



# 豊能町スマートシティ ヘルスケア分野における サービスプログラム



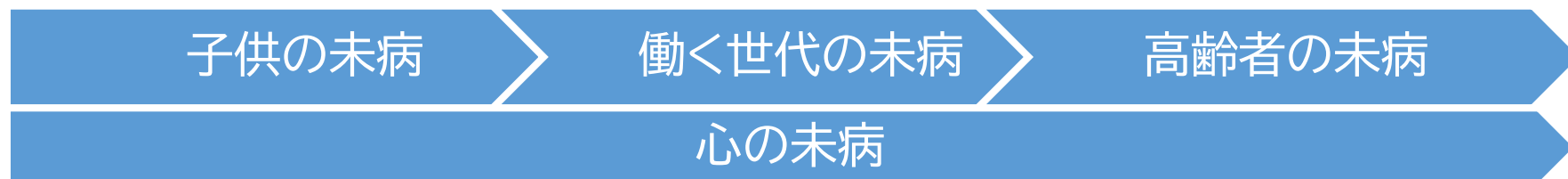
I&H株式会社

# 未病について

「ここまでは健康、ここからは病気」と、明確に区分できるわけではなく、その間で連続的に変化している状態を「未病」と言います。

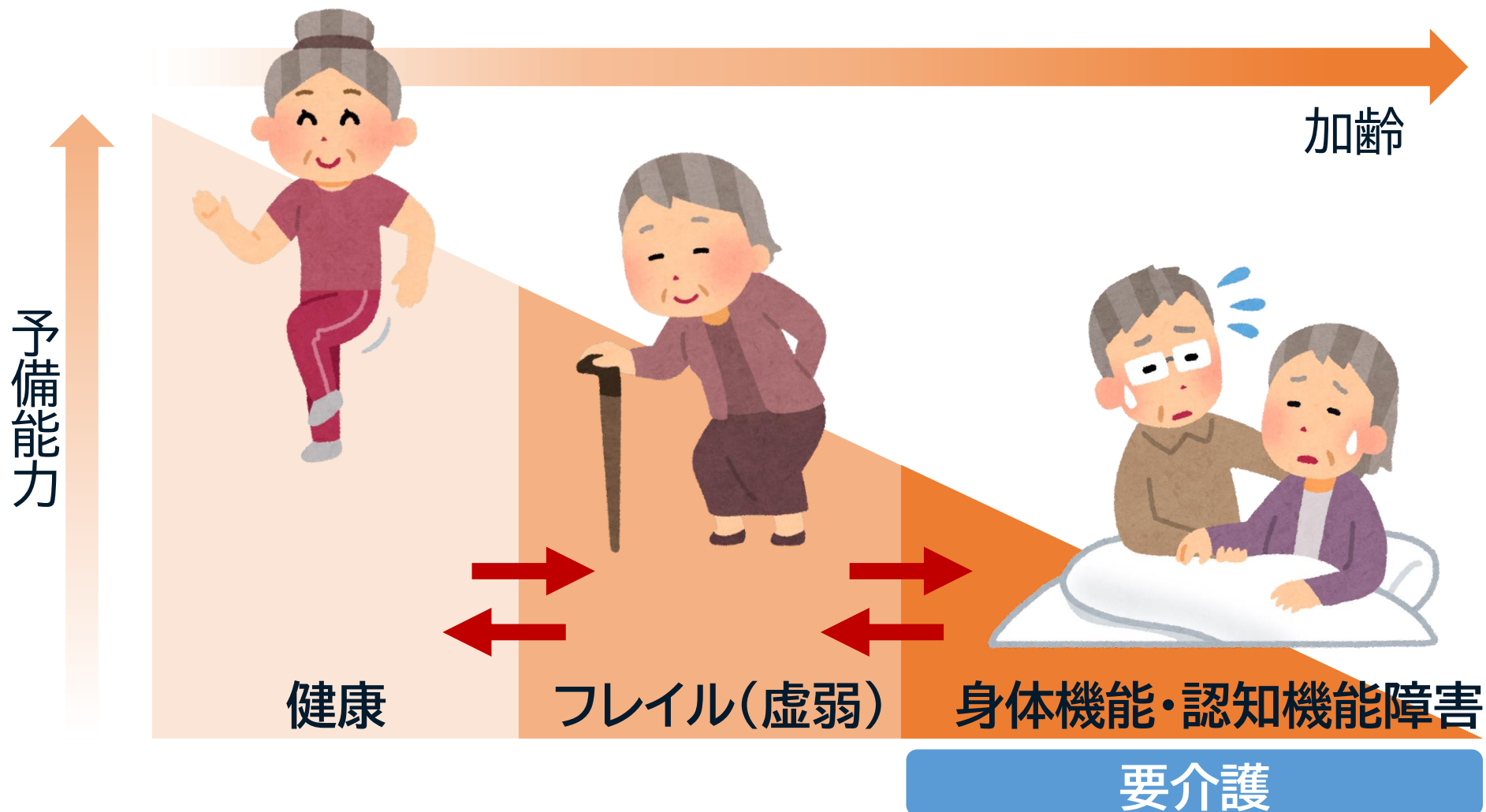


## ◆ ライフステージに応じた未病対策



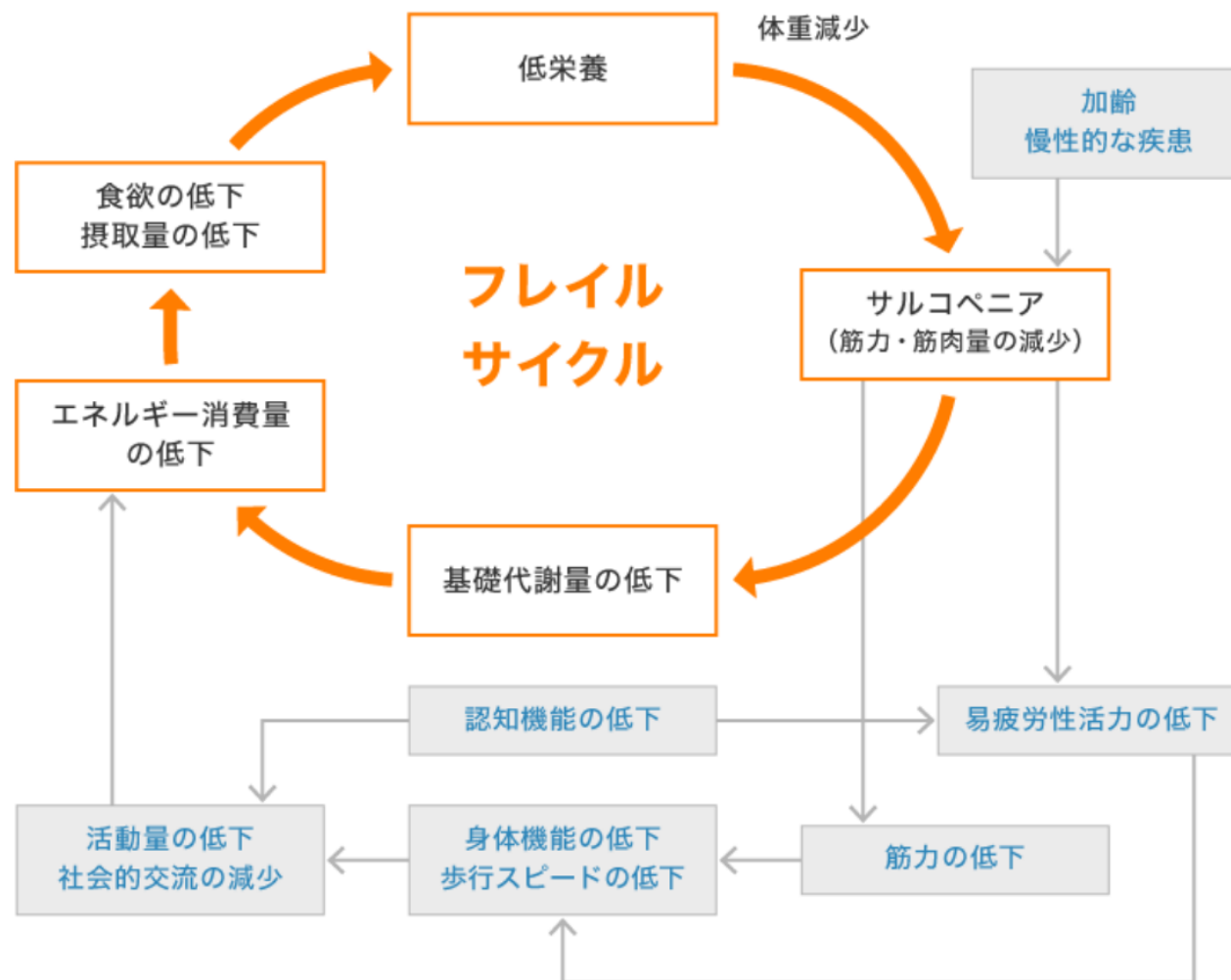
# フレイル(虚弱)について

適切な治療や予防を行うことで要介護状態に進まずにすむ可能性があります。



# フレイルサイクルについて

フレイルの進行を予防するためには、総合的に対応する必要があります。



## 目的

対面をベースとし、リモート等を活用して、  
都会と変わらないヘルスケアの実現。

## 目標

- ① 健康の増進と未病の改善
- ② 安心できる療養



# ① 健康の増進と未病の改善



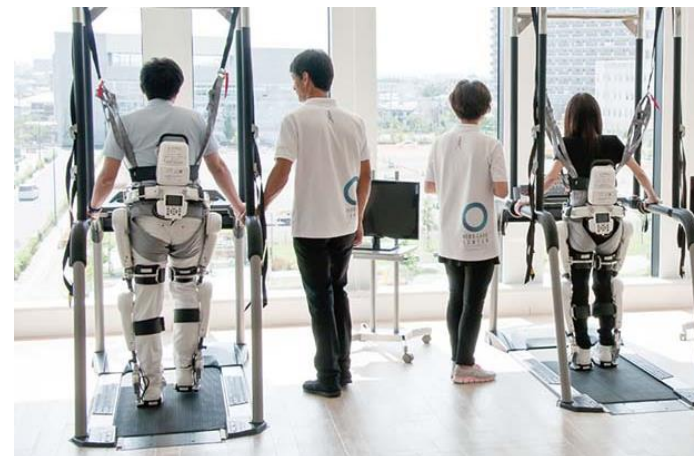
栄養プログラム



運動トレーニングプログラム

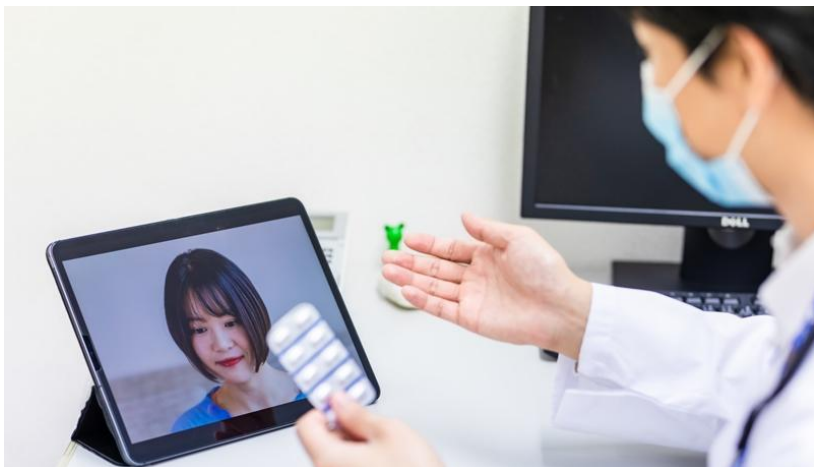


配食

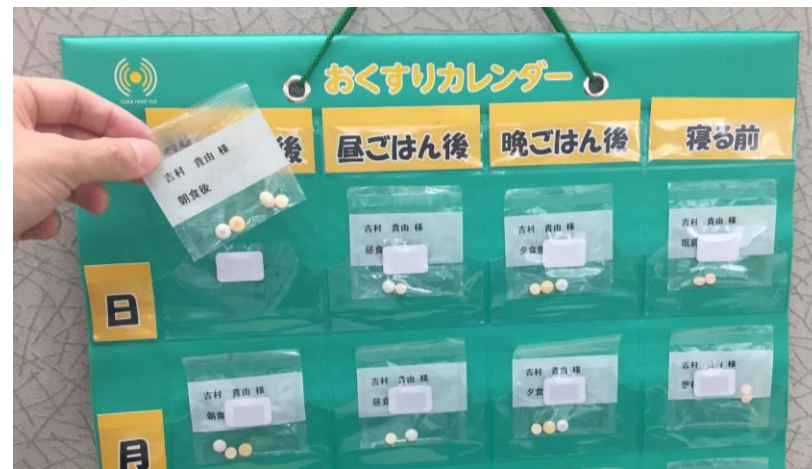


健康増進支援ロボット

## ② 安心できる療養



服薬指導とアフターフォロー



服薬管理



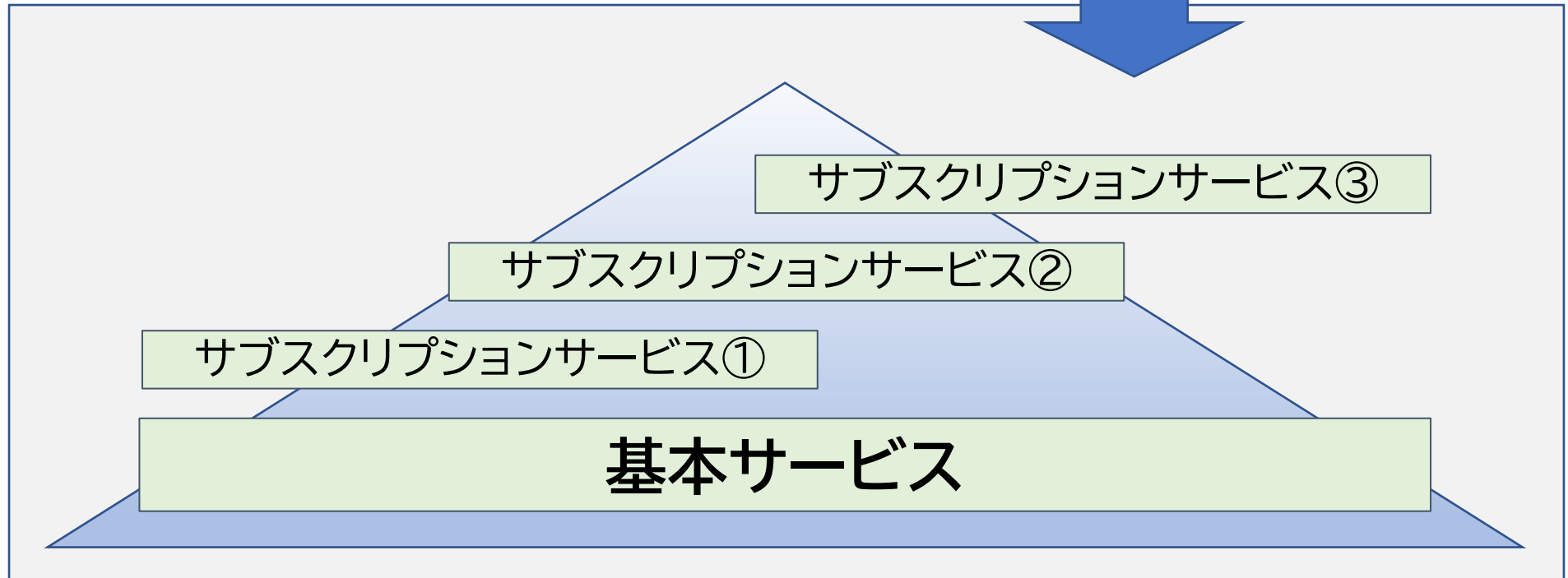
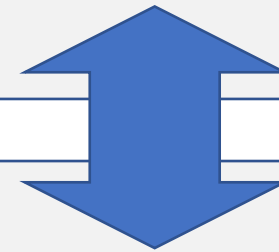
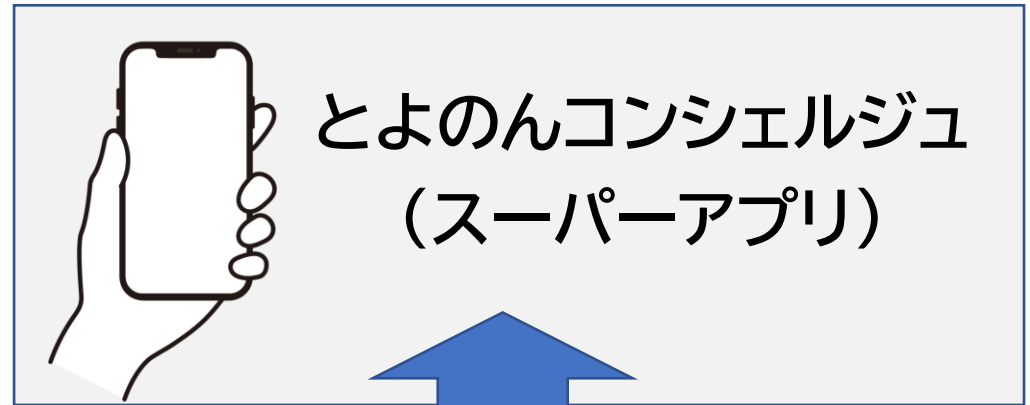
残薬管理



薬剤等の配送

# サービスプログラムの展開概要

## パーソナライズされた ワンストップサービス





# サービス内容 ①

## 身体データの分析

### ◆ ウェアラブルデバイスの活用

運動量、エネルギー情報などの身体情報を解析



### ◆ AIの活用

食事画像から、食事バランス、塩分摂取量、Ca摂取量などを解析



### ◆ アプリへの健康情報の一元化

健康測定会や日常のデータから経時的なアセスメント



パーソナライズ  
による最適な提案

# サービス内容 ②

## コンテンツの制作・配信

アプリ内で市民の需要に応じたコンテンツを配信

### 気軽にトライできる運動動画



### 減塩レシピ動画



### 目的別ストレッチ情報

#### けのび姿勢

立つだけ！  
なのに意外と難しい！

★背中・肩周囲のストレッチ

★まっすぐの感覚を掴む

- 骨盤の引き締め
- 骨盤底筋の引き締め（腰トレ）
- 肩こり・腰痛解消
- 良い姿勢をつくりやすい

5回×2セット



MTX  
ACADEMY

### 食事バランス改善レシピ情報

#### ☆簡単おすすめレシピ☆

#### 新ごぼうのシャキシャキサラダ

ごぼうとトウモロコシのシャキシャキとした食感が楽しめるサラダです。

【材料（2人分）】

材料	分量
ごぼう	1/2 本（70g）
にんじん	1/3 本（50g）
	1/6 バック



目的・年齢・性別・状態に応じたコンテンツを制作し、パーソナライズした配信

# サービス内容 ③

## 健康イベントの開催

### ◆ 集団イベント

フィットネスと食事のコラボイベント、栄養教室、  
口腔体操、健康増進支援ロボット体験など

### ◆ リビングラボの活用

地域と連携してヘルスリテラシーを向上させる情報発信

### ◆ 健康測定会

体成分分析、姿勢測定、血流測定、糖化測定など





# サービス内容 ④

## よりパーソナルなサービス

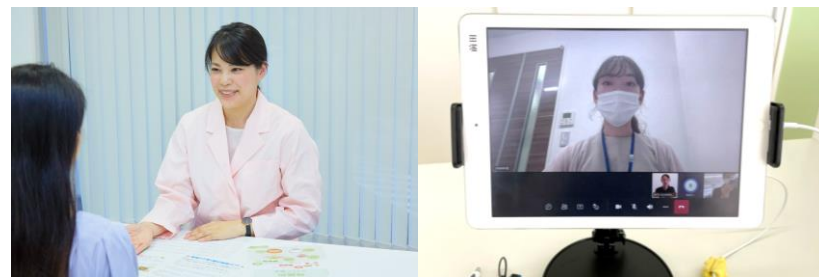
### ◆ パーソナル運動プログラム

身体データとトレーナーの持つ身体的知見  
による、より個別化されたプログラム



### ◆ パーソナル栄養プログラム

生活背景や疾患の状況に応じてより個別化  
された栄養プログラム



### ◆ お薬相談・服薬管理

より高度なデータアセスメントに基づく、  
最適な療養サポート



# サービス内容 ⑤

例：子育て世代に向けたコンテンツ

対面

ヘルスリテラシーを向上し、  
親子で健康に取り組むプログラム

オンライン

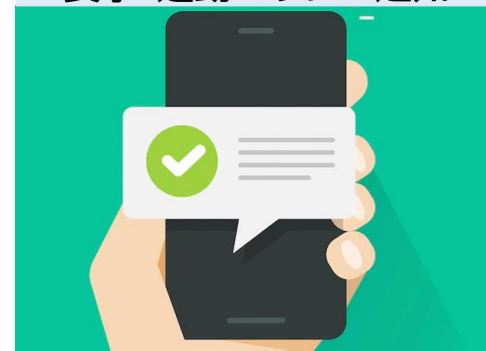
学年別スポーツ教室



妊活・子育てママに対する運動講座



食事・運動バランス通知



カラダ測定会



親子のための食育教室



食物アレルギー対策講座







よりパーソナライズされたワンストップなサービスを  
対面とオンラインの双方の利点を生かして提供することで、  
都会と変わらないヘルスケアを実現します

