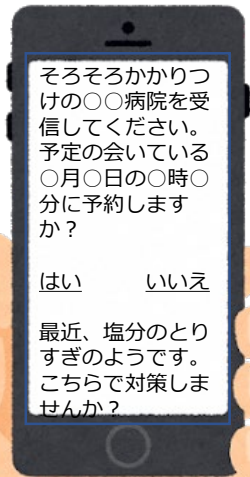


# 健康的なくらし（快適な市民生活づくり）

## ■自分らしい生活の実現（デジタル技術による健康増進）

健康診断の結果だけでなく、日常的にライフログを収集することで、状態を把握し、注意喚起することで、行動変容を促す。（歩数、睡眠時間、活動量、摂取・消費カロリー、外出先、スケジュール等）

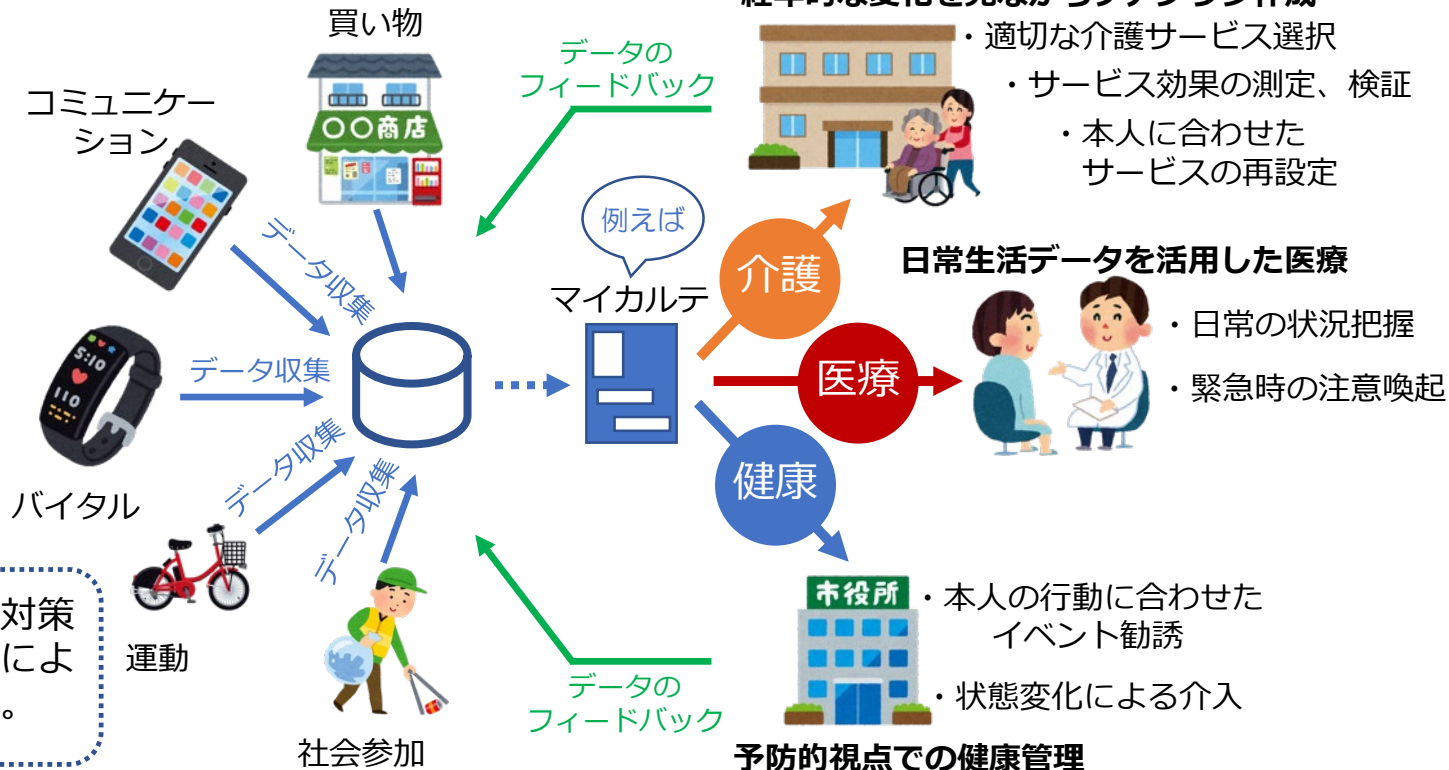
重症化する前に注意喚起を行う。



食事の履歴から対策を示唆。専門家によるアドバイスも。

無関心状態の方の行動誘導

提供体制の変化のためのエビデンス取得



健康寿命の延伸を目的にデジタル技術を活用し、予防医療を推進。  
様々な方が関わられるようにオープンに利用できる環境で構築。

# 健康的なくらし（快適な市民生活づくり）

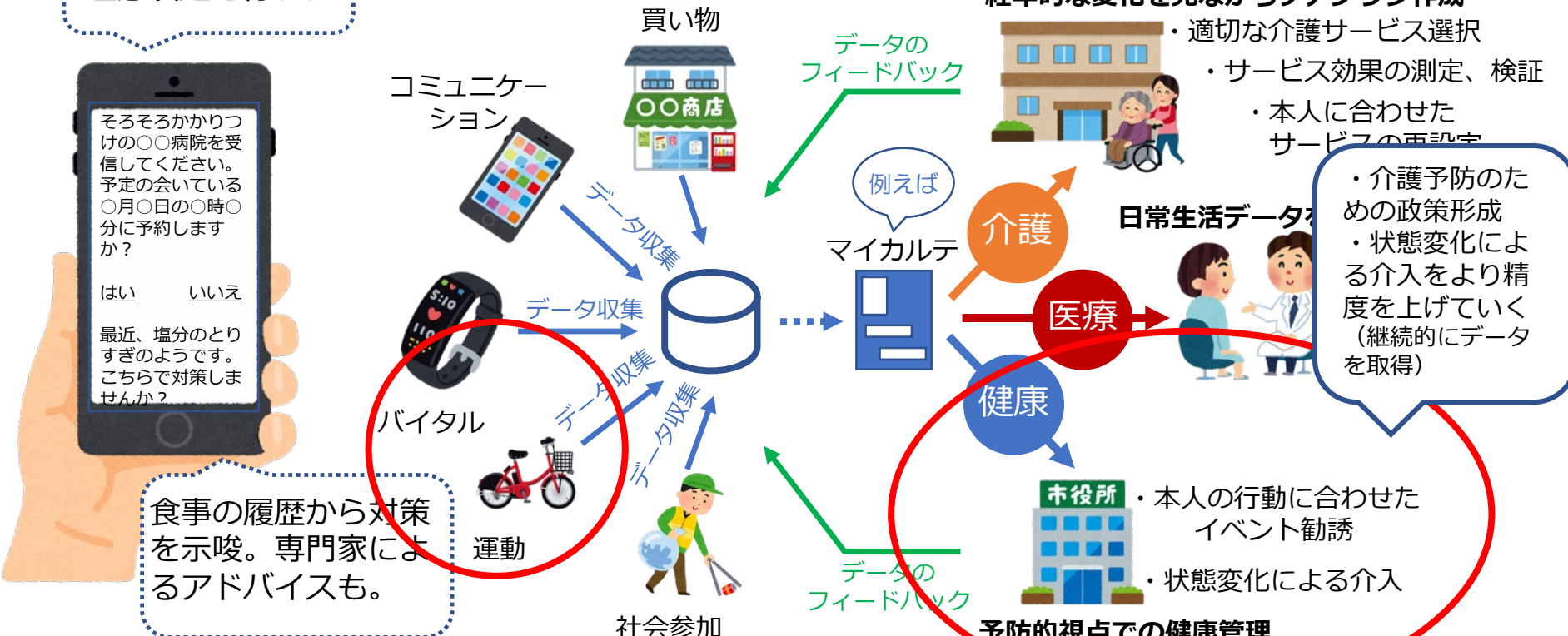
## ■自分らしい生活の実現（デジタル技術による健康増進）

健康診断の結果だけでなく、日常的にライフログを収集することで、状態を把握し、注意喚起することで、行動変容を促す。（歩数、睡眠時間、活動量、摂取・消費カロリー、外出先、スケジュール等）

重症化する前に注意喚起を行う。

無関心状態の方の行動誘導

提供体制の変化のためのエビデンス取得



健康寿命の延伸を目的にデジタル技術を活用し、予防医療を推進。様々な方が関わられるようにオープンに利用できる環境で構築。

# 介護予防把握事業

## 介護予防把握事業（既に実施している事業）

65歳以上の掛川市在住の高齢者に対し、運動、栄養、口腔、閉じこもり、認知、うつ等のデータを収集し、フレイルがどこから発症するか調査することで、介護予防施策に生かしていく。（現状600人）

### ■現状・課題

参加者：年に1回、用紙に記入。

担当者：用紙をデータ化、分析。

⇒データの取得頻度が少ない。データ化が手間。



### ■取得しているデータ（主なもの）

基本：治療中の病気・既往歴

運動：握力、椅子立ち上がりテスト、片脚立ち、5m歩行

栄養：10食品群チェック

口腔：オーラルディアドコキネシス、最長発生持続時間の測定、歯 等

閉じこもり：LSA

認知：山口式キツネ・ハト模倣テスト

うつ：K6（国民生活基礎調査で用いられるうつ・不安障害に対するスクリーニング）

データを自動で取得し、充実した結果が得られれば、施策に反映することや本人にフィードバックできる。

# 介護予防把握事業（希望）

## ■実現したいこと（現在把握できていること）

データを取得しやすい仕組み

- ・紙で記録したデータを入力する手間を少なくする。
- ・被験者が集まらなくてもデータが収集できる。
- ・データに信憑性を持たせられる。
- ・写真を使用し、食事内容を記録。栄養状態の観察を行う。
- ・GPSおよび活動量計及び脈拍を記録する。
- ・活動量の把握及び体力の評価を行う。
- ・認知機能評価、定期的な脳トレにてその方の認知状態を把握する。
- ・その時の気分を記録する。

※これ以外にも効率化できることがあればありがたい。

データ取得・蓄積を行い健康状態を示唆する仕組みを構築したい。