研究テーマ スマホアプリで健康情報をモニタリング

所属 学術研究部医学系公衆衛生学講座

助教 土田暁子
https://researchmap.jp/aktsuchi

研究分野	医学、公衆衛生学、疫学、環境保健学
キーワード	身体活動、歩数、ウォーキングアプリ、運動、健康、ウェルビーイング

研究室URL： http://www.med.u-toyama.ac.jp/pubhlth/index.html

研究の背景および目的

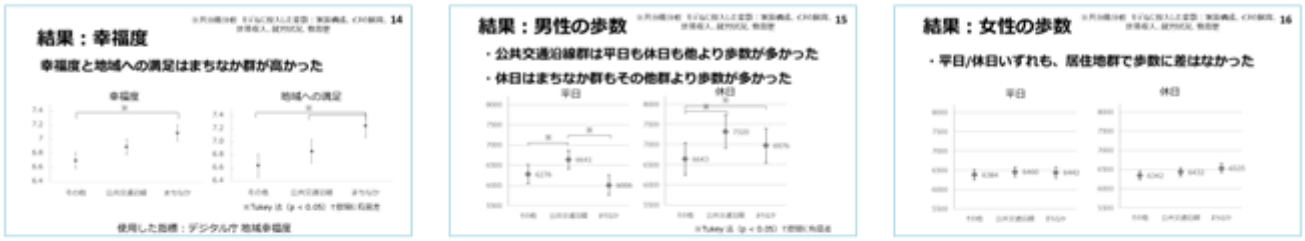
近年、身体活動量の不足は生活習慣病やメンタルヘルスの悪化と関連する重要な公衆衛生課題とされている。一方で、従来の身体活動評価は質問票など主観的指標に依存することが多く、大規模な集団の日常生活における行動を継続的かつ客観的に把握することには限界があった。



■主な研究内容

本研究者は、富山県が開発したウォーキングアプリ「元気とやまかがやきウォーク」および富山市が開発した「とほ活」ユーザーの歩数情報を活用し、**①地域住民の身体活動やウェルビーイングの実態把握、②アプリで実施する各種イベントと歩数増加の関連の解明**を行ってきた。スマートフォンアプリを活用した、地域における効果的な健康増進施策や行動変容を促す仕組みの構築に資する知見を提供することを目指す。





土田暁子ら.第59回富山県公衆衛生学会(2026)より, 調査参加者 1,772名からの結果

期待される効果・応用分野

- 自治体や企業における健康施策の効果評価
- 地域や企業の特性に応じた身体活動促進施策の設計　など

■共同研究・特許など

- ウォーキングアプリを活用した身体活動および健康指標に関する研究
  （株式会社キュアコードとの受託研究：かがやきウォーク・とほ活）
- 土田暁子, 長井麻希江, 松村健太, 稲寺秀邦. 自治体提供のウォーキングアプリの"ミッション"参加と歩数傾向の変化の検証. 厚生の指標. 2025;72(3):8-13.

富山大学研究者プロファイルPure URL：
https://u-toyama.elsevierpure.com/ja/persons/akiko-tsuchida/