

個人への提供がいよいよスタート
余命をスコア化する独自の健康指標「EBHS Life」
フィットネス業界への導入で予防医療を加速
 第一弾はパーソナルトレーニングジム「T-Fitness」



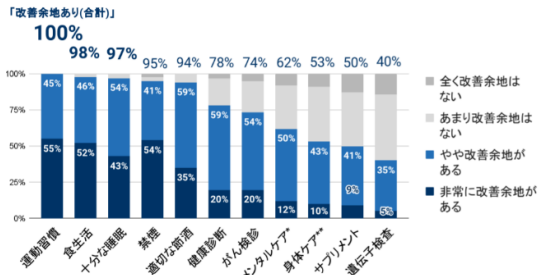
誰もが最後まで生きがい・楽しみを持って健康に暮らせるよう、疾病発症の予防・重症化防止をする取り組み「ホワイト・ジャック・プロジェクト」を推進するエムスリー株式会社(本社:東京都港区、代表取締役:谷村 格、以下「エムスリー」)は、健診結果や生活習慣をもとに生活者の余命と健康スコアを科学的に予測する健康指標「EBHS (Evidence Based Health Score) Life: エビスライフ」を、健康経営に取り組む企業のみならず、生活者の健康増進を担うサービスとの連携を開始し、個人への提供を開始いたします。その第一弾として、医師が認める健康行動 No.1 である運動改善をサポートするフィットネス業界での展開を決定し、国内初導入としてパーソナルトレーニングジム「T-Fitness(ティー・フィットネス、以下「T-Fitness」)」へ11月1日より本格提供を開始します。運動分野を皮切りに、食事・睡眠など健康改善効果が高いと医師が評価する分野へとEBHS Lifeの提供を広げ、生活者が自分の健康を自分で守るきっかけを作り、最後の一瞬まで生きがいと楽しみを持って暮らせるサポートを提供してまいります。

■医師が評価する未病対策&生活習慣改善をEBHS Lifeがサポート

医師100人に聞いた「未病対策&生活習慣改善に関するアンケート」

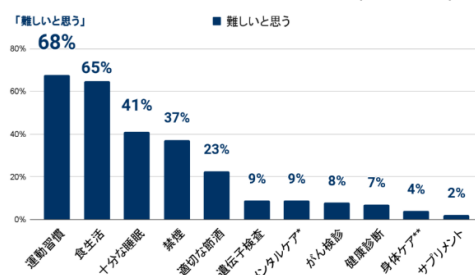
一般的に体に良い行動とされるものに改善余地や難度の高さが伺える一方、サプリや外部ケアなどにはあまり改善余地を期待できないという結果となった

未病対策や生活習慣改善の各項目は、一般生活者にとってどれくらい改善余地があると思いますか。



*メンタルケア: マインドフルネス・ヨガ・瞑想など **身体ケア: 整体・マッサージ・鍼灸など

未病対策や生活習慣改善のために、生活者が正しく行動するのが特に難しいと思う項目を最大3つ選んでください。(複数選択可)



(N=102)

「EBHS Life」は、これまで企業の健康経営/産業保健領域にて、個人の健康状態の正確な把握、企業全体の健康状態の分析、福利厚生や働き方改革の最適な施策提案などで活用してきました。今回、計測・分析・課題特定ができ、余命をスコア化することで強い動機づけが可能な EBHS Life の特長を最大限に生かして生活者の未病対策・生活習慣改善に貢献すべく、事業範囲を拡大することを決定しました。

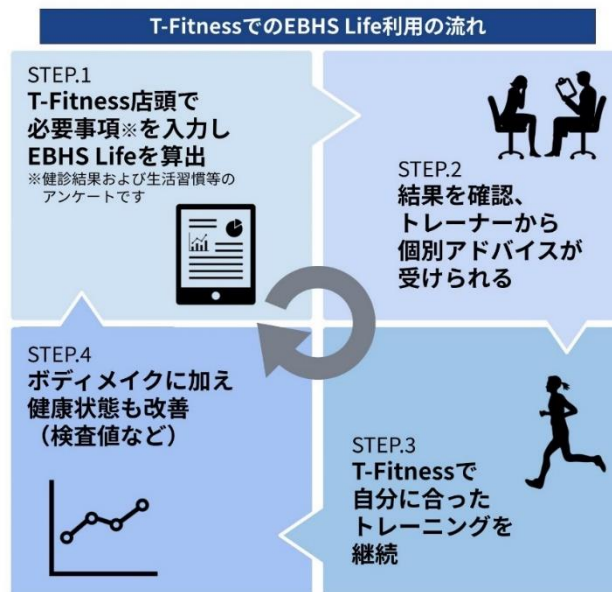
第一弾の導入分野として、運動習慣に着目。これは、医師を対象に「未病対策&生活習慣改善に関するアンケート」を実施した際に、未病対策や生活習慣改善として、一般生活者にとって最も改善余地があり、さらに正しく行動するのが特に難しいと医師が回答した習慣です。運動習慣と強く結びついているフィットネス業界にて、EBHS Life を用いたサービスを提供いたします。

■第一弾導入ジムは「T-Fitness」 「EBHS Life」で”将来の健康”も重視したボディメイク

フィットネス業界導入の第一弾は、パーソナルトレーニングジム「T-Fitness」との提携です。トレーニングやストレッチ以外にも、食事・睡眠など生活習慣全般で多角的なアプローチによる改善に取り組んでおり、すでに多くの経営者、業界著名人や医療関係者を始めとする健康志向の高い層から多くの支持を受けています。体重、BMI、体脂肪、個人が認識・体感している体の悩みといった従来のヒアリング項目だけでは捉えきれない、健康状態の将来予測も含めた潜在的な健康課題から体づくりをサポートすることを目的に、今回 EBHS Life の導入が決定しました。今後は、豊富な経験によるトレーナーが、健康診断と生活習慣を総合的・科学的に分析した EBHS Life のスコアや医療情報もふまえ、本質的なボディメイク、食事など、利用者の健康増進に向けたトータルケアプランを構築し、健康的な体づくりを提案します。

T-Fitness 入会時、希望者^{※1}は web 上で健康診断結果の入力と生活習慣についてアンケートに回答し、「EBHS Life」を算出します。入力するとその場で AI が健康状態を解析し、会員は WEB 画面上で「EBHS Life」のスコアと個別アドバイスのレポートを閲覧できます。T-Fitness ではカウンセリングの一環として、EBHS Life の結果をもとに科学的な根拠に基づいた運動・食事などの改善プランを提供します。

EBHS Life の再算出に制限はありません^{※2}ので、T-Fitness 会員はプランに沿った成果の確認や、新たな健康課題の発見・解決などを自主的に行うことも可能です。



※1 T-Fitness の既会員も向けに順次「EBHS Life」の計測を無料で提供予定です。

※2 EBHS 再算出には別途料金がかかります。また、予測余命や疾病リスクを元に算出される関係上、通常は3ヶ月～半年ごとの再算出を推奨しています。

■サービス概要

- ・提供開始日:2023年11月1日
- ・申し込み:T-Fitness 公式ウェブサイト(<https://t-fitgroup.com/>)よりご予約ください

■T-Fitness

医療的観点を加えたトレーニングとパーソナルストレッチ、栄養指導を取り入れたボディメイクと健康増進を同時に行う東京都港区青山にある次世代型パーソナルトレーニングジム。開業以来多くの著名人や経営者に支持をされています。「M3 Patient Support Program®(以下、「M3PSP®」)」を活用することで、トレーニングの疑問だけでなく、健康に関する悩みを専任の医療スペシャリストへの相談や、万一の発症時に自分にあった医師や病院の提案を受けられます。今回「EBHS Life」の導入で、より正確な健康状態を把握し、本人に合わせたトータルケアプランを作成することが可能になりました。

公式ウェブサイト:<https://t-fitgroup.com/>

■ホワイト・ジャック・プロジェクト

「病気になってから治療を行うこと」にとどまらず、「そもそも病気になることをできるだけ予防する」ことで、エムスリーのミッションをより川上の段階から実現していくための取り組み。健診結果や生活習慣を元に生活者の余命と健康スコアを予測する健康指標「EBHS (Evidence Based Health Score)Life: エビスライフ」とハピネスパートナーズを主軸に展開しています。

■EBHS Life

EBHS Life は日本人の健康状態と平均余命の関心に注目した指標です。個人向けレポートと企業向けレポートの2種類が存在します。

個人向けレポートでは、平均余命の EBHS Life を「100」という値に設定し、健康状態の良し悪しに合わせて数値が上下することで現在の健康状態を表すほか、そこから予測される余命を表示します。企業向けレポートでは、企業全体の健康状態を可視化・分析します。企業内の EBHS Life の平均や事業所別、部署別、職位別、労働生産性の低下、ワークエンゲージメントなど様々な切り口での比較、生活習慣と EBHS Life との関連を提示し、企業担当者に向けてアクションプランも提案します。

公式ウェブサイト:<https://m3comlp.m3.com/lp/ebhs-life/ebhs-life>

■エムスリー株式会社

エムスリーは2000年以降創業で唯一日経225銘柄にも選ばれており、国内32万人以上、世界約650万人の医師が利用するプラットフォームを活用し、日本、世界の医療の変革にチャレンジしています。「インターネットを活用し、健康で楽しく長生きする人を1人でも増やし、不必要な医療コストを1円でも減らすこと」を事業の目的に掲げ、より良い医療の実現に向けて、私たちは努力し続けています。

一般企業からのお問い合わせ先(問い合わせフォーム)

<https://at.m3.com/ext/wjp-contact-form-1101>

報道関係者お問い合わせ

エムスリーPR事務局(サニーサイドアップ内)

佐藤(070-3258-2746)北澤(080-4952-8681)、武田

m3_pr@ssu.co.jp