

報道関係者位

2014年12月19日  
ドコモ・ヘルスケア株式会社

- 会員数120万を超える健康プラットフォーム WM（わたしムーヴ）のデータからみる健康調査 -

**「師走」師は本当に“走って”いるのか調べてみました**

～一日に1番走っていたのは情報通信業の営業マン。

東京から小山（栃木県）までの相当距離76キロ※1を走っていた！～



ドコモ・ヘルスケア株式会社（東京都渋谷区、代表取締役社長：竹林一、以下ドコモ・ヘルスケア）は、健康プラットフォームのWM（わたしムーヴ）（以下、WM）※2に蓄積された歩数のデータに着目し、実態調査を行いました。

12月は、「師走」（しわす）と呼ばれる年末の慌ただしい時期です。「師走」とは、陰暦の呼び方であり、一般的に時候の挨拶や季節を表すために使われますが、なぜ「師走」と呼ぶのでしょうか？諸説ありますが、一つ目は、教師やお坊さん、師匠などの「師」が走る説。二つ目は、仕事や季節の終了を表すという説。三つ目は、万葉集内で12月を表現していた「シワス」への当て字説。

そこでドコモ・ヘルスケアでは、一つ目の「師」が走るという説に焦点を当て、WMに蓄積されている歩数のデータを分析しました。「師」には、その道の師として「職種」を当てはめ、どの職種が一番歩いていたか？その実態を中間発表いたします。

尚、2015年1月上旬に最終結果の発表を予定しております。師走に入り、ますますご多忙のことと存じますが来年もどうぞよろしくお願い致します。

**＜実態調査結果＞****◆もっとも多く歩いたのは、東京に住む情報通信業の営業マン！**

なんと、一日に10万3千歩も歩いていました。

これは、距離にすると、約76キロ。

東京 - 箱根間、関西空港 - 神戸ポートタワー間、佐賀空港 - 博多間などの距離に相当します。

**◆歩数を稼いでいる理由はマラソン**

10万歩を歩いた日は「東京～小山市（栃木）まで走った日」とのこと。

10年前から始めているマラソンのトレーニングだったそうです。

日頃も皇居ランなど、週に1～2回走ったり、

休日は仲間と遠出してトレイルランをするなどされています。

**◆使っている活動量計はムーヴバンド2**

今までは、スマートフォンに内蔵された歩数計を使っていましたが、今年の8月下旬に、秋から本格化する練習に向けてムーヴバンド2を購入し、現在利用されています。

**ちなみに… ムーヴバンド2の利用者の10日間の総歩数は約4億2千万歩**

距離にすると、31万キロ。これは地球約7周分です。

月までは約38万キロなので、あと二日（1億歩）程度で月に到着するペースです。



## 調査概要

### ■調査目的

WMに蓄積されたデータを活用し、健康に関する意識や行動がどのようになっているか、その実態を明らかにすること。

### ■調査主体

ドコモ・ヘルスケア株式会社

### ■調査対象期間

2014年12月1日～10日

### ■調査対象

上記対象期間に、ムーヴバンド2を利用し、データ転送を行っていた約9,000人の会員

### ■調査内容

WMに蓄積されたデータを確認後、ランキング1位の方に電話インタビュー

※1 1歩の歩幅約74センチ（日本人の平均）と設定し算出。

※2 お客さまの「からだデータ」をお預かりし、そのデータを分析・予測する健康プラットフォーム。

提供開始：2013年4月

会員数：約124万人（2014年9月末現在）

からだデータの種類：歩数、体重、睡眠時間や状態、消費カロリー、基礎体温、血圧、服薬情報、ワクチン接種履歴 等

全120種類（2014年9月末現在）

※本調査は、WMプラットフォームに蓄積されたデータをもとに、実施しております。

※本リリースに含まれる調査結果をご掲載頂く際は恐縮ですが、必ず、「ドコモ・ヘルスケア調べ」とご明記下さい。