

【味の素(株)・春日井市】デジタル食事改善プログラムについて

Eat Well, Live Well.

春日井市
Kasugai City

1 概要

愛知県の事業である「あいちデジタルヘルスプロジェクト」に参加する企業、地方自治体などが共同して実施する事業の一つであり、65歳以上の方に対し、デジタル技術を活用してフレイルを予防し、「健康寿命の延伸」と「生活の質(QOL)の維持・向上」に貢献する各種サービス・ソリューションの創出・提供を目指すもの。本事業は、味の素(株)と春日井市が共同し、デジタル技術を活用した食事改善に係る取り組みを行うもの。

あいちデジタルヘルスプロジェクト【先行事業】		愛知県 (事務局:イノベーション企画課)
先行事業(7つ)	事業主体	協力団体
①デジタル食事改善プログラム	味の素(株)	春日井市、国立長寿医療研究センター
②ライフログデータを活用した総合的な高齢者支援	ソフトバンク(株)	刈谷市、大府市、国立長寿医療研究センター
③PHR を活用した予防運動プログラム	東京海上日動火災保険(株)	国立長寿医療研究センター、 (コホート研究の対象基礎自治体との連携を想定)
④オンラインを活用した高齢者の社会的交流支援	(学)藤田学園 藤田医科大学	豊田市、ジョージアアンドショー
⑤一人暮らし高齢者向けの外出・交流支援	名古屋鉄道(株)	尾張旭市、名古屋大学
⑥音声対話ツールを活用した高齢者のICTへのアクセシビリティ向上	(株)エクシング	東海市、知多市、国立長寿医療研究センター
⑦対話型ツールを用いた健康・生活機能の持続的なモニタリング	藤田学園 藤田医科大学	豊田市、(株)emotive、豊田通商(株)

2 期間

2024(令和6)年度から 2028(令和10)年度までの5年間

令和6	令和7	令和8	令和9	令和10	令和11
 実証事業の期間					 サービス化
市民モニターによる調査研究			・試作型アプリを県ホームページに掲載 ・県民に広く利用してもらう		

3 デジタル食事改善プログラム令和6年度の取り組み結果

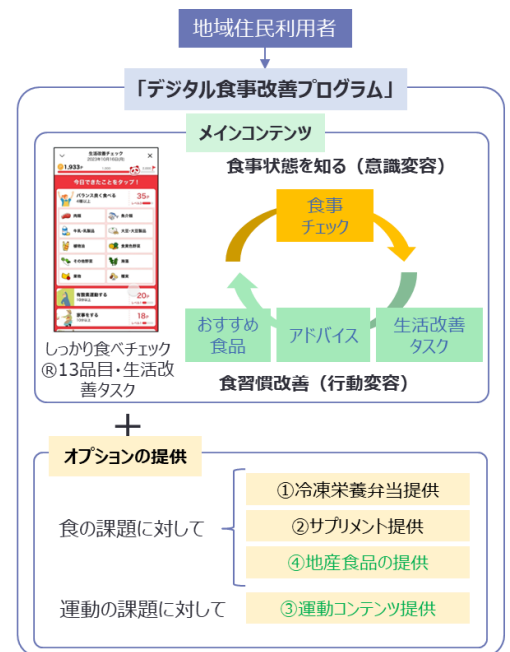
- (1) 期間 令和6年6月～9月
- (2) 内容 自宅での食事内容チェック及び実地イベントに参加した65歳以上の市民の66名に対し、行動変容や栄養状態の改善の有無について効果を測定した。

(3) 結果(効果)

①栄養バランスの改善

プログラム前後で参加者の食事多様性得点が平均約 1.7 点増加し、栄養バランスの改善がみられた。(※食事多様性得点が1点上がると栄養バランスが上がることを示されている。)

(国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター報告)



②低栄養の改善

低栄養の目安とされる 10 食材版食事多様性得点が3点以下に該当する参加者が、プログラム参加前後で半減していることから、低栄養の人を減らす健康効果があった。

③「たんぱく質を積極的にとっている」、「よく噛む」を実行した割合の増加

「たんぱく質を積極的にとっている」に当てはまる割合が、69.7%から 84.8%に増加した。また、「よく噛む」を実行した回数が経時的に増加した。

④脳の健康度への好影響

脳の健康度チェックにおいて、反応速度・注意力・集中力の得点が増加した。

4 令和7年度の実施内容(予定)

引き続き **LINE** を使用し、次の要素を加えて事業を実施する。

- ①参加者の対象をアクティブシニア層(健康への関心層)だけではなく、**フレイル・プレフレイル層(無関心層)**を含める。
- ②栄養・身体活動(運動)・社会参加がフレイル予防の3つの柱といわれることから、当事業についても主軸としている「食」の要素に加え、**運動や社会的な関わりといった要素を絡めたプログラム**とする。
- ③食による行動変容のサポートでは、「冷凍栄養弁当」だけではなく、食の多様性を向上させる**他の製品・サービス群(スープ等)、地場食品等**を取り入れる。