

## 東京工科大学とエーテンラボ、 「ADOC」と「みんなチャレ」を活用した共同臨床研究を開始 日本初、目標設定とデジタルピアサポートアプリを組み合わせるリハビリ支援

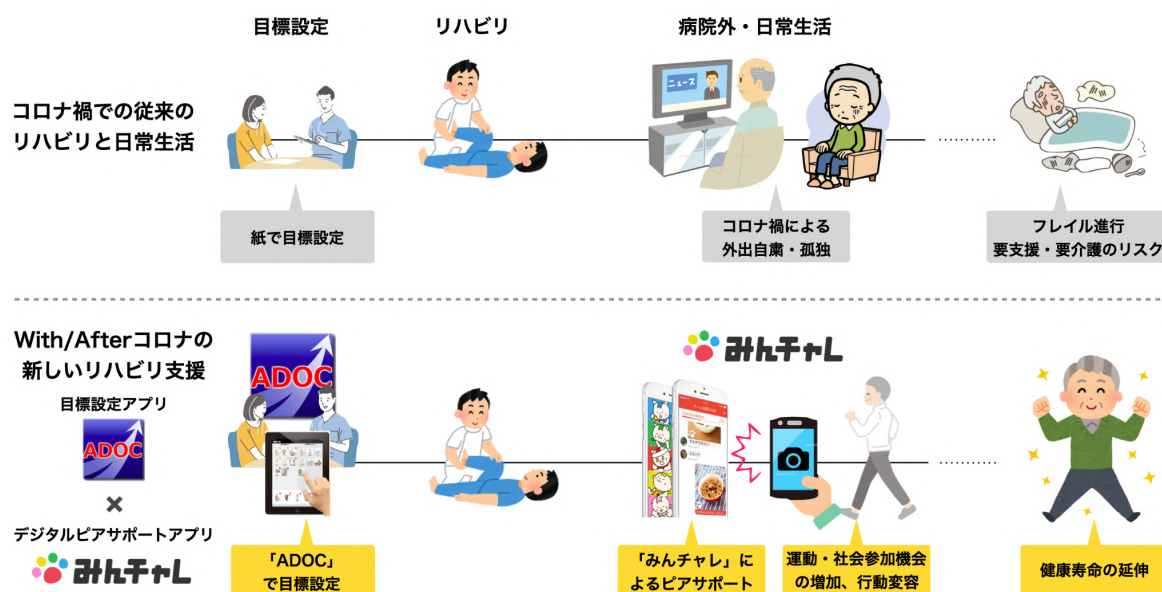
東京工科大学(学長:大山恭弘)医療保健学部とエーテンラボ株式会社(東京都港区、長坂剛代表取締役 CEO)は、東京工科大学友利幸之介准教授らの研究チームが開発し、実用化されている作業療法における目標設定アプリ「ADOC(エードック)」と、エーテンラボ株式会社が開発するデジタルピアサポート(※1)アプリ「みんなチャレ」を組み合わせることでコロナ禍におけるリハビリ患者のサポートに応用するための臨床研究を実施いたします。

本研究は、リハビリテーションにデジタルピアサポートアプリを活用した際の行動変容効果を検証する国内初の取り組みです。リハビリテーション専門職の介入が難しい日常生活の行動変容を、アプリ上の仲間同士の支え合いによって促すことで、リハビリテーションの効果を向上させることが期待されます。

全国の作業療法士らの協力のもと3月より臨床研究を開始し、2022年度末を目処にこの成果をまとめ、2023年の実用化を目指します。両者はこの研究を通じて、アプリを活用したWith/After コロナ時代の新しいリハビリテーションモデルを創出し、患者のQOL向上への貢献を目指します。

(※1) デジタルピアサポートとは、同じ境遇の仲間がアプリやWebサービスなどをオンラインで交流し、助け合うこと。「ピア」は仲間を、「サポート」は支援を意味しています。

### With/Afterコロナの新しいリハビリテーションモデルの創出



## 【研究背景】

新型コロナウイルス感染症の拡大により、世界中の人々が行動制限を受けています。特に基礎疾患や障害のある患者や虚弱高齢者らはその影響を受けやすく、生活機能の低下を予防するための取り組みが求められるリハビリテーションにおいても、以前のような外来対応や施設の利用が制限されています。しかしながら現時点において、リハビリテーションによるオンライン診療は認可されておらず、継続的かつ細かい支援が困難な状況にあります。本研究では、このような With/After コロナ時代の新しいリハビリテーションのモデル提案を目指します。

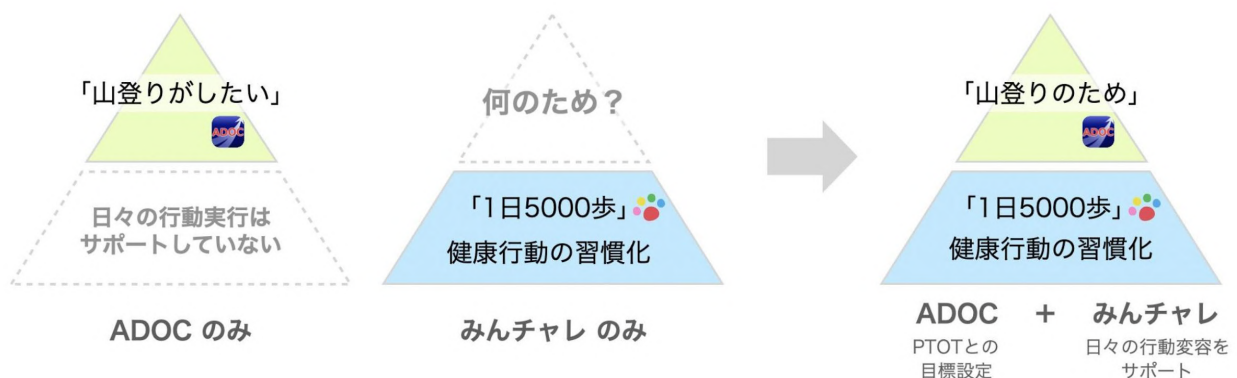
## 【研究目的】

作業療法の目標設定プロセスを支援するための iPad 向けアプリケーションとして開発され国内外で利用されている「ADOC」は、対象者の重要な作業活動の選択は促進されるようになった一方、目標設定後の日々の行動変容が課題となっていました。一方、ユーザー100万人を超える「みんなチャレ」は、5人1組のチームで日々の健康行動をオンラインで共有し、ピアグループ内で励まし合い実行することで健康行動の習慣化を図ることができるアプリです。近年では糖尿病患者の運動促進や生活習慣病予防、高齢者の健康行動促進といった1次、2次予防(※2)の医療保健領域への応用も期待されています。3次予防(※2)であるリハビリテーション領域への臨床応用は未検証であることから、本研究では、リハビリテーション患者を対象にADOCで設定した目標を達成するための日々の行動変容を促すための活用・運用について、後方視的かつ探索的に検証することを目的とします。

(※2) 1次予防とは、生活習慣の改善、健康教育、予防接種などの病にかからないように施す処置や指導のこと。2次予防とは、健康診断など、早期発見・早期治療を促して病が重症化しないように行われる処置や指導である。3次予防とは、治療過程において保健指導やリハビリテーションを行うことにより社会復帰を促したり、再発を防止したりする取り組みのこと。

## 【研究手法】

「ADOC」の導入で連携する全国約6施設においてリハビリテーションを実施しており、参加の同意および一定の条件を満たした協力者を対象とします。まず、地域生活において出来るようになりたい作業や困っている作業を特定。その作業に関する満足度を「ADOC」で測定した後、目標を達成するための標的行動について、患者と作業療法士で話し合いながら日々実施可能な行動へと落とし込みます。その後患者自身がスマートフォンアプリとして「みんなチャレ」を利用開始し、開始前および開始後約半年間のアウトカムの収集などをもとに成果を分析します。



## 【研究概要】

研究課題： 健康行動変容を促進するデジタルピア・サポートの作業療法における臨床有用の検討

研究者： 東京工科大学 医療保健学部 作業療法学専攻 友利幸之介准教授、  
同 澤田辰徳教授、同 大野勘太助教

神奈川県立保健福祉大学 リハビリテーション学科 長山洋史准教授

共同研究： エーテンラボ株式会社

偕行会リハビリテーション病院、福岡リハビリテーション病院、中伊豆リハビリテーションセンター  
久里浜医療センター、ありまこげんホスピタル、山形県立こころの医療センター

## ■ADOC について

2011年に開発され世界6か国以上のリハビリテーションの現場などに導入されている ADOC (Aid for Decision-making in Occupation Choice: エードック) は、作業療法で目標とする作業を決める面接の際、クライアントと作業療法士とのコミュニケーションを促進するための iPad 向けアプリです。ADOC の目的はクライアントと作業療法士の協業を促すことです。ADOC では、日常生活上の作業が描かれた 95 枚のイラストを用います。これを、パソコン上でカードゲームをするようにクライアント自身が価値のある作業とそうでない作業に振り分けていくことで、クライアントの意思を引き出します。また、クライアントがイラストを選んだ後、同様に作業療法士もクライアントに必要なと思うイラストを選びます。そしてクライアントと作業療法士が十分に協議した上で、作業療法で目標とする作業を決定します。

公式 URL <http://adocproject.com>



## ■みんなチャレについて

5人で励まし合いながら楽しく続ける習慣化アプリ。

みんなチャレは勉強・ダイエット・運動・糖尿病改善など同じ目標を持った匿名の5人でチームを作り、チャットに報告して励まし合うことで楽しく習慣化に取り組むことができるアプリです。神奈川県との臨床研究で2型糖尿病患者と予備群の方を対象に生活習慣改善の効果検証を行った結果では、みんなチャレを使用したグループは使用しないグループと比べてウォーキングの目標歩数の達成率・平均歩数で2倍の有意差が認められました※。現在、複数の大学や医療機関、自治体と臨床研究を進めています。

※参考プレスリリース「習慣化アプリ「みんなチャレ」の効果をも日本公衆衛生学会で発表」(2021年11月4日)

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000050.000024217.html>



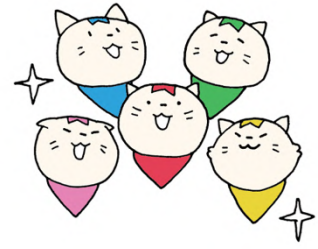
① 1人でがんばり  
続けるのはたいへん...



② 同じ目標を持つ  
5人1組のチームに参加!



③ 食事や歩数を  
チームに写真で報告!



④ いい習慣で毎日が  
楽しくなる

## みんなチャレ Medical

患者さんの生活習慣改善に貢献するために、みんなチャレを活用した臨床研究を推進しています。

公式ページ：<https://a10lab.com/service/medical/>

《本件に関する報道関係からのお問い合わせ先》

■東京工科大学

片柳学園 コミュニケーション企画部 担当：大田 Tel 042-637-2109 E-mail ohta@stf.teu.ac.jp

同広報分室(ブランデックス) 担当：園原 Tel 03-3564-2361 E-mail sonohara@brandex.co.jp

■エーテンラボ株式会社

広報 担当：横田 E-mail narumi.yokota@a10lab.com

臨床研究 担当：渋谷・吉原 E-mail: minchalle.study@a10lab.com