



報道関係者各位

2022年5月25日
株式会社ベスプラ
一般社団法人ブレインインパクト

推定 BHQ を用いた「脳の健康」と運動習慣の実証研究

対象協力施設が 12 都道府県、38 施設に拡大

～地域特性を反映しより多様・的確なライフスタイルとの関係検証を目指す～

株式会社ベスプラ（東京都渋谷区、代表取締役 CEO：遠山 陽介、以下：ベスプラ）が、支援する一般社団法人ブレインインパクト（理事長：山川 義徳、以下：ブレインインパクト）の「脳の健康」に向けた行動変容に与える影響を検証する実証研究について、対象協力施設が拡大し、12 都道府県の 38 施設から参加可能となりましたのでお知らせいたします。

BHQプロジェクト
『脳の健康と運動習慣に関するライフスタイル
の関係性検証実証研究』



**2022年5月25日より、参加者募集施設が27施設拡大し
全国12都道府県の計38施設から参加できるようになります！**



4月21日よりブレインインパクトのBHQプロジェクト*1が推進している本実証研究について、5月25日よりアクトス(一部対象店舗)および、いきいきランド交野でも実証参加者の募集にご協力いただくことが決定いたしました。これにより、本研究について全国12都道府県、38施設から参加できるようになりました。

本実証研究は、運動習慣や食生活、ライフスタイルにおいて脳の健康に良い影響・悪い影響を及ぼすと想定される活動や環境が、脳の健康維持・増進に向けた行動変容やこころの健康とどのように関係するかを検証します。

※「推定 BHQ を用いた「脳の健康」と運動習慣の関係性検証の実証研究開始」プレスリリース：<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000054.000007987.html>

本研究では、従前より脳の健康にいいとされている運動に着目し、フィットネスや運動施設の利用者を対象に、運動の種類や強度、頻度やその継続年度などの属性と脳の健康や、「記憶力」「判断力」「集中力」などの認知機能テストスコアとの関係性について、ベスプラが開発・提供する「脳にいいアプリ」および「推定 BHQ」を用いて大規模に検証します。

また、運動習慣に関しては、従前より地域間に格差があることを指摘する研究も多数見受けられます。

BHQ プロジェクトでは、今回の対象地域の拡大により、「郊外型」、「都市型」などの地域傾向や、「関東地域」、「東海地域」、「関西地域」、「九州地域」などの地域区分についても併せて検証の対象に加え、ライフスタイルの特性に合わせてよりの確に脳の健康と運動習慣に関する関係性の検証ができると期待しております。

脳の健康と運動習慣に関するライフスタイルの関係性検証実証研究

2022年4月21日開始 対象スポーツクラブにて参加者募集



「運動」を軸に、脳の健康レベル（BHQ）や認知機能との関係性を検証

実証研究は、全国 12 都道府県、38 か所のフィットネス・運動施設様に参加者募集にご協力いただいております。対象施設の利用者の方に、アプリを通して参加いただけます。また、参加者の方へは、脳の健康状態をアプリで AI が推測する「推定 BHQ」サービスを研究期間後も無償利用可能となる特典を提供しております。

■実証研究概要

実施内容：ライフスタイルや運動習慣に関するアンケートと、脳にいいアプリにて健康管理記録・推定 BHQ の測定を行っていただきます。

対象者：スマートフォンを使用可能な 20 歳以上の方

募集期間：2022 年 4 月 21 日～2022 年 9 月 30 日(新規対象施設は、5 月 25 日より開始)

参加特典：脳にいいアプリ「推定 BHQ サービス」の無料提供（研究期間後も無料で利用可能）

参加方法：協力企業様の対象施設にて配布・掲載されているチラシより参加申し込み案内ページへアクセスし、参加できます。

■新規参加者募集対象施設(五十音順)

- アクトス
 アクトス Will_G スーパーアークス新琴似
 北海道札幌市北区新琴似 4 条 17 丁目 1 番 25 号
 アクトス Will_G イオンタウン木更津請西

千葉県木更津市請西南 2-27-1 イオンタウン木更津請西内
アクトス Will_G Luz 大森
東京都大田区大森北 1-10-14 Luz 大森 3 階
アクトス Will_G ホームズ川崎大師
神奈川県川崎市川崎区中瀬 3-20-20 ホームズ川崎大師店 2 階
アクトス Will_G 相模原西橋本
神奈川県相模原市緑区西橋本 5-4-3 ホームセンターコーナン相模原西橋本店 2 階
アクトス 千音寺
愛知県名古屋市中川区新家 3-1006 AZ タウン内
アクトス 滝ノ水
愛知県名古屋市長区滝ノ水 4-2301-1
アクトス 春日井
愛知県春日井市宮町 2-1-2
アクトス 中川
愛知県名古屋市中川区篠原橋通 1-1
アクトス 一宮西
愛知県一宮市八幡 5-1-16
アクトス 名古屋インター東
愛知県長久手市打越 1521
アクトス 八事
愛知県名古屋市長区瑞穂区弥富町円山 5-1
アクトス 岐阜島
岐阜県岐阜市西中島 7-1
アクトス Will 茜部
岐阜県岐阜市茜部本郷 1-79
アクトス 桑名
三重県桑名市大字東方字矢田野 337-1
アクトス 四日市
三重県四日市市日永西 3-3558
アクトス 泉北原山台
大阪府堺市南区原山台 5-12-2
アクトス Will_G 宇治
京都府宇治市槇島町清水 4 8 番地 ベルファ宇治 3 階
アクトス 明石大蔵リゾート
兵庫県明石市大蔵海岸通 1-2-1
アクトス 明石魚住
兵庫県明石市魚住町清水西宿 1923-2
アクトス 藤原台
兵庫県神戸市北区藤原台中町 1-4-1 ステップガーデン内
アクトス 鈴蘭台
兵庫県神戸市北区松宮台 2-27-8

- アクトス 加古川
兵庫県加古川市野口町長砂 811
- アクトス Will_G フィッツマーケット垂水
兵庫県神戸市垂水区小東山本町 1-1-1 フィッツマーケット 2 階
- アクトス Will 箱崎
福岡県福岡市東区箱崎 4-7-55 ボックスタウン箱崎 メイン棟 3F
- アクトス Will_G MEGA ドン・キホーテ福岡福重
福岡県福岡市西区拾六町 1-7-1 MEGA ドン・キホーテ福岡福重 3 階
- アクトス Will_G ゆめ마트中津
大分県中津市永添 603 ゆめ마트中津店 1 階
- いきいきランド交野(交野市立総合体育施設)
大阪府交野市向井田 2-5-1

※第 1 弾(2022 年 4 月 21 日~9 月 30 日)にて協力開始いただいている施設については、第 1 弾プレスリリースをご参照ください。

第 1 弾プレスリリース：<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000054.000007987.html>

■参加者には、脳の健康度(BHQ)が測定できるプラットフォームを無償提供



ベスプラは、本研究参加者の BHQ 推定や脳の健康維持に向けた行動変容支援が可能なプラットフォームを過去の BHQ 研究の成果を応用し開発いたしました。本プラットフォームでは、ベスプラ提供のスマートフォンアプリ『脳にいいアプリ』の利用のみでアプリユーザーの BHQ が推定できます。(※サービスは今後有償にて提供予定。実験参加者は期間中無償でご利用いただけます。)

ベスプラは、本プラットフォームの構築・提供を通して、脳の健康に関する研究をより効率的に実施可能な環境を実現し、脳の健康への貢献を目指します。

■脳にいいアプリとは



脳の健康維持アプリ
脳にいいアプリ



脳科学に基づいた脳の健康維持アプリ「脳にいいアプリ」には、『通知』『歩数』『脳トレ』『食事』『評価』の機能があります。（認知症研究における世界的権威のカロリンスカ研究所※2）が実施したフィンガー研究※3の内容をベースに開発）

また、『人工知能』を搭載しており、活動内容を学習してその人に最適な活動を提案します。効果が高く、簡単に楽しんで使えるため、無理なく使い続けることができます。

* 「脳にいいアプリ」の詳細は公式ホームページをご覧ください。 <https://bspr.co.jp>

* 本サービスは、2021年、都政課題の解決に資するこれまでにない製品・サービスを提供するスタートアップによるピッチイベント「UPGRADE with TOKYO」第14回（高齢者にとってスマホが便利で身近なものに）において優勝しました。

*1 BHQプロジェクト：脳の健康管理指標 BHQ（Brain Healthcare Quotient）を活用し脳の健康状態の可視化を軸として、様々な活動や環境と脳の健康との関連性について産学公連携で研究推進及び社会実装に向けた支援を実施するプロジェクト。

※2 カロリンスカ研究所：スウェーデンにあるノーベル生理学・医学賞の選考委員会がある世界最大の医学系教育研究機関。



※3 フィンガー研究：2009－2011 年にかけて、フィンランドで行われた「高齢者の生活習慣への介入による認知機能障害予防の研究」。千名以上を対象に、食事指導・運動指導・認知トレーニング・生活スタイル指導などの複数の介入を組み合わせることが、軽度の認知機能障害の進行の抑制に有効であることを、世界で初めて証明した研究。

■お問い合わせ先

一般社団法人ブレインインパクト BHQ プロジェクト事務局
問い合わせ先：bhqproject_all@bi-lab.org

<ご参考>

=====

一般社団法人ブレインインパクトについて

一般社団法人ブレインインパクトは脳の健康管理指標 BHQ (Brain Healthcare Quotient) に関連する各種取り組みについての国際標準化活動を推進すると共に、脳情報のデータベースを公的共用リソースとして提供しています。今回の研究成果を活用し、脳科学研究の振興及び研究成果の社会への還元をより一層進めていく予定です。ブレインインパクト理事長の山川は以下役職も兼務しています。

- ・東京工業大学科学技術創成研究院バイオインターフェース研究ユニット特定教授
- ・京都大学ブレインヘルスケア・ビジネスエコシステム寄附講座特命教授
- ・神戸大学産官学連携本部客員教授

株式会社ベスプラについて (<https://bspr.co.jp>)

株式会社ベスプラは認知症予防に向けた脳の健康維持アプリ「脳にいいアプリ」ならびに運転免許更新時の認知機能検査が手軽に試すことができる運転免許の認知機能テストを提供し、ICT を使ったヘルスケアサービスを通して脳と体の健康サービスを提供しています。