

ラン活前後2,800人のAI姿勢分析からみる「子どもの姿勢実態調査レポート」

～入学前から小学校高学年にかけて表れる「猫背」の変化～

株式会社Sapeet(本社:東京都港区、代表取締役社長:築山 英治、以下Sapeet)は、累計200万回以上のAI姿勢分析の実績を持つ「カルティシセイカルテ」(以下シセイカルテ)において、4歳～12歳のデータの中から2,800件を抽出し、子どもの姿勢の特徴と成長に伴う変化について分析を行いました。

近年、小学校入学を前にランドセルを選び、購入する活動を指す「ラン活」が広がっています。入学前後は、ランドセルを背負って通学する習慣や学習環境の変化など、子どもの生活リズムや身体の使い方が変わりやすい時期です。そこで本調査では、小学校入学前から見られる姿勢の特徴と、学年が上がるにつれて強まりやすい変化を分析しました。

調査サマリー

- 入学前の段階から、すでに姿勢が左右どちらかに傾いた「片あがり姿勢^{※1}」が7割以上におよぶ
- 前後バランスが真っすぐな子どもは2割以下にとどまる
- 入学前の子どもの7割以上は、頭が前に出た「頭部前傾(ストレートネックの姿勢に近い状態^{※2})」が見られるが、成長に伴い目立ちにくくなる傾向あり
- 10歳～12歳の小学校高学年では約7割に猫背傾向が見られ、学年が上がるにつれて背中の丸まりが強くなることが分かった

調査概要

・調査対象:

2023年7月～2025年11月の分析結果(n=4,800)から無作為に抽出

4歳～12歳の男児1,378名、女児1,422名、13歳～59歳の男性737名、女性1,263名^{※3}

・調査方法:

シセイカルテによるAI姿勢分析データを活用し、立位正面、立位左側面の姿勢分析結果を抽出(下図グラフ数値^{※4})



※1:本リリースにおける「片あがり姿勢」とは、立位正面における「全身の左右傾き」が「ずれなし」以外の状態を指します。

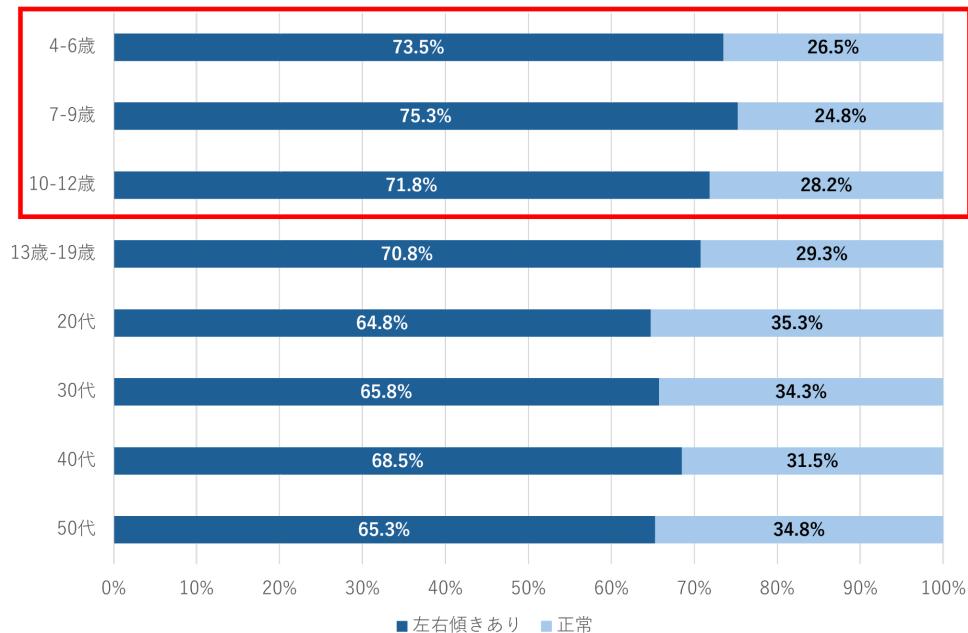
※2:本リリースにおける「ストレートネックの姿勢に近い状態」とは、医学的診断を示すものではなく、外観上の頭部前傾姿勢を指しています。

※3:子どもならではの姿勢の特徴を分析するにあたり、調査の一部で、13歳～59歳の男女の分析結果も使用しています。

※4:個人を識別、特定できない形で結果を取得し、分析しています。

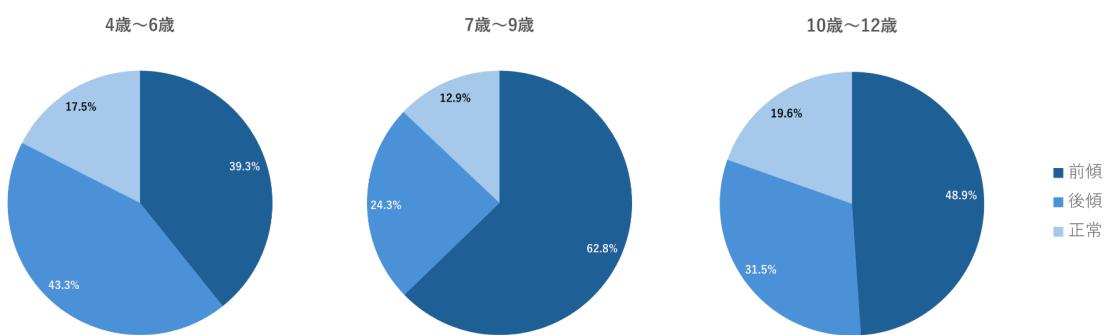
調査結果

■入学前の段階から、姿勢が左右どちらかに傾いた「片あがり姿勢」が7割以上におよぶ
左右どちらかにわずかな傾きが見られるケースも含めて「左右傾きあり」として分析した結果、4歳～12歳のいずれの年代でも、7割以上の子どもに左右バランスの偏りが確認されました。
低年齢の子どもは、関節や筋肉がまだ発達途中にあり、体を支える力が十分でないため、左右のバランスが崩れた場合、そのまま姿勢の傾きとして表れやすい傾向があります。そのため、AI姿勢分析でも低年齢期において左右傾きが見られるケースが多く確認されました。



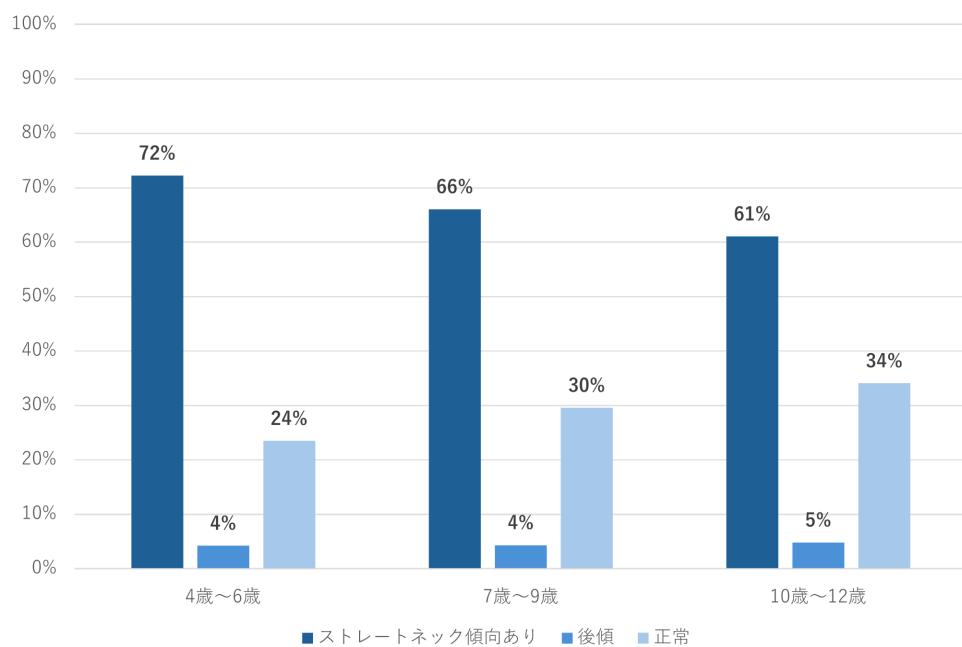
■前後バランスが真っすぐな子どもは2割以下にとどまる

身体の前後バランスに注目すると、いずれの年代でも「真っすぐ」と言える姿勢は2割以下にとどまり、多くの子どもに前後いずれかの傾きが見られました。特に、小学校入学後にあたる7歳以上では、前傾姿勢の割合がやや高くなる傾向が確認されました。



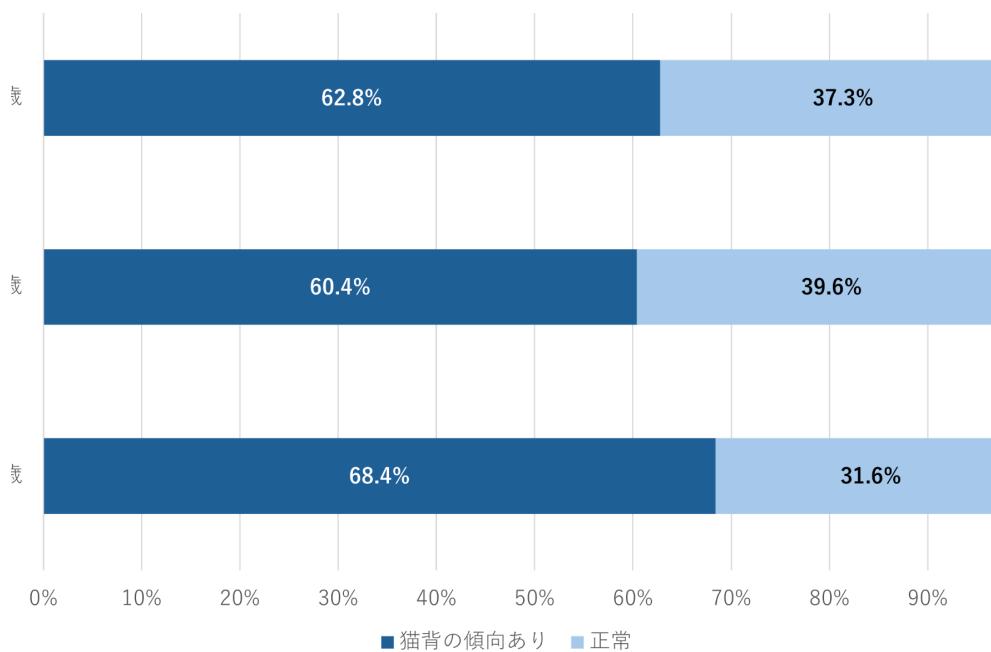
■入学前の子どもの7割以上は、頭が前に出た「頭部前傾(ストレートネックの姿勢に近い状態)」が見られるが、成長に伴い目立ちにくくなる傾向あり

頭部の前後の傾きを見ると、いずれの年代でも頭が前に出た「ストレートネックの姿勢に近い状態」が多く見られました。一方で、この頭部前傾は、成長に伴い身体のバランスや姿勢の取り方が変わることで、年齢が上がるにつれて目立ちにくくなる傾向も確認されました。



■10歳～12歳の小学校高学年では約7割に猫背傾向が見られ、学年が上がるにつれて背中の丸まりが強くなることが分かった

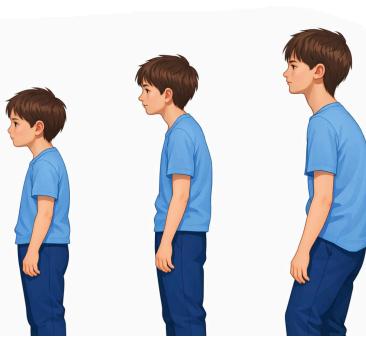
猫背傾向は、いずれの年代でも高い割合を示しましたが、特に10歳～12歳の小学校高学年では約7割を占めました。学年が上がるにつれて背中の丸まりが強くなる傾向が見られ、頭部に見られていた姿勢の崩れが、成長とともに背中や身体全体へと広がっている可能性が考えられます。



株式会社Sapeet 理学療法士 杉山 史成からのコメント

今回のAI姿勢分析調査では、頭が前に出ていたり、身体のバランスが崩れたりする子どもが一定数見られました。成長とともに頭の前傾が目立ちにくくなるケースもありますが、それは必ずしも姿勢が改善したことを意味するわけではありません。身体の使い方や生活環境の変化によって、姿勢の崩れ方が別の形で表れることもあります。

ラン活という節目を、ランドセル選びだけでなく、入学後の生活の中で子どもの姿勢に目を向けるきっかけとして捉えていただければと思います。



成長に伴う姿勢の表れ方のイメージです。
体格や成長スピードには個人差があります。

まとめ

本調査では、入学前の段階から姿勢に一定の特徴が見られ、成長に伴ってその表れ方が変化していく傾向が確認されました。頭部前傾の状態から徐々に猫背として表れるケースが見られたことから、姿勢の変化は一方でないことがうかがえます。この結果から、姿勢はある時点の状態だけで判断するのではなく、成長の流れの中で継続的に捉えていく視点が重要であることが示されました。

今後もSapeetは、独自のAI技術による身体解析を通じて、人々の健康的な生活をサポートする情報を発信してまいります。

カルティ シセイカルテとは

カルティ(Kartie)は、Karte(カルテ)とtie(つなぐ)を組み合わせた造語で、カルテを通してつながりを創っていくたいという思いで名付けました。「カルティ」では、AI姿勢分析「シセイカルテ」や接客支援カルテ「マルチカルテ」など、様々な場面でお客様と事業者様のつながりを強化する、コミュニケーションDXサービスを提供しています。

Sapeetの身体解析AI技術を基盤に、AIエンジニアと理学療法士などの専門家が共同で高精度な分析を実現し、鍼灸整骨院・整体院・フィットネスクラブ・パーソナルジム・歯科医院などのウェルネス業界をはじめ、様々な事業者で導入されています。

シセイカルテは、全身写真をもとに姿勢を分析し、現在の状態だけでなく、未来の姿勢の変化を可視化します。さらに、適切な改善運動の提案を通じて、ユーザーが自身の身体状態を直感的に理解し、健康的な姿勢づくりへと一歩を踏み出せる仕組みを提供しています。Sapeetはこうした取り組みを通じて、誰もが自分の身体と長く向き合い続け、健康寿命の延伸につながる基盤づくりを目指します。

[シセイカルテの資料請求はこちら](#)

データの取扱いについて

本調査結果や画像をご紹介いただく際は【カルティ シセイカルテ「子どもの姿勢実態調査」より引用】と注釈の記載をお願いいたします。

株式会社Sapeetについて

Sapeetは、AIで企業独自のペテラン知見を解析し、競争優位性につながるコア業務の価値を増幅・拡張するExpert AI事業を運営する東京大学発ベンチャーです。コミュニケーションAIや身体分析AIを使いやすいシステムとして提供し、企業のAI×人間の協業体制構築を支援します。

会社名	: 株式会社Sapeet
所在地	: 東京都港区芝五丁目13番18号 いちご三田ビル8階
代表者	: 代表取締役社長 築山 英治
上場市場	: 東京証券取引所 グロース(証券コード:269A)
URL	: https://sapeet.com/

当社ではIR情報のメール配信を行っています。ご希望の方は下記よりご登録ください。

<https://sapeet.com/ir/newsletter>