

データ・AI活用で特定保健指導の対象者を減らす ～フィットプラスとライフログテクノロジーが第4期アウトカム評価に対応した 「リバウンド防止プログラム」を共同開発し、生活習慣の改善を強力サポート～

メドピア株式会社（東京都中央区、代表取締役社長 CEO：石見 陽）の連結子会社である株式会社フィットプラス（東京都中央区、代表取締役社長：神林 基、以下フィットプラス）は、食事・運動・体重管理アプリ「カロミル」の開発・提供をするライフログテクノロジー株式会社（以下ライフログテクノロジー）が開発・提供する特定保健指導支援システム「カロミル保健指導」を使用した新たな特定保健指導^{※1}プログラムの提供を開始します。

※1 健康保険組合に加入している40～74歳を対象とし、生活習慣病の予防を目的に実施されている特定健康診査（通称メタボ健診）。その健診結果を踏まえ、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して実施される取り組み

■提供の背景

これまで、フィットプラスでは保健指導プログラムを提供、専属の管理栄養士による特定保健指導対象者一人ひとりに寄り添ったパーソナルな食事指導を通算15万件以上行ってきました。それにより、初回面談を実施した方の94.3%（2022年度実績）がプログラムを完了という高い実績と指導ノウハウを保有しています。

2024年度よりスタートした「第4期特定健診・特定保健指導」では、指導の「プロセス評価」に加えて、腹囲・体重の減少といった「アウトカム評価」が本格的に導入されるため、これまで以上に実績を出すことが求められるようになりました。しかし、特定保健指導は3～6か月のプログラムとなっているため、プログラムを終了しアウトカム評価を達成した後で生活習慣の改善が継続できず、繰り返し対象者となる方が一定数いることが、課題の一つとなっています。

そこで、ライフログテクノロジーが提供する「カロミル」を用いた新プログラムの提供を開始しました。「カロミル」は日々の食事を写真で記録するだけでAIが解析、自動で栄養素を計算、継続することで翌年度に実施される健診までの生活習慣の改善を目指します。

新プログラムでは、対象者はフィットプラスの専属管理栄養士による食事指導を受けられることに加え、「カロミル」の食事記録・AIの画像解析技術を活用することで食事の可視化が可能になり、定量的な指導による高い指導効果が見込まれます。また、特定保健指導終了後も「カロミル」での継続記録が可能のため、対象者が改善した生活習慣を持続することが期待でき、翌年度に実施される健診までの生活習慣の改善を継続的に支援することで、特定保健指導の対象者からの卒業につながります。

■新プログラムの特徴

- ・ 毎日の食事記録による食習慣の見える化・データ化
- ・ 専属の管理栄養士によるパーソナル指導により、対象者の行動計画実行のモチベーション維持につなげ、自律的な行動変容を促進
- ・ 日々の食事記録や運動・体重記録、行動計画の確認や継続支援もすべて「カロミル」で完結
- ・ プログラム終了後も「カロミル」を利用できるため、対象者が改善した生活習慣を持続可能



「カロミル保健指導」利用者画面

※新プログラムについての問い合わせはこちら：

<https://fitsplus.co.jp/contact>

■フィットプラスの特定保健指導サービスについて

フィットプラスが提供する特定保健指導サービスでは、専属の管理栄養士によるパーソナル指導で食生活改善を促すことで、検査数値の改善を支援しています。Missionである「楽しく食べる、ととのえる」をコンセプトに、対象者一人ひとりの状況に合わせて、リバウンドしにくい食習慣を身に付けることを支援する点が特徴です。

2021年からは厚生労働省より特定保健指導の代行機関として認定され、全国での面談実施やICT面談だけでなく、複数のドラッグストアや薬局と連携し、管理栄養士を配置している薬局等店舗でも対象者が特定保健指導を受けられるようになるなど、ニーズに応じた幅広い対応が可能となりました。

管理栄養士による一人ひとりに合わせた丁寧な指導を強みに、対象者が継続可能な特定保健指導サービスを提供することで、特定保健指導の実施率の向上および生活習慣病の予防推進に貢献してまいります。

本件に関するお問い合わせ先

メドピア株式会社・広報部 | 電話：03-4405-4905 | メール：pr@medpeer.co.jp

※フィットプラスの特定保健指導サービスについてはこちら：<https://fitsplus.co.jp/health>

【フィットプラスの特定保健指導についての関連記事】

・一人ひとりがウェルネスに暮らせる社会——特定保健指導のDXでアウトカムに貢献

<https://style.medpeer.co.jp/n/n417010b33ed9>

・生活習慣病を防ぐ特定保健指導。食からのアプローチで健康を支える

<https://style.medpeer.co.jp/n/n033a013b9dd8>

【メドピア株式会社 概要】<https://medpeer.co.jp>

社名 / 代表：メドピア株式会社 / 代表取締役社長 CEO 石見 陽（医師・医学博士）

所在地：東京都中央区築地1-13-1 銀座松竹スクエア8階

事業内容：医師専用コミュニティサイト「MedPeer」(medpeer.jp)運営、その他関連事業

【株式会社フィットプラス 概要】<https://fitsplus.co.jp/>

社名 / 代表：株式会社フィットプラス（メドピア株式会社 連結子会社） / 代表取締役社長 神林 基

所在地：東京都中央区築地4-1-1 東劇ビル15階

事業内容：特定保健指導事業、重症化予防事業、その他関連事業

本件に関するお問い合わせ先

メドピア株式会社・広報部 | 電話：03-4405-4905 | メール：pr@medpeer.co.jp