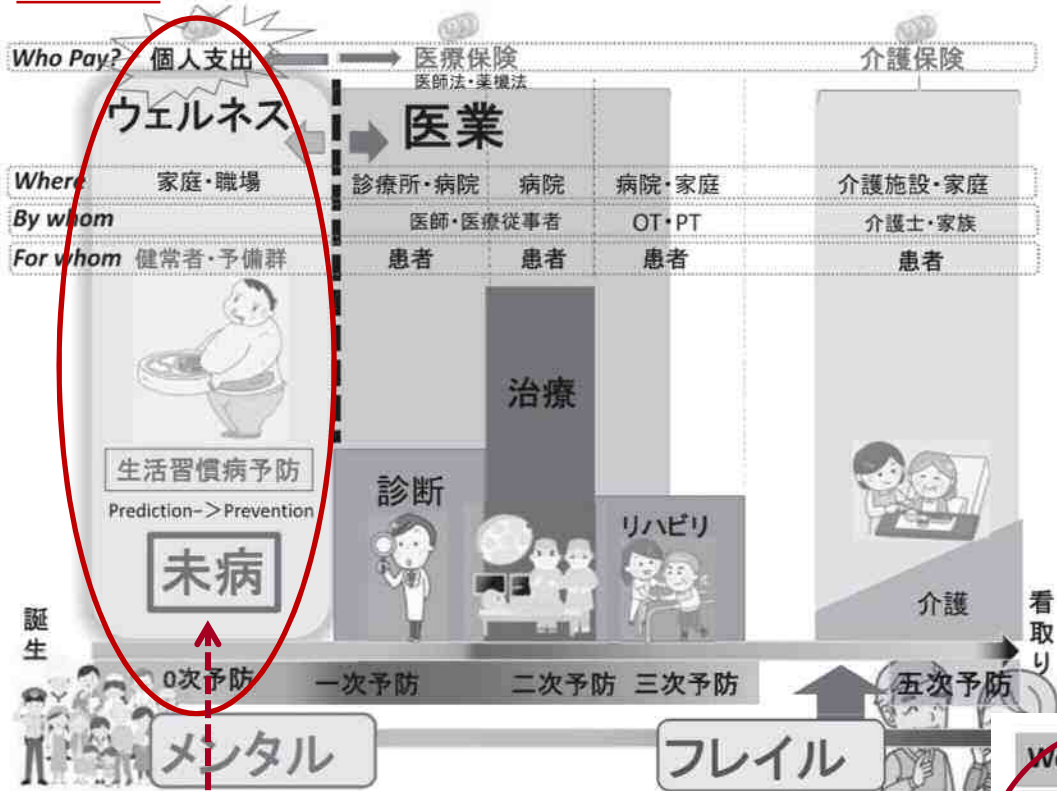
如何に少なくするか！
（健康寿命を延ばすか）

Target

**「健康づくり」・
「疾病・介護予防」
の充実**



**安定した
社会保障制度の維持**



Target



Wellness	医業
<ul style="list-style-type: none"> ・ 健常人(一見)対象 ・ 家庭・職場 ・ 一般人が施行 ・ 予防 ・ 医療保険非対象 ・ Payerが不明確 ・ 全額自己資金 ・ 非規制 ・ 既存データは、検診程度。生活データこれから収集。 ・ エビデンス少ない ・ 科学的に曖昧 ・ 多種・多様 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 病人対象 ・ 医療機関 ・ プロが施行 ・ 診断・治療・リハビリ・介護 ・ 医療保険対象 ・ Payerが明確 ・ 個人負担分のみ ・ 規制下(医師法、薬機法) ・ データは既に存在(医療データ) ・ エビデンスあり ・ 科学的に正確 ・ 限定的

図 2

表 1 Wellness と医業の違い

OUR GOALS ～私たちが目指すこと～

目指す都市像

「予防・健幸都市」

市民が病気を未然に予防し、いつまでも健康で幸せに暮らすことができる都市

「70歳現役都市」

市民が健康で明るく生きがいを持って、いつまでも現役で活躍することができる都市

目的

幸福感の高揚

健康寿命の延伸

生活の質の向上

社会保障費の適正配分

ウエルネス・ヘルスケア産業の振興

ウエルネスエコシステム※1構築

※1 ウエルネスエコシステム
医療、企業、大学、団体、行政など、異なる多様な組織が互いに手を結び、市民一人ひとりの予防や健康づくりを地域全体でケアしている環境

地域内外の関係者の英知を結集する官民連携Wプラットフォーム

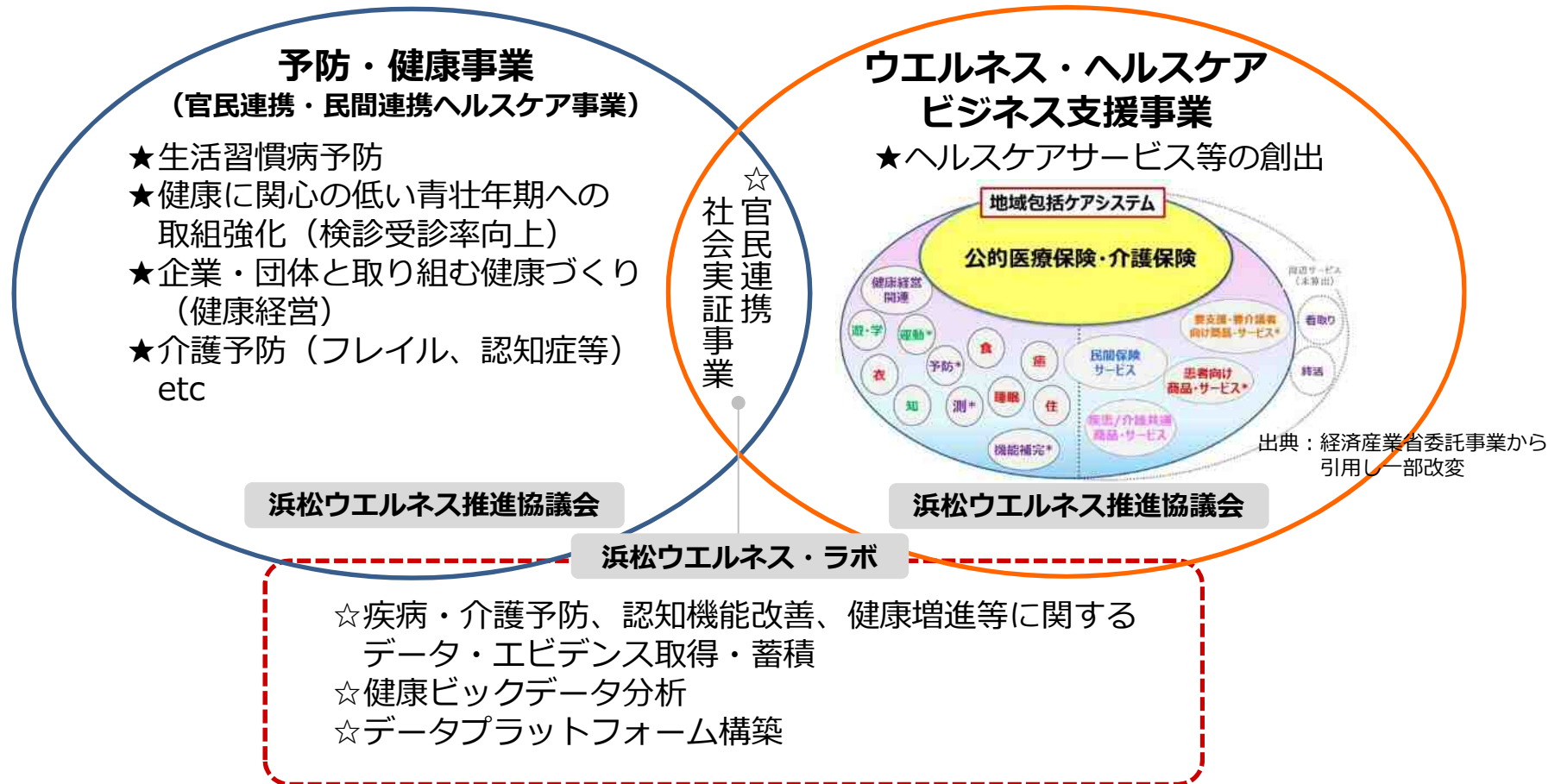
浜松ウエルネス推進協議会
浜松ウエルネス・ラボ

課題

生活習慣病対策、超高齢社会対応（介護対策）、
社会保障費（医療費等）の適正配分、成長産業の育成・・・

浜松ウエルネスプロジェクト概要

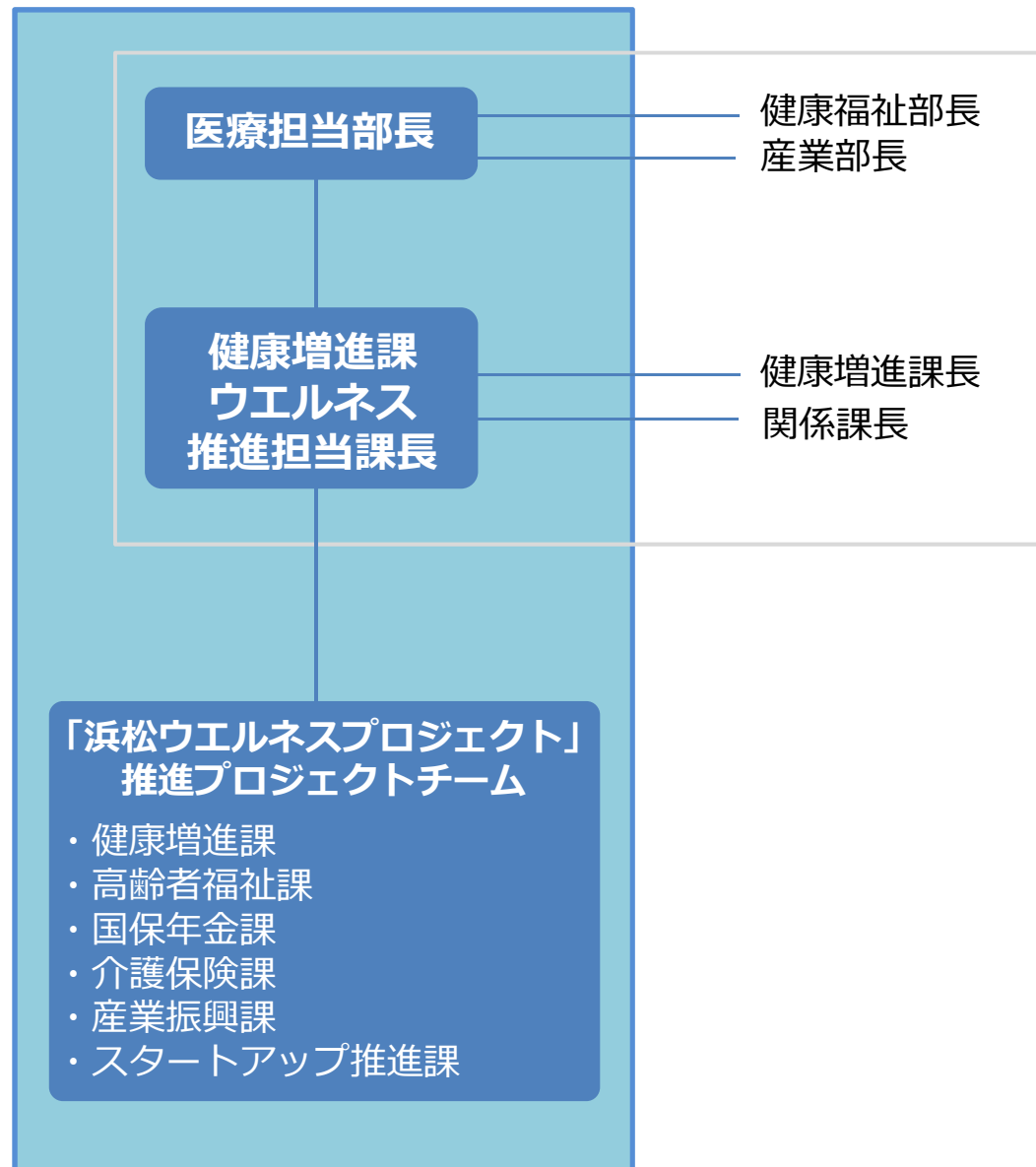
- ▶ 浜松ウエルネスプロジェクトでは、2つの官民連携プラットフォームを組織し、市民に対する「予防・健康事業」と地域企業等に対する「ウエルネス・ヘルスケアビジネス支援事業」を推進。
- ▶ **浜松ウエルネス推進協議会**は、本プロジェクトの地域推進組織として、医療機関、大学、商工会議所を始めとした関係団体、金融機関、地域企業とともに、「疾病・介護予防」や「健康づくり」と、成長産業として期待される「ウエルネス・ヘルスケア分野の産業振興」に取り組む。
R3.11月現在、地域内の137社・団体が参画（地域企業119社、関連団体18団体）。
- ▶ **浜松ウエルネス・ラボ**は、地域内外の企業と共に、市民の「疾病・介護予防」や「健康づくり」に寄与する“浜松発”の様々な官民連携社会実証事業等を展開し、データやエビデンス等を取得・蓄積。**R3.11月現在、地域内外企業8社が参画。**



浜松ウエルネスプロジェクト (庁内推進体制)

- ★「予防・健幸都市 浜松」プラットフォーム
運営委員会委員
- ★社会実証選定会議委員
- ★浜松ウエルネス推進協議会運営委員会委員長

- ★「予防・健幸都市 浜松」プラットフォーム
運営委員会事務局統括
- ★社会実証選定会議事務局統括
- ★浜松ウエルネス推進協議会事務局統括



浜松ウエルネス推進協議会

浜松ウエルネス推進協議会 会員企業・団体

参画企業 119社

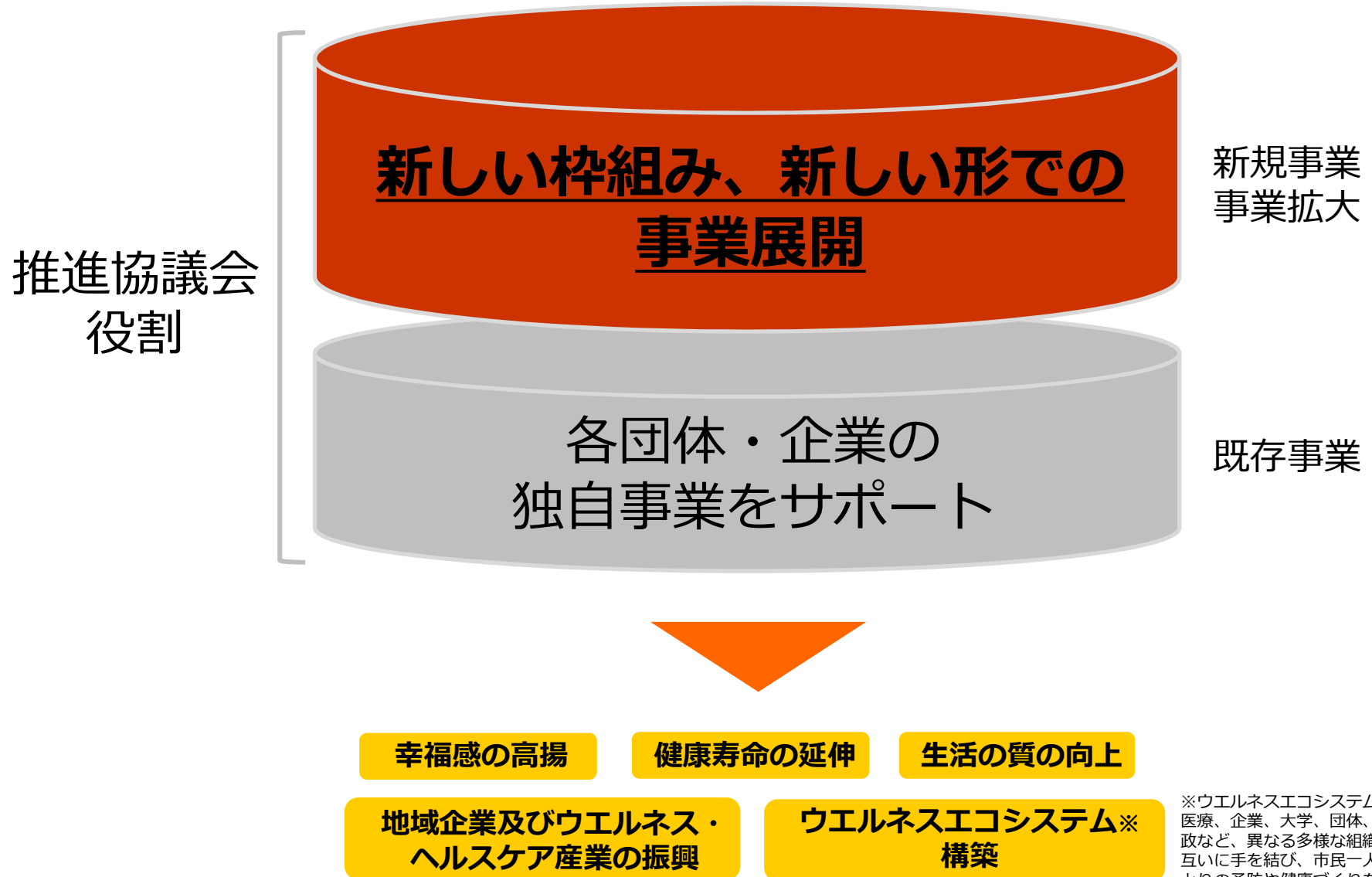
(株)アオイ楽器店 アストラゼネカ(株) (株)アトランス アフラック生命保険(株)浜松支社 イオンリテール(株)イオン浜松志都呂店
(株)泉メディカルサービス研究所 ウェルアート(株) (株)ウエルネスパートナー NPO法人ウエルネスサポート (株)エクサウィザーズ
(株)N.G.M エネジン(株) MSD(株) 浜松サテライトオフィス エンシュウ健康保険組合 遠州鉄道(株) 遠州鉄道健康保険組合
遠鉄アシスト(株) (可美公園総合センター・新橋体育センター) (株)遠鉄ストア (株)遠鉄百貨店 OMソーラー(株)
大塚製薬(株)ニュートラシューティカルズ事業部名古屋支店浜松出張所 おー川・桜の水辺の会 (株)オークラアクトシティホテル浜松
(株)カーブスジャパン (株)金指商会 可美給食(株) かみのけやさん訪問美容 神谷理研(株) 河合楽器健康保険組合
(株)かんぼ生命保険浜松支店 (株)杏林堂薬局 協和キリン(株)浜松営業所 (株)呉竹荘 一般社団法人ここみ サーラエナジー(株)浜松支社
坂井モーター(株) 医療法人社団明徳会十全記念病院 医療法人社団明徳会十全オアシスクリニックメディカルフィットネス&スパNiceBeaT浜松
静岡新聞社・静岡放送浜松総局 (株)静岡第一興商 学校法人十全青翔学園静岡医療科学専門大学校 スクロール健康保険組合
(株)鈴木楽器製作所 鈴木楽器販売(株)浜松営業所 スズキ健康保険組合 (株)スモールポンド (株)誠風庵・大山一誠アトリエ
生活協同組合ユーコープ小豆餅店 生活協同組合ユーコープ佐久間店 生活協同組合ユーコープさんじの店
生活協同組合ユーコープ富塚店 (株)創生 ソフトプレ工業(株) (株)ソフトウェアプロダクツ SOMPOひまわり生命保険(株)
NPO法人地域創生支援事業団 中外製薬(株)浜松オフィス (株)中日ショッパー 中日新聞東海本社 天竜浜名湖鉄道(株) (株)東海トラベル
凸版印刷(株)中部事業部浜松営業所 (株)TOMORUN 鳥居食品(株) 中北薬品(株) 永田木材(株) 西静岡ヤクルト販売(株) 日本環境マネジメント(株)
日本ベーリンガーインゲルハイム(株)浜松営業所 認定栄養ケア・ステーションちょぼ NPO法人認知症予防研究室 (有)ぬくもり工房
(株)脳リハビリネットワーク パイフォトニクス(株) 橋本螺子(株) 羽立工業(株) 浜松エフエム放送(株) (株)浜松グランドボウル
公益財団法人浜松市花みどり振興財団 浜松綜合法律事務所 (株)浜松人間科学研究所 浜松パワーフード学会 浜松まちなかBOXING&FITNESS
はままつミュージックバンク運営協議会 B-up yoga education 株式会社原田総合計画 一般社団法人ブレス浜松 (株)PREVENT
フーズアイランド高丘店 フードマーケットマム肉市場テクノ店 富国生命保険(相) 浜松支社 (株)フジEAPセンター
(株)ベイシアフードセンター浜松都田テクノ店 (株)ベイシアフードセンター浜松雄踏店 (株)北伸 ホテルクラウンパレス浜松
ホトニクス・グループ健康保険組合 毎日企業(株) (株)マジックシールズ 一般社団法人みんなの認知症情報学会 (株)ミズタニ
三井住友海上あいおい生命保険(株) 三井住友海上火災保険(株) (有)むつみ製パン 社会保険労務士法人村松事務所 (株)村松商店
明治安田生命保険(相) 浜松支社 メディアミックス(株) (株)八神製作所浜松営業所 (株)ヤタロー (株)YAMADA ヤマハ健康保険組合
ユービーサポート(株) Yui support (同) ユニー(株)プレ葉ウオーク浜北 ヨクト(株) LIFE STYLE (株)Re・lation ロボセンター技研(株)

参画団体 18団体

浜松医科大学 静岡大学 聖隷クリストファー大学 常葉大学 聖隷福祉事業団 浜松市医療公社 浜松市医師会 浜松政令市医師会
浜松市歯科医師会 浜松市薬剤師会 静岡銀行 浜松磐田信用金庫 遠州信用金庫 浜松商工会議所 浜松市社会福祉協議会
浜松市シルバー人材センター 全国健康保険協会静岡支部 はままつ次世代光・健康医療産業創出拠点

浜松ウエルネス推進協議会の役割

- 推進協議会には、地域の医療機関、大学、商工会議所を始めとした関連団体、金融機関、地域企業などが参画。⇒これまでにない新しい
- 地域企業においては、製造業、各種サービス業、ベンチャー企業、健康保険組合など、多様な業種が参画。枠組みの官民連携組織。
(R3.11月現在119社)。



※ウエルネスエコシステム
医療、企業、大学、団体、行政など、異なる多様な組織が互いに手を結び、市民一人ひとりの予防や健康づくりを地域全体でケアしている環境

令和3年度 事業計画

(1) 官民・民間連携によるヘルスケア事業の推進

- ① 浜松市ウエルネス認証事業費補助金
- ② 社会課題解決キャンペーン
- ③ 出張！はままつ健幸講座
- ④ 疾病・介護予防事業・健康づくり事業サポート
- ⑤ 官民連携共同研究事業
- ⑥ その他、官民連携によるヘルスケア事業の推進

(2) 地域企業の健康経営の推進

- ① 健康経営シリーズセミナー
- ② 健康経営優良法人認定個別サポート
- ③ 健康経営応援事業
- ④ その他、健康経営の推進

(3) ヘルスケアサービス等の創出

- ① 浜松ヘルステックシンポジウム
- ② 浜松ウエルネス・ヘルスケア現場ニーズ情報交換会
- ③ 実証実験サポート事業
- ④ ファンドサポート事業
- ⑤ その他、ヘルスケアサービス等の創出・展開支援

(4) 地域の官民連携体制の強化

- ① テーマ別部会（予防、食、運動、健康経営、知、測）
- ② 推進協議会ホームページを通じた情報集約・発信
- ③ 浜松ウエルネス・インフォメーション（メールマガジン）
- ④ その他、官民連携体制の強化・情報発信等

(5) 官民連携社会実証事業への参加・協力

- ① 浜松ウエルネス・ラボが実施する社会実証事業への参加・協力
- ② 社会実証事業成果（結果）報告会

(6) 事業報告・活動報告

- ① 浜松ウエルネスフォーラム2022
- ② 浜松ウエルネスアワード2022
- ③ その他、目的達成事業

(1) 官民・民間連携ヘルスケア事業の推進

(1) 官民連携ヘルスケア事業の推進

① 浜松市ウエルネス認証事業費補助金

- 民間企業・団体の連携による新たなヘルスケア事業の創出に向け、2者以上の事業者が連携して行う、生活習慣病予防やフレイル予防、健康増進などの予防や健康に関するヘルスケア事業等に対して、事業費の1/2以内、上限50万円の補助金を交付。



浜松市ウエルネス認証事業

● 第1期採択事業（7月8日）

申請者	連携事業者	事業名
株式会社クロシエット	社会福祉法人聖隷福祉事業団 保健事業部	ウエルネスワーケーション
株式会社創生	株式会社浜松人間科学研究所	脳の軽微な陰りを検出するCKPTを用いた認知症予防に関する調査研究
聖隷クリストファー大学	認定栄養ケア・ステーション ちよぼ	目指そう健康寿命延伸！～元気な身体でパタカラライブ～
株式会社杏林堂薬局	株式会社つくばウエルネスリサーチ	健康づくりサポートプログラム事業
社会福祉法人聖隷福祉事業団 聖隷健康診断センター	株式会社杏林堂薬局	人間ドック後の定期的な筋肉量測定によるフレイル予防事業
メディカルフィットネス&スパNiceBeaT浜松	大塚製薬株式会社	「健康寿命を延ばそう」支援事業

(1) 官民・民間連携ヘルスケア事業の推進

⑤ 官民連携共同研究事業

「市民の野菜摂取状況の見える化プロジェクト」

- 浜松市と浜松ウエルネス推進協議会は、**聖隷浜松病院**、**常葉大学**との共同研究として、静岡大学教育学部附属浜松小中学校の児童・生徒及び常葉大学の学生を対象に「皮膚カロテノイド測定器（ベジメータ※）を使用した野菜摂取量増加のための働きかけ」を実施中。
- 本研究は、ベジメータを使用し野菜摂取量を数値で見える化することで、自身の野菜の過不足について“気づき”を与えると同時に、食生活習慣の変容がどの程度生じるかを約半年間調査。



※ベジメーター：
光学的技術を使った皮膚のカロテノイド量を測定する装置。



常葉大学での測定会

(3) ヘルスケアサービス等の創出

(3) ヘルスケアサービス等の創出

① 浜松ヘルステックシンポジウム2021

2021. 11/22(月) **浜松ヘルステックシンポジウム2021**
14:00 ▶ 17:00 ~ヘルステックによる予防・健幸都市(Wellness City)の実現に向けて~

プログラム

挨拶 14:00~14:05

基調講演 14:05~14:45

**ヘルステックがもたらす未来**
講師 **加藤 浩晃** 氏
デジタルハリウッド大学大学院 特任教授・医師

講演 14:45~15:15

**予防・健幸都市(Wellness City)の実現に向けたヘルステックへの期待**
講師 **池野 文昭** 氏
スタンフォード大学循環器科 主任研究員

浜松市の取組 15:20~16:00
浜松ウエルネスプロジェクトについて / 浜松市のスタートアップ施策について

パネルディスカッション 16:00~17:00
ヘルステックとの共創による
市民の健幸(Wellness)に向けて

進行 **東 博暢** 氏
株式会社総合研究所 リサーチ・コンサルティング部門プリンシパル

パネリスト

池野 文昭 氏 スタンフォード大学 循環器科主任研究員	劉 雷 氏 アストラゼネカ 株式会社 イノベーションパートナーシップ&I2.jpディレクター
山本 清二 氏 国立大学法人 浜松医科大学 理事・副学長	亀ヶ谷 正信 氏 Social Healthcare Design 代表取締役
福田 崇典 氏 社会福祉法人 聖隷福祉事業団理事 専務執行役員保健事業部長	神谷 涉三 氏 株式会社Imbesideyou 代表取締役社長

(3) ヘルスケアサービス等の創出

② 浜松市モビリティサービス推進コンソーシアムアイデアソン (健康・医療・福祉×モビリティ)

- デジタル・スマートシティ推進事業本部連携事業。
- 「浜松市モビリティサービス推進コンソーシアム」会員企業に「健康・医療・福祉」分野が抱える課題を提供。
- アイデアソン参加者が課題解決につながるモビリティサービスアイデアを提案。



2021.10.19 浜松市モビリティサービス推進コンソーシアムアイデアソン

(3) ヘルスケアサービス等の創出

③実証実験サポート事業

- ・ 産業部事業。
- ・ スタートアップ企業等が実施する本市の社会課題の解決や市民サービスの向上につながる実証事業をサポート。
- ・ 浜松ウエルネス推進協議会は、ウエルネス・ヘルスケア分野の実証実験をサポート。

●令和2年度採択事業

企業	実証プロジェクト
株式会社エクサウィザーズ	オンラインでの家族介護実証プロジェクト
株式会社ORANGE kitchen	寄り添いを重視したオンライン×人工透析予防特化型重症化予防プログラム
カイトク株式会社	介護ワークシェアリングサービス「カイスケ」を用いたコロナ禍に伴う突発的な介護人材不足への対策&慢性的な介護人材不足改善の検証
株式会社たびらく (現 株式会社Cien)	LINE等のDXを活用した子宮頸がん検診受診率向上施策

●令和3年度採択事業

企業	実証プロジェクト
株式会社ベスプラ	脳と体の健康維持アプリによる地域活性エコシステム
テレリハ株式会社	シニア世代のWell-Beingをサポートするヘルスケアネットワーク

(3) ヘルスケアサービス等の創出

④ファンドサポート事業

- 産業部事業。
- スタートアップに対して投資を行うベンチャーキャピタル等と協調し資金を交付することで、スタートアップの事業化を支援。
- 交付対象となるスタートアップは、浜松市が認定するベンチャーキャピタル等の投資機関（浜松市認定ベンチャーキャピタル）から投資を受ける事業者。

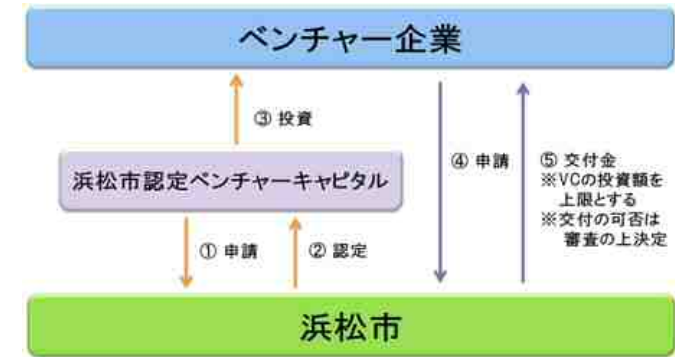


図1 本事業のスキーム概要

●採択事業事業者（メディカル・ヘルスケア関連）

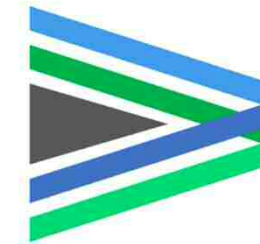
企業	事業内容
株式会社 I'mbesideyou	ウェルビーイング促進のための動画解析AIによる市民のメンタルヘルス状況観察
NanoSuit 株式会社	特殊試薬「ナノスーツ液」の製造販売および電子顕微鏡検査委託
株式会社 はままつメディカルソリューションズ	医療機器の開発・製造・販売
株式会社 PREVENT	スマホアプリによる生活習慣病のオンライン完結型重症化予防サービスの提供

(3) ヘルスケアサービス等の創出

⑤ Hamamatsu ORI-Project

(データ連携基盤を活用した新たなアプリケーションやサービスの創出)

- デジタル・スマートシティ推進事業本部事業。
- データ連携基盤「FIWARE(実証環境)」を活用した実証実験プロジェクトを全国から募集。
- 市は、国土縮図型都市・浜松をフィールドにした実証実験プロジェクトをサポート
- 採択事業は、Code for Japan、NTTドコモ、KDDI、ソフトバンクと連携して事業を実施



**Hamamatsu
Open Regional
Innovation**

企業	事業内容
一般社団法人 One Smile Foundation	AIによる街の幸福度向上と可視化プロジェクト

(3) ヘルスケアサービス等の創出

⑤ヘルスケアビジネス・サービス個別サポート

- 新たなヘルスケアビジネス・サービスの創出に向け、地域企業やスタートアップ企業等の事業活動を支援。



(株)YAMADA

「e-foot」の事業展開を支援



WHILL(株)

次世代型電動車椅子 自動運転システムの実証実験

(4) 地域の官民連携体制の強化

(4) 地域の官民連携体制の強化

①テーマ別6部会

- ヘルスケア・ウエルネスに関わる新たなサービス等の創出に向け、浜松ウエルネス推進協議会参画企業・団体間の民間連携や、行政と参画企業・団体による官民連携を一層推進するため、会員ニーズに基づく6部会を設置。
- 各部会では、今後の共創に向け、事業活動や課題の共有、連携方策の検討などを行う。

部会名	テーマ
「食」部会	健康を保持・増進するために必要な食事や栄養を補う食品等の提供及び食に関する教育指導サービス
「健康経営」部会	健康経営を支えるサービス
「測」部会	健康状態を把握するためのデバイス及びサービス
「予防」部会	生活習慣病、フレイル・認知症、歯周病、ウイルス感染等を予防する商品・サービス
「運動」部会	健康を保持・増進するために必要な運動を提供するための機器・用具及び運動機会の提供や運動指導に関するサービス
「知」部会	健康の保持・増進に役立つ情報を提供する商品及びサービス



(5) 官民連携社会実証事業への参加・協力

浜松ウエルネス・ラボ

参画企業・団体

●参画企業



●参画団体



事業フロー

[目的]

- ・市の課題解決とウエルネス・ヘルスケアサービスの全国展開支援の一環として官民連携社会実証事業等を実施。
- ・「予防・健幸都市」の実現につながる有効なデータやエビデンス等を取得・蓄積。

[対象・方法]

- ・市が抱える課題の解決につながるシステムやサービスを有する地域外企業等と市をマッチングし、市と企業の双方にメリットのある社会実証事業を「浜松ウエルネス推進協議会」と連携して実施。
- ・実証費用は、原則企業負担。

浜松市の課題

- ★生活習慣病予防
- ★健康に関心の低い青壮年期への取組強化（検診受診率の向上）
- ★企業・団体と取り組む健康づくり（健康経営）
- ★介護予防（フレイル、認知症等）
- ★社会保障費（医療費等）の適正配分

民間企業の質の高いシステムやサービス等



市民・地域還元

社会実証成果






事業化

- ★効果の高い製品やシステム・サービス等を予防や健康事業等を通じて全市展開
- ★データやエビデンスを参考に予防や健康事業等を全市展開







- ★各種データ・エビデンスを取得・蓄積
- ★効果の高い製品やサービス等を事業化（全国展開）

官民双方がWin-Win

令和2年度実施事業

企業名 (50音順)	事業名	事業開始	実施状況
 KIRIN	聖隷MCIスタディ ～もの忘れが気になる方の認知機能に対するβラクツリンの効果検証研究～	R2.9	令和3年度 継続
 FANCL	中高齢者対象の嗅覚機能と気分・ストレス状態に関する調査研究	R2.11	令和3年度 継続
 住友生命	オンライン版スミセイ“Vitality Action” (トップアスリートによる親子スポーツイベント)	R2.12.5	終了
 SOMPOひまわり生命	デジタル技術&ヒューマンタッチによる血糖コントロール	R2.11	R3.3 終了
 第一生命	健康増進アプリによる健康増進活動サポート	R2.12	R3.3 終了

令和3年度実施事業

企業名 (50音順)	事業名	事業 開始	実施 状況
	聖隷MCIスタディ ～もの忘れが気になる方の認知機能に対するβラクツリンの効果検証研究～	R2.9	実施中
	中高齢者対象の嗅覚機能と気分・ストレス状態に関する調査研究	R2.11	R3.7 終了
	「笑い」が脳機能に及ぼす健康効果に関する研究	R3.4	R3.4 終了
	IoT歯ブラシによるオーラルケア	R3.7	R3.10 終了
	生活習慣病保有者に対する生活習慣改善支援プログラムの効果検証並びに費用対効果に特化した成果報酬連動型モデルの開発	R3.7	実施中
	高齢ドライバーにおける日常運転行動特性と認知機能の関係性： 前向きコホート研究	R3.9	実施中

※上記の他、SOMPOひまわり生命保険、住友生命、日本生命が、新たな社会実証事業を検討中

「デジタル技術&ヒューマンタッチによる血糖コントロール」 SOMPOひまわり生命保険株式会社

浜松市限定！ 浜松ウェルネス・ラボの『デジタル技術&ヒューマンタッチによる血糖コントロール事業』へ無料で参加して

自分の血糖値の動きを丸裸にして、 不調の原因と解決策を見つけましょう！

10月中旬	<ul style="list-style-type: none"> WEBで応募※1 一石のQRコードを読み取って応募 健康診断結果の提出
11月上旬	<ul style="list-style-type: none"> 参加確定・必要書類受領 WEBで説明会参加
11月中旬～12月中旬	<ul style="list-style-type: none"> 指定の薬局へ来店(2回) FreeStyleリブレを装着して常時血糖値測定※2
<p>☆自分の血糖値の“動き”が見える！</p>	
<p>☆どんな食習慣、運動が自分に適しているのかが分かる！</p>	
<p>☆医師や管理栄養士から、食習慣、運動等についてのひとりひとりに合ったアドバイスがもらえる！</p>	
12月中旬～2月中旬	<ul style="list-style-type: none"> 指定の薬局へ来店(3回) 自分に適した行動の継続
<p>☆不調改善！ 血糖値スパイク改善！</p>	

本プログラム監修：山村聡医師

一緒に「真の健康体」を目指そう！！
無料で参加できるこのチャンスを逃さないでね！

【お問い合わせ先】
「デジタル技術&ヒューマンタッチによる血糖コントロール事業」事務局
メールアドレス：kettou-pgm@sompo-hs.co.jp

- (※1) QRコードもしくは以下のURLからWEBで応募
<https://questant.jp/q/UQYVVRJ2>
- 参加募集基準(60名)
- ✓ 浜松市内の雇用者またはその配偶者
 - ✓ 直近2年以内の健康診断で「HbA1c」の値が5.6%～6.4%
 - ✓ 応募時の年齢が30歳～64歳
 - ✓ 糖尿病と診断されていない(*)
 - ✓ スマートフォンを日常的に使用している
 - ✓ 重度の腎臓疾患・肝臓疾患・心臓疾患・悪性腫瘍等に罹患していない
 - ✓ 妊娠の可能性がない、かつ出産後1年以内ではない
- (*)糖尿病と診断されていないが、高血圧症・脂質異常症と診断され通院治療中の場合は、主治医の了解が必要です。



- ★実施期間：
令和3年11月～令和3年2月
- ★参加者：
年齢：30歳～64歳
条件：HbA1c 5.6%～6.4% など
参加者数：58名
- ★主な結果：
・多くの参加者において、「血糖値」、「HbA1c」、「BMI」等に改善が見られるとともに、食行動の改善にもつながった。

2. 「デジタル技術&ヒューマンタッチによる血糖コントロール実証事業」(活用したデジタル技術)

- **フリースタイルリブレ**
 - ・1回のセンサーの装着で2週間にわたり血糖値を自動及び連続的に記録、保存可能
 - ・食行動を測定・評価する、問題に気づく、改善行動を検討、決定、実施する、改善行動を測定・評価する、改善行動を継続、修正実施するなどの行動サイクルを促す
- **スマートメッセージ (H2社シンクヘルスアプリで提供)**
 - ・血糖値が引き起こす問題や生活習慣との関連、生活習慣改善のための情報提供、リブレの使用法、データの見たなど、知識向上や参加継続促進のためのメッセージを対象者にアプリ上で配信
- **ガイドレポート (H2社シンクヘルスアプリで提供)**
 - ・アプリ上に記録・保存した食事写真を参照した医師が、測定期間中の対象者の血糖値の遷移グラフをもとに、対象者の特徴的な血糖値変動グラフについてのコメントを対象者にアプリ上で提供

「健康増進アプリによる健康増進活動サポート」 第一生命保険株式会社

楽しく・手軽に活用できる「健康第一アプリ」について♪

参加者の方には第一生命グループが提供する「健康第一アプリ」をご利用いただけます。
ご自身のペースで、楽しく健康に取り組めるメニューがそろっています！
本実証限定で、「川島隆太教授のいきいき脳体操」も無料でご提供！
詳しいコンテンツ内容はP.9～をご覧ください



★実施期間：
令和2年12月～令和3年3月

★参加者
国保加入者（同意者）：64名
健保加入者（同意者）：139名

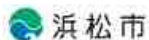
★主な結果（アンケート）：
・回答者の約40%の方がアプリ利用に満足。
・回答者の約50%の方が健康的な生活への意識変化があった。
(アンケート回答者数約80名)

「健康第一アプリ」でご利用いただけるコンテンツ一覧

アプリにはご自身のペースで、楽しく健康に取り組めるメニューがそろっています！
限定 は、一般に無料では提供していない機能や、本実証限定で公開する機能など、特別にご利用いただけるコンテンツです！

分野	搭載機能概要
運動	<ul style="list-style-type: none"> ① 歩数計測：日々の歩数を計測 ② ウェアラブルデバイス連携：歩数・心拍数のウェアラブルデバイスと歩数連携可 ③ 運動記録：ウォーキング、ジョギング、サイクリングの運動状況を記録 限定 ④ ストレッチ動画：スクリーン前に立ち寄りながらストレッチ 限定
健康管理	<ul style="list-style-type: none"> ① My健康アドバイス：スマホのカメラで検診結果を読み取って健康アドバイスを表示 ② 疾病リスクチェック：ご自身の年齢・性別・生活習慣に基づいて疾病リスクを表示
食事	<ul style="list-style-type: none"> ① カロリーチェック：日々の食事メニューをもとにカロリーと栄養素を表示 限定 ② コンビニ食堂：コンビニで販売されている食品のカロリーと栄養素を表示 限定
本実証限定メニュー	<ul style="list-style-type: none"> ① 川島隆太教授のいきいき脳体操（脳トレ）：世界初「認知機能向上」を目的としたアプリ6種類からなる、認知機能や運動機能を効果的に向上 限定

「IoT歯ブラシによるオーラルケア」 第一生命保険株式会社



参加費は無料！
お申込みの締切は
2021年5月28日(金)です

参加者募集！

口腔ケアに関する社会実証研究に参加しませんか？

第一生命保険株式会社と浜松市は「スマート歯ブラシ」を活用した社会実証研究として、手軽な口臭測定やオンライン相談等を通し、口腔ケア意識向上や行動変容を確かめています。

**あなたのお口は大丈夫？
実は、にっおっているかもしれません！！**

口臭の原因は、ニンニクのような一過性のニオイだけではありません。口臭には、歯周病のリスクが隠れているかも…！歯周病は、手遅れになると、歯を失うことになるだけでなく、全身の健康にも悪影響を及ぼすと言われています。

スマート歯ブラシは参加者全員に無償でご提供！

参加者に実施いただく主な口腔ケア



歯ブラシに呼気を吹きかけ、
毎朝10秒程で口臭を測定いただけます！

歯科医師へのオンライン相談サービスで
お口の中のお悩み相談！（1~3回）



株式会社NOVENINE製
世界初* 口臭ガス計測機能付きスマート歯ブラシ【NOVENINE SMASH】
(*2020年3月確認 特許出願中)

参加条件：以下全てを満たす方100名（抽選）

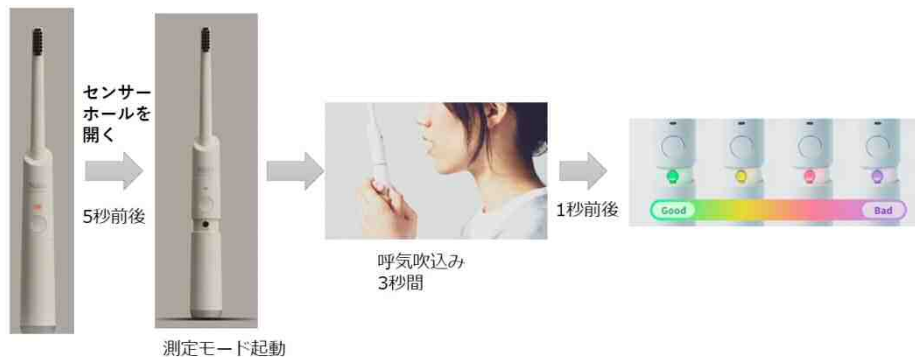
- ①20~65歳の浜松市在住・在勤者
- ②1年以上歯科受診していない
- ③入院中でない
- ④天然歯(自分の歯)が20本以上ある
- ⑤iPhone(iOS13.0以上)を使用している

★実施期間：
令和3年7月～令和3年10月

★参加者
年齢：29歳～65歳
条件：1年以上歯科受診をしていない方等
参加者数：100名

★主な結果
※データ分析中

口臭チェックの流れ



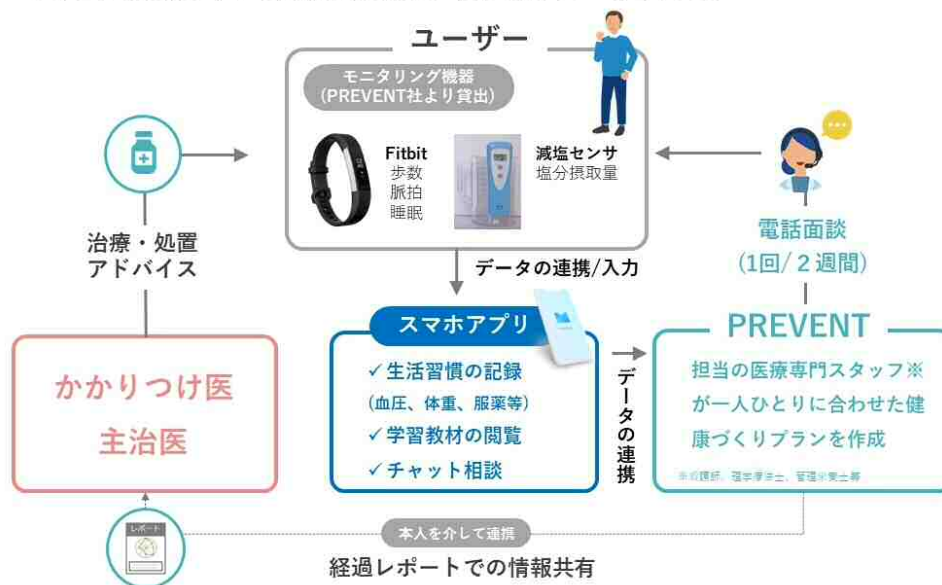
測定モードの起動時間5秒前後（日本最速※NOVENINE社調べ）
朝の忙しい時間でもわずらわしなく呼吸チェック可能

「生活習慣病保有者に対する生活習慣改善支援プログラムの効果検証並びに費用対効果に特化した成果報酬連動型モデルの開発」

株式会社PREVRNT

生活習慣改善支援プログラムの全体像

かかりつけ医・主治医の先生と連携を図りながらモニタリング機器を利用し、医療専門スタッフから健康づくりの個別指導を提供する6か月間のプログラムです



独自の医療データ解析とデジタル技術等を活用した生活習慣改善支援プログラムに関する社会実証事業を本年8月末から実施。

★参加者

条件：国民健康保険加入者で服薬をしている生活習慣病保有者

参加者数：75名



運動支援



ウェアラブル端末を用いて身体活動量をモニタリング

食事支援



食事写真や食塩摂取量測定機器を用いて適切な食習慣管理

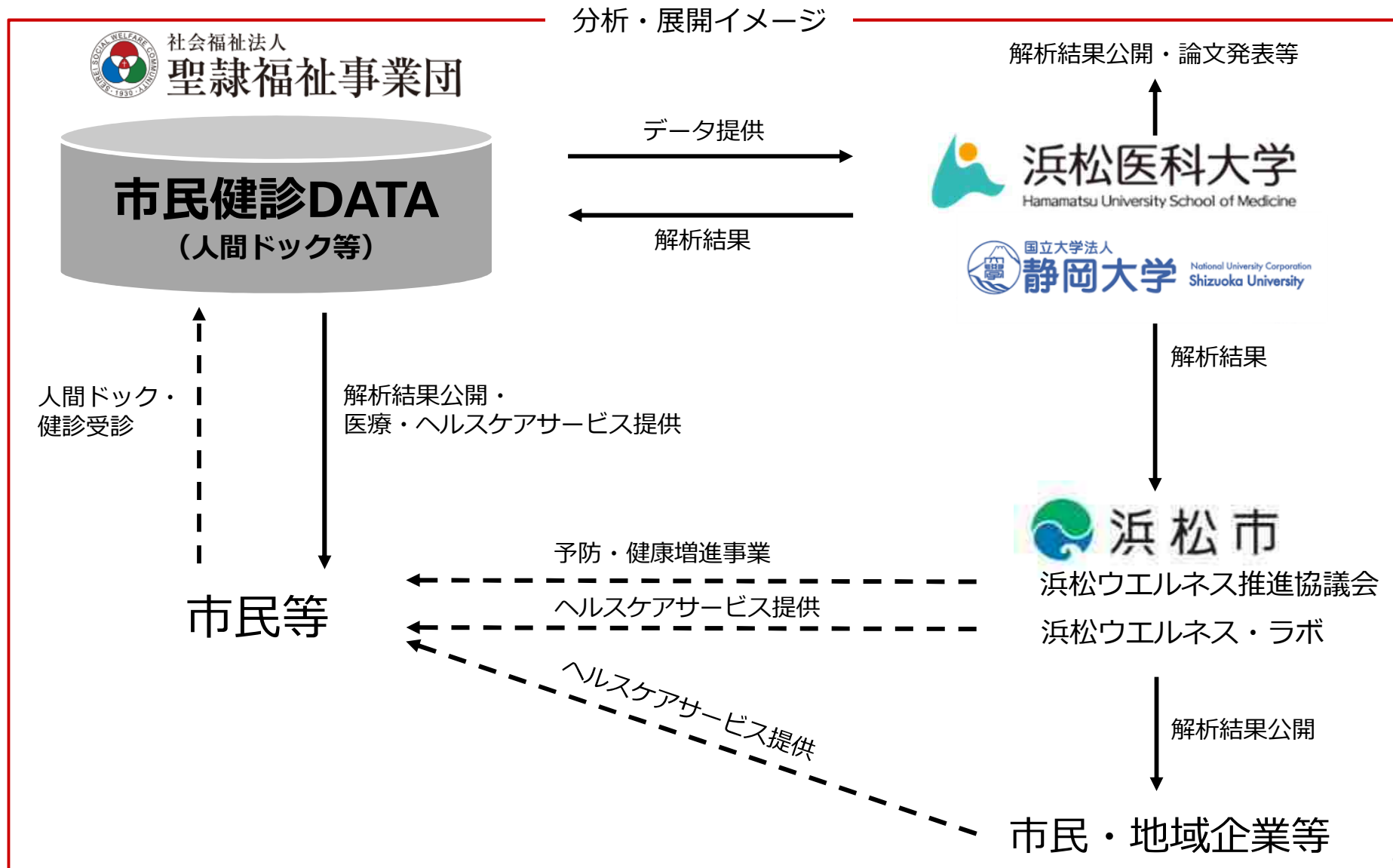
専門職支援



医療専門スタッフによる電話面談、チャットでの健康づくりサポート

健康ビッグデータ分析

- ▶ 聖隷福祉事業団、浜松医科大学、静岡大学、浜松市が連携して、聖隷福祉事業団が有する健診（人間ドック）ビッグデータを活用し、本市の健康寿命日本一の所以や本市（市民）が抱えている疾病リスクなど多角的かつ詳細に明らかにする。
- ▶ 市や地域企業・関連団体等は、分析結果を「予防・健康都市」実現に向けた施策や各種ヘルスケアサービスの提供に活用する。



Wellness City Hamamatsu
予防・健幸都市

《お問い合わせ》

浜松市健康福祉部健康増進課ウエルネス推進担当

TEL:**053-453-6140**

E-mail:**wellness@city.hamamatsu.shizuoka.jp**