

第一生命が新たに提供するアプリ「健康第一」向けに 時間栄養学に基づくサービス「Myリズム」などを開発・提供

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 和泉 正幸、以下ドコモ・ヘルスケア）、株式会社NTTドコモ（東京都千代田区、代表取締役社長 吉澤 和弘、以下NTTドコモ）は、第一生命保険株式会社（代表取締役社長 稲垣 精二、以下第一生命）が、2017年10月5日に第一生命の保険契約者に対し提供開始する健康増進アプリ「健康第一」のプレミアムメニュー（無料）向けに、ドコモ・ヘルスケアの「時間栄養学」に基づき生活習慣を改善するサービスをカスタマイズした「Myリズム」を開発・提供いたします。また、ウェアラブル活動量計「ムーヴバンド[®]」^{※1}で計測した歩数データを「健康第一」アプリで閲覧・管理可能とするためのサービスを開発し、今後順次提供予定です。

第一生命の「健康第一」のプレミアムメニューは、これまで一般のお客様向けに提供してきた「健康第一」アプリの内容を強化し、新たに第一生命の保険契約者とその家族に対し提供するものです。お客様のBMI値等の健康指標の改善と健康年齢の若返りをサポートするサービスを提供することで、お客様の健康づくりを一層応援いたします。

「健康第一」のプレミアムメニューに追加される特徴は以下の2点です。

- ・5つの指標（BMI・血圧・血糖・脂質・肝機能）の改善を意識できるプログラム
- ・自身の改善すべき指標にあわせて、「カラダのリズム」「学ぶ」「食べる」「歩く」の4つの活動をサポートするコンテンツを配信し、日々の活動状況をアプリを通して自動で可視化

ドコモ・ヘルスケアとNTTドコモは、「5つの指標に合わせた改善プログラム」と、「カラダのリズム」「歩く」活動をサポートするコンテンツについて、これまで個人・法人のお客様にモバイルを活用したヘルスケアサービスを豊富に提供してきた実績を活かし、「健康第一」アプリ向けに開発いたします。

ドコモ・ヘルスケア及びNTTドコモは、今後も個人のお客様や、企業で働く皆様、自治体の住民の皆様一人ひとりのライフスタイルに合わせたヘルスケアソリューションの提供をまいります。

※1 ムーヴバンド2、ムーヴバンド3に対応予定

*ムーヴバンドはドコモ・ヘルスケア株式会社の登録商標です。

Myリズム概要

1. 概要

「Myリズム」は、アプリに生活習慣を記録するだけで、一人ひとりに合わせた、取り組みやすい生活改善メニューを提供いたします。改善メニューはすべて管理栄養士の小島美和子先生が監修しています。時間栄養学を基に「起きる時間」「寝る時間」「食べる時間」などの生活リズムを自らコントロールすることで、からだの土台を整え、ベストコンディションをつくります。



<サービス特徴>

- ・「時間栄養学」に基づき、食事や睡眠など生活習慣を整えることで幅広いお客様に効果が見込める
- ・時間栄養学による体調改善指導で著名な管理栄養士の小島美和子氏が監修
- ・一人ひとりの生活に合わせた最適なアドバイスのほか、BMI、血圧など健康課題に応じたプログラムを提供
- ・日常生活にとけ込むことを意識した内容で、無理なく楽しみながら利用できる

2. ウェアラブル活動量計ムーヴバンドとの連携

ムーヴバンド^{※1}は、腕につけるだけで歩数などの活動量や睡眠状態を計測できるウェアラブル活動量計です。ドコモ・ヘルスケアは、ムーヴバンドの計測データを「健康第一」アプリで閲覧・管理可能とするためのサービスを開発し、今後順次提供いたします。



参考：ムーヴバンド3

URL: <http://www.d-healthcare.co.jp/products/moveband3/>

※1 ムーヴバンド2、ムーヴバンド3に対応予定