

2017年10月5日



健康長寿社会に対応したスマートフォン向けアプリ『健康第一』がレベルアップ^① ～最新テクノロジーを活用し、健康年齢の測定や写真で食事のカロリー算出が可能に～

第一生命保険株式会社(社長: 稲垣 精二、以下「当社」)は、本年3月より提供している健康増進をサポートする無料スマートフォンアプリ『健康第一』について、利用コンテンツを大幅にレベルアップしました。

近年、65歳以上人口が過去最多(4人に1人)となり、高齢化社会が急速に進行しています。また、国民医療費も9年連続で過去最高を更新し、「健康寿命の延伸」が国家的課題となっています。こうした健康長寿社会への移行を踏まえ、お客さまの「健康増進」と「QOL¹の向上」に貢献するため、IT技術を活用した健康増進サービスを提供します。

当社では、ナショナルセンターである5つの医療機関と包括連携協定を締結し²、全国47都道府県と結び連携協定等を通じて³、地域の皆さまへの健康・医療に関する最新情報の提供や予防啓発に取り組んでいます。今後も、こうした健康増進サポートの取組みをより一層強化し、積極的に展開していきます。

『健康第一』アプリのレベルアップ機能概要

今回のレベルアップでは、毎日の健康づくりのサポート機能に加え、健康状態の改善状況をチェックするコンテンツを充実させました。

今回新たに追加された主な機能

機能①

“健康年齢”と“健康タイプ”を判定

健康診断書にスマートフォンのカメラをかざすと自身の健康年齢と健康タイプを判定

機能②

未来の顔がわかる機能

「年齢・BMIの変化」に加え、「喫煙習慣」「飲酒習慣」「白髪化」のシミュレーションも可能に

機能③

タニタ食堂・FiNCとコラボ！健康レシピを紹介

タニタ食堂、FiNC動画のレシピを提供
ヘルシーメニューや体調に合わせた食事のきっかけに

機能④

食事のカロリーを瞬時に判定

食事をスマートフォンのカメラで撮影すると、摂取カロリーと栄養素を算出

機能⑨

薬の飲み忘れ防止機能

家族全員の服薬状況などをひと目で把握でき、服薬の時間や通院予定日をアラームで通知

¹ “QOL(Quality of Life)”とは、物理的な豊かさや個々の身辺自立のみでなく、精神面を含めた生活全体の豊かさや自己実現を含めた概念のことです。

² 国立がん研究センター(2012年1月締結)、国立循環器病研究センター(2014年5月締結)、国立長寿医療研究センター(2015年2月締結)、国立成育医療研究センター(2016年10月締結)、国立国際医療研究センター(2017年6月締結)

³ 14の都道府県(北海道、青森県、宮城県、山形県、福島県、埼玉県、東京都、神奈川県、富山県、岐阜県、三重県、大阪府、兵庫県、鳥取県)と包括連携協定を締結済み。その他33の府県とは、がん啓発、高齢者見守り等に関する協定等を締結しています。

■ 『健康第一』各機能のご紹介

<p>名称</p>	<p>健康第一 第一生命公式スマートフォンアプリ 『健康第一』</p>	<p>アプリのダウンロードはこちらから</p> <p>Android  </p> <p>iPhone  </p>
<p>公開日</p>	<p>2017年10月5日(木)から</p>	
<p>コンセプト</p>	<p>健康で長生きすること。 それが自分と家族みんなの幸せにつながっていると、第一生命は考えます。 “もっと安心に。もっと私らしく。”をコンセプトに、 お客さま一人ひとりの健康状態にあわせたコンテンツで健康づくりをサポートします。</p> 	
<p>New [機能①] My 健診 アドバイス</p> <p>提供： 株式会社日本医療データセンター /ネオファースト生命(株) /キャンマーケティング ジャパン(株)</p>	<p>健診結果読取り</p>  <p>測定結果確認</p> 	<p>健康診断結果から、健康年齢⁴・健康タイプ⁵を知ろう</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ 健康診断結果にスマホのカメラをかざすだけで、自動的にデータを読み取り、健康年齢と健康タイプを表示します。 ▶ また、健康状態に応じて、わかりやすい改善の指標とアドバイスを提供する他、自分の健康状態に合った改善コースをおすすめします。 ※健康診断結果をお持ちでない場合は、ご自身で改善コースを設定できます。
<p>Level Up [機能②] FaceAI (フェイスエーアイ)</p> <p>提供： ModiFace Inc. /TecPower Inc. 飲酒・喫煙シミュレーション監修： 京都大学 健康科学 センター 教授 石見 拓</p>	<p>顔画像撮影</p>  <p>シミュレーション</p> 	<p>年齢の経過とBMIの増減による顔の変化をシミュレーション</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ スマホで撮影した自分の顔写真を取り込むことで、生活習慣や加齢による未来の自分の顔の変化を20歳～90歳までシミュレーションできます。 ▶ 従来の「若返り・老化」・「メタボ」に加え、「喫煙」・「飲酒」・「白髪」まで反映したシミュレーションが可能になりました。

⁴ “健康年齢”とは、株式会社日本医療データセンターが開発した、健康状態を分かりやすく理解するための指標であり、健康診断の結果を使い、ご自身の身体が何歳相当なのかを統計的に判定します。

⁵ 検査項目をもとに測定した肥満(BMI)、血圧、脂質、血糖、肝機能の5つの指標から、9つのタイプ(①生活習慣病予備軍、②血圧に注意、③血液ドロドロ、④糖質に注意、⑤メタボ、⑥隠れメタボ、⑦血管老化、⑧肝臓弱気味、⑨健康体)を設定しています。

食べる

New

[機能③-1]

My レシピ
(タニタ食堂
レシピ)

提供：
㈱タニタ

レシピ一覧

タニタ食堂レシピ

おいしく健康的な食生活をサポート

- ▶ タニタ食堂のレシピは、1 定食あたりのカロリーが 500kcal 前後で、塩分も 3g 以下と控えめ。ヘルシーで栄養バランスに優れたレシピを日替わりで配信します。
- ▶ メニューは毎月更新され、前月・当月・翌月の 3 か月間閲覧ができます。
- ▶ 人気のメニューをランキングで表示する他、ジャンルや食材別での検索も可能です。

食べる

New

[機能③-2]

My レシピ
(FiNC 動画
レシピ)

提供：
㈱FiNC

レシピ一覧

FiNC動画レシピ

60 秒の動画レシピで健康的な食事を手軽に取り入れる

- ▶ 改善コースに合わせて、栄養士・管理栄養士が監修。動画でわかりやすく紹介します。
- ▶ 改善コース別に、1 献立 700kcal 以下のレシピを提供します。動画は 1 メニュー60 秒のため、手軽に作り方を確認でき、毎日の食事に簡単に取り入れられます。
- ▶ 「カンタン&時短」「ヘルシー」をテーマにした、第一生命オリジナルレシピも用意しています。

食べる

New

[機能④]

My カロリー
チェック

提供：ソニーモバイル
コミュニケーションズ(株)
食事アドバイス協力：
㈱ウィット

食事画像撮影

測定結果確認

カロリーの目安が手軽にわかり、食生活を意識するきっかけに

- ▶ スマホのカメラで食事を撮影するだけで、手軽に摂取カロリーと栄養素の目安を算出します。
- ▶ さらに健康指標に応じて食事内容や栄養バランスに対するアドバイスを提供します。
- ※重症化予防コースでは、摂取カロリーに加えて、あらかじめ気になる栄養素を選択しておく、その摂取量も合わせて表示され、体調管理に役立ちます。

学ぶ

New

[機能⑤]

My コラム

記事提供：
㈱NHK出版
/㈱からだにいいこと

コラム一覧

ヘルスケアコラム

有名ヘルスケア雑誌社提供のコラムを毎月無料で配信

- ▶ 「きょうの健康」「からだにいいこと」等、有名ヘルスケア雑誌を手がける出版社・編集部が提供する話題性の高いコラムを毎月無料で配信します。
- ▶ 医療や美容など、各分野の専門家が監修した記事で健康への意識が高まります。

<p>カラダのリズム</p> <p>New</p> <p>[機能⑥]</p> <p>Myリズム</p> <p>提供： ドコモ・ヘルスケア(株)</p>	<p>タスク内容確認</p> 	<p>実施結果登録</p> 	<p>食事・活動・睡眠の正しいサイクルをサポート</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ 生活時間や体調に応じて、食事・活動・睡眠などのジャンルから生活改善メニューを提供。 ▶ 7日1サイクルを継続することで、代謝が正常化し、健康増進効果が高まります。 <p>監修者紹介</p> <p>小島 美和子(おしまみわこ)</p> <p>有限会社クオリティライフサービス代表取締役 管理栄養士、健康運動指導士、産業栄養指導者、 ヘルスケアトレーナー、食コンディショニングプロデューサー</p> <p>女子栄養大学卒業後、食品会社や大学病院などの勤務を経て、有限会社クオリティライフサービスを設立。管理栄養士の専門性を生かし、「健康・食生活」領域での企画・開発・食教育事業を展開。テレビや雑誌などでも活躍中。</p>
<p>歩く</p> <p>Level Up</p> <p>[機能⑦]</p> <p>歩数計測</p> <p>マルチウェアラブル統合機能開発： パナソニック システムソリューションズ ジャパン(株)</p>	<p>歩数記録</p> 	<p>ディズニーデザイン</p> 	<p>健康のために「歩くを楽しむ、続ける」</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ スマホやウェアラブル端末で、意識することなく歩数がカウントされます。 ▶ 歩数目標の達成でもらえるスタンプで、毎週1回のプレゼントキャンペーンに参加できます。 ▶ さらに、ワンタッチでディズニーデザインの画面に切り替え。家族や知人に健康第一アプリを紹介するとミッキーと仲間たちが増えていきます。 ※ディズニーとのライセンス契約に基づき、第一生命保険(株)が配布するものです。
<p>Level Up</p> <p>[機能⑧]</p> <p>抽選・クーポン</p> <p>提供： (株)電通/(株)ギフティ</p>	<p>抽選参加</p> 	<p>クーポン当選</p> 	<p>毎月抽選でプレゼント</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ 1 か月間で獲得したクローバーの総数で抽選を実施。集めた数が多いほど当選確率が上がります。 ▶ 当選した場合、複数コンビニで利用できるクーポン等のプレゼントがもらえます。プレゼント内容は毎月変わります。
<p>New</p> <p>[機能⑨]</p> <p>お薬手帳プラス</p> <p>提供： 日本調剤(株)</p>	<p>お薬手帳</p> 	<p>服薬カレンダー</p> 	<p>通院・処方情報の適切な管理で、お薬ライフをサポート</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ 家族全員の服薬状況などをひと目で把握でき、服薬の時間や通院予定日をアラームで通知、「うっかり忘れ」を防止します。 ▶ 登録した時間が過ぎても服薬していない場合、確認を促すメッセージを表示。薬の飲み忘れがなくなります。

<p>New</p> <p>[機能⑩]</p> <p>メディカル サポートサービス</p> <p>提供： (株)保健同人社</p>	<p>無料電話相談</p> 	<p>24時間 365日サポート！専門相談員による 無料相談窓口</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ 大変ご好評いただいている本サービスをアプリで提供します。 ▶ 日常の健康相談から専門医療・セカンドオピニオンまで幅広く電話でお応えします。 			
<p>利用可能機種 (推奨環境)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ iOS9.3 以上を搭載 iPhone5S 以降の iPhone 端末 ▪ Android4.4 以降の端末 				
<p>対応ウェアラブル 端末</p>	 <p>※2018年3月までに、Garmin、ムーヴバンド(ドコモ・ヘルスケア)、オムロンとも連動予定。</p>				

以上

1. 『健康第一』のメニュー詳細

(1) 契約者向け【プレミアムメニュー】

当社契約者をご家族向けのサービスとして、【プレミアムメニュー】の提供を開始します。【プレミアムメニュー】は、利用者の健康状態に合った各種タスクに取り組むことで自然と健康意識が高まり行動変容へと導く伴走型のサービスです。

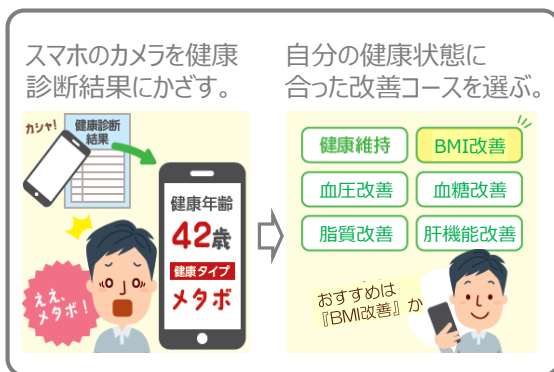
A. 改善コースの選択

アプリ利用開始時に 6 種類の改善コースから、ご希望のコースを選び、選択されたコースに応じて、「食べる」「学ぶ」「カラダのリズム」「歩く」について、毎日簡単に取り組めるタスクが設定されます。

改善コースは、【スタンダードメニュー】の「健康年齢チェック」の「健康年齢」、「健康タイプ」に加えて、チェック結果にもとづく「おすすめ改善コース」が示されますので、一人ひとりの健康状態にあわせたタスク設定ができます。

<アプリ利用による健康増進の流れ>

①現在の健康状態をチェック



②改善コースに合わせて変化する4つのタスク



③生活習慣の改善



B. 4つのタスクに毎日チャレンジ

タスクを 1 つ達成するごとにクローバーの葉を 1 枚獲得でき、4 タスク達成で四つ葉が完成します。幸せの四つ葉のクローバーを毎日集め、楽しみながら健康増進に取り組めます。

<プレミアムメニューの4つのタスク>

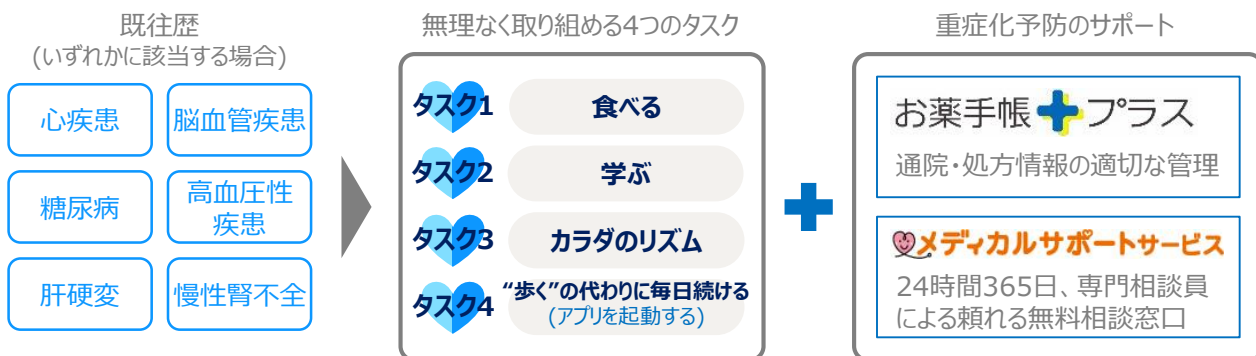


C. 毎月の抽選に参加

集めたクローバーで、毎月のお楽しみ抽選会に参加できます。クローバーの数が多いほど当選確率が上がります。

D. 生活習慣病の重症化予防

特定の既往歴をお持ちの方には、目標歩数の達成を目指す「歩く」タスクに変えて、薬の飲み忘れ防止や健康電話相談サービスを用意することで、重症化予防等にも対応し、すべてのお客さまの QOL 向上をサポートします。



(2) 全利用者向け【スタンダードメニュー】

『健康第一』アプリをダウンロードして利用登録するだけで、どなたにもお使いいただける【スタンダードメニュー】について、次の機能を追加しました。

(ア) 健康年齢チェック(お試し版「My 健診アドバイス」)

スマホのカメラで健康診断結果を読み取るだけで、健康年齢と健康タイプを判定できます。現在の健康状態を知ること、将来のリスクに備えて取り組むべき課題が明らかになります。

(イ) FaceAI / 白髪・お酒・たばこシミュレーションの追加

若返り・老化・ダイエットシミュレーションに加えて、白髪化や喫煙・飲酒を続けた場合のシミュレーションが可能となります。未来の自分の姿をよりリアルに実感できるようになり、自らの生活習慣に対する気付きが得られます。

(ウ) ディズニーデザイン着せ替え

歩数計測画面をディズニーデザインに切り替えることができる他、家族や知人に『健康第一』アプリを紹介すると、表示されるミッキー・マウスと仲間たちが増えていきます。

(ア)健康年齢チェック



(イ) FaceAI



(ウ) ディズニーデザイン着せ替え



なお、上記以外にも、従来からの歩数計測／クーポン抽選機能は引き続き利用できますので、お持ちのスマートフォン・ウェアラブル端末から日々の歩数を取得し、一日の目標歩数を達成することで、コンビニの無料クーポンが当たる毎週の抽選に参加できます。

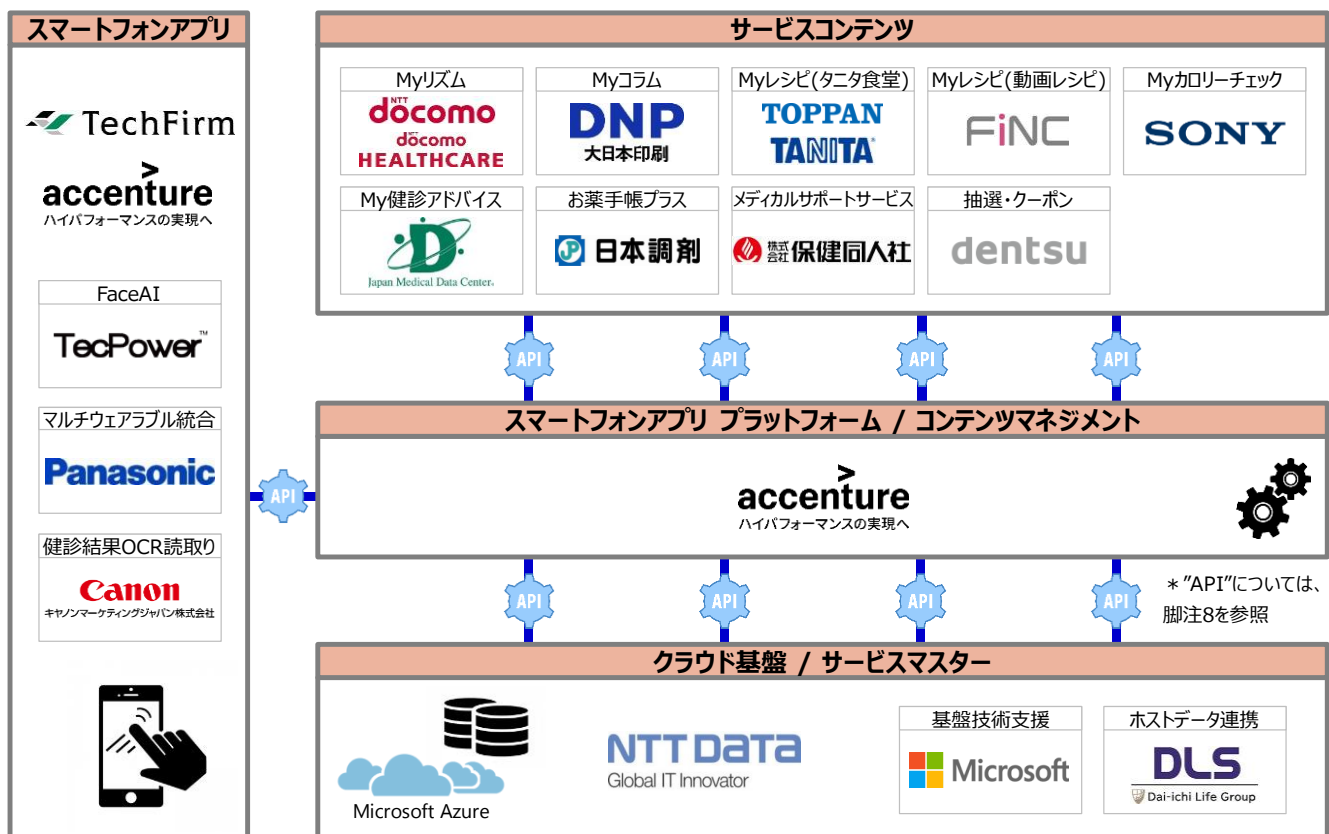


2. 『健康第一』の開発概要

InsTech⁶では、お客さまに最良のサービスを提供できるようエコシステム⁷を形成し、ベンチャー企業、ベンチャーキャピタル、先進技術企業などが持つ先端技術情報を幅広くタイムリーに収集・分析し、取り入れています。

3月の初版リリースに続き、今回のレベルアップにおいても、「お客さまの健康増進」をテーマに集結した、さまざまな業種・業態の企業 24 社とのパートナーリングにより、サービス開発を行いました。

■ 2017年10月5日公開版アプリのパートナーリング体制



⁶ "InsTech"とは、保険ビジネス(Insurance)とテクノロジー(Technology)の両面から生命保険事業独自のイノベーションを創出する活動であり、最優先の戦略課題として第一生命グループ全体で推進しています。外部の開発力・アイデアを積極的に取り入れ、他業態との連携(エコシステム)を実現しながら、生命保険業界全体のイノベーションをリードしていくことを目指します。

⁷ "エコシステム(ecosystem)"とは、複数の企業が商品開発や事業活動などでパートナーシップを組み、互いの技術や資本を生かしながら、業界の枠や国境を超えて広く共存共栄していく仕組みのことです。

⁸ "API(Application Programming Interface)"とは、ソフトウェアコンポーネントが互いにやりとりするのに使用する連携方式のことです。

■ パートナー企業一覧

担当機能・サービス	パートナー企業		関連情報(外部リンク)
ビジネス事務局・開発 PMO、 スマートフォンアプリプラットフォーム/ コンテンツマネジメント	1	アクセントゥア株式会社	https://www.accenture.com/jp-ja/company-news-releases-20171005
クラウド基盤/サービスマスター	2	株式会社エヌ・ティ・ティ・データ	http://www.nttdata.com/jp/ja/news/release/2017/100500.html
スマートフォンアプリ	3	テックファーム株式会社	http://contents.xj-storage.jp/xcontents/36250/7fa259ea/9342/49c0/9560/34b27da4887f/20170927124513703s.pdf
FaceAI	4	テック・パワー株式会社	http://www.tec-power.co.jp/news.html
	5	ModiFace Inc.	http://modiface.com/
マルチウェアブル統合	6	パナソニック システムソリューションズ ジャパン株式会社	http://news.panasonic.com/jp/topics/156304.html
クラウド基盤(Microsoft Azure)	7	日本マイクロソフト株式会社	https://news.microsoft.com/ja-jp/2017/10/06/171006_dl_instech/
ホストデータ連携	8	第一生命情報システム株式会社	http://www.dls.co.jp/dls/topics/index.html
My リズム	9	株式会社 NTT ドコモ	https://www.nttdocomo.co.jp/binary/pdf/info/news_release/topics/topics_171005_00.pdf
	10	ドコモ・ヘルスケア株式会社	http://www.d-healthcare.co.jp/newsrelease/20171005/
My コラム	11	大日本印刷株式会社	http://www.dnp.co.jp/topic/10139576_2517.html
	12	株式会社からだにいいこと	-
	13	株式会社 NHK 出版	-
My レシピ(タニタ食堂レシピ)	14	凸版印刷株式会社	http://www.toppan.co.jp/news/index.html
	15	株式会社タニタ	-
My レシピ(FiNC 動画レシピ)	16	株式会社 FiNC	https://company.finc.com/news/9127
My カロリーチェック	17	ソニーモバイルコミュニケーションズ株式会社	https://www.sonymobile.biz/case/20171005_dli.html
	18	株式会社ウイット(※食事アドバイス協力)	http://www.asken.jp/info/4150
My 健診アドバイス	19	株式会社日本医療データセンター	https://www.jmdc.co.jp/mypage/news/uploadfile/docs/news_20171005.pdf
	20	ネオファースト生命保険株式会社	-
	21	キヤノンマーケティングジャパン株式会社	http://cweb.canon.jp/newsrelease/2017-10/pr-kenko-ocr.html
お薬手帳プラス	22	日本調剤株式会社	https://www.nicho.co.jp/corporate/info/17677
メディカルサポートサービス	23	株式会社保健同人社	-
クーポン発行・交換	24	株式会社電通	-