

# 7つくばヘルスケアデータ連携ユースケース創出調査業務【報告書概要版】

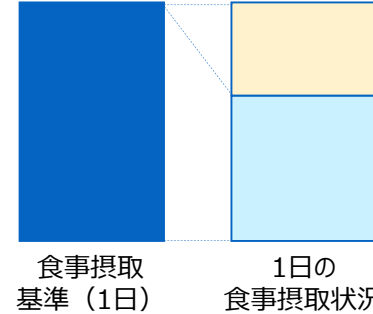
## 【③ PHRデータを活用したパーソナルフードレコメンドサービス（セルフケア・食生活改善行動）】

### 【調査概要】

- ・ PHRと「農研機構が開発した食解析システム」をAPI連携
- ・ 食事記録より、「1日の不足栄養素」を食材でレコメンド
- ・ 食事記録より、「気になる体調」を改善する機能性表示食品をレコメンド
- ・ 食意識向上、行動変容について検証

### 【主な有効性と残存課題（行動変容・社会実装・実用性）】

		内容
行動変容	有効性	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 食事にレコメンドされた食材を取り入れることができた</li> </ul>
	残存課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 食材や栄養素提案よりも、料理名やメニューで提案されることが必要</li> <li>● 選択メニューの品目数のラインナップが必要</li> <li>● サプリメントや食材購入につながる仕組みが必要</li> </ul>
社会実装	有効性	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 健康ポイント等と連動させることにより、モチベーションにつながる可能性がある</li> </ul>
	残存課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 普段から栄養について意識していない層に対して、食事の記録はハードルが高い</li> <li>● もっと気軽に意識できる仕組みが必要</li> </ul>
実用性	有効性	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 体重減少等、自身の変化を本人が確認できれば、継続利用につながる可能性がある</li> </ul>
	残存課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 継続要素として、定期的なレポート機能が必要</li> <li>● 食事記録の入力が煩雑であると継続入力には困難</li> </ul>



足りない栄養素を含む食材と**摂取量**をレコメンド



**1日中のレコメンド可能**  
朝昼後 → 夕食の参考に  
朝昼夕後 → その日の評価

### 課題解決のポイント



#### ★簡便性

- ・ 手軽にできること（画像解析等）
- ・ 誰でも気軽に実施可能な環境に



#### ★継続性

- ・ 続けられること（ポイント還元等）
- ・ 行動変容へのインセンティブ



#### ★実効性

- ・ 実行化できること（実店舗購入等）