

生活習慣病予防のための運動習慣を促進する健康IoTアプリシステムの研究開発～Koji Awareness～

研究概要

- 代表研究者：室伏 広治
- 分担機関：学校法人東京科学大学／学校法人獨協学園獨協医科大学／学校法人早稲田大学／株式会社アクシス
- 研究開発目的：運動習慣促進システムKoji Awarenessの運動機能向上と運動習慣に対する有効性を検証する事／生活習慣病予防をめざすテ일러メイド型運動習慣促進IoTアプリを社会実装する事
- 目指すべき姿：運動習慣ムーブメントによる、運動器の機能向上と生活習慣病の発生率が低下した社会



今後の進め方

- ・ 痛みの部位など目的別のワークアウト

| 目的                                                                                  |          | ワークアウト                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------------------|
|  | ストレートネック | 上体の回旋力向上<br>Flamingo胸郭回旋<br>弓矢のポーズ |
|  | 猫背       | 上体の回旋力向上<br>Flamingo胸郭回旋<br>弓矢のポーズ |
|  | 内反膝      | 片脚バランス<br>片脚SQ<br>片脚立位30sec        |

今年度：製品版の改良とリリース

研究イメージ

