

## 海老名市の健診センター「カラダテラス海老名」

### 神奈川県と連携し習慣化アプリ『みんチャレ』実証実験に参加

健診センター「カラダテラス海老名」（所在地：神奈川県海老名市 施設長：谷口 佳浩）では神奈川県が推進する『ME-BYO リビングラボ』事業と連携。神奈川県内の自治体・企業・医療機関などとともに糖尿病予防のための生活習慣改善効果の可能性を調査するため、チーム制習慣化アプリ『みんチャレ（エーテンラボ株式会社）』の実証事業に参加しました。

『みんチャレ』は、仲間同士が相互に助け合い課題解決を目指す、ピアサポートと呼ばれるシステムを導入したアプリ。実証事業は2型糖尿病、またはその予備軍の神奈川県在住・在勤者の男女32名を対象に行われ、『みんチャレ』使用のチーム（18人）と非使用者（14人）で生活習慣改善の効果を約3カ月間比較しました。

カラダテラス海老名では、この実証事業に昨年末から参加。健診で採血結果HbA1cの値が高めの利用者に『みんチャレ』の参加協力を促し、生活習慣改善のための『習慣づくり』の一助を担いました。また、その前後評価のツールとして『体組成』測定実施の機会を設け、取り組みをサポート。参加者からは「ゲーム感覚で取り組める」「メンバー同士鼓舞し合いながら頑張れる」との声が聞かれ、楽しみながらグループでの目標達成に成果をあげることができ、「生活習慣改善の習慣化」に貢献することができました。

今後もカラダテラス海老名では神奈川県と連携し、地域の皆さまの健幸支援につながる仕組みづくりに取り組んでいきたいと考えています。

#### 【ME-BYO リビングラボとは】

神奈川 ME-BYO リビングラボは、神奈川県が推進する「未病の改善」と「最先端医療・最新技術の追求」を柱としたヘルスケア・ニューフロンティア政策の一つで、最先端医療産業など新しい市場・産業の創出・拡大に取り組む神奈川県の政策です。次世代ヘルスケア社会システムの創出を目指して「未病関連商品・サービス」を社会システムに実装させることで新市場創出を目指す企業等の実証事業を支援しています。



- ◆エーテンラボ株式会社（所在地：東京都渋谷区 代表取締役：長坂 剛）  
（URL）<https://a10lab.com/>

カラダテラス海老名

神奈川県海老名市中央 3-2-5 ダイエー海老名店 1 階 海老名駅から徒歩 3 分

（URL）<https://jma.gr.jp/karadaterrace/>

**【問い合わせ先】**

社会医療法人ジャパンメディカルアライアンス 業務部 総務管理課 広報担当

（TEL）046-235-0765 （FAX）046-234-8651

（Mail）[jma\\_pr@jin-ai.or.jp](mailto:jma_pr@jin-ai.or.jp) （URL）<https://jma.gr.jp/>