

令和6年（2024年）12月5日

健康アプリ「Well-BeingYU」の公開について ～山形大学Well-Being研究所において開発～

【本件のポイント】

- 「山形大学Well-Being研究所」において開発を進めてきた生活習慣改善アプリ「Well-BeingYU」を本年12月から一般の皆様公開できることとなった。
- 山形コホート研究の成果を基にした疾病等予測機能や個別化したアドバイスによる伴走型の生活習慣改善支援機能が搭載。さらに、本学の医療従事者や専門家による健康ノウハウや最新の研究成果を分かりやすくお伝えするショート動画を閲覧可能。
- 今後、多くの皆様にご使用いただき生活習慣を改善頂くとともに、本アプリを地域の Well-Being（健康・幸福）のための社会インフラとなるよう発展させ、各自治体との協力体制を構築していきたい。



【概要】

山形大学 Well-Being 研究所においては、令和5年度の設置以来、アプリの開発を進めてきたが、この度、基本的な機能の開発が完了したことから、一般公開を行うこととした。

●本アプリのポイント

- ・山形コホート研究の成果を基にした疾病等予測機能が搭載されており、今後5年間のがん・脳卒中・死亡・要介護リスク（参考値）を簡単に確認することができる。
- ・毎日の生活習慣を入力いただければ、その結果を本学医師、教員及びAIが確認の上「習慣サマリー」として個別化したアドバイス、メッセージをお届けすることで、伴走型の生活習慣改善支援を行うことが可能。
- ・ユーザー限定コンテンツとして、本学の医療従事者や専門家による健康ノウハウや最新の研究成果を分かりやすくお伝えするショート動画を公開。
- ・本アプリはLINEアプリとして開発しており、既にLINEを使用している方は「友達登録」をしていただくだけで簡単に使用可能である。なお、アカウント登録は匿名（ニックネーム）で行っていただくため、個人は特定できない。
- ・吉本興業株式会社が現在推進している「笑いと健康プロジェクト」の一環として作成いただいた、同社所属芸人が出演するオリジナルショート動画を順次公開予定。

【背景】

- ・国民一人ひとりの生活の質を維持し、社会を持続可能なものとするため、健康寿命を大きく延伸させることは喫緊の課題である。
- ・山形大学では20年以上継続してきた山形コホート研究の成果を、地域住民に健康教室、メディアによる広報、自治体への政策提言などで還元してきた。
- ・しかし、これらの方法による介入は、間接的、一方向的、一時的、一般的なものとなりやすく、生活習慣病のリスクが高い人に十分に伝わらず、行動変容につながらないという課題があった。

【今後の展望】

- ・今年度は山形県民の方を対象に運用を行い、令和7年度からは山形県外にまで対象を広げる予定である。
- ・本アプリを各自治体の健康、福祉政策の立案にも活用いただけるように連携を一層進めていく。

お問い合わせ

学術研究院教授 今田恒夫（公衆衛生学・衛生学）

TEL 023-628-5260 メール kkonta@med.id.yamagata-u.ac.jp

飯田キャンパス事務部研究支援課 係長 國分裕基

TEL 023-628-5015 メール yuki-k@jm.kj.yamagata-u.ac.jp

配布先：学長定例記者会見参加報道機関

※補足説明

1. 山形大学 Well-Being 研究所

・令和5年4月1日から飯田キャンパスに設置。本学において、長年実施してきた「山形コホート研究」の成果を、県民の皆様一人ひとりに個別化して還元し、Well-Being（体と心が健康で、人や社会とのつながりがよい状態）を実現し、健康寿命の延伸につなげることを目的としている。

2. 山形コホート研究

・コホート研究とは、一定期間ある集団を追跡して、病気の発生などの健康状態の変化を調べる研究のこと（例えば、喫煙の集団と非喫煙の集団を一定期間比較し、病気の発生の状況や要因などを明らかにする）。

・山形大学では、「山形コホート研究」として、山形県7市1町の地域住民健診受診者2万人の経年的な健診項目、生活習慣の変化、様々な疾患の発症等の情報を収集しており、その情報を基に、様々な環境要因や遺伝子因子と疾患発症、生命予後との関連について現在も調査、研究を継続している。

（参考）詳細は、Well-Being 研究所ホームページをご覧ください。

URL：<https://www.yu-wellbeing.com/>

山形大学発LINEミニアプリ！



Well-Being YU



スマホで楽しく 健康UP！

ニックネームで
利用OK！



リスク予測

今後5年間のがん・脳卒中、死亡、要介護のリスク（※参考値）がわかる



個別アドバイス

入力した生活習慣について本学医師・教員からメッセージが届く



限定Youtube

プロが教える健康動画！
医療従事者や専門家による健康ノウハウを限定配信

**吉本所属芸人の
限定動画配信！**



AIチャット

色んなキャラクターと雑談！話せば話すほどあなたに合わせた回答に！

使い方は簡単！LINEの友だちに追加して登録するだけ！

STEP 1



QRコードを読み取り
友だちに追加する

STEP 2



メニューのユーザー設定で
情報を入力する

STEP 3



準備完了！色んなメ
ニューをお試しください

※アプリにご入力いただいた情報は山形大学で厳重に保管・管理します