

【令和7年度 Hamamatsu ORI-Project(地域課題解決型)採択案件】 「睡眠不足解消から始まる健幸づくりプロジェクト」の実証実験の開始について

浜松市では、データ活用により地域課題解決を図る実証プロジェクトを公募し、有望な案件を支援する Hamamatsu ORI-Project (地域課題解決型) を実施しています。

このたび、令和7年度の採択案件の「睡眠不足解消から始まる健幸づくりプロジェクト」の実証実験が下記のとおり開始されることになりましたので、ご案内します。

記

1 実施主体

株式会社ネミエル (<https://corp.nemielu.com/>)

2 実施期間

令和7年12月1日(月)～令和8年3月15日(日)

3 概要

実施期間中、浜松市公式ヘルスケアアプリ「はままつ健幸クラブ(以下「健幸クラブ」)」(※1)と株式会社ネミエルのサービス「Nemielu(ネミエル)」(※2)を組み合わせ、日中の覚醒度を客観的に測定することで自らの睡眠の質を予測・評価するとともに、質の良い睡眠取得に向けた運動習慣定着のため、健幸クラブの利用促進と市民の健康増進を目指す。

※1 はままつ健幸クラブ…日々のウォーキングや健康イベントへの参加、体重・血圧の記録などの健康活動に応じて健康ポイントを貯めることができ、貯まったポイントで地元の特産品などが当たるアプリ

※2 Nemielu…利用者に簡単なゲームを行ってもらうことで、日中の覚醒度から睡眠状態の予測・評価を行い、睡眠の質向上に向けた適切なフィードバックを行うことができるサービス

4 実施内容

①「睡眠の悩み」を抱える市民等をメインターゲットとして健幸クラブとNemieluを活用した運動促進による睡眠の質向上キャンペーンを試験的に実施し、下記の特設WEBサイトなどを用いて広報を行うことで、健幸クラブの登録者数増加の効果を検証する。

■キャンペーン特設WEBサイト

<https://nemielu.com/hamamatsu-ori-project/>

②上記のキャンペーンの参加者の歩数データと睡眠関連データについて適切に匿名加工した上で統合して分析し、参加者の行動変容の度合や、運動習慣と睡眠の質の関連性などについて検証する。

5 問い合わせ先

【本実証実験について】 浜松市 企画調整部 デジタル・スマートシティ推進課
電話:053-457-2454 メール:dsc@city.hamamatsu.shizuoka.jp

【健幸クラブについて】 浜松市 ウェルネス推進事業本部
電話:053-457-2129 メール:wellness@city.hamamatsu.shizuoka.jp