

事業名 PHRを活用した予防運動プログラム

実施主体 東京海上日動火災保険株式会社

協力団体 国立長寿医療研究センター

事業の全体像

PHRを活用し、医療アクセスの良くない地域においても、継続的に取り組むことができる
通いとオンラインを組み合わせた運動プログラムを開発・提供

提供サービス

- ▶ PHRアプリ
(東京海上日動火災保険株式会社)
- ▶ リモート運動プログラム
(Evocare Japan株式会社)
- ▶ 通いの場の運動プログラム
(Evocare Japan株式会社)
- ▶ 電話医療相談サービス
(東京海上日動メディカルサービス株式会社)
- ▶ ウェアラブル端末・計測機器の貸与
(東京海上日動メディカルサービス株式会社)

事業イメージ



住民
(循環器病ハイリスク者)
健康寿命の延伸と
QOLの向上を促進



01

- ▶ PHRアプリ
- ▶ ウェアラブル・計測機器
- ・体調の自己管理や可視化
- ・改善活動の促進



02

- ▶ リモート運動プログラム
- ・運動課題を動画でアサイン
- ・理学・作業療法士の非同期指導



03

- ▶ 通いの場の運動プログラム
- ・運動知識の効果的な習得
- ・モチベーションの維持向上



04

- ▶ 電話医療相談サービス
- ・継続モチベーションの向上
- ・疾病リテラシーの向上



協力(共同研究) 国立長寿医療研究センター

事業名 PHRを活用した予防運動プログラム

実施主体 東京海上日動火災保険株式会社

協力団体 国立長寿医療研究センター

2024年度の実証内容

国立長寿医療研究センターとの共同研究形式での実証事業を実施
リアルとオンラインを組み合わせた運動プログラムの効果やオペレーション方法、安全性等を検証

提供サービス

▶ PHRアプリ
(東京海上日動火災保険株式会社)

▶ リモート運動プログラム
(Evocare Japan株式会社)

▶ 通いの場の運動プログラム
(Evocare Japan株式会社)

▶ 電話医療相談サービス
(東京海上日動メディカルサービス株式会社)

▶ ウェアラブル端末・計測機器の貸与
(東京海上日動メディカルサービス株式会社)

事業イメージ



住民
(介護施設・ハイリスク者)
健康寿命の延伸と
QOLの向上を促進



01
▶ PHRアプリ
▶ ウェアラブル・計測機器
・体調の自己管理や可視化
・改善活動の促進



02
▶ リモート
運動プログラム
・運動課題を動画でアサイン
・理学・作業療法士の非同期指導



03
▶ 通いの場の
運動プログラム
・運動知識の効果的な習得
・モチベーションの維持向上



04
▶ 電話医療
相談サービス
・継続モチベーションの向上
・疾病リテラシーの向上



協力(共同研究) 国立長寿医療研究センター

【実証詳細】

★対象者：65歳以上の方
★人数：50名程度
★期間：12週間

※その他、共同研究に伴い、
実証期間前後での包括的な
機能検査を予定しております。