

オンラインで健康教育

新潟のベンチャー企業 実証実験

幅広い世代の活用を期待

健康や医療に関するデータ分析などを手掛けるベンチャー企業「アイセック」(新潟市中央区)が、オンラインによる健康教育の実証事業を行っている。姿勢とメンタルヘルスについて学ぶ二つのコースを設け、受講者への効果を検証する。木村大地社長(40)は「非対面で学べる仕組みを構築し、県民の健康寿命延伸に

貢献したい」と話す。事業は県の「アフターコロナを見据えたイノベーション創出支援事業」の補助金を活用。実証実験は今年始めた。健康教室に出席できなくてもスマートフォンやタブレット端末を使い自宅を受講できる。子どもから高齢者まで多世代の健康維持を支えることを目指す。

ストレス



本来、「ストレス」とは外からの刺激や身体への反応を総称して「ストレス」と言います

実証事業には学校や高齢者施設、企業など15団体が協力する。受講者は週1回配信される動画や資料を見る。姿勢コースでは、正し

アイセックが手掛けたオンライン健康講座の画面

い座り方や立ち方について、メンタルヘルスコースでは、ストレスや睡眠、怒りのコントロールなどを学べる。

アイセックは、受講者の

健康に関する知識の向上率や受講完了率などを調べ、講座内容を改善していく。木村社長は「受講する前と後に問診し、知識の向上や行動変容をシステム上で管理できる仕組みを準備している」と意欲を語った。