

令和7年度に実施した

「健康データ分析」と「健康アプリの活用実証」結果をお知らせします

■ 約7万人の健康データを分析

5つの保険者（全国健康保険協会茨城支部、日立健康保険組合、茨城県市町村職員共済組合、国民健康保険、後期高齢者医療制度）と連携し、40～79歳人口の約75%に当たる約7万人分の健康データ（個人が特定されないように加工した統計データ）を集約・分析しました。

その結果、生活習慣病、特に血圧が高めの方や高血圧を治療している方が多い傾向にあることがわかりました。

■ これからの取組

みなさんの健康意識の更なる向上を図るため、アプリを活用した実証事業を継続するとともに、アプリと連動する血圧計を市内各所に設置するなど、今後もみなさんの健康づくりをサポートしていきます。

詳しくは右記 QR をご覧ください



■ 健康アプリを活用した実証事業

305人の希望者に、アプリに登録した健診結果などをもとにAIによる疾病発症予測結果とアドバイスを提供し、歩数や体重、血圧などを記録しながら、健康づくりに取り組んでいただきました。

アンケートや記録データを分析し、健康意識や行動の変化を検証しました。継続的にアプリに記録をすることで、健康意識の向上や行動の変化が確認されました。

参加者の声



AIによる病気の発症予測結果を見て、このままではいけないと感じました。食事と運動を見直すと、健診の数値が改善して、成果を実感できてとてもうれしかったです。



記録を続けるうちに、体重が少しずつ減っていきました。記録がグラフになり、自然と日々の生活を意識するようになりました。

今と未来の自分を守る生活習慣のヒントを学ぶ

健康イベント

を開催します！

8/29(土)

講演会

時 間 14:30～15:30
(14:00 受付開始)

会 場 日立市社会福祉協議会大会議室
(ヒタチエ別館3階)

内 容 「あなたの血圧、大丈夫ですか？～今日から始める生活習慣病予防と健康づくり～」
講師＝植田敦志さん（ひたち腎臓病・生活習慣病クリニックたんば院長）



定 員 先着 100 人

申し込み 8/3(月)～26(水)までに右記 QR からか電話で健康づくり推進課 ☎ 21-3300 へ

講演会参加でもれなく旬の野菜をプレゼント！
さらに！抽選で5人に豪華野菜セットをプレゼント

申し込み不要！

健康コーナー

時 間 13:00～16:00
会 場 ヒタチエ5階

内 容

■ 血管年齢測定 ■ 骨密度測定
■ キッズコーナー ■ ベジチェック
■ 肌年齢チェック ■ 味覚チェック
■ 共創プロジェクトコーナー など

4つ以上に参加すると
素敵な景品が当たるガチャガチャができる！



問合せ 高血圧予防事業、健康イベントに関すること＝健康づくり推進課 ☎ 21-3300
共創プロジェクトに関すること＝共創プロジェクト推進本部 健康・医療・介護担当 ☎ 内線 693

日立市 × HITACHI
次世代未来都市共創プロジェクト

将来のあなたのために いまから始める「高血圧予防」

市 HP



募集

健康づくりに
取り組む方

市では、デジタルを活用した次世代未来都市の実現に向け、市と日立製作所による「共創プロジェクト」の一環として、昨年度、健康データを分析した結果、高血圧予防対策を重点的に実施する必要性が高いことがわかりました。「住めば健康になるまち」の実現を目指し、昨年度に引き続き、健康アプリを活用した実証事業を実施します。

血圧計の無料貸出やアプリによる血圧・歩数・体重などの記録・通知機能を活かしながら、3か月間健康づくりに取り組んでいただける方を募集します。この機会に自分の健康状態を知り、生活習慣の見直しを始めてみませんか。

こんな方におすすめ！

健診で
「血圧が少し高め」と
言われたことがある

アプリを使った健康
管理に興味がある

将来の自分の健康が
気になる

一人では健康づくり
が続かないと感じて
いる

参加する4つのメリット

1 自動血圧計を
無料レンタル

最新モデルの血圧計を
3か月無料で貸出！

2 血圧値データを
自動で記録

専用アプリ「SaluDi」を
使って、スマホをかざす
だけで簡単記録

3 AIが将来の疾病
リスクを予測

健康診断結果から将来の疾
病リスクを「見える化」。何
に気を付ければいいのかわかる

4 「AI応援メッ
セージ」であな
たを応援

測定記録に応じたメッ
セージが届き、あなたの
背中をそっと後押し

対象となる方 先着100人

*以下の全てに当てはまる方

- 市内在住の30歳以上で、スマートフォンを利用できる方
- 指定の場所で血圧計を受け取り・保健センターに返却ができる方
- 血圧が少し高め（右表のア～エのいずれかに該当する方）

	上の血圧	下の血圧
家庭血圧（自宅）	ア 125～159mmHg	イ 75～99mmHg
診療室血圧（医療機関や健診会場など）	ウ 130～159mmHg	エ 80～99mmHg

* 血圧治療中の方は対象外

参加の流れ

募集期間 8/5(水)～9/30(水) 血圧計貸与期間 来年1/3(日)まで

募集期間内に
下記 QR から
申し込み



下記会場で血圧計を受け取る

会場	開催日
保健センター	8/21(金)、8/22(土)、9/1(火)、 9/5(土)、9/9(水)、9/28(月)
ヒタチエ5階	8/29(土)

* 保健センターは完全予約制

アプリを
インストール

操作方法など、
血圧計受取時に
スタッフがサ
ポートします。

毎日の
測定と記録

