

『02.行動データに基づく学生、働く世代の健康行動促進』 テーマ詳細説明

担当課：健康福祉局 健康政策課

02. 行動データに基づく学生、働く世代の健康行動促進

学生（高校生以上）や働く世代が、日常生活の中で計測・記録可能な行動データから自身の生活習慣や生活パターンを把握し、適切な健康行動を継続して実践することに役立つソリューションを募集します。

<背景>

- 学生（高校生以上）や働く世代といった自立度の高い市民が、健康に良い行動をするためには、自身の生活習慣や生活パターンを手軽に把握することが重要である。
- 最近ではスマートフォン等で様々な健康に関する行動データ（運動時間、睡眠時間、等）を簡単に自動で取得できるようになっているが、その情報から日常的に自身の生活習慣や生活パターンを把握し、健康に良い行動を実践することを習慣化している人は多くない。
- 特に食習慣に関しては、多くの既存ソリューションでは、食事内容の記録に手間がかかり、食事量や栄養の偏り等、手軽に自身の食習慣を評価（把握）することが難しく、健康に良い行動につなげたり、継続しにくい状況である。
- また、健康に関する誤った情報が市民に広まっており、自身の生活習慣や生活パターンを把握できても、適切な行動を実践できていないケースも散見される。

<課題/実現したいこと>

- 学生（高校生以上）や働く世代が、日常生活の中で計測・記録可能な行動データから自身の生活習慣や生活パターンを把握し、それに応じた適切な健康行動を継続して実践できるようにしたい。
- 特に食習慣に関して、利用者の手間のかからない方法でデータを収集し、適切な行動を推奨できるとよい。
- 但し、導入・運用費用を極力抑えた仕組みを前提とする。
- 本テーマは、仕組み・事業アイデアの検証を含めた提案で可。

02. 行動データに基づく学生、働く世代の健康行動促進

<補足情報>

- 仙台市の市民の健康に関する計画
[第2期いきいき市民健康プラン後期計画](#) ※特に【重点分野3】健康な心と身体を支える食生活