

健康づくりの新基準 “N-system”の『入力代行・結果分析』サービスが新たにスタート！

株式会社 FIELD OF DREAMS

2014.6.16

株式会社 FIELD OF DREAMS（東京都千代田区、代表取締役社長：山羽教文、以下 FOD）は、6月16日より、“N-system”の新たな個人向けサービスとして、『入力代行・結果分析』サービスを開始する。2013年9月の法人向けサービスを開始以来、地域住民の健康増進や介護予防ツールとして活用され、自治体から個人へと普及が進んでいたため、本年6月1日より、個人向けサービスを始めたばかりであった。今回、個人ユーザーの更なるニーズに応えるかたちで、新たなサービスに着手した。

“N-system”は、東京都健康長寿医療センター研究所の青柳幸利博士が群馬県中之条町で十数年にわたり継続調査している研究成果をシステム化したもので、日々の身体活動の量（歩数）と質（中強度時間）から20種類の病気・病態予防度を評価できる世界初の画期的な健康づくり支援システムである。従来の個人向けサービスは、パソコンユーザーでなければ、“N-system”の機能を十分に活用することができなかったが、この度、より多くの方々に中之条研究成果を活かして頂くために、『入力代行』と『結果分析』を郵送にて支援する。『結果分析』では、健康づくり専門コーチからのアドバイスも添えられる。



【サービス内容】

毎日の歩数と中強度時間を専用シートに記録し、投函するだけで、3枚の分析結果シートと健康づくり専門コーチからのアドバイスが返送されます。以下3種類のサービスが用意されています。

■ 1ヶ月コース（現状を知る） 料金 1,500円（消費税別途）

1ヶ月間で現在の身体活動レベルを知ることができます。20種類の病気・病態予防基準と比較することにより、ご自身の身体活動レベルを客観的に評価できます

- 3ヶ月コース（体で覚える） 料金 3,600 円（消費税別途）
理想とする身体活動を2ヶ月間継続すると、長寿遺伝子にスイッチが入ると言われています。3ヶ月コースで、ご自身の理想とする身体活動を体に覚え込ませましょう。
- 6ヶ月コース（習慣化する） 料金 6,600 円（消費税別途）
長寿遺伝子は一度スイッチが入っても、元の生活に戻ってしまうと、すぐにオフになってしまいます。理想の身体活動を無理なく習慣化させることにより、健康長寿を満喫しましょう。

【中之条研究】

運動が心疾患や脳血管疾患、骨粗鬆症、がんなどの発症リスクを低下させ、健康寿命の延伸に寄与することは周知であるが、その程度については曖昧なままであった。本調査研究は、中之条町の65歳以上の高齢者約5,000人を対象に、各種強度の身体活動頻度や活動時間を尋ねるアンケート調査を年に1回実施。内、約1割にあたる500人の町民には、加速度センサーを内蔵した身体活動計を24時間装着してもらうことにより、1日の活動量と健康度の関係性を明らかにする調査研究を10年以上継続している（国際的には、『中之条の奇跡』と呼ばれている）。

本調査研究の結果、日常における歩数（身体活動の量）だけでなく、中強度の活動時間（身体活動の質）も、健康増進に密接に関連していることが分かり、身体活動の量・質のバランスの重要性が明らかになった。さらに、10年後の罹患率から、脳血管疾患や骨粗鬆症、がんなど20種類の病気・病態ごとに、予防に必要な身体活動の量・質の基準を明確にした。地域住民の身体活動量・質を把握することにより、医療費抑制シミュレーションも可能であり、個人の健康づくりだけでなく、地域の健康政策にも応用できる画期的な研究である。

～N-system 関連記事～

オリジナル HP：<http://www.fod-nsystem.com>

1回目の記事：2013年10月31日

活動量計を活用した新たな健康づくり指標をシステム化

http://prtimes.jp/main/action.php?run=html&page=releasedetail&company_id=8551&release_id=1&owner=1

2回目の記事：2014年5月31日

新しい健康づくり支援ツール“N-system”の個人向けサービスが遂にスタート！

http://prtimes.jp/main/action.php?run=html&page=releasedetail&company_id=8551&release_id=5&owner=1

～サービスに関するお問い合わせ先～

株式会社 FIELD OF DREAMS

Mail：info@fieldofdreams-jp.com TEL：03-6206-4199 FAX：03-6206-4198

Address：〒101-0063 東京都千代田区神田淡路町 2-9-11 東酒類ビル 6F

URL：<http://www.fieldofdreams-jp.com/>