



研究代表者

スポーツ健康科学部

川田裕次郎 准教授

研究参加者

研究実施 担当者

涌井佐和子 中村美幸
竹中晃二 濱田千江子
町田修一 内藤久土
上地広昭 三浦佳代
島崎崇史
沖電気工業イノベーション
事業開発センター研究員

その他協力者 (上記以外)

健康保険組合連合会
国民健康保険
全国健康保険協会

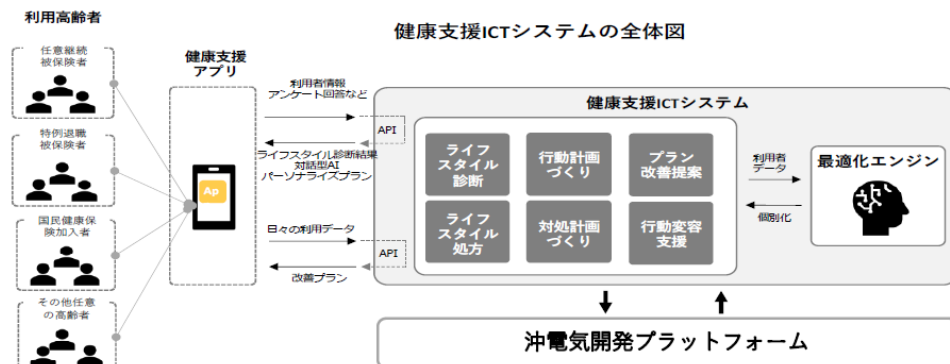
特筆すべき取組事項（キーワード）

- 1. 定年退職前後者を対象とした包括的健康支援システムの開発
- 2. 定年退職前後者に特化した行動変容型介入方法の確立
- 3. 定年退職前後者に適合した健康支援ICTの社会実装化
- 4. 順天堂大学の人的資源（医・スポーツ科学・行動科学）の活用

主な取組内容

＜本研究の意義＞

- ・ 定年退職前後者（概ね60歳以上）は、高齢初期にあたり、彼らに焦点を絞った健康支援介入はその後に続く高齢期における健康習慣づくりに役立つ。
- ・ 企業内健康保険組合は78%が赤字であり、現役世代に限らず、特に定年退職前後者の医療費の支出に苦しみ、予防やプロモーションによる疾病リスクの低減が必要とされている。
- ・ 高齢期にある社員や特例退職被保険者の医療費が運営を圧迫しており、退職を想定して早い段階から働きかける行動変容型支援は健康保険組合における将来の負担を削減することにつながる。
- ・ 高齢化に伴ってICT操作が困難となるが、高齢期初期に当たる定年退職前後者は、比較的ICT利用に親和性が高い。



今期事業計画に対する達成状況（2023年度）

定年退職前後者（リタイリーズ）を対象とした包括的健康支援システムの開発を目指して、本年度は沖電気工業との秘密保持契約の締結と勉強会の開催、リタイリーズを対象としたオンライン調査を実施した。具体的な内容を下記に記した。

1. 沖電気工業との秘密保持契約の締結と勉強会の開催

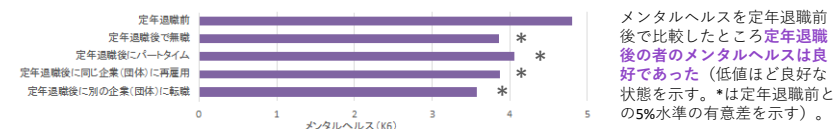
沖電気工業とともに健康支援システムの開発のための定期勉強会を開催した。共同研究の実施に向けてお互いの役割分担や強みとなる点について確認した。

- 第一回会議：2023年10月6日（オンライン開催）
順天堂大学研究参加者の初回研究会
今後の研究計画と分担について
- 第二回会議：2023年11月20日（OKI虎ノ門オフィス）
順天堂大学と沖電気工業との研究打ち合わせ
- 秘密保持契約：2023年12月25日（順天堂大学さくらキャンパス）
沖電気工業との秘密保持契約の締結
- 第三回会議：2023年12月25日（順天堂大学さくらキャンパス）
 - ・話題提供①「スマホに掲載できる行動変容技法」
 - ・話題提供②「沖電気行動変容エンジンの紹介」
 - ・質疑応答を含めたディスカッション

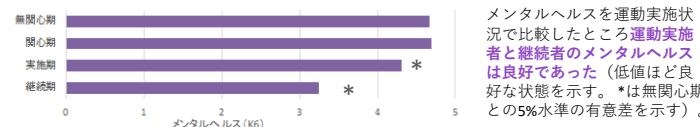
2. リタイリーズを対象としたオンライン調査

日本人のリタイリーズ3000名を対象とした調査を行なった。主要な分析の結果の概要は下記のとおりである

➤定年退職者のメンタルヘルスは良好



➤運動実施者と継続者のメンタルヘルスは良好



前年度の達成状況を踏まえた次年度課題、想定する社会実装

①前年度の達成状況を踏まえた次年度課題

アプリの開発：ライフスタイルについての行動計画（いつ、どこで、何を、どの程度、の変数を明確にした選択式の計画づくり）の策定、および想定される妨害要因に対処する計画（行動計画を妨げる事象とその対処方法の選択式計画づくり）を策定できる介入アプリの開発を行い、加えて高齢期で頻繁に生じやすい諸問題と対処法（身体・精神・行動・社会的問題）についての教育的支援の情報提供を融合させる。

介入および評価：民間会社の健康保険組合および全国健康保険協会支部の5団体を通じて、リタイリーズを募集し3か月にわたる行動変容型ICT健康支援システムによる介入を行い、介入前・後・フォローアップ期の3期における質問調査によって習慣形成についての評価を行う。事後調査として、ボランティア男女数名を募り、フォーカスグループ・インタビューを実施する。最後に、本研究の成果をまとめ、福祉・医療・老年医学の専門家を招き、本研究が提唱する将来の高齢者健康支援のあり方について議論する。これらの結果をまとめ、関連学会およびメディアを通じて、高齢者の健康支援に「プロスペクティブな予防措置」が必要なことを提案する。

②想定する社会実装の時期等

本研究の想定する社会実装は、2025年9月を想定し、連携先と協力して継続的に取り組んでいくこととする。