

PHR※を活用した健康増進の仕組み作り

※PHR：パーソナル・ヘルス・レコード

2023.1.26（金）



シックケアから
ヘルスケアへの転換を実現し、
健康寿命を延伸する

:DeNA
HEALTHCARE



本部間で協働しながら、事業を展開

当社アプリと 健康日本21（第3次）との親和性

第2次の課題から、第3次では、ポピュレーション→パーソナルなアプローチを重視すること、市民が自らの健康データを入手・活用するための基盤整備することの2点が推進事項に含まれた

健康日本21(第2次)の成果・課題

成果

- 基本的な法制度の整備・枠組みの構築
- 自治体のみならず、保険者・企業など多様な主体が健康づくりの取組を実施
- データヘルス・ICT利活用、社会環境整備、ナッジ・インセンティブなど新しい要素も

課題

- 一部の指標が悪化
- 全体としては改善しているも、一部の性・年齢階級では悪化している指標がある
- データの見える化・活用が不十分
- PDCAサイクルの推進が不十分

健康日本21（第3次）の骨子 抜粋

【次期計画策定（2023年度）の推進事項】

- 個人の特性をより重視しつつ最適な支援・アプローチの実施
(ポピュレーションアプローチ→パーソナルへ移行)
- 様々な担い手の有機的な連携や社会環境の整備
- ウェアラブル端末やアプリなどテクノロジーも活用したPDCAサイクルの推進

【実現のための基本的な方向】

- 誰もがアクセスできる健康増進基盤の整備
- 保健・医療・福祉等へのアクセスの確保
- 自らの健康情報を入手できるインフラ整備
- 科学的根拠に基づく健康に関する情報を入手・活用基盤の構築や周知啓発

出所：

求められる「健康アプリ」の変化

CONFIDENTIAL

		第2次	第3次
		行動記録型	データ活用型
医療の高度な知見 ↑ (低) ↓ (高)	健康ポイント	○	○
	ウォーキング促進	○	○
	ライフログ (体重等)	○	○
	健康情報記事配信	—	○
	健診/問診等の機微データ	—	○
	健康情報記事配信 (健診値を利用しパーソナライズ化)	—	○
	健診結果表示 (予測シミュレーション)	—	○

新・健康日本21
「基本的な方向性」

- 自らの健康情報を入手できるインフラ整備
- 科学的根拠に基づく健康に関する情報を入手・活用基盤の構築や周知啓発

サービス概要

自治体の健康増進PDCAサイクルを実現するソリューション

CONFIDENTIAL

アプリで自発的な健康活動を促進し

マイナポータルやアプリ等で収集可能なデータを活用した事業評価サイクル事業を実現します

(利用者) 市民向け
健康増進：PHR型アプリ「kencom」

データ連携

(利用者) 自治体職員向け
効果検証：PDCAツール「Mayo One」



PHR

エンタメ



STEP 1
状況を構造的に把握



STEP 4
事業評価と見直し



Mayo One



STEP 2
優先順位づけ



STEP 3
課題解決に資する事業設計



データでみるkencom

■ アプリ利用継続率*

4年以上経過後も **60%** 水準

 kencom

*ある月の累計登録者に占める、その翌月の利用者数比率



■ 週5日以上起動ユーザー割合

50%超

2022年11月の週間アクセス者数のアプリ起動回数

■ 1日あたりの平均起動回数

2.7回

2022年 4月~12月の日次アクセスユーザーの平均起動回数

■ ウォーキングイベント中の歩数増加の実績**

普段歩く習慣のない人の
歩数がイベント期間中

2倍に増加

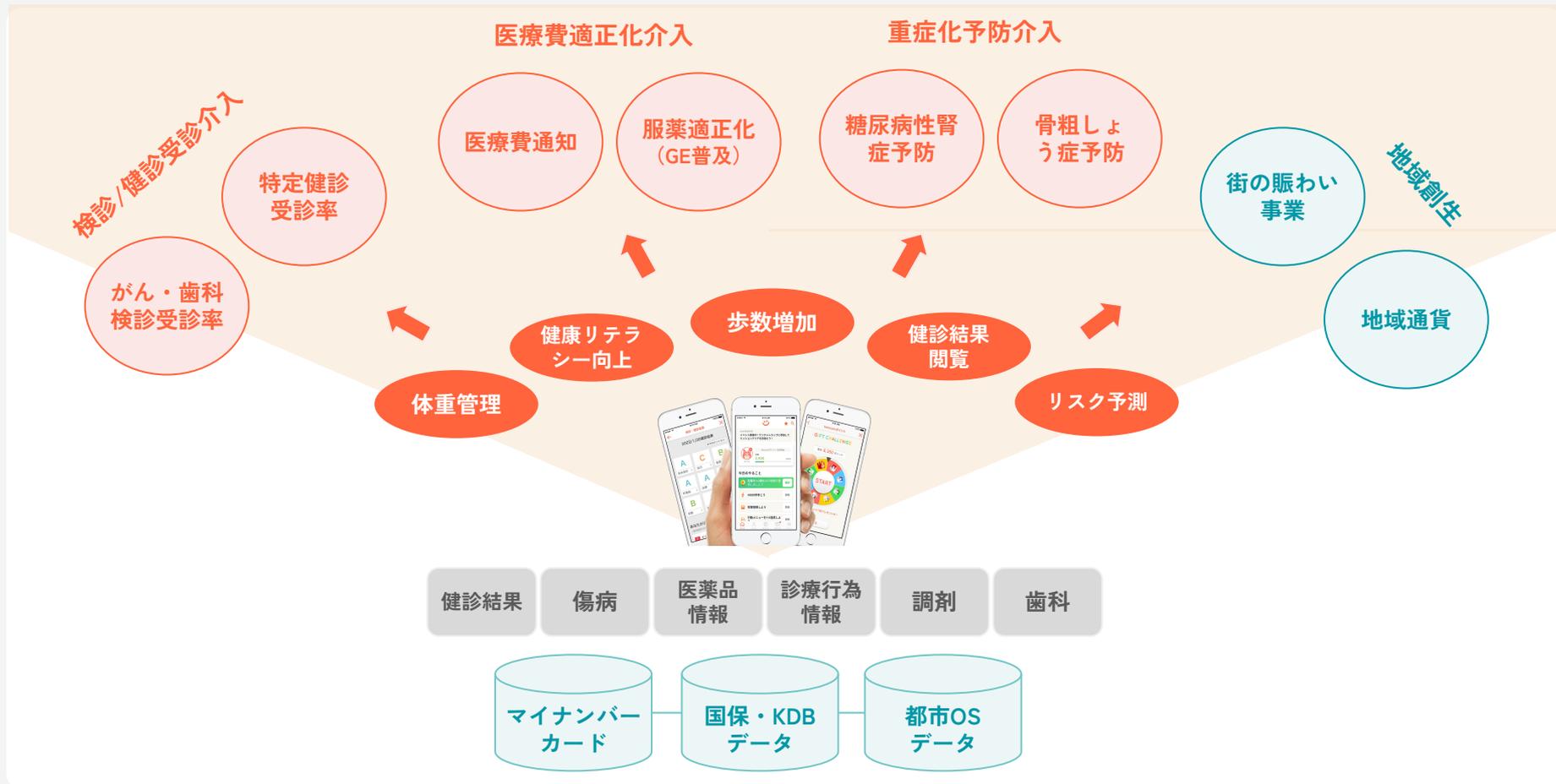
イベント終了後も当初より高い水準を維持

** イベント前30日間の平均歩数が4,000歩未満である母集団における歩数増加実績



健康アプリ「kencom」導入後の事業の広がり

CONFIDENTIAL



kencomにて継続率が従来の3倍に増加、1日あたりの平均歩数が800歩増加



導入背景と課題

- 従来の健康ポイント事業において継続率が課題（20%の継続率）
- 「毎日こまめにときどきしっかり」をテーマにし、毎日の運動習慣を定着させる施策を求めている
- kencomの多様な機能とエンターテインメント性が、市民の方の運動習慣の定着になると考え、2021年に導入
- 国保被保険者のみならず、20歳以上を対象に「古都をトコトコ鎌倉健康歩（ポ）イント」として展開

導入後の成果

- 継続率は従来の3倍の63%超
- 記事の閲覧数も増加し、意識変容へ寄与
- ユーザーの歩数は、一日あたり801歩の増加
→一人あたり約13,161円の医療費抑制効果*
- 20代の利用もあり、若年層の健康意識・行動変化に寄与

利用する



1月間利用ユーザー割合

63.6%

意識が変わる



1ユーザーあたりの
月間閲覧記事数

34記事

行動する



1ユーザーの
1日あたり歩数増加

801歩

*辻一郎『健康長寿社会を実現する「2025年問題」と新しい公衆衛生戦略の展望』に記載のエビデンスを基に国土交通省が算出した数値である医療費抑制額0.045/歩/日から算出

サービスから社会に還元するサイクルを創出

CONFIDENTIAL

サービスを通じて生まれたヘルスビッグデータを公益活用し、創出したエビデンスを社会に還元する。

