

2024年7月18日

株式会社 Wellmira

株式会社 WizWe

株式会社東芝

東芝デジタルソリューションズ株式会社

## Wellmira、WizWe、東芝グループの連携による 生活改善の習慣化支援サービス「カラダのミライサポーター」を Wellmira から提供開始

～健診結果を最大活用し、AI×リアルで健康行動の習慣化をサポート～

株式会社 Wellmira（本社：東京都千代田区、代表取締役 CEO：渡辺 敏成、以下 Wellmira）、株式会社 WizWe（本社：東京都港区、代表取締役 CEO：森谷 幸平、以下 WizWe）、株式会社東芝（本社：東京都港区、代表取締役 社長執行役員 CEO：島田 太郎）および東芝デジタルソリューションズ株式会社（本社：神奈川県川崎市、取締役社長：島田 太郎、株式会社東芝とあわせて以下、東芝グループ）は、生活改善の習慣化に向けた行動変容を支援する新サービス「カラダのミライサポーター」において4社で連携し、本日、Wellmiraより本サービスの提供を開始します。

人が行動を変える際は「無関心期」「関心期」「準備期」「実行期」「維持期」の5つの行動変容ステージを通るとされています。4社はそれぞれ特定のステージへの働きかけに特化したサービスを有しており、今般これらのサービスを連携することにより、意識を変え、生活改善に向けた習慣化をサポートします。

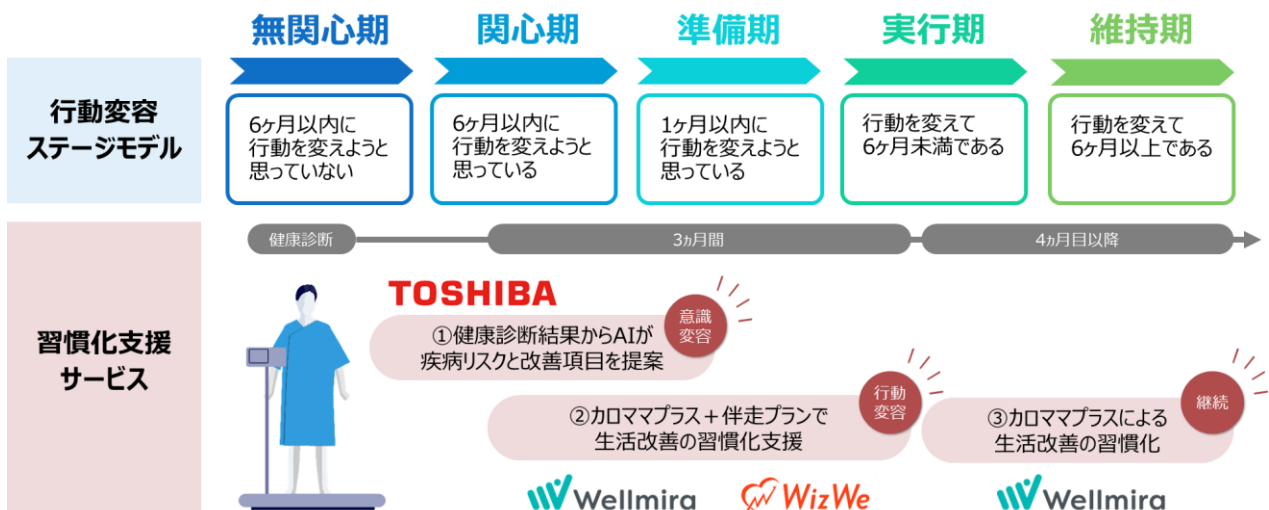


図1 生活習慣改善の習慣化支援サービスの流れ

Wellmiraは、「社会の健康課題を解決し、自然に健康になれる社会を創る」をミッションとし、食事や運動、睡眠などの生活記録のデジタルデータ（ライフログ）に基づき専門家が監修したアドバイスが届くAI健康アプリ「カロママプラス」を主軸とした、リアルとICTを連携したサービスを展開しています。東芝グループは、産業分野で培ってきたビッグデータの解析技術を応用し、将来の生活習慣病の発症リスクを予測する「生活習慣病発症リスク予測AI」および発症リスクを下げる生活習慣改善ソリューションを提案する「生活習慣改善AI」を展開しています。WizWeは、「習慣化プラッ

トフォームで 100 億人をありたい姿へ」をビジョンに掲げ、行動の習慣化をサポートするサービス「Smart Habit」を開発・運営しています。

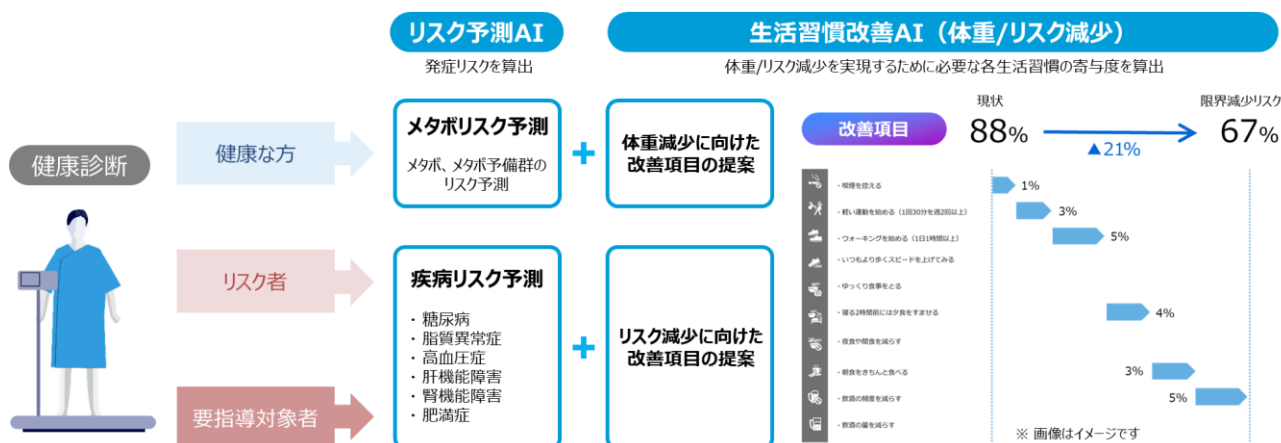
Wellmira と東芝グループは 2023 年 2 月から連携し、Wellmira が提供する「カロママ プラス」で生活習慣改善プランを提案するサービスを提供しています(\*1)。この度、WizWe の「Smart Habit」も連携することで、健康診断受診後の意識変容・行動変容を促すだけでなく、生活習慣の改善を習慣化するまでの行動変容ステージをステージごとにサポートすることが可能となります。本サービスは、新サービス「カラダのミライサポーター」として、本日、Wellmira より提供を開始します。

Wellmira は、健康経営や従業員の健康増進に注力している企業・健康保険組合に対して本サービスの提供を進めることで、各社の健康課題の顕在化および課題解決に寄与することを目指します。

## <「カラダのミライサポーター」全体の流れ>

### ① 健康診断受診後：健康診断結果から AI が疾病リスクと改善項目を提案（東芝グループ）

健康診断結果を基に「生活習慣病発症リスク予測 AI」を用いて、将来病気になる可能性を可視化し、自身の健康や生活習慣を見直す機会の提供を行います。さらに「生活習慣改善 AI」で、これらの疾病の発症リスクや体重を低減するために必要な生活習慣の改善項目を、減少寄与度と併せて提示します。改善項目を明記し、それによる体重/リスク減少の効果をパーセンテージで表示することで、意識変容を促し、行動変容のきっかけ作りを行います。



※疾病リスク予測はビッグデータを基に AI が予測した値です。

医師の医学的診断に基づく疾病の診断をするものではありません。

図 2 「生活習慣病発症リスク予測 AI」、「生活習慣改善 AI」

### ② 健康診断受診後から 3 カ月間：生活改善の習慣化支援（Wellmira、WizWe）

「生活習慣病発症リスク予測 AI」の結果や改善提案に基づき、「カロママ プラス」で生活改善を行い、「Smart Habit」による LINE での伴走で習慣化を支援します。

#### ● AI 健康アプリ「カロママ プラス」

「カロママ プラス」は、食事や運動、体重、体温、睡眠、気分など、「健康」に関わるライフログを記録すること

ができる AI 健康アプリです。ライフログを記録することで、パーソナル AI コーチ「カロママ」から、専門家監修のアドバイスがリアルタイムで届きます。



図 3 AI 健康アプリ「カロママ プラス」

● 習慣化プラットフォーム「Smart Habit」

Smart Habit は、学習や運動などの行動の習慣化をサポートするためのプラットフォームです。

ユーザーは、アプリ上で、自分の進捗状況を確認できるだけでなく、習慣化サポーターとのコミュニケーションなどが可能です。進捗状況に合わせて届く習慣化サポーターからのフォローコメント、モチベーション維持に役立つ動画や記事といった情報の提供など、様々なサポートを受けながら、日々行動を継続していく中で、少しずつ習慣づけていくことができます。

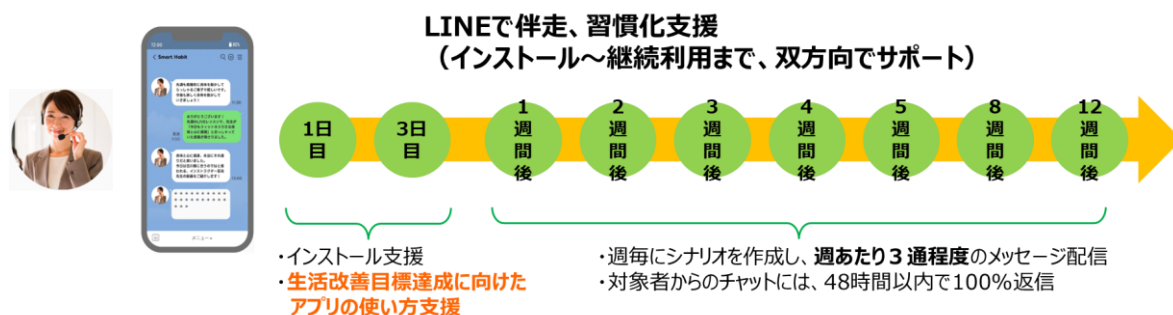


図 4 Smart Habit による行動習慣化サポート

③ 4 カ月目以降：「カロママ プラス」による生活改善の習慣化 (Wellmira)

4 カ月目以降は、「カロママ プラス」を継続して利用することで、生活改善の習慣化を支援します。「健康」に関わるライフログの記録、AI によるパーソナライズされたアドバイスに加え、健康コラムやレシピ、運動促進の動画など、健康やダイエットに役立つコンテンツが毎日届き、楽しく続けることができます。

4 社は今後も生活改善の実現に向けた連携を進め、リアルと ICT を組み合わせた一人ひとりに寄り添う健康支援サービスを提供することで、企業の健康経営の推進を支援していきます。

\*1 AI 健康アプリ「カロママ プラス」が、東芝の生活習慣病発症リスク予測 AI と連携

<https://www.global.toshiba/jp/news/corporate/2023/01/news-20230131-01.html>

※社名・商品名・サービス名などは、それぞれ各社が商標として使用している場合があります。

【報道機関からのお問い合わせ先】

株式会社 Wellmira 広報 屋代 [pr@wellmira.jp](mailto:pr@wellmira.jp) / 070-1502-6696

株式会社 WizWe ブランディング&PR 室 田中、五十嵐 [pr@wizwe.co.jp](mailto:pr@wizwe.co.jp)/03-6426-5110

株式会社東芝 メディアコミュニケーション室 高木、後藤 [media.relations@toshiba.co.jp](mailto:media.relations@toshiba.co.jp)/03-3457-2100