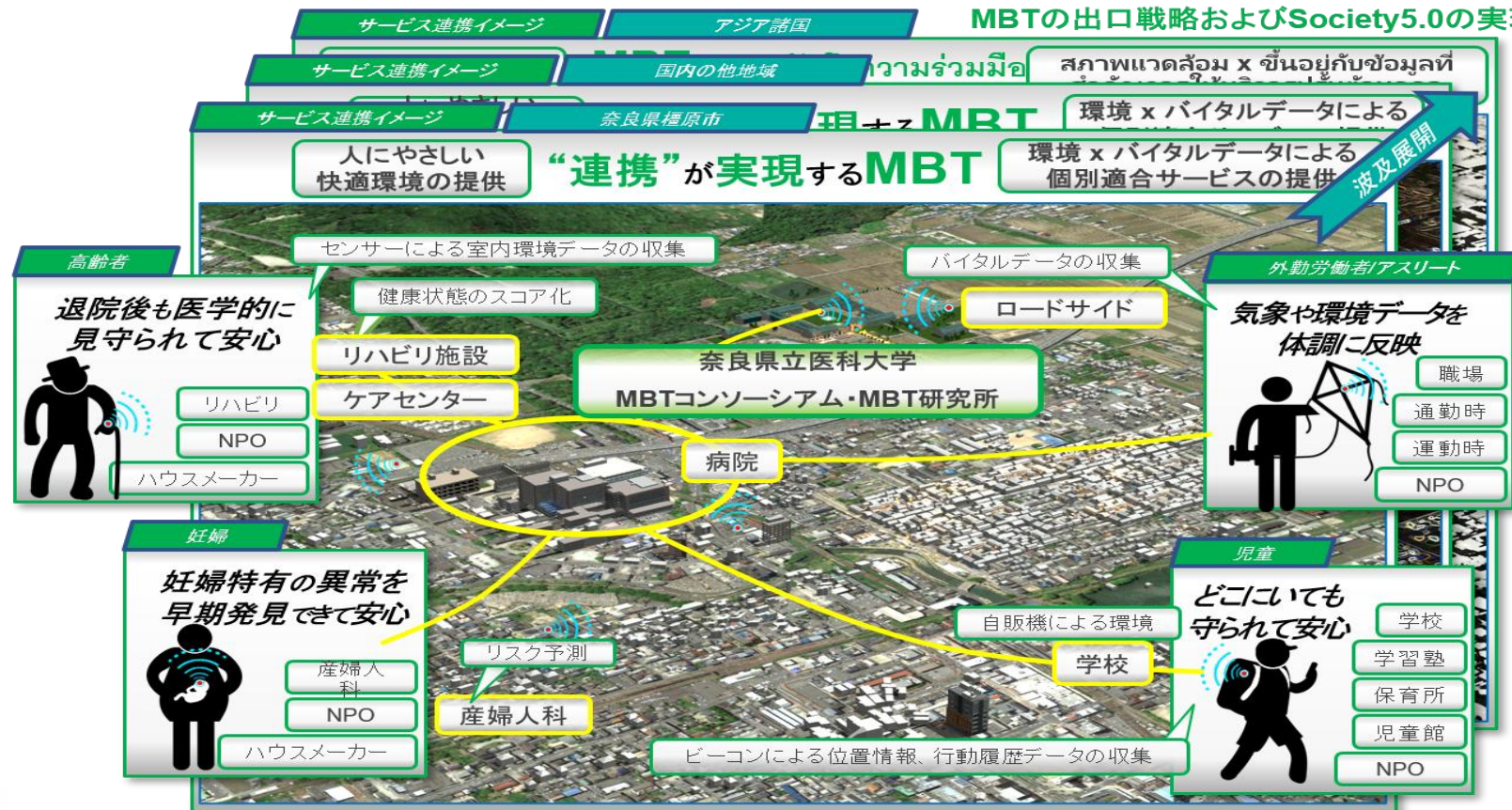




住み慣れた地域で元気に暮らすために ～暮らしのデータを活用した新しい健康支援～

MBTの出口戦略およびSociety5.0の実現



奈良県立医科大学 MBT研究所副所長
MBTリンク株式会社 代表取締役社長

梅田 智広

MBT: Medicine Based Town

MBT (Medicine-Based Town, 医学を基礎とするまちづくり)



住み慣れた地域で元気に暮らすために

電力データで未来の健康を守る：ライフスタイルセンシングが拓く予防医療の最前線

分電盤へのセンサー 設置のみで生活を可視化

15～30分の工事で、1分単位の
家電使用データを自動取得。



食事 睡眠 活動



デジタル・ ライフマーカー

デジタル・ライフ マーカーの活用

ウェアラブル端末不要で、停電以外は
24時間365日の機統計測が可能。

「食事・睡眠・活動」を AIがスコア化

個別の家電波形から、生活のリズム
を客観的な数値として抽出。



もたらされる価値と社会へのインパクト



認知症・フレイルの 早期発見と行動変容

数ヶ月単位のスコア変動から、
主観では気づけないリスクを特定。



年間約 **7,500万円**
の医療費削減ポテンシャル

生活習慣病の抑制により、自治体
規模での大幅なコスト削減を予測。



安心の「遠隔見守り」と 多分野連携

家族への通知に加え、保険商品や
配食サービスとの連携も視野。



奈良県立医科大学
イメージキャラクター
しょうとくた医師くん

地域医療・介護の現状

- ・日本の高齢化率は2025年に30%を超え、2040年には35%超へ
- ・医療・介護費の増大、病床削減に伴い在宅ケアへの移行が急務
- ・地域による支え合い・多職種連携が不可欠

出典：厚生労働省「地域医療構想」(2023), 総務省統計局

課題①：高齢化と人口構造の変化

- ・都道府県別の高齢化率に地域差
(例：秋田40%超／東京25%未満)
- ・高齢者人口の増加に対し、現役世代の減少が顕著
- ・医療・介護需要が増える一方で、財政・人材は減少傾向

出典：内閣府 高齢社会白書（2024）

課題②：医療・介護人材の不足と地域格差

- ・医師・看護師・介護士の地域偏在が深刻
- ・特に地方では“在宅医療担い手”が不足
- ・若年層人口の減少により支援基盤が脆弱化
- ・ICT導入や働き方改革による効率化が急務

出典：日本医師会・介護労働安定センター統計（2024）

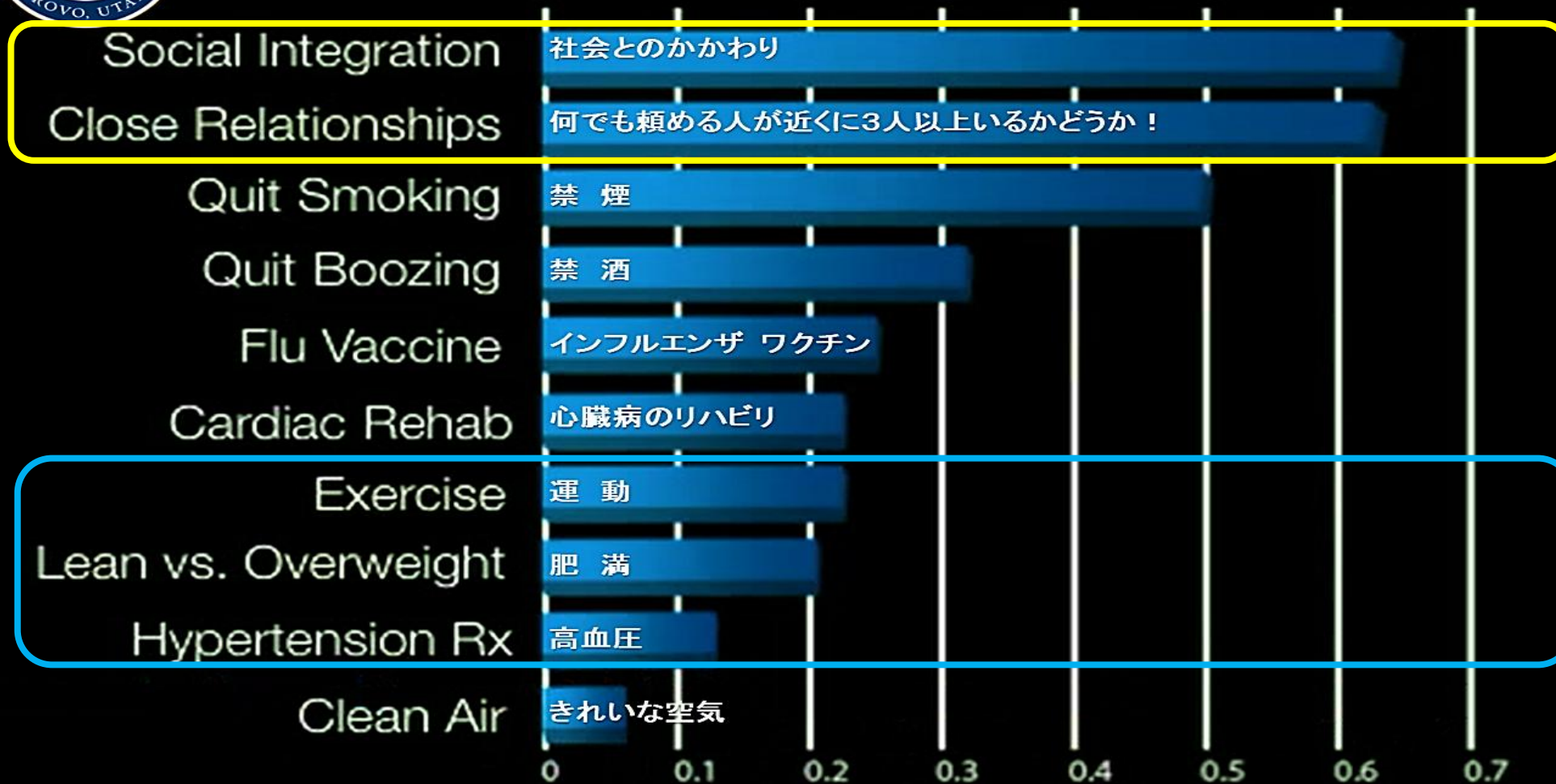
MBT（Medicine-Based Town, 医学を基礎とするまちづくり）



奈良県立医科大学
イメージキャラクター
しょうとくた医師くん



Staying Alive 100歳まで長生きする要因は！



MBT (Medicine-Based Town, 医学を基礎とするまちづくり)

ライフスタイルセンシング 全国展開 設置・議論中

ライフスタイルセンシング × ライフインサイトAIで、 未来の医療とまちづくりを変える。

～データがつながく、やさしい見守りと予防医療の新しいカタチ～

ライフスタイルセンシング

暮らしの中のデータを、やさしく、24時間センシング



電力センサ (スマートメーター)

1分単位の電力データを取得
家電をAIで自動判別



AIスマートプラグ

家電単位の詳細な利用情報
音・振動・CO₂なども取得し
精度を向上



水利用データ

トイレ・入浴・洗濯・調理など
生活リズムを可視化



環境データ

温度・湿度・CO₂ など
生活環境を把握



健康・医療情報

健診・検査・服薬・診療情報など
医療データと連携

ライフインサイトAIアバター

やさしい対話で寄り添い、気づきと行動をサポート

最近、活動量が
少し減っていますね。

お水をしっかり
とられていますね！

夜の生活リズムが
乱れています。

一緒に、目標を
決めましょう！

ライフインサイトAI

生活全体を理解し、あなたに合った提案をお届け

LifeRadix®

ライフインサイトデータ基盤

多様なデータを統合・解析し、未来を予測



データ統合



AI解析・予測



個別最適化



継続的学習

個別最適なサポート・サービス

必要な人に、必要な支援を、最適なタイミングで



健康アドバイス・予防支援

AIが生活習慣を分析し、
やさしくアドバイス



遠隔健康相談・医療連携

医療専門職とつながり、
早期対応を実現



見守り・家族連携

家族が安心できる
見守りと情報共有



介護・福祉サービス連携

介護・福祉サービスと
スムーズに連携



まちづくり・地域包括ケア

データで地域を支え、
持続可能なまちへ

一人ひとりの暮らしに寄り添い、未来の笑顔をつくる。



未病の早期発見

変化を早く気づき、
重症化を予防



健康寿命の延伸

生活習慣の改善をサポートし、
元気な毎日を



医療・介護費の適正化

予防と早期対応で、
社会全体の負担を軽減



安心して暮らせる社会

データがつながく支え合いで、
やさしい地域づくりを実現



奈良県立医科大学
Nara Medical University

北海道沼田 住みたい田舎 北海道7年連続1位

2024年「住みたい田舎部門」全国 1 位



日本の医療 = 大変な状態



人手不足

医師不足地域 + 人手不足介護施設

生活の規則性が崩れる流れ



規則性の低下 ➡ 未病・疾患リスクの進行



人生には確率的な未来がある。しかし、その未来に向かう途中の生活は毎日変化している。
その変化を継続的に捉え、適切に介入することで、未来の確率は変えられる。

例えば、医学では

「喫煙者は肺がんになる確率が高い」

⇒喫煙者全員が肺がんになるわけではない。
禁煙すれば確率低下。

「高齢になるほど認知症やフレイル、がんなどの罹患率は統計的に上昇する」

⇒運動、食生活、社会参加などにより変化する。

確率で決まる部分

遺伝、加齢変化、偶然、環境、事故、病気など

自ら変えられる部分

生活習慣、運動、食事、睡眠、人との交流、学習、受診行動など。

Concept

- 理論上の確率は存在する。
- しかし未来は毎日の選択で変えられる。
- **ライフスタイルセンシング**がその鍵。

1

人生は「確率」だが、未来は変えられる

コイン投げのように、理論上の確率は存在します。

しかし、人生は毎日の選択の積み重ね。

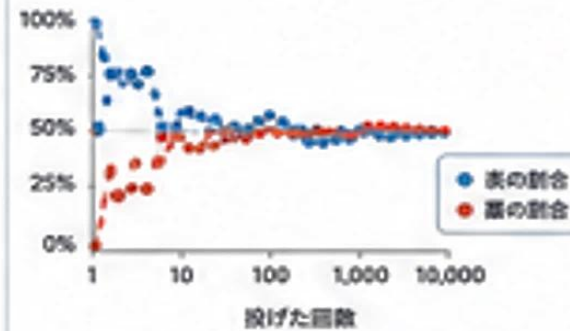
その積み重ねによって、病気へ向かう確率の軌道は変えられます。

2

コインと人生の違い（大数の法則）

コイン投げ（理論上の確率）

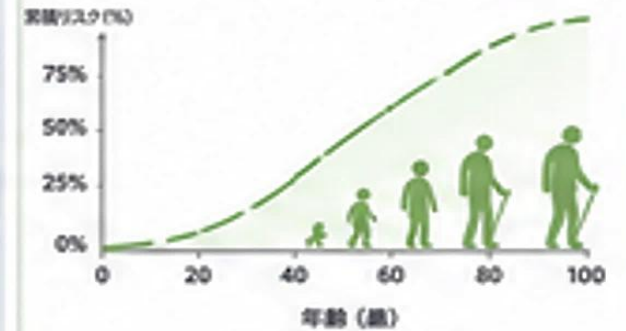
回数を重ねるほど、表と裏の割合は
1/2 に近づく



大数の法則：回数を重ねると理論値に収束する

人生（病気になる累積リスクの一例）

年齢とともに、病気になる累積リスクは
高まっていく（多くの病気に共通）



長生きするほどリスクは上がるのが自然な傾向

理論上の確率はあっても、途中の軌道は変えられる！

なぜ医療分野が大きく変わるのか？

医療は、人の命に関わります。

だからこそ、

小さな発見が、非常に大きな価値を持つ。

例えば、

- ・少し早く 異常に気づく
- ・少し早く 生活を改善する
- ・少し早く 相談する

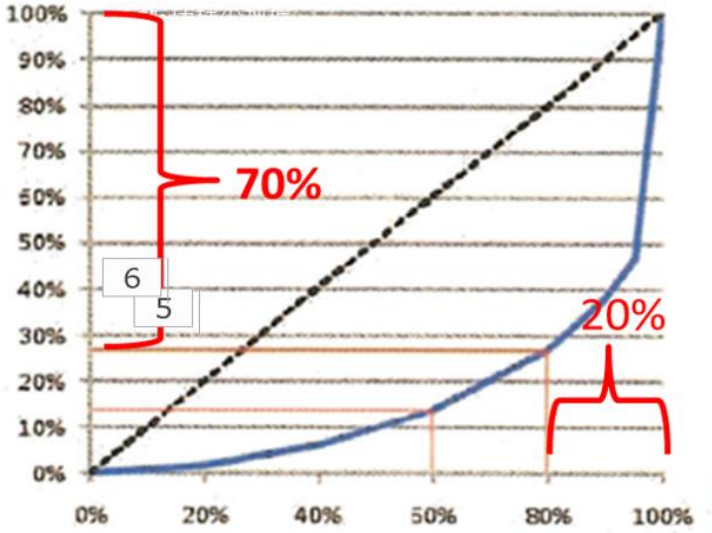
- ・小さな発見が命を救う
- ・早期発見が医療費削減につながる
- ・健康寿命延伸への期待

AIは“道具”から“パートナー”へ
これからのAIは、
単なる検索エンジンではない。

20%レセプトが70%の医療費を使う

医療費総額
8 億 6472 万円

レセプト積算医療費の医療費総額に占める割合

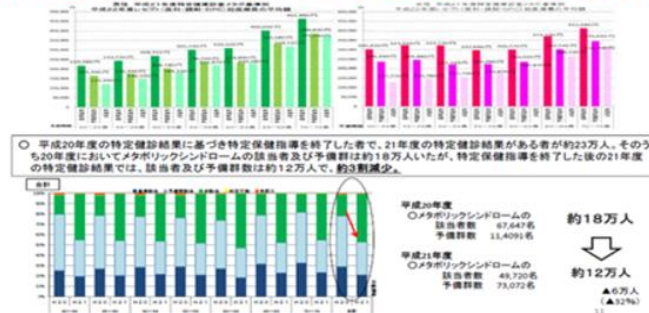


レセプト (36,560 枚) を医療費が安いものから高いものへ並べた時の相対的位置

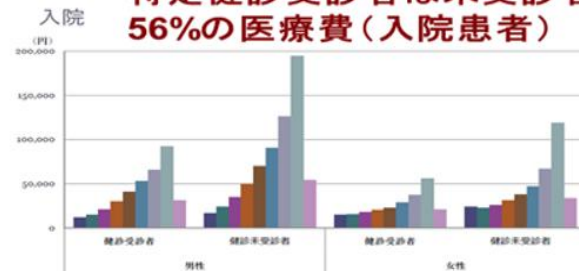
引用: 老人研ニュース (東京都健康長寿医療センター研究所) No.246 2011.9

特定健診受診の効果

メタボの人は医療費が9万円高く、
特定健診を受診すると30%メタボが減る



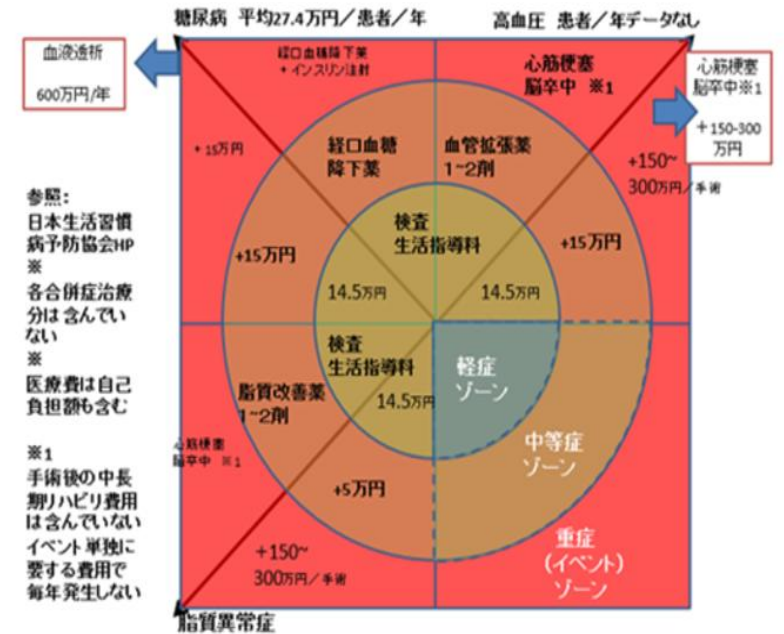
特定健診受診者は未受診者の
56%の医療費 (入院患者)



(注) 平均は健診受診者と健診未受診者の年齢を調整した数値である

(厚生労働省検証結果)

心筋梗塞・脳梗塞のイベント 150~300万円/回
糖尿病の透析 600万円/年



参照:
日本生活習慣
病予防協会HP
※ 各合併症治療
分は含んでい
ない
※ 医療費は自己
負担額も含む

※1
手術後の中長
期リハビリ費用
は含んでいない
イベント単独に
要する費用で
毎年発生しない

まちづくり事例

目指すは“医学を基礎とするまちづくり”、医学的根拠に基づいたサービスの提供

MBTLink

意識させることなく住まいする高齢者の健康・安全を見守ります！

MBTリンク(株)

奈良県立医科大学
MBT研究所 梅田智広研究教授

連絡先：MBTリンク株式会社 (奈良医大発ベンチャー)
担当： Email：



高齢社会に直面した自治体の住人や企業従業員の健康管理を支援します！

MBTLink Healthcareサービスをコアに、全国か所22都府県・49ヶ所で活動を展開及び検討中

MBTLink Healthcareサービス

ライフスタイル 状態計測

無意識下でバイタル、環境、
ライフスタイルを計測

家庭用電力メータの電力波形
から家庭内の稼働家電機器を
分析特定し、①生活スコア、
②食事スコア、③活動スコア
のスコア化で、日々の変化から
ライフスタイル異常を検出
する



状態分析

計測データをクラウドへ送信、
状態を分析

無意識感覚でバイタル*
を計測する
・プレスレット型センサー
・指輪型センサー



*バイタル：
心拍数、血中酸素、体温、睡眠
HRV・ストレス、歩数、距離、
血圧、

お知らせ

分析結果をリアルタイムに
表示や通知

設定した「しきい値」
を超えた場合は通知



ご自宅の分電盤にセンサー設置

1分間に1回、データを送信

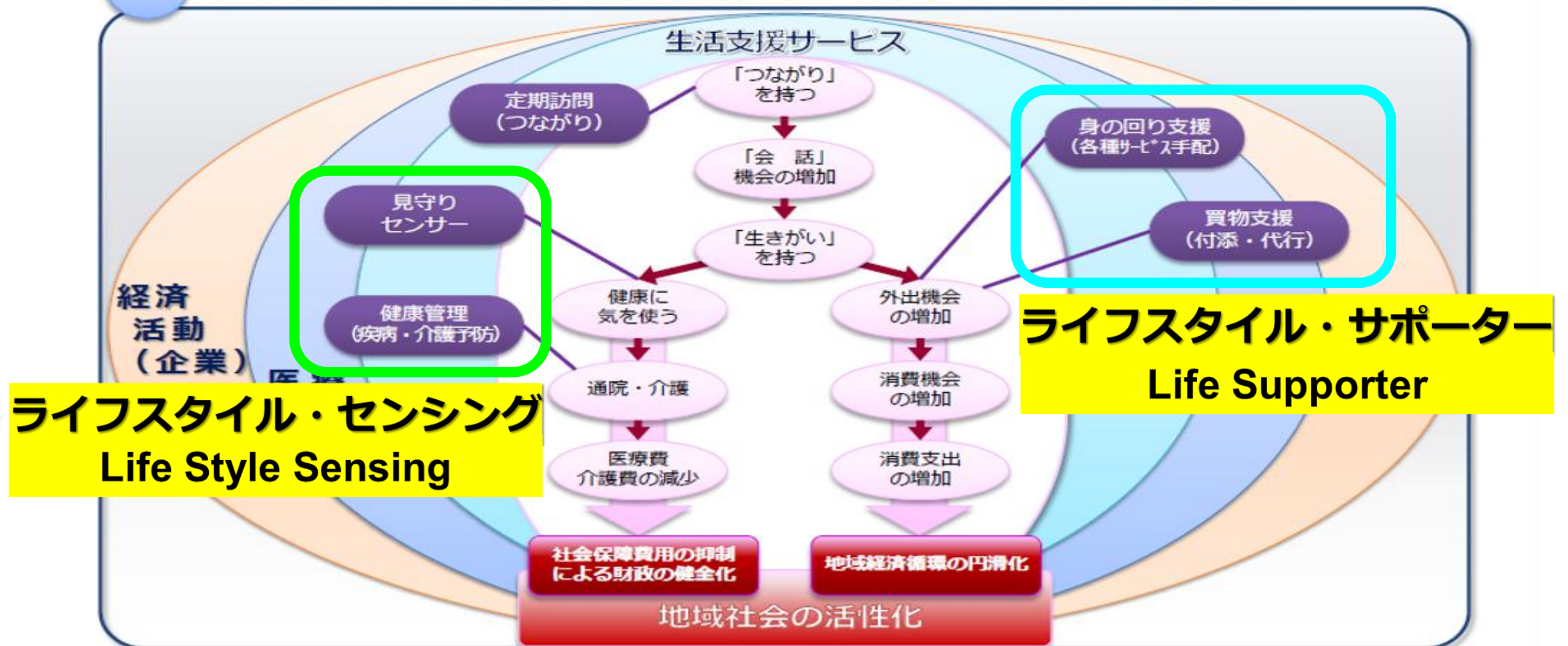


電力センサーを
活用した取組み

Initiatives Utilizing
Power Sensors

MBT (Medicine-Based Town, 医学を基礎とするまちづくり)

「つながり」の機会提供（生活支援サービス）による地域活性化



MBT（Medicine-Based Town, 医学を基礎とするまちづくり）

ライフスタイルセンシングとは

いつもの暮らしを見守り、早めの気づきにつなげる仕組みです

これは何ですか？

ご自宅での電気の使われ方などから、活動量・食事・睡眠・生活リズムの変化を確認します。

目的

病気を診断するものではなく、「いつもと少し違う変化」に早めに気づくための仕組みです。

大切な考え方

監視ではありません。
安心して暮らし続けるための“気づきの仕組み”です。

ご案内している理由

今すぐ危険という意味ではなく、早めに生活変化を見守ることが有効と考えられる方へご案内しています。

生活の変化は、体調変化のサインになることがあります

外出

外出が減る
活動量が少なくなる

食事

食事のリズムが乱れる
食事回数が変わる

夜間

夜間の活動が増える
睡眠リズムが乱れる

生活

起床・就寝時間が変わる
規則性が崩れる

早めに気づくことで、必要に応じて声かけ・相談・支援につなげます。

ライフスタイルセンシング（電力データ解析）

□ 取得するデータとデータの分析

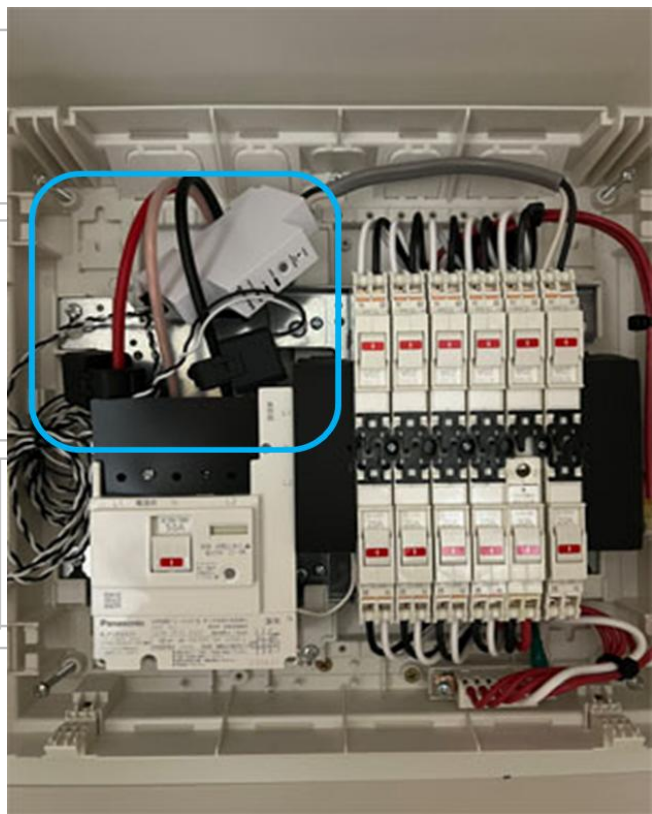
- 電力センサからは、エアコン、電子レンジ、洗濯機など、家電別の電力使用データを取得
- 家電を4つの群に分け、利用者様のライフスタイルの分析に活用
- 家電の使用量、時間帯、季節変動などを分析し、生活パターンの安定度、変化、変化の予兆等を把握。

生活系

食事系

活動系

その他



【データからの把握例】

- ・ 夜中に冷蔵庫を開けるようになった
- ・ 掃除機をかける回数が減っている
- ・ 電子レンジを使う時間が毎日変わる
- ・ 電力の使用量が前月より急に増えた
- ・ 去年の同時期よりも使用料が少ない 等



生活や健康状態に変化があるかもしれない
情報を共有し、確認、対応、予防につなげる

ライフスタイルセンシング（電力データ解析）

取得するデータとデータの分析

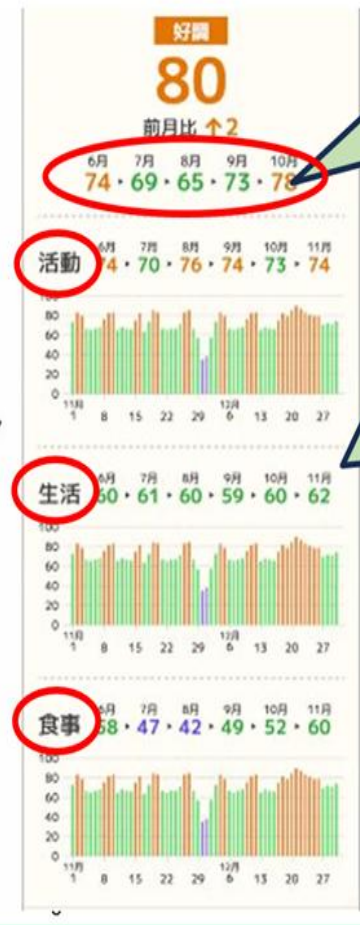


アプリ画面

- 好調：74～
- 安定：48～73
- 注意：47～

- ↑ 前日比がプラス
- 前日比が±0
- ↓ 前日比がマイナス

- ・ 外側：最新スコア
- ・ 内側：最新の1日前のスコア



過去のスコアがわかる

「活動」「生活」「食事」の分野ごとにわかる

生活データの価値

自治体・地域包括が抱える課題

人手不足の中で、誰を優先すべきかが分からない



地域課題

- ・高齢者増加
- ・独居・老老介護増加
- ・認知症増加
- ・医療・介護費増大
- ・相談遅れ・孤立

現場課題

- ・全員訪問は困難
- ・相談に来ない人が見えない
- ・悪化後対応になりやすい
- ・優先順位付けが難しい

求められていること

- ・悪化前に気づく
- ・継続悪化を見つける
- ・本当に危ない人を抽出する
- ・限られた人員で効率的に支援する

なぜ従来は難しかったのか

単発の情報では『流れ』が見えない

従来

- ・健診・相談時のみ
- ・本人申告中心
- ・異変後に把握
- ・点の情報



ライフスタイルセンシング

- ・電力等から連続データ取得
- ・生活リズムの変化を把握
- ・継続悪化・急変を検知
- ・線の情報

生活データの価値

なぜ『連続データ』が重要なのか

単日異常ではなく、継続変化を見る

見える変化

- ・活動量低下
- ・食事リズム変化
- ・夜間活動増加
- ・外出減少
- ・生活規則性低下

連続データだから分かること

- ・数日～数週間の悪化
- ・急変の早期検知
- ・一時的変化との区別
- ・『いつもと違う』の把握

結果として

- ・フレイル予防
- ・認知症リスク把握
- ・孤立・低栄養把握
- ・重症化予防

特に向いている対象者

生活変化が支援判断に直結する方

S > A > B > C

B: 一般高齢者
C: 若年健常者

	対象	なぜ重要か	LSSで見える変化
S	独居高齢者	気づく人がいない	活動・食事・夜間変化
S	フレイル予備群	生活変化が先に出る	活動低下・外出減少
S	MCI・認知症予備群	まず生活が崩れる	昼夜逆転・規則性低下
A	慢性疾患高齢者	悪化前兆が出やすい	睡眠・活動・水分変化
A	退院直後	再悪化リスク高い	生活が戻っているか
A	老老介護・家族遠方	支援遅れを防ぐ	継続悪化・孤立

ライフスタイルセンシング（電力データ解析）生活リズムを見える化

ご本人・ご家族にとってのメリット

ご本人のメリット

- ・ 普段通りの生活の中で見守れます
- ・ 体に機器をつける必要はありません
- ・ 生活リズムの乱れに早く気づけます
- ・ 必要な時に相談や支援につながりやすくなります

ご家族のメリット

- ・ 離れていても生活変化に気づきやすくなります
- ・ 「何かあったらどうしよう」という不安の軽減につながります
- ・ 異変が疑われる時に早めの確認ができます
- ・ ご本人の自立した生活を支えられます

分かること・分からないこと

分かること

- ・ 活動が少なくなっていないか
- ・ 食事や生活のリズムが乱れていないか
- ・ 夜間の動きが増えているか
- ・ いつもと違う状態が続いていないか

分からないこと

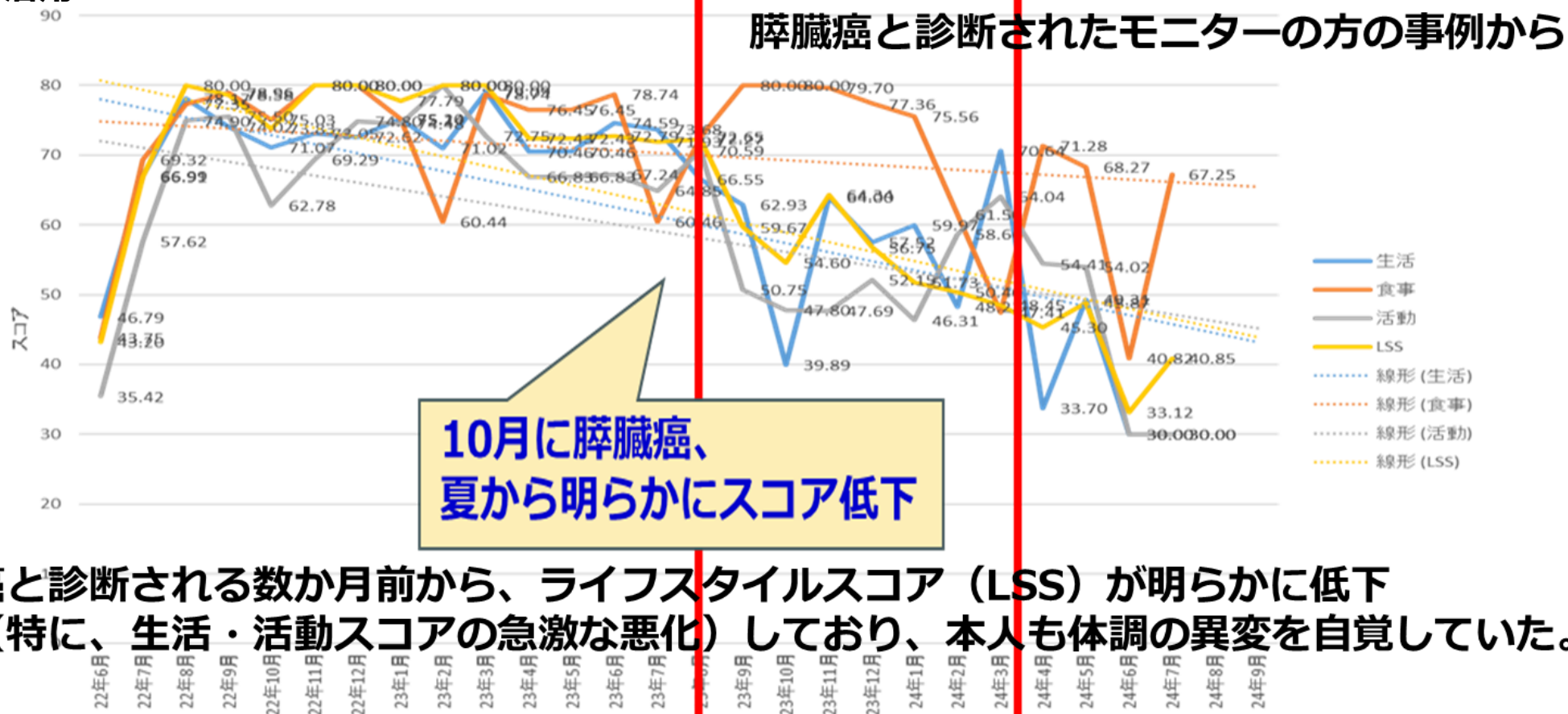
- ・ 病名の診断はできません
- ・ 生活の細かな内容を見るものではありません
- ・ 映像や音声で監視するものではありません

AIが生活変化に気づき、必要な時には人が声をかけ、相談や支援につなげます。

事例紹介

地域での活用

点ではなく、線で捉える。生活の連続データが健康を守る



スコアの急激な下降は、重篤な疾患の前兆である可能性が高く、早期の医療受診や精密検査の打診が極めて重要である。現在、同様のスコア変動が見られる方には、早期検査を提案。

保健師・包括が本当に欲しい情報

大量データではなく『誰に何をするか』

最も重要

- ・継続悪化者
- ・急変者
- ・孤立・見えない人
- ・今すぐ対応が必要か

AIが提示

- ・通常見守り
- ・数日内確認
- ・訪問推奨
- ・看護相談
- ・受診推奨

現場メリット

- ・訪問優先順位が決まる
- ・見逃し不安を減らす
- ・対応効率化
- ・支援漏れ防止

客観的評価による検知、気づき、人が支える

地域包括ケアとの親和性

ライフスタイル センシング

生活変化検知
継続悪化検知

ライフスタイル サポーター

電話・訪問
主観確認

保健師

相談・受診勧奨
専門判断

役場

全体管理
地域施策

参考) MBT構想の実現 地域フオロ一体制の検討 ところ検定有資格者連携

こころ検定

こころ検定「生活機能向上支援」

こころ検定を知る

検定内容詳細

最新情報

オンライン説明会

受験申し込み

お知らせ

こころ検定資格者の新たな活躍フィールド「ライフスタイルサポーター」として、地域の暮らしと心を支える取り組みを開始

2026.3.4

小さな気づきが、
大きな安心に



一般財団法人日本こころ財団（本部：福岡県嘉麻市、理事長：別府 武彦）は、奈良県立医科大学の研究成果等に基づき設立された「奈良医大発ベンチャー」に認定されているMBTリンク株式会社（本社：東京都千代田区 代表取締役社長：梅田 智広）において、当財団が認定する文部科学省後援こころ検定(R)（1級・準1級・2級）合格者が「ライフスタイルサポーター」の適格者として正式に採用されることとなりましたのでお知らせいたします。

近年、高齢化や単身世帯の増加、メンタル不調と生活機能低下の重なりなど、地域社会が抱える課題は複雑化しています。医療やカウンセリングといった専門的支援だけでは十分に対応しきれない「日常生活の小さな変化」に、いち早く気づき、寄り添う存在の重要性が高まっています。

こうした背景を受け、こころ検定（2級・準1級・1級）資格者が、その専門性を活かして活躍できる新たな役割として、「ライフスタイルサポーター」の取り組みが本格的に展開されます。

【日本学術会議協力学術研究団体 メンタルケア学術学会】

理事	別府武彦（常任）メンタルケア学術学会	理事長
理事	淵上康男（常任）メンタルケア学術学会	財務責任者
理事	市川和寛（常任）メンタルケア学術学会	事務局長

理事	松田浩平	東北文科大学	人間科学部	人間関係学科	教授
理事	広原 台	花園医院	院長・医師	(医学博士)	
理事	寺門正顕	清泉大学	人間学部	心理コミュニケーション学科	教授
理事	北崎仁忠	獣医師・一般社団法人	全日本動物専門教育協会	学術部会学術会員	
		特定非営利活動法人	ペット災害危機管理士会	理事	

理事 平井みどり 神戸大学名誉教授・医師（医学博士）・薬剤師

理事 梅田智広 奈良県立医科大学 産学官連携推進センター 研究教授
MBT 研究所研究 教授

理事 柄田 毅 文京学院大学人間学部・同大学大学院人間学研究科 教授
理事 梶原隆之 文京学院大学人間学部・同大学大学院人間学研究科 教授

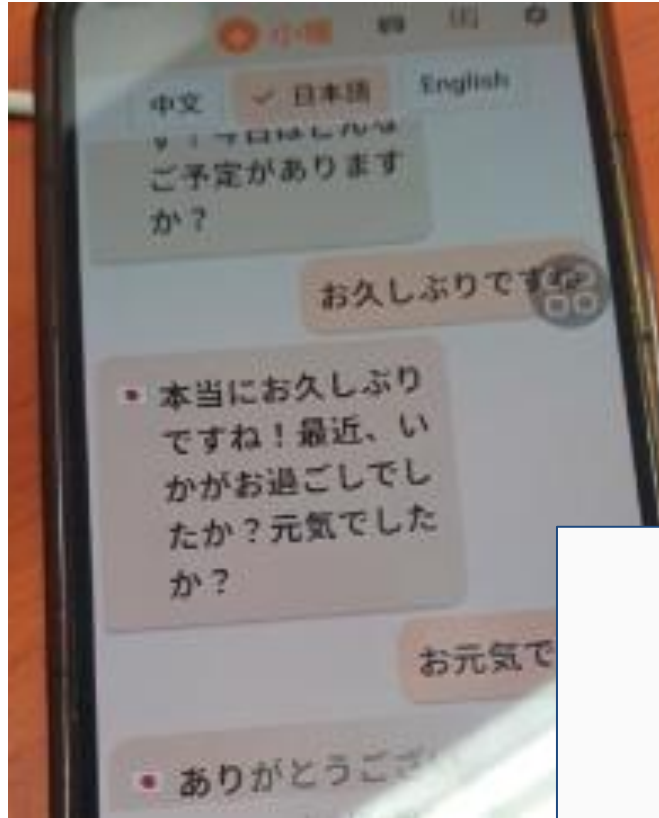
理事 北見由奈 東京家政学院大学 現代生活学部 教授・公認心理師・指導健康心理士／健康運動指導士、学術博士

理事 雨森雅哉 東洋計器株式会社 DX 推進室・心理学修士

理事 今関仁智 S&P 心理臨床オフィス 代表社員 (心理学修士)



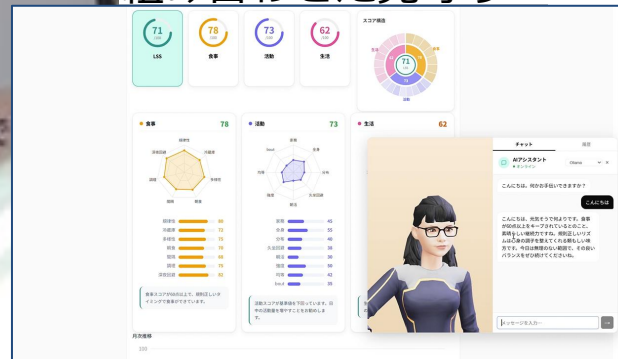
ライフインサイトAIと健康 継続データの活用



により、人だけで支え

加え、電力や水道など
守りが始まっている。

「ライフインサイトAI
わせた声かけを行うこ
組み合わせた見守りへ



これは、
人の支援にライフインサイトAIと生活データを組み合わ
せた新たなモデルであり、人手不足を補いながら、質の
高い見守りを実現する新しい仕組み である。

人手不足を補う「人×AI」の見守り基盤

Connecting people and AI to share real-life experiences.



ライフスタイルAIアバター対応



ライフインサイトAIと健康 継続データの活用

①若い健康的な
男性インストラクター風



②①の女性版



③高齢者ベテランドクター風



④近未来的インストラクター女性



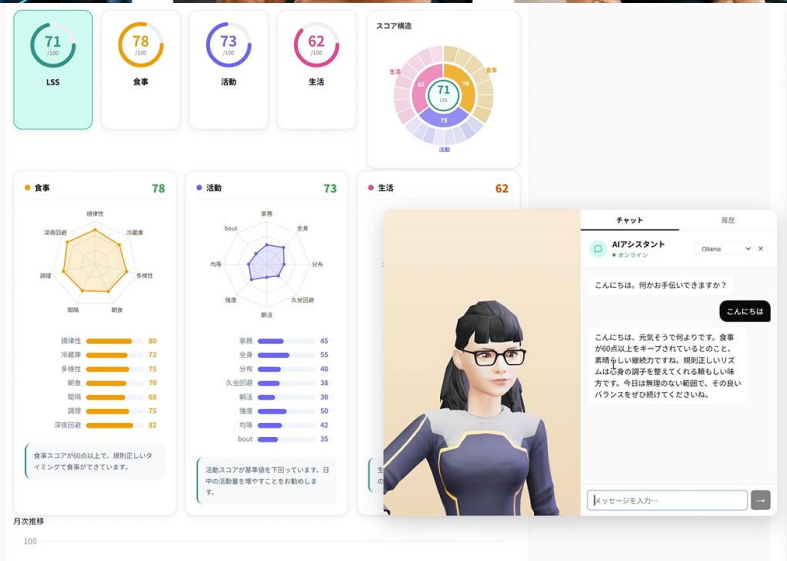
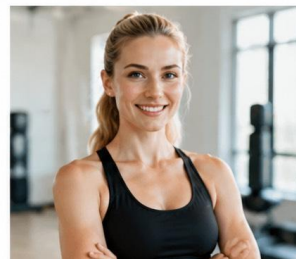
⑤近未来的インストラクター男性



⑥欧米人風イケメン



⑦欧米人風女性





那須赤十字病院

LSS×遠隔相談/遠隔医療

へき地拠点病院 那須赤十字病院によるモデル事業(概要)

2025.7.23

へき地の現状把握

現状分析
ニーズの把握

必要な診療支援の
体制づくり

へき地に必要な
支援の実施

3月

4月

5月

6月

7月

8月

9月

10月

11月

12月

1月

2月

3月

下 里 子 源 子 月 日

2025年(令和7年)12月9日(火曜日)



大田原などで那須日赤

16日にスタート
オンライン診療

へき地医療公民館と結ぶ

薬剤師、ケアマネも連携

へき地オンライン診療のデモンストレーションの様子
薬剤師、ケアマネも連携
大田原市などへき地では、高齢化が進み、医療機関が遠くにあるなど、医療アクセスが課題となっている。そこで、那須赤十字病院と連携し、オンライン診療を実施する。また、薬剤師やケアマネージャーも連携し、総合的な医療支援を行う。この取り組みは、12月16日にスタートする。

大田原市

人口：1226人
高齢化率：51%
病院まで15km以上

那須町

人口：1597人
高齢化率：48%
病院まで8~15km

大田原市
須佐木・須賀川・雲岩寺
川上・南方地区

那須町
大沢・寄居・沓石地区

医師→オンライン診療
看護師→必要に応じて派遣
+
見守り体制を検討
(ライフスタイルセンシング)



オンライン診療
移動診療車
薬薬連携



地域に即した

きめ細かい医療の提供

●現在の医療提供体制を維持しながら、状況に合わせた診療を検討
⇒オンライン診療
⇒移動診療車の併用などを視野にいれる

質の高い医療を
安定して提供する

- 人口減少が進み、巡回診療等の患者数の一層の減少が見込まれる
- 効率的な医療提供体制の維持・確保が必要
- 訪問診療・訪問看護、薬局薬剤師、介護サービスとの連携等による地域包括ケアシステムの充実

体制の現状と課題

最寄り医療機関：2ヶ所
バスと路線バスの併用で受診
最寄り医療機関：2ヶ所
バスはなし
支援体制を検討するため
住民へのアンケート調査を
ニーズを把握

那須町・那須赤十字病院・MBTリンク株式会社・北関東総合警備保障株式会社
MBT構想推進に関する連携協定 締結式



モデル事業として全国へ横展開

プラットフォーム連携) ライフスタイルセンシング* 音声認識付AIスマートプラグ、認知症チェックアプリ

『病気になる前に生活は変化している』 生活データ+音声データ (音声認識付AIスマートプラグ) で 実現する次世代見守りプラットフォーム



家電分離技術を搭載した電力センサと音声認識付AIスマートプラグを活用

『生活データ × 音声AI × ライフインサイトAI』
健康インフォスフィアを可視化

【期待されるサービス】

- ① 独居高齢者見守り
- ② 認知症予防・早期発見
- ③ フレイル予防
- ④ 緊急時の早期通報
- ⑤ 日常の訪問・データ活用による緊急かけつけ連携
- ⑥ 自治体・保険会社向け未病サービス

ライフスタイルサポーターとの連携で、気づきを支援につなげます



MBTLink

U&C
System Solutions
Corporation

ライフスタイルセンシング × Voice Check 認知症予防・早期介入を実現する 次世代見守りプラットフォーム



ライフスタイルセンシング 電力データからライフログを 解析し、生活変化を24時間把 握できる次世代見守りを実現



- ・認知症予防見守り
- ・独居高齢者支援
- ・早期介入を支援
- ・地域包括ケア支援
- ・自治体、保険会社向け未病サービス

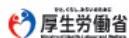
Voice Check

認知症リスクを音声AI評価し、
認知症の早期予測・モニタリ
ングを実現。難聴ストレス評価も
実現。

MBTLink

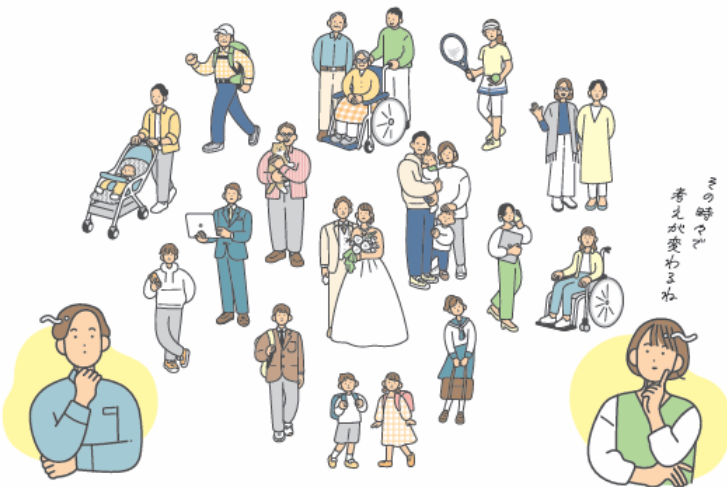
VOYNOSIS
Voice Health Program Developer

プラットフォーム連携) ライフスタイルセンシング* ACP



「もしものときに、どうしたいか」は、
変わっていくことがある。

どのような生き方を望むかは、一人ひとり異なるもの。
また、ライフステージとともに**変わっていく**こともあります。



人生の最終段階において、あなたはどのように過ごし、どのような医療やケアを受けたいと思いますか？
あなたが**大事にしたいこと、望む生き方**について、考えたり、話してみたりすることは、
もしものときに、あなたの望みをかなえる第一歩となるはずです。

あなたが望む生き方を、

人生会議 アドバンス・ケア・プランニング(ACP)

あなたが大事にしていることや望んでいること、どこで、どのような医療・ケアを受けたいかを、自分自身で前もって
考え、周囲の信頼する人たちと共有しておくことを、アドバンス・ケア・プランニング(ACP、愛称:人生会議)といいます。

01

あなたが人生に
していることは
何ですか？

02

あなたが将来
望んでいることは
何ですか？

03

医療や介護など
必要なケアを受け
たいかどうかを
決めておきましょう

変わっていくこともあるけれど、何度でも繰り返し、見直すことができるから。
いま、あなたができることから始めてみませんか。

厚生労働省 人生会議



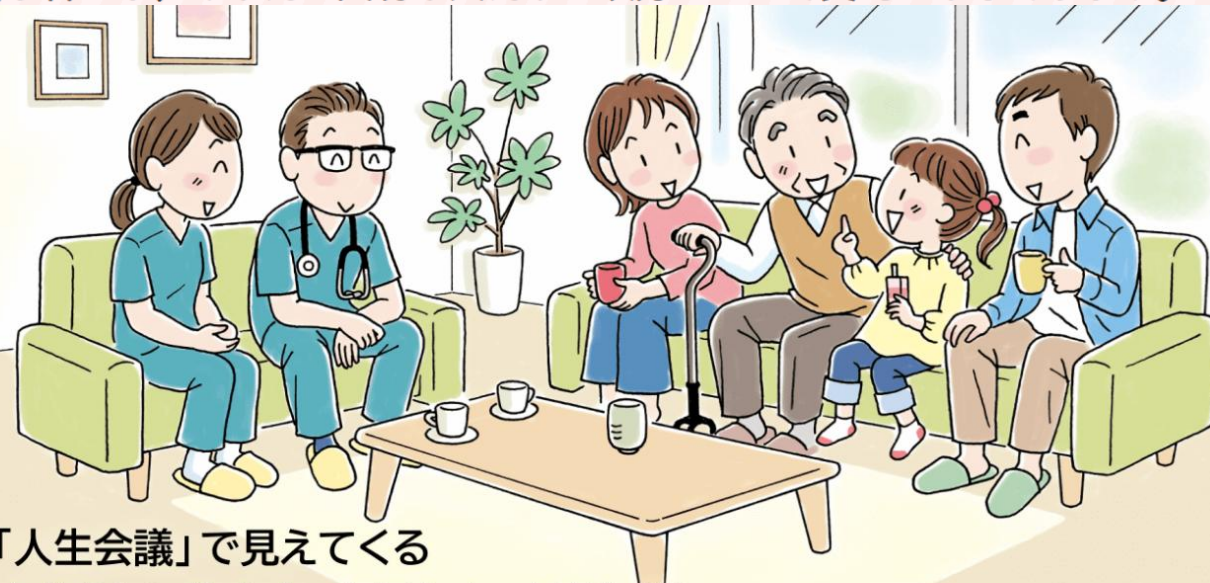
「人生会議」をすることは、“もしものとき”に
“あなたらしさ”をかなえる第一歩につながります。

「もしものとき」について話し合うのは、ご自身のためだけでなく、
あなたの周りにいる大切なご家族や、信頼できる人のためにもなります。

まずは「ご自身が何を大切にしたいか」を考え、

それを周りの人と話し合ってみてはいかがでしょうか。

もしものとき、ご自身の言葉で思いを伝えられるとは限らないからこそ、
日頃の話し合いが、あなたと大切な人たちの双方にとって支えとなるでしょう。



ACP
人生会議

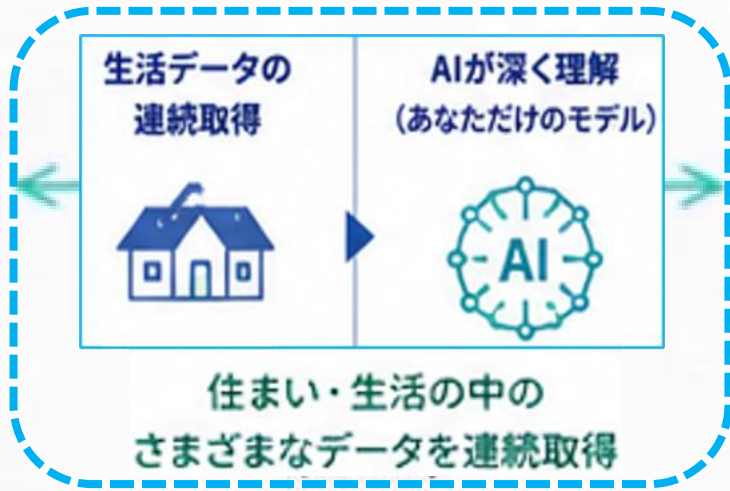
「人生会議」で見えてくる
自分らしい生き方、大切な人、大事な想い



これから



遠隔診療
(テレメディスン)



在宅医療



高齢化

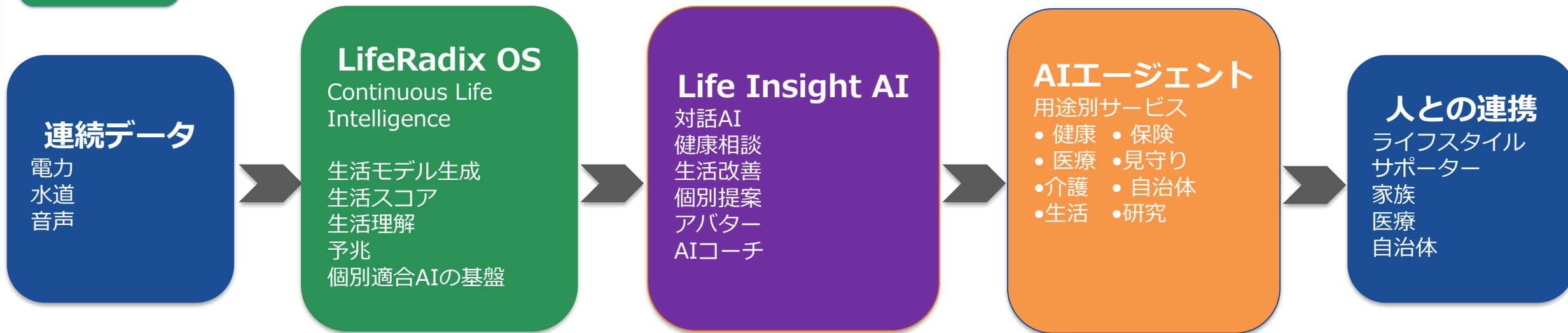


医師不足



医療費 ↑

参考) MBT AIプラットフォーム全体体系



LifeRadix : 4種類の情報を統合する『生活理解基盤』



ライフスタイルセンシングがつくる、そっと見守るやさしい社会



暮らしのリズムから健康をまもる

1 人生は「確率」だが、未来は変えられる

コイン投げのように、理論上の確率は存在します。
しかし、人生は毎日の選択の積み重ね。
その積み重ねによって、病気へ向かう確率の軌道は変えられます。

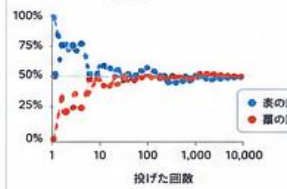


その鍵が「ライフスタイルセンシング」です

2 コインと人生の違い（大数の法則）

コイン投げ（理論上の確率）

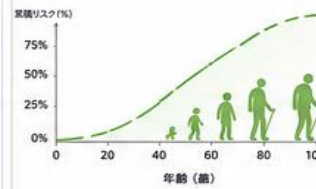
回数を重ねるほど、表と裏の割合は $1/2$ に近づく



大数の法則：回数を重ねると理論値に収束する

人生（病気になる累積リスクの一例）

年齢とともに、病気になる累積リスクは高まっていく（多くの病気に共通）

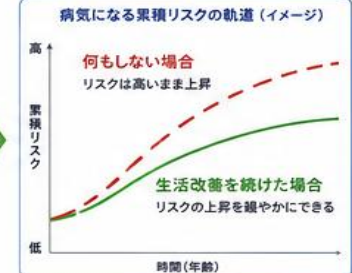


長生きするほどリスクは上がるのが自然な傾向

理論上の確率はあっても、途中の軌道は変えられる！

3 毎日の生活が、確率の軌道を変える

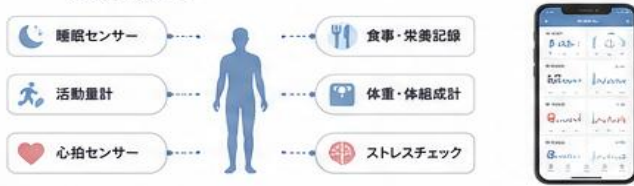
病気になるかどうかは
単回のイベントではなく、
毎日の生活の積み重ねで
決まっていく。
日々の選択が、未来の
確率の軌道に影響を与える。



小さな選択の積み重ねが、大きな差になる！

4 ライフスタイルセンシングとは

日常の行動や体の状態を、センサーやデバイスで自動的・継続的に計測し、見える化すること。



生活の中の小さな変化を、毎日・自動で・継続的に把握できる

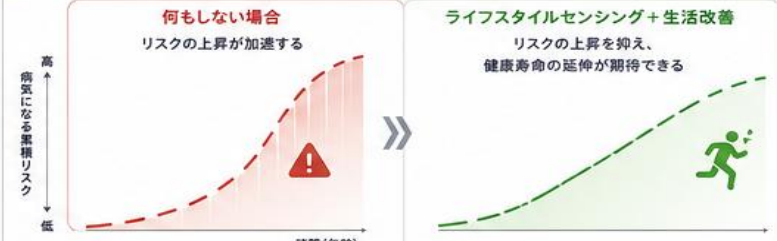
5 データが示すのは「未来のヒント」

連続データを解析することで、
体調や生活習慣の変化を早期に検知し、
将来のリスク上昇を予測できる。



気づき → 行動 → 改善のサイクルが、未来を変える

6 病気になる確率の軌道は変えられる（イメージ）



ゼロにはできなくても、確率の軌道をコントロールできる！

7 連続データと点のデータの違い



連続データだからこそ、未来の選択肢が増える

8 ライフスタイルセンシングがもたらす価値



一人ひとりのデータが、より良い社会をつくる

9 導入のステップ（例）

- 1 現状の把握
目的設定・対象者選定・KPI設計
- 2 データ収集
デバイス・アプリで連続データを取得
- 3 分析・可視化
AI解析・リスク予測・レポート化
- 4 フィードバック・改善
行動改善のサポート・効果検証
- 5 効果の拡大
個人→家庭→地域・組織へ展開



継続的なサイクルで、確率の軌道をより良い方向へ

10 まとめ

理論上、病気になる確率は存在します。
しかし、人生は「毎日の選択」で変えられる。

その選択を支えるのが、ライフスタイルセンシング



未来の健康は、毎日の選択とデータがつくる。
ライフスタイルセンシングで、誰もが健やかに暮らせる社会へ。

