

2026 年 9 月 8 日

報道関係者各位

65 歳以上の「約 8 人に 1 人」が半年で 2kg 以上減少。 2,916 名の体重データを分析

“意図しない体重減少”を自動で検知する新機能「フレイルオートケア」 | 東大発 issin が敬老の日を前に提供開始

東京大学発ヘルスケアスタートアップの issin 株式会社（本社：東京都文京区、代表取締役：程 涛、読み：イッシン、以下「issin」）は、体組成が測定できるバスマット「スマートバスマット」を利用する **65 歳以上 2,916 名の体重変化を分析**しました。

その結果、**6 ヶ月で 2kg 以上減少していた方が、11.8%（約 8 人に 1 人）**でした。

高齢期の「6 ヶ月で 2kg 以上の（意図しない）体重減少」は、日本のフレイル診断基準（改訂 J-CHS 基準（2020））の評価項目のひとつで、**体重減少は低栄養やフレイルの入り口になり得るサイン**として知られています。

調査結果サマリー

- ・ 6 ヶ月で 2kg 以上体重が減少した人：**11.8%（約 8 人に 1 人）**
- ・ 測定頻度が低い層ほど、**該当率が約 1.5 倍**
（「6 ヶ月で 2kg 以上減少」該当率 ほぼ毎日：10.1% / 月 8 日未満：15.3%）
- ・ スマートバスマットは、高齢層でも高い継続率（3 ヶ月後で 93%、1 年後で 78%）

issin はこの結果をふまえ、**高齢期の意図しない体重減少を自動で検知**し、本人が何もしなくても、**気づきが本人とご家族に届く新機能「フレイルオートケア」**を、敬老の日（2026 年 9 月 21 日）を前に提供開始しました。

取材対応 実機貸出・撮影協力／代表インタビュー（スタジオ出演可）／専門職インタビュー（医師・管理栄養士）／アプリ画面・実機デモ／製品画像・グラフ素材の提供

※詳細は本リリース末尾「取材のご案内」をご覧ください。

【背景】痩せていくことに、本人がいちばん気づきにくい

体重が増えることには、多くの方が敏感です。一方で、体重が少しずつ減っていくことは、なかなか気づかれません。むしろ「最近すっきりした」と前向きに受け取られることさえあります。

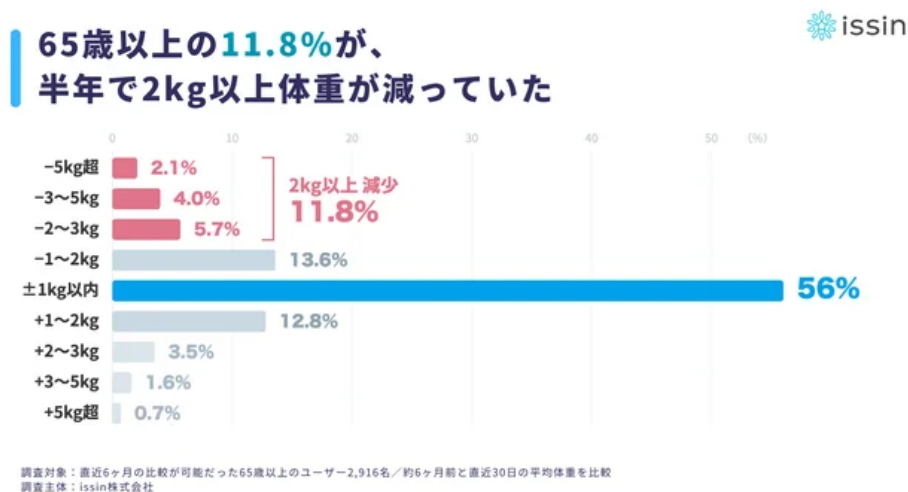
しかし、高齢期の意図しない体重の減少は、低栄養やフレイルの入り口になり得るサインとして知られています。半年で2kg減ったとしても、1ヶ月あたり300グラム程度です。日々の見た目や体感では気づきにくいのが実情です。

連続した測定データがあれば、本人も家族も「気づかないうちの痩せ」に早い段階で気づくことができます。

【データ①】半年で2kg以上痩せていた人が11.8%（約8人に1人）

直近6ヶ月の比較が可能だった2,916名を分析したところ、**11.8%が2kg以上の減少**に該当しました。一方で**56%は±1kg以内で安定**していました。

減量を目的としている方も含まれるため、該当することがそのままフレイルを意味するものではありません。ただし、意図しない体重の減少が含まれている可能性を考えると、11.8%という数字は決して小さくないと考えています。



【図1】直近6ヶ月の体重変化の分布（n=2,916）

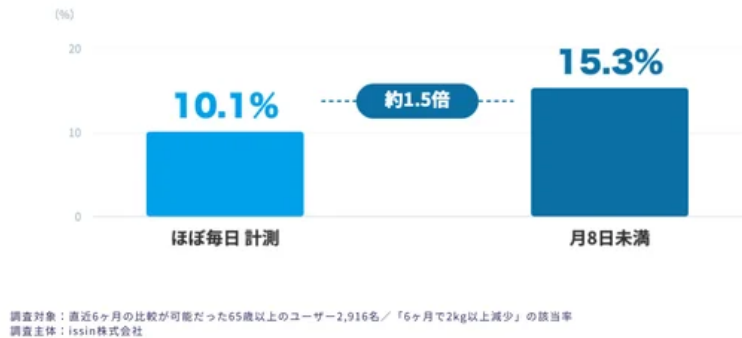
【データ②】測定頻度が低い層は「半年で2kg減少」が約1.5倍

測定頻度別に見ると、「6ヶ月で2kg以上減少」の該当率は、**月8日未満の層では15.3%、ほぼ毎日測定する層では10.1%で、約1.5倍**となり、測定頻度と体重の減少には関連が見られました。

測定が月に数日しかない場合、体重が減っていても、その変化は記録として残りません。半年で2kgの減少は、記録がなければ、本人にも家族にも見えないままになります。

※これは因果関係を示すものではありません。「測定すると体重が安定する」だけでなく、「体調が安定している人ほど測定を続けやすい」という逆の関係も含まれている可能性があります。

測定頻度が低い層は、 2kg以上減少の該当率が約1.5倍



【図2】測定頻度別「6ヶ月で2kg以上減少」の該当率

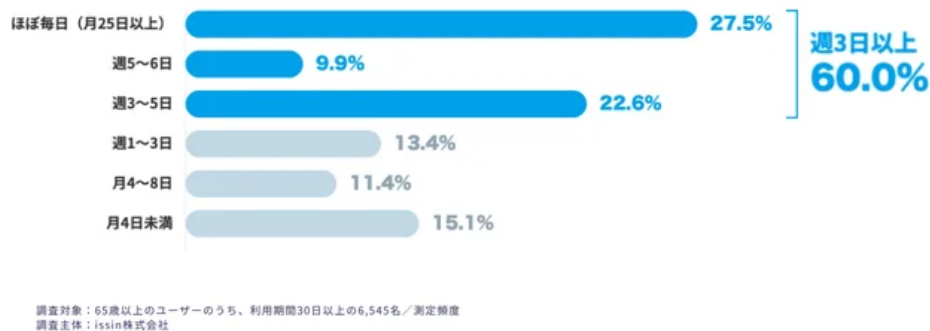
【データ③】スマートバスマットは、高齢層でも高い継続率

65歳以上の**60%は週3日以上**、27.5%は「ほぼ毎日」測定していました。

また、同じ対象で測定継続率を見ると、利用開始から**3ヶ月後で93%、1年後で78%**が測定を続けていました。

「スマートバスマット」は、お風呂上がりに、これまで通りバスマットに乗るだけで記録され、本体にはボタンも画面もなく、体重も表示されません。電子機器の操作が不安な方や、数字を見るのがつらい方でも、測定を続けやすい設計となっています。

65歳以上の60%が週3日以上、 27.5%は「ほぼ毎日」測定していた



【図3】月あたりの測定日数の分布 (n=6,545)

【新機能】「フレイルオートケア」の提供を開始

この分析結果をふまえ、高齢層の方で6ヶ月で2kg以上の体重減少が続いた際に、**ご本人と、データを共有しているご家族の双方にお知らせする「フレイルオートケア」**の提供を開始しました。当機能は、追加料金なくご利用いただけます。

スマートバスマットは、**本人がスマートフォンを操作しなくても測定は続きますが**、スマートフォンの通知を日常的に確認する習慣がない方には、変化に気づく機会が限られます。

そこで「フレイルオートケア」は、本人へのお知らせに加え、**事前に共有設定を行っているご家族にも直接お知らせ**します。ご本人が気づかなくても、離れて暮らす家族が気づける状態をつくります。利用者が新たに操作を覚える必要はなく、お風呂上がりにこれまで通りバスマットに乗るだけで、以下がすべて進みます。

① 自動で気づく

65 歳以上の利用者を対象に、半年間の体重推移を継続的に確認し、**2kg 以上の減少が見られた場合に自動で検知**し、体重の推移・低体重・筋肉量・測定 of 途絶・歩数の 5 項目からリスクを判定します。ご本人の操作は一切不要です。

② ご本人へのお知らせ

検知後、アプリからご本人へのお知らせが届き、ご家庭で確認できる**セルフチェック（5 問）**をご案内します。

5 つの質問は、改訂 J-CHS 基準（2020）の 5 項目（体重減少・疲労感・歩行速度・身体活動・筋力）を、ご家庭で確かめられる形にしたものです。目安として示す BMI は、日本人の食事摂取基準（2025 年版）によります。

本人向けセルフチェック：<https://gie.issin.cc/frail-check>

③ ご家族（データ共有者）へのお知らせ

ご本人が気づかなかった場合に備え、**事前にデータ共有を設定しているご家族にもお知らせ**します。体重の数値そのものは表示せず、体重減少に関する通知と、今日からできることをお伝えします。気づかれる側が負担に感じない設計を重視しました。

家族向け通知：<https://issin.cc/pages/jikka-no-taiju>

※本機能およびセルフチェックは、フレイルを診断するものではありません。気になる症状があるときは、医療機関にご相談ください。



本人向け通知・セルフチェック



家族向け通知

【図 4】 左：本人向け通知・セルフチェック 右：家族向け通知

対象・利用方法

対象：スマートバスマットをご利用の 65 歳以上の方（ご家族へのお知らせは、事前にデータ共有を設定している場合に限りです）

判定の根拠：改訂 J-CHS 基準（2020）、日本人の食事摂取基準（2025 年版）を参照

当機能は今後、研究機関・自治体・関係企業などとも連携しながら、判定精度の向上や対応領域の拡大など、機能のアップデートを重ねていく方針です。

issin が掲げる「オートケア」は、本人の意志や努力に依存せず、まわりの仕組みで健康を支えるという考え方です。「本人に気づかせること」だけではなく、「**本人が気づけなくても、まわりが気づける状態をつくること**」も重要な環境の 1 つと考えます。

敬老の日をきっかけに、「気づける状態」を用意する

離れて暮らしていると、親の体調の変化にはなかなか気づけないものです。今回の調査では、65 歳以上の約 8 人に 1 人が半年で 2kg 以上体重を落としていました。これは 1 ヶ月あたり 300 グラムほどで、年に数回会う程度では気付けません。

スマートバスマットは、お風呂上がりに乗るだけで記録されるため、本人が新しく習慣を始める必要はありません。フレイルオートケアは、データを共有しているご家族にも直接お知らせするため、本人がアプリを開かなくても、離れて暮らす家族の手元に届きます。

親の体重の変化に気づけるのは、データを共有した家族だけです。この敬老の日をきっかけに、体重測定という贈りものはいかがでしょうか。

▼ ご購入はこちら

スマートバスマット <https://issin.cc/pages/smart-bath-mat>

スマートバスマット 「開発ストーリー」

「スマートバスマット」の開発者である程は、1 社目を起業した 1 年目に、父親を急病で亡くしました。あとから振り返ると、父親は亡くなる前の 3 ヶ月間で急激に体重が落ちていました。痩せたこと自体には気づいていたものの、痛みを訴えるわけでもなく、少し食欲がない程度に見えたため、病院へ行くという判断には至りませんでした。高齢期の体重減少が見逃してはいけない変化であることを知ったのは、その後ヘルスケア領域に携わってからのことです。

体重は重要な指標である一方、体重計は乗るのが面倒であること、そして数字を見たくないこと、この 2 つが理由でいつの間にか使われなくなります。程はここから、測ろうとしなくても測れる仕組みをつくるほかに考えました。お風呂上がりに必ず踏むバスマットと体重計を一体化させたのも、本体に数値を表示しない設計にしたのも、この発想に基づいています。

家族とデータを共有できる機能、体重を非表示で共有できる機能も、同じ出発点から生まれました。今回の「フレイルオートケア」は、離れて暮らす家族の変化に誰かが気づけること、気づかれる側がそれを負担に感じずに済むことを大切にしました機能です。

開発ストーリー：<https://issin.cc/pages/story>



「スマートバスマット」は、体組成計とバスマットを一体化させたことで、健康管理を日常生活に自然に溶け込ませたヘルスケア製品です。

お風呂上がりに乗るだけで、体重・BMI・筋肉量・体脂肪率など 15 項目の体組成データを測定し、専用アプリに自動記録します。ユーザーの測定継続率は 90%を超えており、無意識のうちに健康習慣が身につく仕組みを実現しました。

バスマット部分は取り替え可能で、豊富なカラーに加え、村上信五モデルやポケモンデザインなど、気分や好みに合わせて買い替えや買い足しが可能です。

専用アプリは継続的にアップデートを重ねており、パーソナルヘルスケア AI「ウェリー」による食事の栄養価分析、未来の体重変化予測、毎週お知らせが届くウェリーの発見、目的やライフステージに合わせた体重管理モード、プライバシーに配慮した家族間共有など、多数の機能を提供しています。これにより、子どもの成長記録、ダイエットのモチベーション維持、高齢者のフレイル予防など、多様な健康ニーズに応えています。

- ・製品名：スマートバスマット 体組成計モデル（2026）
- ・販売価格：19,800 円～（税・送料込）
- ・主な機能：体組成測定（体重、BMI、体脂肪率、筋肉量、体内年齢など 15 項目）、パーソナルヘルスケア AI、食事の栄養価分析、未来の体重変化予測、ウェリーの発見、体重管理モード、体重オートケア（一部メンバーシップ加入で利用可能）
- ・公式サイト：<https://issin.cc/pages/smart-bath-mat>

取材のご案内

▼取材ポイント

- ・誰もが当事者になりうるテーマ：高齢者自身も、高齢の親を持つ世代にも関わる話
- ・“警告”ではなく“自動化”という発想：issin は健康管理の「オートケア」と定義し、生活環境で健康を自動で支える仕組みを目指しています。
- ・開発の原点は代表・程 涛の実体験（起業 1 年目に、実父を体重減少を伴う急病で亡くした経験）

▼ご案内・取材協力について

- ・番組・記事制作に向けて、以下の対応が可能です。ご希望に応じてお気軽にお問い合わせください。
- ・実機貸出・撮影協力：スマートバスマットに乗って体重が記録される様子、スマートフォンへの通知が届く様子などの撮影
- ・代表インタビュー：代表取締役・程 涛への単独インタビュー、開発ストーリーに関する取材（スタジオ出演のご相談も可）
- ・専門職インタビュー：issin 所属の医師・管理栄養士より、フレイルに関する背景知識やリスクなどを解説
- ・アプリ画面・実機デモ：「フレイルオートケア」の検知から通知、セルフチェック、家族向け共有画面までの一連のデモ操作
- ・製品画像・グラフ素材：本リリース内の製品写真・グラフ画像（高解像度データ）の提供

会社概要

会社名：issin 株式会社（読み：イッシン）

代表者：代表取締役 程 涛

設立：2021 年 4 月 5 日

所在地：東京都文京区本郷七丁目 3 番 1 号 東京大学アントレプレナープラザ 705

資本金（資本準備金含む）：834,956,200 円

URL：<https://issin.cc/>

事業内容：日常生活に溶け込んだヘルスケア機器・サービスの開発・提供

個人向け

- ・生活習慣の改善・促進を、ラクに楽しくサポートするスマホ向けアプリ「ウェリー」
- ・お風呂上がりに乗るだけで、無意識に体重管理ができる「スマートバスマット」
- ・装着するだけで、睡眠の質などを可視化できる「スマートリカバリーリング」

法人向け

- ・効率良く簡単に運動習慣を身につけられるエクササイズサービス「Smart 5min」
- ・専門家と AI が最適な健康アクションを提案する生活習慣改善サービス「Smart Daily」
- ・健康経営の“次の一手”を導く健康経営クラウド「Welly Compass」

代表プロフィール

issin 株式会社 程 涛（テイ トウ）

1982 年、中国・河南省生まれ。東京工業大学卒。シリアルアントレプレナー（連続起業家）。東京大学修士在学中に、東大発ベンチャーpopIn を創業し、2015 年に Baidu と経営統合。世界初の照明一体型 3in1 プロジェクター「popIn Aladdin」や大ヒットゲーム「スイカゲーム」などを開発。

2021 年、issin 株式会社を創業。国内初のお風呂上がりに乗るだけで体重測定できるバスマット「スマートバスマット」をリリース。2025 年、装着するだけで、睡眠の質などを可視化できる指輪型デバイス「スマートリカバリーリング」をリリース。日常生活に溶け込んだヘルスケア体験を追求している。

2025 年 11 月、自身初の著書「道具としてのアイデア」（日経 BP）を出版。

書籍情報

『道具としてのアイデア』

著者：程涛

発売日：2025 年 11 月 21 日（金）

定価：1,760 円（税込）

発行：日経 BP

日経ブックプラス：<https://bookplus.nikkei.com/atcl/catalog/25/10/30/02293/>

Amazon：<https://amzn.to/3YmFddt>

issin 株式会社のプレスリリース一覧

https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company_id/103350

以上

本件に関するお問い合わせ

issin 株式会社 広報（岡田）

TEL：03-3868-0186

MAIL：media@issin.cc