

【事業の背景と目的】

日本の高齢化が進む中、フレイル予防や介護予防の重要性が高まっている。しかし、高齢者自身の健康や食習慣改善への意欲は必ずしも高くなく、特に独居高齢者では食事の準備や食品バランスの多様性の確保に課題がある。こうした背景から、自治体や企業の職員（保健師・栄養士・ケアプラン作成者）を主なターゲットとし、住民の食生活改善を支援する「デジタル食事改善プログラム」の開発・実証を進めた。

本プログラムは、住民の食事・生活習慣を簡便に記録・可視化し、個々の住民に応じたアドバイスや食ソリューションを提供することで、健康維持・行動変容を促進するとともに、食事指導を担う職員の業務効率改善・質向上を目指す。

【実証・調査の概要】

2024年度はプログラムの有効性に関するエビデンス取得を実施したが、今後の社会実装および持続的な事業化に向けては、顧客が実際に抱える課題を的確に把握し、その解決に資する要素をプログラムへ反映・更新していく必要があった。そのため、本年度は顧客調査および受容性調査を通じて顧客課題を深掘りし、得られた知見を基にプログラムのアップデートを行った。なお、取得済エビデンスについては、第84回日本公衆衛生学会（2025/10/31）にて発表を行った。

■高齢者・家族・自治体職員への調査

実証パートナーである春日井市を中心とし、高齢者・高齢者の家族・自治体職員を対象にインタビューを実施した。高齢者は将来の介護不安はあるものの、食習慣改善への意欲は低い傾向であった。ただし、フレイルの自覚を促すと意欲が高まることが確認された。

独居高齢者では食事準備や食の単調さが深いペインとなっていることを特定した。また、遠方に居住する高齢者の家族は、見守りや食事タイプの把握に強いニーズがあることを特定した。

自治体職員からは、限られた面談時間で適切な評価・助言を行うため、住民の

生活状況を事前に把握できる仕組みが評価された。

■モックアップを用いた受容性調査

保健師・栄養士・ケアプラン作成者・高齢者・家族を対象に、プログラムのモックアップを用いた受容性調査を実施した。

全ターゲットでプログラムの提供価値が課題解決策として受容された。

プログラムフィーや食ソリューションについても受容可能であることが確認されたが、高齢者本人や家族の自己負担意向は限定的であった。

【プログラムの設計・機能】

■背景情報の取得と個別化

MVP（最小実用製品）では、顧客調査を基に、世帯構成・調理頻度・運動習慣・アレルギー有無などの背景情報を選択式で取得し、個別に合った評価・助言を行う設計とした。

■7日間チェック記録

毎日の詳細な記録は負担が大きいため、7日間単位の簡易チェック方式（食品群や生活習慣を○で記録）を採用した。職員による代理入力も可能とし、現場の業務フローに無理なく組み込める設定とした。

■スコアリング・タイプ判定・アドバイス

7日間チェックの結果を基にスコアリングし、食生活タイプ（例：たんぱく質不足型、野菜不足型等）を判定できる設定とした。職員には客観的な評価や助言、高齢者にはタイプ判定と食ソリューション情報を提供する方針とした。

■継続性向上の工夫

食事記録の達成状況を相撲のイラストを入れた番付で可視化し、自己の変化を楽しみながら継続できる仕組みを導入した。

■システム構築

UI設計はFigma、クラウド基盤はMicrosoft Azure、開発言語はReact+Next.jsを採用した。

SLP（スマートライフパス）との連携によるID管理・認証、API設計による再利用性の高いアーキテクチャを構築中である。

【ビジネスモデル・今後の展開】

マネタイズモデルは、自治体・企業向けのプログラムフィーと、住民向け食ソリューション売上の二本立てを検討中である。

今後は有償サービスとしての機能追加・改修、愛知県ポータル等との連携、学術発表・エビデンス発信を進め、社会実装・スケール化を目指す。

【振り返り・課題と今後の方向性】

デザイン思考を取り入れ、ペルソナを用いた共感ベースの課題特定を実施した。高齢者の「諦めていた課題」を言語化し、短期的価値（例：一人分の食事提供）と長期的価値（フレイル予防等）を組み合わせることで受容性を高めた。

今後は、行動変容 AI や健診データ連携によるパーソナライズ精度向上、職員の業務効率化、地場食品やサプリメント等の食ソリューション拡充、運動等の包括的介入も検討していく。

【まとめ】

本事業は、高齢者の食生活改善と職員の業務効率化を両立するデジタルプログラムの社会実装を目指し、今年度は、実証・受容性調査・システム開発・ビジネスモデル検討を進めてきた。今後も自治体・アカデミア・企業との連携を強化し、健康寿命延伸・地域産業活性化に貢献するサービスとして発展を目指す。

以上