

## 習慣化アプリ「みんなチャレ」で糖尿病・歯周病患者の生活習慣を改善 自治体・医科歯科と連携した糖尿病重症化予防の実証実験を開始 山梨県の「TRY!YAMANASHI!実証実験サポート事業」に採択

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（本社：東京都港区、代表取締役CEO：長坂 剛）は、山梨県が今年度より実施している「TRY! YAMANASHI! 実証実験サポート事業<sup>\*1</sup>」に採択されました。12月より、山梨県民の健康増進、QOLの向上、医療費の適正化を目的にピアサポートテクノロジーを活用した糖尿病改善に関する実証実験を開始しました。

本実証実験では、山梨県・県内医療機関と連携し、医師・歯科医師推奨のもと、糖尿病・歯周病患者がデジタルピアサポート<sup>\*2</sup> アプリみんなチャレ活用して運動やほみがきなどの生活習慣改善を行います。本実証は、自治体の保健事業として医科歯科から患者に対してみんなチャレを推奨し、糖尿病のコントロールや将来的な重症化・合併症の発生を防ぐことを目指す初の取り組みです。

今後は自治体、医科歯科と連携して糖尿病や歯周病患者に対して相互に受診勧奨し、患者の生活習慣を改善することで重症化・合併症の発生を防ぐ「山梨モデル」を確立し、全国への展開を目指します。

当社は、健康課題を解決するために、本事業を自治体や企業、健康保険組合向けに提供し、国民の健康寿命の延伸に貢献します。

※1 TRY! YAMANASHI! 実証実験サポート事業: 山梨県が今年度より実施している、最先端技術やサービスを有するスタートアップ企業等に伴い、山梨県全域を対象にした実証実験を全面的にサポートする事業。

山梨県プレスリリースはこちら<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000003.000082267.html>

※2 デジタルピアサポート：同じ境遇の仲間がアプリやWebサービスなどのオンラインで交流し、助け合うこと。「ピア」は仲間を、「サポート」は支援を意味している。



### ■背景

#### 山梨県は糖尿病性腎症による新規透析患者数が多い

山梨県では医療費2,772億円の内約943億円、全体の約34%を生活習慣病関連が占めています。また、糖尿病性腎症による新規透析患者数も多く、そのうち糖尿病を起因とする糖尿病性腎症の割合が非常に高くなっています。

#### 生活習慣病患者の日常生活のサポートが課題

糖尿病患者数は、生活習慣と社会環境の変化に伴って急速に増加しています。しかし、糖尿病患者の4%が治療を中断している<sup>\*3</sup>ことがわかっています。生活習慣病の治療・予防には、食事や運動の習慣を変える、患者さんご本人の努力が必要ですが、1人ではハードルが高く治療を継続できない方が多くいるからです。一方、増加する生活習慣病患者や予備群の方を自治体や医療従事者が人力で支援することには限界があり、市民の日常生活の健康づくりまで支援が行き届かないという課題があります。

※3 健康日本21評価作業チームより（厚生労働省 2011年10月7日）

#### 食事・運動療法に加えて歯周病対策も重要

糖尿病患者の約8割には歯周病の症状<sup>\*4</sup>があります。近年では歯周病のある糖尿病患者に歯周治療を行うことで、血糖値の改善が見られることから、歯周病と糖尿病との間には相関的な関係があるといわれています。日本糖尿病学会「糖尿病診療ガイドライン2019」でも、2型糖尿病患者に対する歯周治療により血糖

が改善する可能性があることから、糖尿病患者への歯周治療を推奨し、予防プログラムの提供や健診受診などを促すと共に、医科歯科相互の受診勧奨も促すことが必要となっています。

※4 山梨県歯科医師会 「歯周病と生活習慣病」リーフレットより

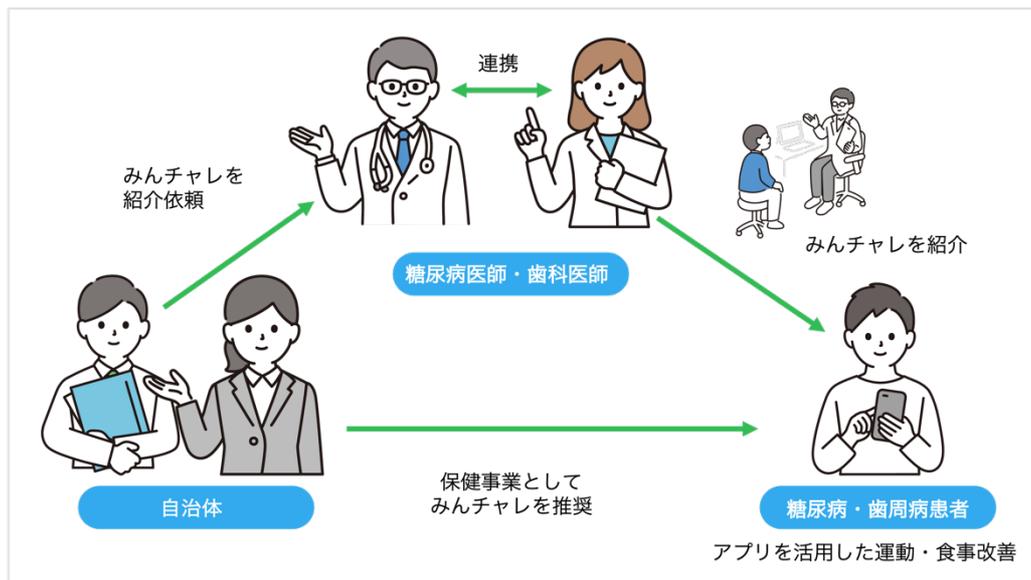
## ■実証実験の概要

当社は、来年度以降の糖尿病重症化予防事業の採択を視野に入れて、医科歯科が連携し、糖尿病や歯周病患者同士のピアサポートで日常生活習慣を改善する実証実験を開始しました。この取り組みの中で糖尿病や歯周病の疾病啓発を行い患者に対して相互に受診勧奨することで、糖尿病のコントロールや将来的な重症化・合併症の発生を防ぐことを目指します。

## ■実証実験の詳細

実施期間	2021年12月1日～2022年2月28日（3ヶ月間）
実施場所	山梨県下の医療施設 計13施設 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 病院：3施設（山梨大学医学部附属病院、山梨厚生病院、塩山市民病院）</li> <li>● クリニック5施設（市川メディカルクリニック、金丸内科クリニック、きたむらクリニック、こいし糖尿病内科クリニック、中里内科クリニックDM）</li> <li>● 歯科医院の5施設（石川歯科医院、うちだ歯科クリニック、ナカムラ歯科医院、望月歯科、吉田歯科医院）</li> </ul> ※山梨大学医学部附属病院については、2022年1月から実証実験開始予定です
対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2型糖尿病患者・予備群（HbA1c 6.0%以上8.5%未満）</li> <li>・歯周病患者</li> <li>・性別：不問</li> <li>・年代：20才以上74才以下</li> </ul>
募集人数	85名
内容	糖尿病患者や歯周病患者を対象として、生活習慣の改善のために、医師・歯科医師から「みんチャレ」の推奨を受け、3ヶ月間利用した場合の生活習慣の行動変容に関する効果を検証する
評価項目	<ul style="list-style-type: none"> <li>・継続率</li> <li>・参加率</li> <li>・歩数・体重・HbA1c・口腔内の変化 等</li> </ul>

## ■実証実験後のイメージ



本実証実験を通して自治体、医科歯科と連携して糖尿病や歯周病患者に対して相互に受診勧奨し、患者の生活習慣を改善することで重症化・合併症の発生を防ぐ「山梨モデル」を確立し、その後全国への展開を目指します。

## ■関係者コメント

### 塩山市民病院 多和田真人 院長

当院では、糖尿病患者さん方の合併症の発症および進展阻止を治療の第一目標としています。そのためには、患者さんご自身が主体的に治療に取り組み、良い生活習慣を継続して血糖値をコントロールすることが必要です。しかし、患者さんがお一人で生活習慣の改善を続けることは難しく苦勞されている方が多くいらっしゃいます。「みんなチャレ」を活用することで患者さん同士が励まし合いながら生活習慣の改善に取り組めるようになることを期待しています。

また、糖尿病の重症化予防には歯周病のケアも重要であり、医科・歯科が連携し患者さんに「みんなチャレ」を推奨する今回の取り組みは重症化予防につながると考えます。

### 山梨県歯科医師協同組合 望月 修 理事長

「お口の健康は全身の健康への入り口です。」毎日の正しい歯磨き習慣(セルフ口腔ケア)で歯やお口の衛生状態をきれいに保つことは、虫歯や歯周病などのお口の病気だけでなく、様々な生活習慣病の改善につながります。またウイルス感染に対する免疫力の向上、重症化予防にもつながります。楽しく仲間と共に「みんなチャレ」を使用することで、正しいお口の衛生習慣が身につくことが期待されます。

### 山梨県 リニア未来創造局 リニア未来創造・推進課

本県では、令和2年3月に策定した「リニアやまなしビジョン」に基づき、社会課題の解決に資する最先端技術や新たなサービスを有するスタートアップ企業等が本県をフィールドに実施する実証実験を全面的にサポートする「TRY!YAMANASHI!実証実験サポート事業」を推進しております。本実証実験では、県内医療機関と連携し、糖尿病・歯周病患者がデジタルツールを活用することにより、生活習慣を改善しようとするものです。今後、この実証実験を通じて、エーテンラボ株式会社のビジネスが次のステージに繋がることを期待しております。

## ■習慣化アプリ「みんなチャレ」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

みんなチャレは勉強・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。

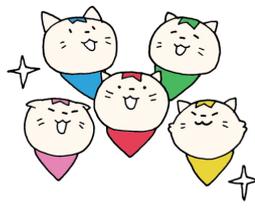
### ・糖尿病患者の目標歩数の達成率・平均歩数が2倍に！

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、みんな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://prt看imes.jp/main/html/rd/p/000000050.000024217.html>

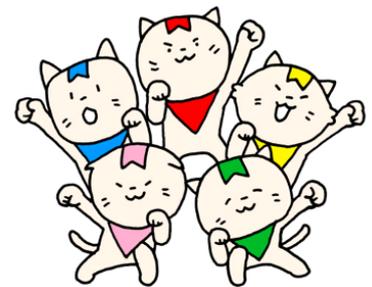
### <特徴>

- ・ユーザー数90万人 \*2021年11月現在の累計利用者数
- ・2020年 経済産業省主催「ジャパン・ヘルスケアビジネスコンテスト」で優秀賞・企業賞を受賞
- ・2016・2017・2019年 Google Playベストアプリに選出

タイトル	みんなチャレ
利用料	<p>無料ユーザー：無料</p>     <p>① 1人でがんばり 続けるのはたいへん...</p> <p>② 同じ目標を持つ 5人1組のチームに参加!</p> <p>③ 食事や歩数を チームに写真で報告!</p> <p>④ いい習慣で毎日が 楽しくなる</p> <p>プレミアムユーザー：1ヶ月プラン 500円/月</p>
配信日	2015年11月6日
公式サイト	<a href="https://minchalle.com/">https://minchalle.com/</a>
ダウンロードURL	<p>【iOS】 <a href="https://itunes.apple.com/jp/app/id1047462806">https://itunes.apple.com/jp/app/id1047462806</a></p> <p>【Android】 <a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.sony.minchalle&amp;hl=ja">https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.sony.minchalle&amp;hl=ja</a></p> 
公式ブログ	<a href="https://minchalle.com/blog/">https://minchalle.com/blog/</a>
公式SNS	<p>【Twitter】 <a href="https://twitter.com/minchalle">https://twitter.com/minchalle</a></p> <p>【Instagram】 <a href="https://www.instagram.com/minchalle.official/">https://www.instagram.com/minchalle.official/</a></p> <p>【facebook】 <a href="https://ja-jp.facebook.com/minchalle/">https://ja-jp.facebook.com/minchalle/</a></p>

### 【会社概要】

社名：エーテンラボ株式会社  
 住所：東京都港区六本木7-7-7 TRI-SEVEN ROPPONGI 7F  
 代表者：代表取締役CEO 長坂 剛  
 設立：2016年12月21日  
 資本金：4,800万円  
 URL：<https://a10lab.com>



### 【お問い合わせ先】

エーテンラボ株式会社  
 広報/事業開発 担当 加藤、横田  
 TEL：03-5422-8396 / 070-4399-5680（横田）  
 e-mail：[pr@a10lab.com](mailto:pr@a10lab.com)