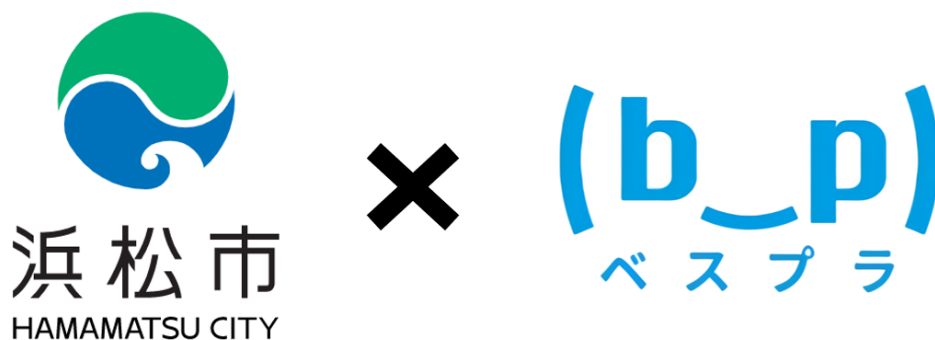


## 浜松市にて、脳と体の健康維持/促進に向けて

### 脳の健康管理アプリの効果検証を開始

～「予防・健幸都市」実現に向けて、健康への自発的な取り組みを促進～

株式会社ベスプラ（東京都渋谷区、代表取締役 CEO：遠山 陽介、以下：ベスプラ）は、静岡県浜松市（市長：鈴木康友、以下浜松市）の協力のもと、2022年4月28日より浜松市民を対象とした「脳と体の健康維持/促進に向けた健康管理アプリの大規模効果検証」を開始いたしました。



静岡県浜松市の「予防・健幸都市」実現に向けた  
脳と体の健康維持/促進の健康管理アプリの効果検証

浜松市では、市民がいつまでも健康で幸せに暮らすことができる持続可能な都市「予防・健幸都市」の実現に向け、官民連携の取組である「浜松ウェルネスプロジェクト」な

どの取り組みを進めております。

「予防・健幸都市」の実現のためには、市民が予防や健康に自発的に取り組むことが重要です。令和3年度浜松市実証実験サポート事業に採択されたベスプラでは、浜松市の「予防・健幸都市」の実現に向けた取組の一つとして、「脳と体の健康維持/促進に向けた健康管理アプリの大規模効果検証」で市民の自発的な健康管理を促進に向けた知見収集に取り組めます。

今回の検証では、脳の健康管理アプリ「脳にいいアプリ」にて運動や食事の記録や脳トレといった健康管理に向けた行動促進を一定期間継続し、アプリの利用前後でライフスタイルや健康意識に関するアンケートを実施いたします。



浜松市民を対象にスマホアプリで  
健康維持/増進への自発的な取り組みを促す。



脳の健康管理アプリ  
脳にいいアプリ



運動 食生活 脳トレ

脳と体の健康のため  
とるべきアクションが  
簡単にわかる

※実証参加者限定サービス



毎日のアプリ利用結果から  
AIが推測した脳の健康状態  
が数値でわかる



健康づくりに関心が薄い人でも  
毎日手軽に楽しく取り組める。

今回の検証で使用する「脳にいいアプリ」は、脳科学に基づいて脳の健康維持に効果的と言われる「運動」「食事」「脳トレ」の機能を無料で提供しており、簡単に楽しみながら脳と体の健康管理が行えるサービスとなっております。

さらに、健康管理に向けた行動促進支援の一つとして、検証限定サービスである「推定

BHQ サービス」を参加者限定で無償提供いたします。推定 BHQ サービスでは、毎日のアプリの利用結果から AI が測定し数値化された脳の健康レベル (BHQ) \*1 の推定値を知ることができ、日々の健康づくりにより楽しみながら取り組みます。

また、6 月 30 日までに参加し、応募要件を満たした希望者に対し、抽選で 100 名様には、MRI で脳の健康レベル(BHQ)を解析した MRI レポートサービス(3 万円相当)が提供されます。

※MRI を受けるためには、安全上の理由などによりいくつか条件がございます。

## ■実験概要

**実施内容：**ライフスタイルや健康意識に関するアンケートと、脳にいいアプリにて健康管理記録・推定 BHQ の測定(期間中継続して利用)を行っていただきます。

**対象者：**浜松市に在住/在勤/在学でスマートフォンを使用可能な 20 歳以上の方

**募集期間：**2022 年 4 月 28 日～2022 年 9 月 30 日

※期間中いつからでも参加できますが、一定期間アプリを継続使用いただきます。

### 参加特典：

- ① 脳にいいアプリの「推定 BHQ サービス」の無料提供 (研究期間後も無料で利用可能)
  - ② 抽選で 100 名に 3 万円相当の MRI で脳の健康状態(BHQ)を解析したレポートを提供
- ※②の特典への申し込みは、6 月 30 日までに参加された方が対象となります。

**参加方法：**参加申し込み案内ページにアクセスし案内に従って、参加できます。

参加申し込み案内ページ：<https://www.braincure.jp/hamamatsu-experiment.html>

(浜松市公共施設や浜松市所在の協力施設にて配布するチラシでも案内しております。)

ベスプラは、より楽しく自発的に脳と体の健康管理に取り組む機会の提供と、検証で得られた知見の研究を通して、市民の脳と体の健康増進と「予防・健幸都市」の実現に貢献してまいります。

\*1 BHQ(Brain Healthcare Quotient)とは、脳神経細胞の健康状態を誰でもがわかりやすいように数値に変換して示す指標であり、内閣府 ImPACT プロジェクトの取り組みの一環として、医師や研究者が開発しました。これは、2018 年に国際機関 ITU にて国際標準として承認されています。

## ■お問い合わせ先

株式会社ベスプラ

問い合わせ先：info@bspr.co.jp

## ■脳科学に基づいた脳の健康維持アプリ『脳にいいアプリ』とは



認知症研究における世界的権威のカロリンスカ研究所が実施した finger 研究をベース

(\*2) に開発された、運動・脳トレーニング・食事の複合的な活動が管理できるアプリです。

「歩いて運動」「隙間時間に脳トレーニング」「脳に良い品目を食べる」だけで、誰でも簡単に脳の健康維持が行えます。AI(人工知能)が年齢や性別・体格にあった無理のない日々の目標値を設定するので日々達成感を感じられ、多くの高齢者が利用を継続しています。脳トレーニングは、間違い探しやパズルなど数種類の脳トレゲームをユーザー同士の対戦形式で実施可能。その他、総歩数を東海道五十三次などに換算できるバーチャル散歩「ウォーキングチャレンジ」や、薬の飲み忘れを防ぐ「服薬リマインド」をはじめ、自分の認知機能が把握できる「認知機能テスト(2回目から有料)」、家族とご自身の「脳にいいアプリ」のデータや写真や動画を共有「家族サイト(家族のみ有料)」など、豊富な機能が搭載されています。介護 IT ビジネスコンテスト、内閣府 ImPACT BHQ2017 科学者審査員賞など数多くの受賞歴があります。

関連プレスリリース

・ 令和 3 年度浜松市実証実験サポート事業の支援先企業決定のお知らせ(浜松市)

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000138.000049248.html>

・ 推定 BHQ を用いた「脳の健康」の実証研究支援の開始

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000049.000007987.html>

<ご参考>

=====

株式会社ベスプラについて (<https://bspr.co.jp>)

株式会社ベスプラは認知症予防に向けた脳の健康維持アプリ「脳にいいアプリ」ならびに運転免許更新時の認知機能検査が手軽に試すことができる運転免許の認知機能テストを提供し、ICT を使ったヘルスケアサービスを通して脳と体の健康サービスを提供しています。