

習慣化アプリ「みんなチャレ」野菜摂取でSDGsに貢献できる仕組みを構築
健康への関心度が低い若手層の行動変容に寄与するか実証
豊橋市、カゴメ、みんなチャレが健幸なまちづくりパートナーシップを締結



習慣化アプリ「みんなチャレ」を開発するエーテンラボ株式会社(東京都港区、代表取締役CEO:長坂剛)は、カゴメ株式会社(愛知県名古屋市 代表取締役社長:山口聡)と共同で、“自分の健康への関心は低い、困っている誰かのためなら行動できる”という心理に基づき、自分の健康に対する関心が低い人でも参加したくなる「食生活改善プログラム」を構築しました。豊橋市と「健幸なまちづくりパートナーシップ」を締結し、豊橋市に事業所を有する企業従業員を対象として、本プログラムの実証実験を実施します。



■ 本研究の背景・目的

健康経営を推進する企業の課題の一つとして、健康増進活動の参加者の固定化の改善、健康への関心が少ない人の参加推進、参加者の満足度向上があげられます。特に、健康へ関心が低い人や現在の健康状態への不安が少ない若年層は現在の健康リスクへの実感が少ない人もいるため、野菜摂取増加のような食生活改善活動への参加や、行動変容を促すことが難しいという声があります。

そこで、エーテンラボ株式会社が提供する、新しい習慣を身につけたい人たちがチームを組み、チャットで励まし合いながらチャレンジできる習慣化アプリ「みんチャレ」と、カゴメ株式会社の食生活改善サービスを組み合わせ、自分が健康行動をとる度にポイントが獲得でき、皆でそのポイントを一定量ためることで、事前団体やSDGsに貢献する活動に寄付が行われる仕組みを構築しました。

本サービスは、これまでのような自分の健康増進を主なメリットとして打ち出す健康サービスよりも、健康への関心が少ない人や、社会貢献意識が高いといわれている若年層でも野菜摂取に関する行動変容を促すことができると期待しています。今回の実証実験の結果を踏まえ、2023年8月以降を目標にサービスの提供開始を目指します。

<実証実験概要>

名称:「健康経営向けSDGs貢献につながる みんなで野菜食べようチャレンジ」

目的:行動した成果がSDGsへの貢献につながることを提示する栄養教育プログラムが、勤労者の野菜摂取に与える影響を探索的に検証する。

内容:

- (1)野菜摂取の動機付けコンテンツの提供
- (2)野菜飲料による環境サポート
- (3)職場での推定野菜摂取量測定装置(ベジチェック®)の設置
- (4)アプリ「みんチャレ」を活用した複数人のグループによる野菜摂取チャレンジ
- (5)「みんチャレ」の活動状況に応じた、地域への寄付プロジェクト

対象:市内企業の従業員(20代~60代) 200名

期間:令和4年度8月~1月のうち実証期間3か月間

・カゴメが提供するサービス:野菜摂取支援の動機付け、ベジチェック、環境サポート

野菜を摂取する重要性や必要性に気づく動機づけサービスの提供、野菜摂取の目標管理ができる「ベジチェック®」の提供、野菜飲料などによる野菜摂取がしやすい環境を提供します。



・エーテンラボが提供するサービス:習慣化アプリ「みんチャレ」

同じ目標を持ち、目標に向かって行動したことを報告し励ましあうチームに所属できるアプリ「みんチャレ」の提供、みんチャレ内では行動した結果によりポイントを獲得できます。

「みんチャレ」で獲得したポイントを社会貢献活動やSDGsを推進している団体への寄付に活用できる仕組みを提供します。



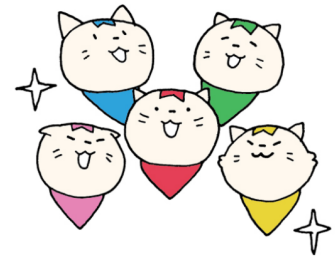
① 1人でがんばり
続けるのはたいへん...



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

■ 豊橋市と「健幸なまちづくりパートナーシップ」締結

令和3年10月27日に開催された「ガバメントピッチin中部(主催:中部経済産業局)」を通じて豊橋市から実証研究実施の採択を受け、2022年9月より、豊橋市に事業所がある企業従業員を対象に野菜摂取量の増加や、行動変容に対する効果を明らかにする実証研究を実施します。また、令和4年度は、豊橋市・カゴメ株式会社・エーテラボ株式会社の3者で連携事業(実証実験)に取り組んでいきます。

■ 豊橋市保健所 健康政策課 大場駿一氏よりコメント

豊橋市では健康無関心層を含め「暮らしているだけで自然と健康になれるまち」を目指しています。そのためには、健康訴求だけではなく新たなアプローチで、市民の行動変容を導く仕組みづくりや社会環境の整備を行っていく必要があります。これは行政だけで実現できるものではなく、この度、エーテラボ株式会社様・カゴメ株式会社様にパートナーとなっただき、「みんなでチャレンジ」することで前進していけるものと考えています。私たちのチャレンジにご期待ください。

■ カゴメ株式会社 健康事業部 信田幸大氏(実証研究責任者)よりコメント

カゴメ株式会社では、野菜摂取を動機づけるコンテンツ、職場で野菜が摂取しやすい環境の提供、さらに自分の野菜摂取量がわかるベジチェック®のレンタルといったサービスを提供することで、勤労者の野菜摂取量増加を手助けしてまいりました。その中でお客様より、社内で健康サービスを提供してもいつも同じ人ばかり参加する、健康に関心がない人は積極的に参加してくれない、特に若手の参加率がよくない、といったお声を聴いておりました。

そこで、今回は健康への関心が薄い人や、若手従業員のような現在の健康状態に不安を感じにくい人でも、積極的に参加してもらい、かつ満足度が高まるような仕組みを検討しました。今回は豊橋市様にご協力いただき、考案した健康サービスが勤労者の皆様の野菜摂取量増加に貢献することができるのか、を検証してまいります。

■ エーテラボ株式会社 事業開発 渋谷恵よりコメント

豊橋市様、カゴメ様、アカデミアの皆様とご一緒に、糖尿病予防のための野菜摂取向上プログラム実証事業を開始できることを感謝しております。今回、習慣化アプリ「みんチャレ」にて、個人の健康行動がご自身の健康だけでなく、地域の社会貢献にも寄与する仕組みを提供します。豊橋市民の方が、楽しく野菜摂取が行えるようになり、ひいては糖尿病予防の実現に貢献することを目指します。

■ みんチャレについて

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.htm>

【みんなチャレに関するお問い合わせ先】

エーテンラボ株式会社 広報担当 横田

TEL:03-5422-8396 / E-mail: pr@a10lab.com