

北海道商工会議所連合会 ヘルシー・アップ・プログラム事業のご報告

北海道商工会議所連合会は、平成 29 年 1 月 10 日～2 月 10 日の間、ウェアラブル機器による活動量や睡眠時間、心拍数などの健康データ計測の実験事業を実施しました。

この参加者の皆様に対するアンケートでは、計測開始前に「ほとんど・全く運動していない：41%」であったのに対して、計測終了時点では「ほとんど・全く運動していない：36%」と健康に関する意識が高まる事を確認することが出来ました。

企業における社員の健康増進は「生産性の向上」につながり、同時に「社員を大事にする企業」としてイメージアップにつながるものとされています。

北海道商工会議所連合会は今回の事業成果を踏まえ、道内 42 商工会議所のネットワークで「ヘルシー・アップ」の取り組みを促進してゆきます。

皆さんも「健康経営」に取り組みましょう！ Let's Try！

2017.03.10 北海道商工会議所連合会
業務推進部 TEL 011-241-6308

北海道商工会議所連合会

ヘルシー・アップ・プログラム事業結果 概要報告

(事業の結果概要)

<事業名称> ヘルシー・アップ・プログラム事業

＊ 経済産業省「平成 28 年度 IoT 推進のための新産業モデル創出基盤整備事業（中小企業等における健康情報等を活用した行動変容促進に関する調査）」の一環として実施した。

<調査期間> 2017 年 1 月 10 日～2 月 10 日

<実施体制> ヘルシー・アップ・プログラム実行委員会（事務局：道商連・札幌商議所）
＊構成：凸版印刷株式会社北海道事業部、東日本電信電話株式会社、医療法人北武会、株式会社クリニカル・サポート・コーポレーション等

<取組概要> 道内商工会議所会員企業の従業員等 51 名が参加し、ウェアラブル機器「EPSON パルセンス」を装着して頂いた。この機器により活動量・総消費カロリー・睡眠時間・心拍数を自動的に計測。計測値は PC やスマートフォンを経由し、サーバーに蓄積した。計測が途中で 3 日以上途切れている参加者等にはアラームメールやコールセンターから再開を促す連絡体制を設けながら、途中離脱が生じないようフォローした。さらには、参加者にはストレスチェックテストの実施や健診結果表の提出をお願いし、機器による計測データと合わせて健康情報を収集した。

そのほか実証調査開始前と終了後に、健康に対する意識や行動等に関するアンケート調査を実施し、機器装着による参加者の健康に対する意識・行動の変化を検証した。

参加者の性別・年齢や業種等は次の通り。

参加者数 : 男性 45 名、女性 6 名の合計 51 名

年代構成 : 20 才代 7 名、30 才代 9 名、40 才代 21 名、
50 才代 12 名、60 才代 2 名の合計 51 名

参加者業種：建設業、サービス業、運送業、IT 業、製造業、旅館・ホテル業、医療・福祉業等

コールセンター架電：23 名、60 件

＜蓄積データ＞ 活動量・総消費カロリー・睡眠時間・心拍数はパルセンスから計測値を自動で蓄積。その他、健診結果の提出、ストレスチェックの受験を依頼。
パルセンスの計測が 10 日未満 2 名、10 日以上 5 名、20 日以上 44 名
パルセンスによるデータ蓄積実績 51 名
ストレスチェック実施実績 47 名
健診結果受領実績 40 名
事前アンケート回収実績 51 名
事後アンケート回収実績 49 名

＜結果概要＞ ※参加者にはストレスチェックの受験をお願いし、受験者は 47 名。ストレス有りとの判定が 6 名。
※健診結果表を提出頂いた参加者は 40 名。そのうち、要再検査などの判定は 5 名。
※日々の計測に際し、苦情など大きな事業の障害は無く、スムーズに日々の活動データを蓄積することが出来た（＊計測データは匿名化し蓄積）
※以下、アンケート調査結果として
・計測開始前、「週 1 回程度運動している：43%」「ほとんど・全く運動していない：41%」で、ほとんど・全く運動していない理由は「面倒だから：26%」。
・計測終了時、「週 1 回程度運動している：39%」「ほとんど・全く運動していない：45%」で、ほとんど・全く運動していない理由は「面倒だから：14%」。
・健康になるために新しく行動は「起こさなかった：47%」「起こしたかったが起こせなかった：33%」「起こした：16%」
・ウェアラブル機器は「1 日に多数回確認した：41%」「1 日に 1 回確認した：27%」「1 週間に 2～4 回確認した：24%」
・健診結果提出に当たっての抵抗感は「抵抗感無し：71%」「抵抗感有り：20%」
・健診結果の提出理由は「社会課題の解決に役立つと思った：40%」「上司の命令だから：22%」
・健診を「受けている：98%」「受ける環境はあるが多忙で受けられなかった：2%」
・年に複数回の健診を「受けたい：65%」「その時の体調による：24%」「受けたくない：4%」
・複数回の検査を受けたい理由は「自分の健康が気になるから：89%」
※ウェアラブル機器の装着で「健康意識」は高まり、「食事に気をつけるようになった」などの手軽な取り組みは実施したものの、1 ヶ月間の計測ということもあり「運動するようになった」などの行動の変化には至っていない
※「睡眠の質」が見える化され「機器を装着して良かった」との感想が多かった

※蓄積したデータは医師や管理栄養士等により総括した
その結果として

- ・心拍数は異常値と考えられるデータ記録があったため、「傾向を捉える」程度の活用とするべき
- ・医療・福祉業やホテル業など、の夜勤がある業種は睡眠が不規則になりがちで健康に影響が生じやすいと考えられるため、企業も丁寧なフォローが必要
- ・50 名では母数が少ない。データ蓄積を拡大することで有用化され、健康経営に役立つと考えられる

＜参加募集文＞ 別添参照

＜報道記事＞ 別添参照

お問合せ 北海道商工会議所連合会 業務推進部 TEL 011-241-6308

＊参加者の「活動・健康データ」等は問い合わせ頂きましても公開しません

『ヘルシー・アップ・プログラム』の参加者募集!

～企業による『健康経営』をサポート～

(一社)北海道商工会議所連合会

これからの企業経営においては、社員が健康で働くことで魅力ある職場を作ってゆく『健康経営』が、生産性の向上や企業イメージの向上のために必須となります。そこで(一社)北海道商工会議所連合会〔道商連〕では、会員企業における『健康経営』の推進に取り組むこととしました。

今回は、経済産業省が実施する「平成28年度IoT推進のための新産業モデル創出基盤整備事業に係る中小企業等における健康情報の管理等に必要な調査」の一環として『ヘルシー・アップ・プログラム※』と題し、腕時計型のウェアラブル端末を装着して活動量や脈拍などの健康情報を蓄積することで、業界別傾向の分析や未病化のために必要な対策等の検証を行うこととなりました。

つきましては、下記「参加条件」にて協力者を募集しますので、裏面に必要事項を記入の上、道商連までFAXでお申し込み願います。

※『ヘルシー・アップ・プログラム』とは

健康に関するさまざまなデータを「IoT」を使って効果的に収集・活用することで、企業に「健康経営」のメリットを浸透し、業務効率化や労働生産性の向上を図るとともに、健康食品など健康サービス関連産業の創出を促進する事業です。当事業は道商連が中心となっており、医療機関やデータ管理システム会社、健康サービス企業などがコンソーシアムを形成しております。

1. 参加条件 (①～⑤全てに「同意」が必要です)

- ① 無償にて貸与する腕時計型のウェアラブル端末 (EPSON PS-500B) を常時装着し、それによる計測データを道商連に転送することに同意頂ける方。
- ② 過去に取得された、企業による健康診査あるいは特定健康診査等の医療健診データ (※) を、道商連に提供することに同意頂ける方。
- ③ 上記①および②のデータを、道商連にて匿名化・DB化して保管し、『ヘルシー・アップ・プログラム』にて利用することに同意頂ける方。
- ④ 道商連にて匿名化したデータを、経済産業省や株式会社日本総合研究所 (事業受託者) に提出することに同意頂ける方。
- ⑤ 医師などによる保健指導、ヘルシー弁当の紹介やスポーツジムへの参加など、道商連から発信する健康サービス情報を受信することに同意頂ける方。

※ご提供頂く検診データは、血圧値とコレステロール値は必須ですが、その他のデータは任意とします。

2. ウェアラブル端末による計測期間 (予定)

平成29年1月10日 (火) ～ 2月10日 (金)

3. 申し込み方法

裏面の「個人情報」ならびに「参加条件」を記入の上、平成29年1月5日 (木) までに道商連へFAXでお申し込み願います。同一企業に複数の参加者がある場合には、用紙をコピーしてそれぞれお申し込み下さい。参加定員は50名程度とし、定員に達した場合には選考とさせていただきます。

EPSON PS-500B



<『ヘルシー・アップ・プログラム』事務局>

(一社)北海道商工会議所連合会 業務推進部 富永・吉川

TEL: 011-241-6308 FAX: 011-231-0726

『ヘルシー・アップ・プログラム』事業について

○ 事業内容

(1) 過去の健診データの提供

企業による健康診査あるいは特定健康診査等により過去に取得された、医療健診データを紙（コピー可）にてご提供願います。ご提供頂くデータは、血圧値とコレステロール値は必須ですが、その他のデータは任意となります。

(2) アンケートへの回答

同封しましたアンケートにお答え頂き、道商連に送付願います。なお、アンケートは事業開始時と事業終了時の2回実施願います。

(3) ウェアラブル端末の設定およびデータの転送

『ヘルシー・アップ・プログラム』実行委員会より無償にて貸与します、腕時計型のウェアラブル端末（EPSON PS-500B）の設定を行います。ご登録頂きましたメールアドレスを設定し、下記のいずれかのインターネット接続環境にて「EPSON PULSESENSE View」をインストールします。

EPSON PS-500B



○ PCの場合 : WindowsXP以上（MacOSは不可）

○ Androidの場合 : Android 4.4以上

○ iOSの場合 : iOS 8以上

設定終了後、常時装着することで、「歩数」「心拍数」「睡眠状態」が自動的に『ヘルシー・アップ・プログラム』のシステムに転送されます。なお、端末機器の充電時間は約3.5時間、動作時間は約36時間です。

【端末機器設定のサポートについて】

下記時間帯で端末機器設定のサポートを実施いたします。お時間の許される方は是非ご参加ください。

日 時 : ① 平成29年1月6日（金）11時30分～13時30分

② 平成29年1月10日（火）8時30分～10時

③ 平成29年1月10日（火）17時～19時

場 所 : 道商連7階会議室（南東方向カド）

その他 : 希望者は申し込みが必要です。申し込みは道商連まで。

（TEL011-241-6308）

(4) データ欠損やデータ値異常等の対応

ウェアラブル端末から自動転送されるデータの欠損、あるいはデータ値が異常（道商連にて閾値を設定）となった場合には、『ヘルシー・アップ・プログラム』実行委員会より、登録頂きましたメールアドレス、あるいは電話にてご連絡致します。

(5) 健康関連情報の受信および取り組み

各参加者より頂きました健康データをもとに、医療に関する情報だけでなく、健康食品やサプリメントの斡旋、スポーツクラブ参加への勧誘など、健康に関する商品・サービス情報等が『ヘルシー・アップ・プログラム』事務局より送られてきます。それらを受信し、取り組むことで、各人の健康増進にお役立てください。

○ お問い合わせ先

～ 機器の設定について ～

EPSONインフォメーションセンター 050-3155-8280

～ システム全体について ～

東日本電信電話株式会社 木村 011-242-6721

～ 事業全体について ～

北海道商工会議所連合会 富永・吉川 011-241-6308

<特記事項>

- ・ 当事業に参加されても、次の場合は参加を中止いたします。その際、中止理由を速やかにお伝え致します。ただし、事業期間終了までの間（平成29年3月末終了予定）は一度蓄積したデータの廃棄希望に応じることは出来ませんので、ご了承願います。なお、もし参加を断ったとしても、あなたに不利益になるようなことは一切ありません。
 - ① 有害事象等が発現し、担当医師等が事業の中止が必要と判断した場合
 - ② 参加に同意いただいた後に、参加の条件に該当しない、あるいは参加できない事項が判明した場合
 - ③ スケジュールの都合や偶発的事故など、事業と直接関係ない理由により継続が不可能であることが判明した場合
 - ④ その他の理由により、実施することが不可能となった場合
 - ⑤ その他、あなたが参加の中止を希望した場合
- ・ 事業実施中に、あなたの健康や事業への参加の意思に影響を与えるような新たな情報が得られた場合には、すみやかにお伝えします。
- ・ 事業実施中には、健診データ・計測データの提供だけでなく、別途アンケートへの回答も依頼します。
- ・ 健診やウェアラブル端末などにより蓄積したデータおよび個人情報は、道商連にてPCまたは紙で適正に保管します。また、『ヘルシー・アップ・プログラム』に参加する医師等で構成する検討委員会で観察・判定・分析を行い、効果的な保健指導やアドバイス等の検討に活用します。事業終了後も匿名化するなどにより、個人情報を適正に管理しながら蓄積を継続します。なお、利用者からのデータ開示が要求された場合には、その利用者個人のデータのみ開示します。
- ・ 事業終了後も健康に関する商品・サービス情報等を道商連から通知する等により活用する場合があります。その際、健康関連企業等から個人に直接通知することは無く、道商連からの通知連絡になります。
- ・ 本調査研究事業は経済産業省の委託事業であるため、経済産業省及び株式会社日本総合研究所に対し、個人名等を開示しない形での集計・分析結果等を提供することとなります。
- ・ ウェアラブル端末（EPSON PS-500B）からデータを転送するため、下記のいずれかのインターネット接続環境にて「EPSON PULSENSE View」のインストールが必要です。また、メールアドレスをご用意頂く必要があります。
 - PCの場合：WindowsXP 以上（MacOS は不可）
 - Android の場合：Android 4.4 以上
 - iOS の場合：iOS 8 以上
- ・ 同意を得た目的以外でデータを利用する場合には、改めて同意を得ることとします。
- ・ 当事業に参加することによる参加費等は発生しませんが、アプリケーションのインストールや計測データ転送等に必要の通信料は参加者のご負担となります。
- ・ 当事業の参加に関し、参加者または第三者にトラブルや損害が発生した場合等においても、道商連は損害賠償その他一切の責任を負担致しません。



FAX : 011-231-0726

＜宛先＞北海道商工会議所連合会 業務推進部

個人情報	ふりがな		性別	生年月日（和暦）	
	お名前		男 女	年 月 日（ 歳）	
	会社名		部署 役職		
	自宅住所	〒			端末送付先に ☐
	TEL		☐		
	会社住所	〒		☐	
TEL		☐			
※端末機器設定のサポートを受けられる方で、その際に端末機器の受け取りを希望される方はこちらにチェック願います。（設定サポートの日時は次頁を参照願います）					
☐					
登録したメールアドレス					

参加条件 (注)	① 無償にて貸与する腕時計型のウェアラブル端末（EPSON PS-500B）を常時装着し、それによる計測データを道商連に転送する。 ☒ 同意する
	② 過去に取得された、企業による健康診査あるいは特定健康診査等の医療健診データを、道商連に提供する。 ☒ 同意する
	③ 上記①および②のデータを、道商連にて匿名化・DB化して保管し、『ヘルシー・アップ・プログラム』にて利用する。 ☒ 同意する
	④ 道商連にて匿名化したデータを、経済産業省や株式会社日本総合研究所に提出する。 ☒ 同意する
	⑤ 医師などによる保健指導、ヘルシー弁当の紹介やスポーツジムへの参加など、道商連から発信する健康サービス情報を受信する。 ☒ 同意する

注）参加条件に「同意」する場合、☒ 内に「✓」を記入願います。

「健康宣言」企業

北海道商工会議所連合会（道商連）と札幌商工会議所は、働き手の健康増進・維持に積極的に取り組む企業を応援する「健康宣言運動」を共同で新年度から展開する。宣言した企業を対象に、高い効果を得るためのセミナーの開催や、取り組みの先進事例の紹介を行う。専門家による従業員の健康状態の分析も検討する。健康づくりを通じ、企業の生産性向上につなげる。

全力で応援

る。

運動期間は1年。宣言した企業は「喫煙率0%運動」「メタボ率10%以下運動」「有給休暇取得率50%以上

産業省の「健康経営優良法人」の認定を後押しする考えた。

期間中は専用のサイトを立ち上げ、管理栄養士が監政府が導入を推進。道商連

道商連と札幌 セミナーや先進事例を紹介

運動」など全10項目から目標を自由に選び、1年後に成果を申告する。

道商連と札幌は優良企業に対し、地方銀行から低利融資などが受けられる経済

修した低カロリー料理の紹介や、医師ら専門家による健康経営に取り組むための助言などを掲載する予定。道商連と札幌は300社以上の参加を目指す。