

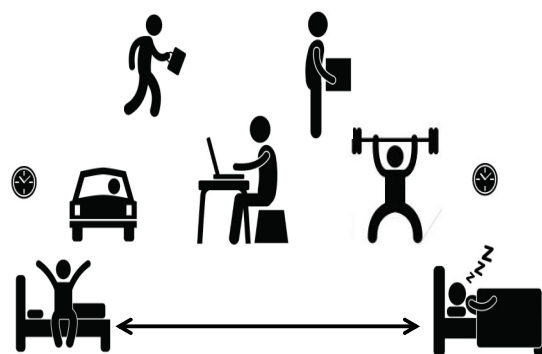
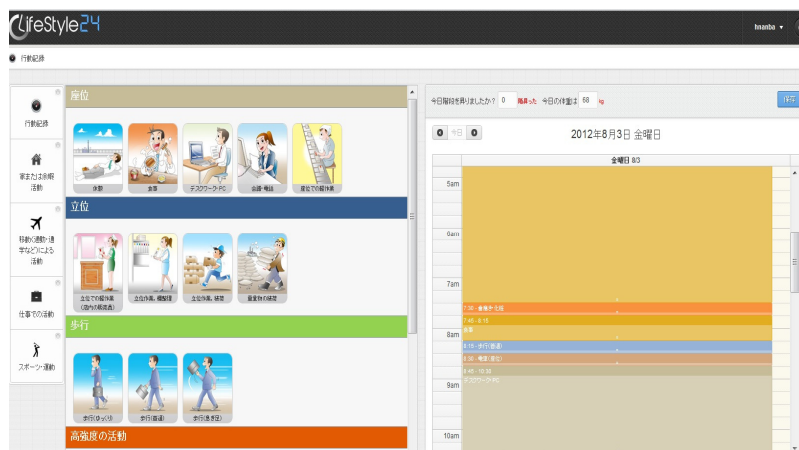
目的

今回開発した身体活動分析ツールは、個人の健康管理に役立てられるほか、健康・医療分野において新たな知見を得る有効なツールとなる可能性がある。本ツールの応用性とビジネスモデルおよび提供先について可能性を探りたい。

特徴

スマートフォンおよびWEB画面を用いた15分毎の行動記録による身体活動分析ツール。精度よく身体活動量を評価でき、さらに行動内容を分類できるためライフスタイルの分析、改善へとつながられる可能性がある。

特徴① 1日の行動をイラストを選択してタイムラインに入力



特徴② エネルギー消費量と行動パターンの見える化

測定期間: 2012/05/18? 2011/05/24

一週間のあなたの平均消費エネルギーは です。

3METs以上の活動は です。

一週間エクササイズ (METs・h)



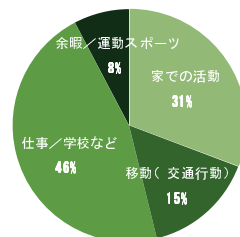
生活習慣病の予防のためには、一週間あたり3Exの身体活動が推奨されております。

家庭・余暇・仕事の活動量
移動の活動量
運動・スポーツの活動量

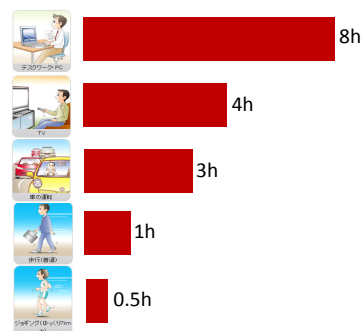
※3METs以上の活動量を計算



エネルギー消費量の内訳



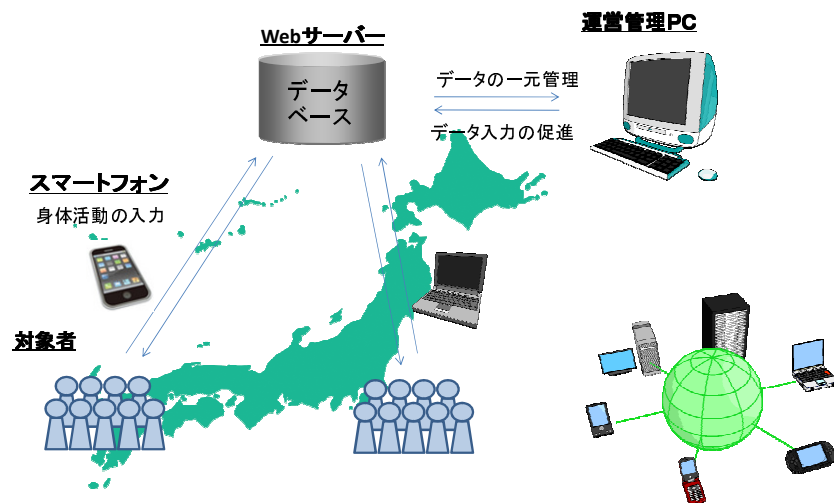
活動時間のトップ5



特徴③ 多人数の身体活動を低コストで測定可能

ユーザ端末は、スマートフォン、パソコン、タブレット端末などインターネットにつながれば何でも利用できる。

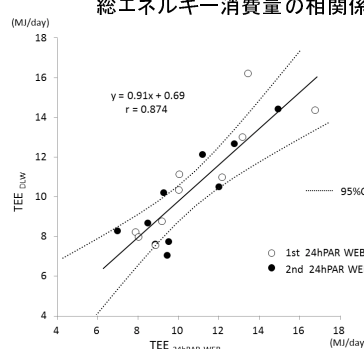
データマイニングされたデータを販売・提供できる可能性がある。



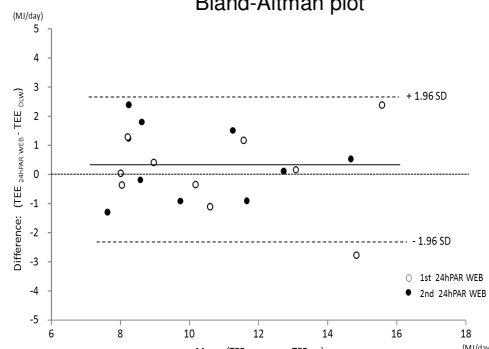
測定精度のエビデンス

身体活動測定のゴールドスタンダードの二重標識水法による総エネルギー消費量の間に, $r = 0.874$ ($p < 0.01$, $n = 20$, 2weeks) の関係を認めた。

DLW法と本システムの
総エネルギー消費量の相関係数

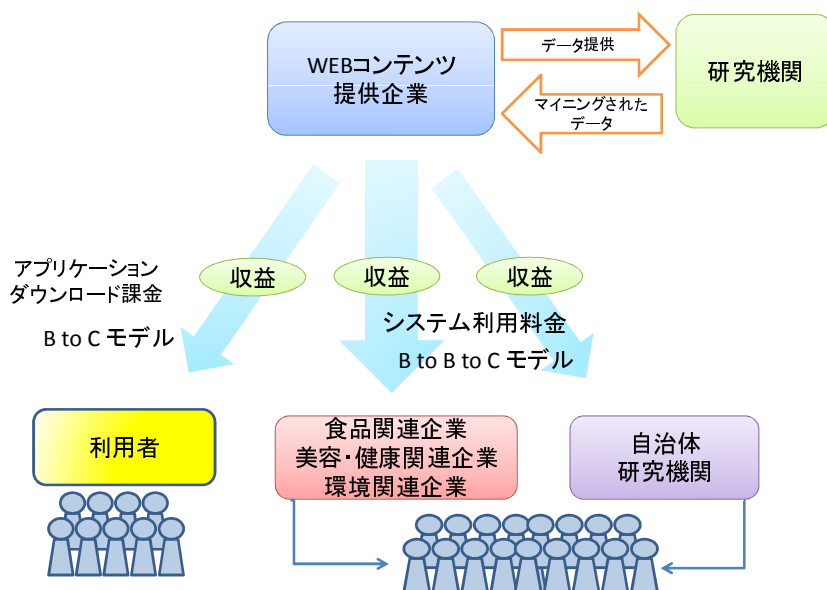


DLW法と本システムの
Bland-Altman plot



H.Namba et al. J Med Internet Res.2012 Impact Factor (2010): 4.7
In press

ビジネスモデルの可能性



●地域・職域における保健指導, 健康づくり教室等で活用。

●医療分野ではリハビリ, 投薬, 栄養指導などと組み合わせた臨床応用。

●Webを用いた健康支援サイト(e-health)のコアコンテンツ。

<http://lifestyle24.jp/hp/>



自分の行動パターン、ライフスタイル、消費エネルギーの見える化で
健康なライフスタイルへ

直観的な操作で誰でも簡単に行動記録することができます。
自分の生活行動パターン、ライフスタイルにより正確な消費エネルギーを知ること、健康なライフスタイルの改善を期待できます。
【無料会員登録】するとすぐにご利用可能です。



【行動分類】をクリックすると【行動パターン】のアイコンが表示されます。

行動記録画面



【行動パターン】のアイコンをドラッグ&ドロップ

行動記録をドラッグ&ドロップで簡単操作

生活パターンをイラストで表現しています。楽しく行動パターンを選んでタイムラインへドラッグしましょう。面倒な文字や数値の入力はありません。

毎日の活動行動をきちんと記録する事で健康なライフスタイルへ！