

**厚生労働科学研究事業として実施される東京大学の研究に『ルナルナ』が協力！  
ビッグデータを活用し、月経周期や基礎体温の正常範囲の再定義へ**

株式会社エムティーアイが運営する、ライフステージや悩みに合わせて女性の一生をサポートする健康情報サービス『ルナルナ』は、厚生労働科学研究事業として東京大学 産科婦人科学教室の藤井知行教授、平池修准教授らのグループが実施する月経周期や基礎体温の正常範囲を再定義する研究へ協力します。

現在、臨床現場で活用されている月経周期や基礎体温の定義は、50年以上前に報告された研究に基づくもので、現代までの生活様式の変更に伴いそれらの正常範囲にも何らかの変化があると推測されています。

本研究は、『ルナルナ』が保有する月経周期や基礎体温のビッグデータを活用し、それらの正常範囲の検証を行い新たな定義の確立を目指すもので、より現代の女性に合ったサービスや医療の提供や、女性の健康に関する新たな知見の創出を図ります。

**◆『ルナルナ』によって日本人女性の月経周期や基礎体温のデータをアップデート！**

日本産科婦人科学会が正常な月経周期として定義している25日から38日という期間や、医師向けの教科書などに掲載されている月経に関する基礎的情報は1950年代の米国でのデータを参照しています。しかし、米国の調査は研究対象者数が650人(3万月経周期)と少なく、日本人とは時代も人種も環境も大きく異なるデータであることから、専門家の間では現代の日本人女性により適した月経の正常範囲があると推測されています。

また、排卵日の予測など、女性の健康のバロメーターのひとつとして活用される基礎体温のデータも、50年以上前の約3000周期のみの研究報告※<sup>1</sup>に基づいており、データの偏りが想定されています。

このような背景を受け、東京大学 産科婦人科学教室の平池修准教授らのグループは、国民生活に深くかかわる保健、医療、福祉、労働分野の課題に対し、科学的根拠に基づいた行政政策を行うための研究活動を推進している厚生労働科学研究事業として月経周期、および基礎体温の正常範囲の再定義を目的とした研究を開始し、それらを検証するツールとして『ルナルナ』が採用されました。

**◆本研究における『ルナルナ』利用者からのデータ提供について**

本研究は、女性の健康情報サービス『ルナルナ』アプリ、『ルナルナ』Web、『ルナルナ 体温ノート』に、2015年1月1日から2019年12月31日までに月経情報を登録している女性のデータを活用します。

『ルナルナ』ではサービス利用時に、医学、薬学、医療分野等における調査・研究などを目的とする利用者のデータ活用についての同意は完了していますが、本研究において自身のデータ提供を希望しない場合は、改めて利用規約の該当部分における同意の撤回が可能です。

同意の撤回についての詳細は、以下のQRコード、あるいはURLから確認できます。



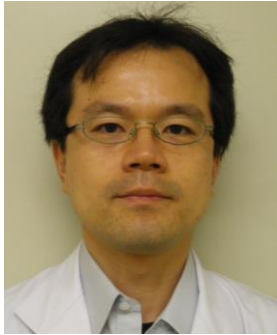
URL:

[https://sp.lnln.jp/static/free?pagePath=lnln\\_research\\_toudai&pageName=info](https://sp.lnln.jp/static/free?pagePath=lnln_research_toudai&pageName=info)

※スマートフォン専用のURLとなっています。

※『ルナルナ』アプリおよび『ルナルナ』Web、『ルナルナ 体温ノート』の利用経験がある人が対象となります。それぞれのサービスの「お知らせ」メニューからも確認可能です。

◆東京大学 産科婦人科学教室 平池修准教授のコメント



女性の健康は、一生を通して月経周期、妊娠・出産、閉経などに伴う女性ホルモンの変動による影響を受けるため、ライフステージごとのホルモン変動を意識した特別な管理が必要です。しかし、これまで女性の特性に基づいた支援政策はなく、女性特有の疾患に対する啓発、教育、予防などの支援は生活習慣病やがんの領域などと比較し大きく後れており、日本社会の持続的な成長と分配の好循環を生み出すためにも包括的な女性の健康支援とその基礎データの確立はわが国喫緊の課題です。

女性特有な病態特に月経に関する統計的データは、日本においては松本清一「月経とその異常(医学の世界社 1962年)」の研究に基づいています。月経に関連した数値はこの報告から既に50年以上経っていますので、生活様式の変更に伴い月経の周期に何

らかの変化があるものと推測しております。この報告は今日の基準から考えると極めてデータ数が少なく、基礎体温記録についても約3000周期のみですので、データの偏りが想定されます。このように、女性の正常な月経発来は、女性特有の疾患に関連した最も基礎的データでありながら、世界的に見ても、1950~60年代のデータしかなく、近年の性成熟期女性の月経状態がどのように変化しているのかということについては興味深いものとなっています。

近年医療統計に付随したデータで、大規模データの収集が、インターネットを介して比較的容易に入手出来るようになったことを背景として、本研究では株式会社エムティーアイと共同で、過去5年分に渡る月経周期に関するデータをエムティーアイの月経アプリから収集し、月経周期の正常値を得ることを主たる目的としております。

今後も『ルナルナ』は、さらなる女性の健康サポートにつながるデータ解析・研究を行うことで、サービスの価値を向上させ、一人でも多くの女性が自分らしく健康に生きられる世の中の実現を目指します。

※1:【引用・参考文献】松本清一「月経とその異常(医学の世界社 1962年)」



サイト名	ルナルナ®
概要	<p>ライフステージや悩みにあわせて女性の一生をサポートする健康情報サービス</p> <p>&lt;無料コース&gt;生理日予測を始めとする、女性のカラダとココロの健康管理サービス。過去の生理日から生理日・排卵日を予測し、日々の体調変化をお知らせします。</p> <p>&lt;ベーシックコース&gt;デリケートな女性のカラダとココロの健康情報サービス。</p> <p>生理日管理に加えて、あなたにあったカラダやお肌、ココロの状態を365日サポートします。</p> <p>&lt;ファミリーコース/プレミアムコース&gt;妊活から妊娠・出産までを独自の予測ロジックやアドバイスでサポートするサービス。妊娠しやすいタイミングを「仲良し日」としてお知らせし、妊活を手厚くサポートします。</p>
課金額(税抜)	ベーシックコース:月額180円    ファミリーコース:月額300円 プレミアムコース:月額364円
アクセス方法	『ルナルナ』で検索

※『ルナルナ』は(株)エムティーアイの登録商標です。

※Google Play、Androidは、Google LLC.の商標または登録商標です。

※AppStoreは、Apple Inc.のサービスマークです。

※iOSは、米国およびその他の国におけるCisco社の商標または登録商標です。

報道関係の方からのお問い合わせ先

株式会社エムティーアイ 広報室  
TEL :03-5333-6755    FAX: 03-3320-0189  
E-mail: [mtipr@mti.co.jp](mailto:mtipr@mti.co.jp)    URL: <http://www.mti.co.jp>

一般のお客様からのお問い合わせ先

株式会社エムティーアイ コンタクトセンター  
E-mail: [newlnln\\_support@cc.mti.co.jp](mailto:newlnln_support@cc.mti.co.jp)