

【要別】「じいちゃんばあちゃんQOL(生活の質)日本一の村」を自指す村がこの秋から取り組んでいる「ICT(情報通信技術)を活用した健康・見守りサポート事業」。来年1月までの高齢で、村員モニターの日々の健康データを記録・蓄積し、健康増進や新たな見守りの可能性を探る。関係者は「こうした取り組みがひいては住民の医療費削減につながる」と期待する。

## レポート TOKACHI

1カ月で意識変化  
「体重が気にならなくなった」  
になりました。歩数は毎日1万歩が目標で、車を使っていたのを自転車にしたり、歩いたりすることが多くなりました。

実験開始から約1カ月がたつた1月下旬、村福祉の健康センターで開かれた1回目のフォローアップ会で、モニターの河野さん(82)はこう話した。  
実験期間中、30〜80代のモニター15人は心拍数と歩

「生活の質日本一の村」目指す

# ICT 高齢者を支え

1回目のフォローアップ会で体力測定に臨む参加者



## 更別健康計測実証

数、移動距離を常時計測する即時計測デバイス「ウォッチ」と気温や湿度などを測る環境センサーを身に付ける。データを毎日計測することで、河野さんは健康に対する意識が高まっているようだ。

環境センサーで熱中症の危険度を表す数値は現状で

は全国一律で、実験を推進する赤松立派大M&M研究所の梅田敏広教授は、今回の実証データを参考に地域の実情に合った数値を定める考えだ。

家族への通知も

計測データは無料通信アプリ「LINE(ライン)」と

連携し、離れて暮らす家族へ希望書にも通知される。母親(79)がモニターを務める村内の50代女性(母)が「1人暮らしなので、データが送られてくること」で、動いていると分かる。より活用しやすくなれば「と期待を示した」。

一方、複数のモニターからはスマホの操作性に対して不安の声が聞かれた。モニターの実証で初めてスマホを使う人も、梅田教授は、コロナ禍が「CPEの進化を劇的に加速させている現状に比べ、「まずは恐れずに使ってみよう」と呼び掛けた。

人生晚年に安心を

村が国家戦略特区の進定を目指す「スーパーシティ構想」は最先端技術や最先住居サービスの向上を図るもので、今回の実証は先行的な取り組みとなる。村企画課課長は「モニターは大変だと言いつつも前は向きに取り組んでくれていてありがたい。技術を活用して、人生100年時代を安心して迎えられるようになれば」としている。

(梅田敏広氏)