



令和7年5月27日  
時点



令和6年度採択事業  
NTTプレシジョンメディシン株式会社  
「アプリを用いた高血圧症予防研究」の  
効果検証について  
「血圧上昇習慣推定AI」機能によるリコmendによる高血圧予防  
およびリアルワールドデータの活用に向けた効果検証事業

# 実証事業の概要

令和7年5月27日時点

- 高齢者が要介護の状態に至る原因として、認知症や血管障害の存在が指摘されており、その背景に、高血圧症状があることも広く知られています。
- そのため、高血圧と診断され治療介入を行う前の段階から高血圧を予防することは、要介護の高齢者を増やさないためには有効な手段と考えられます。
- そこで本実証では、個人の携帯端末にダウンロードしたアプリケーションを用いて運動習慣や栄養摂取状態の分析を行い、改善のプログラムを提供することでの、予防的健康介入の有用性に関する実証を行います。

(1) 実証事業者：NTTプレジジョンメディシン株式会社

(2) テーマ名：アプリを用いた高血圧症予防研究

(3) 対象となる未病領域：生活習慣

(4) 実施期間：令和7年4月から  
令和8年3月（予定）

(5) 実証事業参加者：80名程度（予定）

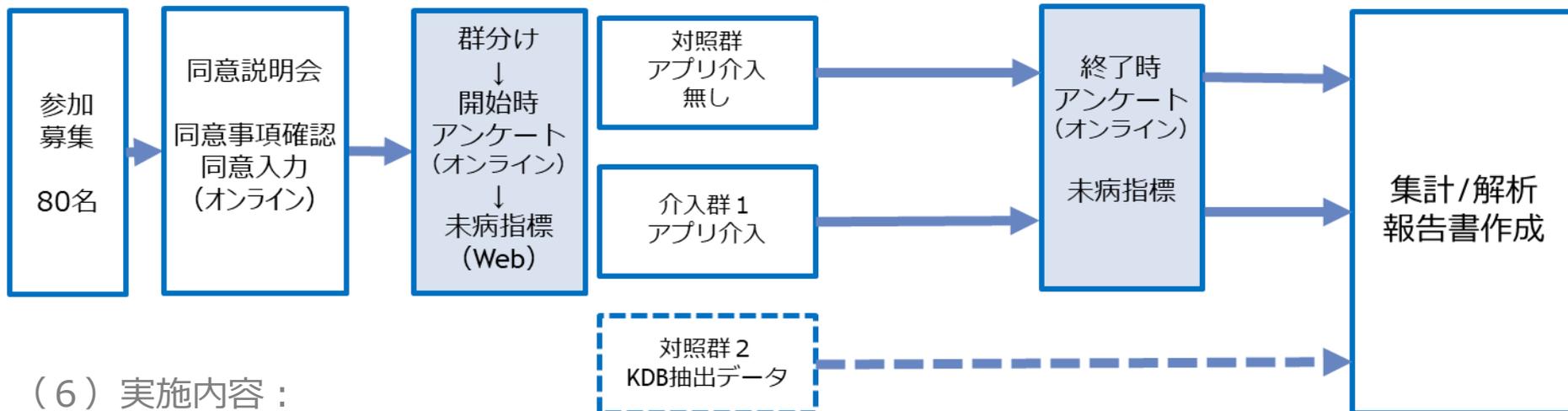
50歳以上、収縮期血圧 $\geq 115$   
拡張期血圧 $\geq 75$ の方

Kanagawa Prefectural Government

**機能概要**

基本のウォーキング機能だけでなく、利用者が**楽しく続けられる機能**を搭載し**健康づくりに無関心な方**に対しても健康活動に取り組むきっかけづくりを提供いたします。

<b>基本機能(ウォーキング)</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>・歩数管理</li><li>・お知らせ配信 (健康診断情報管理 (マイナポータル連携有))</li><li>・年代別歩数目標設定</li></ul>	<b>ウォーキングコース配信</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>・アプリでウォーキングコースを配信 (複数回挑戦可能)</li><li>※以下、自治体様向け</li><li>・ウォーキングコース設定、複製</li></ul>	<b>ランキング</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>・自分と平均歩数が近い人たちで競い合える「リーグ」歩数ランキング</li></ul>	<b>バイタルデータ入力</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>・日々の健康データの記録</li><li>・ウェアラブル端末との連携</li></ul>
<b>ポイント付与</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>・歩くことでポイント取得</li><li>・健康イベント参加、遠いのへの参加、動画視聴、アンケート等でもポイント取得</li><li>・取得したポイントで抽選等に参加し賞品等を獲得 (dポイントへの交換も可能です)</li></ul>	<b>写真投稿</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>・自分が歩いた風景をアプリ内で位置情報も併せて投稿</li><li>・他の投稿者の写真を閲覧</li><li>・写真へのイイネ機能</li></ul>	<b>グラフ・達成カレンダー</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>・歩数や消費カロリーをグラフで表示</li><li>・達成状況を一目で確認できる達成カレンダー</li></ul>	<b>クーポン</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>・地域のお店のクーポン作成</li></ul>



(6) 実施内容：

項目	内容
事前準備・参加募集者	<ul style="list-style-type: none"> <li>○参加者募集し、事業説明、実証参加同意を得る。</li> <li>○参加者に対し、実証前の健康関連の状況を把握するため事前測定を行う。</li> <li>○検診会場で、個人の携帯端末へNTTコミュニケーションズ株式会社『健康マイレージ』のダウンロードを行う。</li> </ul>
参加対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>○スマホアプリを利用して、運動習慣改善を目指してもらえる方：40名</li> <li>○スマホアプリを利用しないで、運動習慣改善を目指してもらえる方：40名</li> </ul>
介入	<ul style="list-style-type: none"> <li>○利用者が楽しく続けられる機能を搭載したアプリを用いて、1日30分程度（3000歩程度）の歩行運動</li> </ul>
評価項目	<ul style="list-style-type: none"> <li>○血圧値の変動</li> <li>○BMI</li> <li>○歩行数の変化</li> <li>○握力の変化 等</li> <li>○運動習慣の変化</li> </ul>
評価	<ul style="list-style-type: none"> <li>○介入前と介入後の血圧等の健康関連状態の変化を評価する。※将来の二次的関連研究「国保データベース」に登録されている多数のマスデータとの比較研究も予定。</li> </ul>