

セルフトレーニングをサポートするサービス
「ペリノス™」とトレーナー指導の組み合わせによる骨盤底筋トレーニング

“ずっと健やかなカラダ”を応援する

アルプスアルパイン（株）

営業企画室

松野、玉澤

 **ALPSALPINE**
Perfecting the Art of Electronics

センシングデバイスとスマホアプリを使い 骨盤底筋トレーニングを最適頻度で継続させ、効果を最大化するサービス

該当テーマ

- ✓ 産後ケア
- ✓ 更年期
- ✓ 婦人科疾患
- ✓ ヘルスリテラシー



骨盤底筋トレーニングが
有効な解決手段の1つ

ペリノス™とは

a. センシングデバイス

➡筋活動量を解析するアルゴリズム搭載

b. センシングデータを可視化するスマートフォンアプリ

➡甲南女子大学監修のトレーニングメニューと組合せ、
セルフトレーニング時の運動継続性、筋肉の動かし方の
理解度向上を支援

c. トレーナーによるレッスンやセンシングデバイスの活用アドバイス

(a)



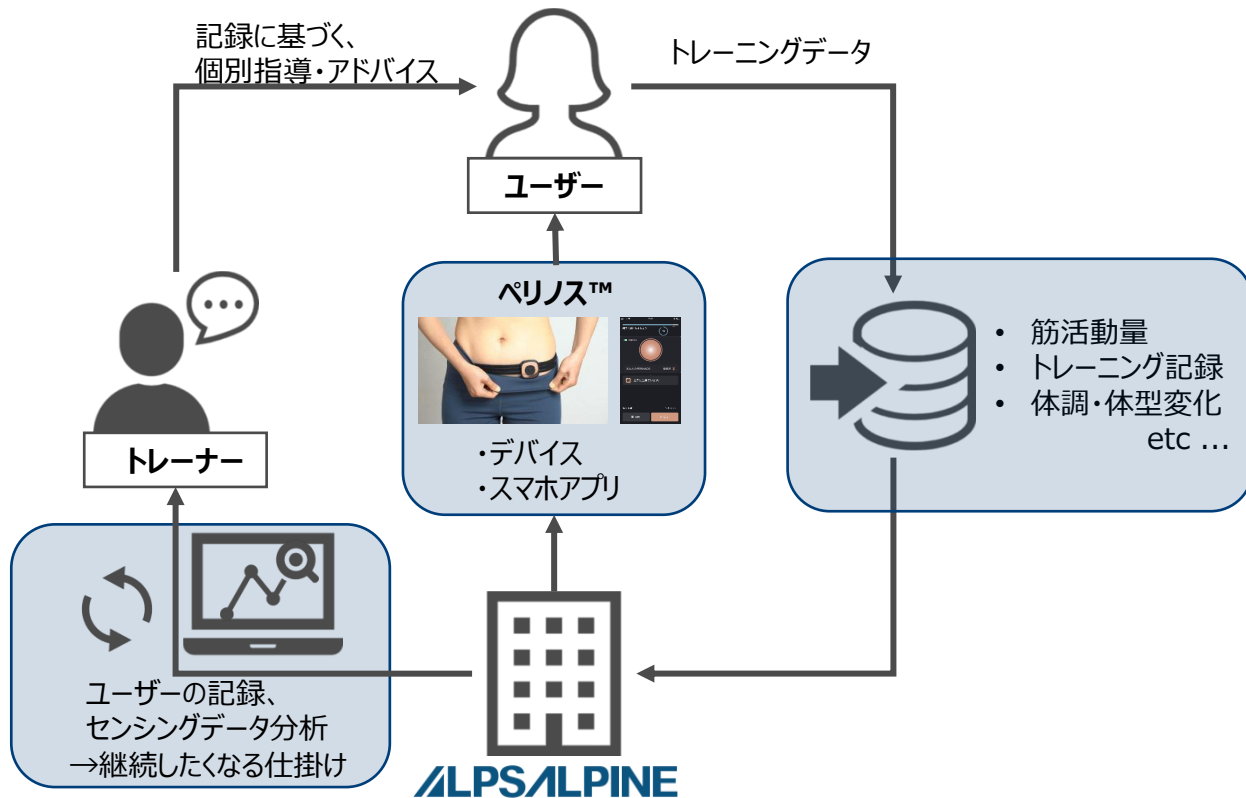
(b)



* スマホ画像はイメージです

ペリノス™のサービスの新規性・独自性のポイント

- ① セルフトレーニング期間のモチベーション維持・向上をサポート
- ② 非侵襲型で装着の抵抗感が少なく、衛生的（既存製品は侵襲型）



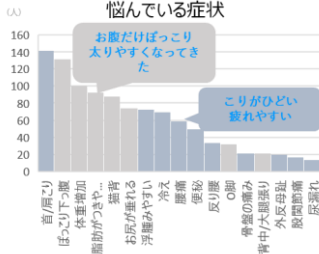
<プロジェクト発足>

女性社員の
体型・姿勢の悩みを知り
骨盤底筋トレーニングに
着目

女性の95%が身体の悩み有り

※アルプスアルパイン女性社員203名が回答

悩んでいる症状



<価値検証①>

産後女性へ
「体型戻し」の価値訴求

「Makuake」にて
クラウドファンディング



<コンセプト変更>

産後より更年期以降の
世代に大きな
ニーズを発見

↓
真の困り事は尿失禁



<価値検証②>

続けられれば効果有り
最大の課題は
継続が難しいこと！

いわき市とアルプスアルパインによるフェムテック推進事業

ペリノス™を使った骨盤底筋トレーニングの体
験募集

こちらに掲載されている内容は報道発表日時点の情報です。
ご覧になった時点で内容が変更になっている可能性がありますので、あらかじめご了承ください。

2022年11月25日



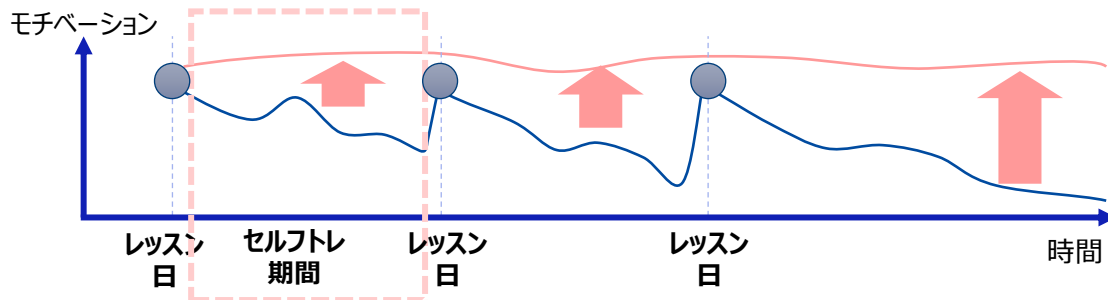
当社HP
ニュースリリースより

筋活動センサのアルゴリズム開発

私たちが解決したいこと

【骨盤底筋トレーニングの課題】

- セルフトレーニング期間のモチベーション維持、習慣化/継続
- 専門家による指導回数

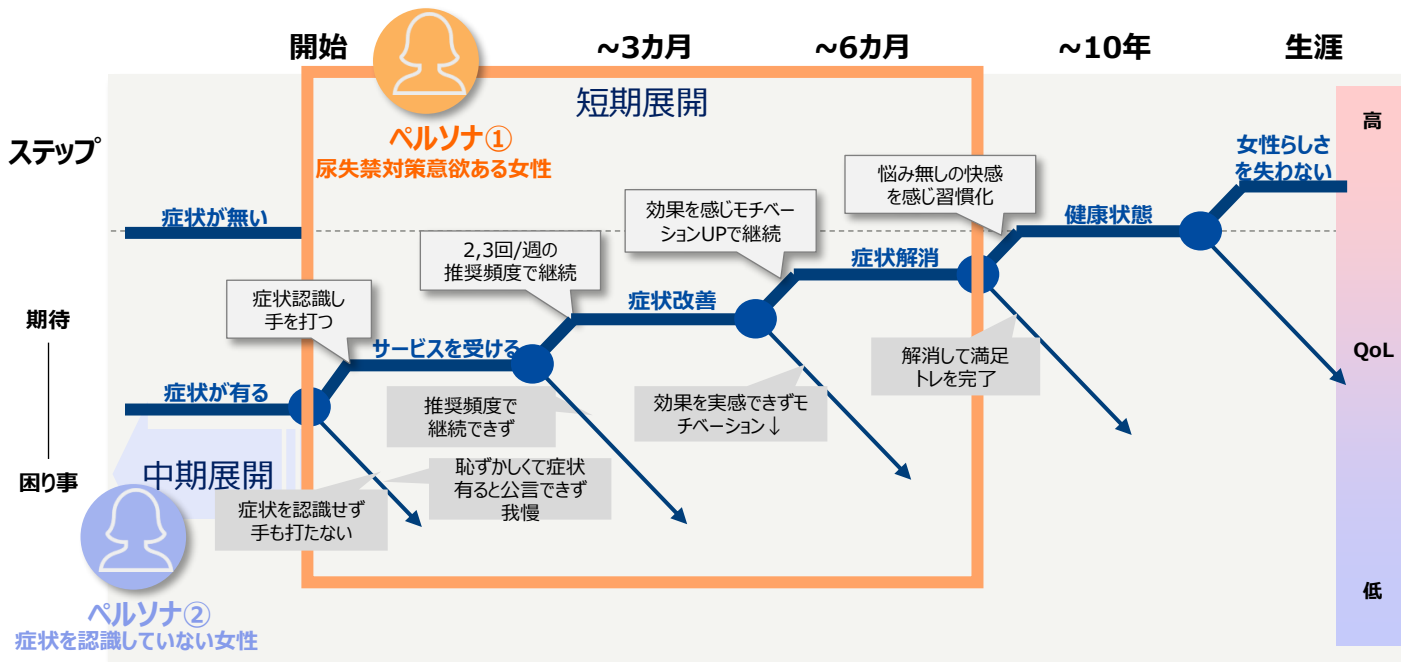


モチベーションの維持、セルフトレーニングの最適頻度・継続を促す

事業目標（中長期目標を含む）

ユーザーが継続的にトレーニングしたくなる仕掛け

短期展開：尿失禁対策意欲のある女性に、モチベーション維持向上の仕組みを提供
セルフトレーニングの最適頻度・継続を実現



中期展開：症状を認識していない女性へ、気付きを与えトレーニングの習慣化

実証目的、方法、効果測定

目的

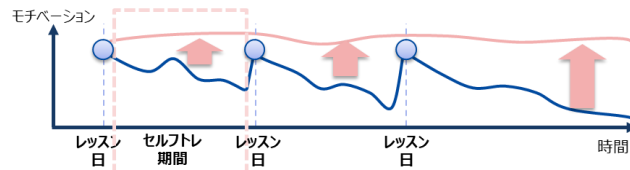
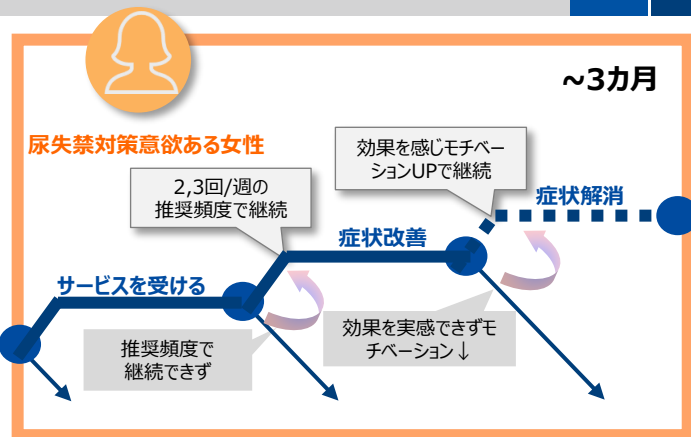
トレーニングを最適頻度かつ一定期間継続した利用者(A)が、非利用者(B)に対し、症状が改善することを確認する

方法

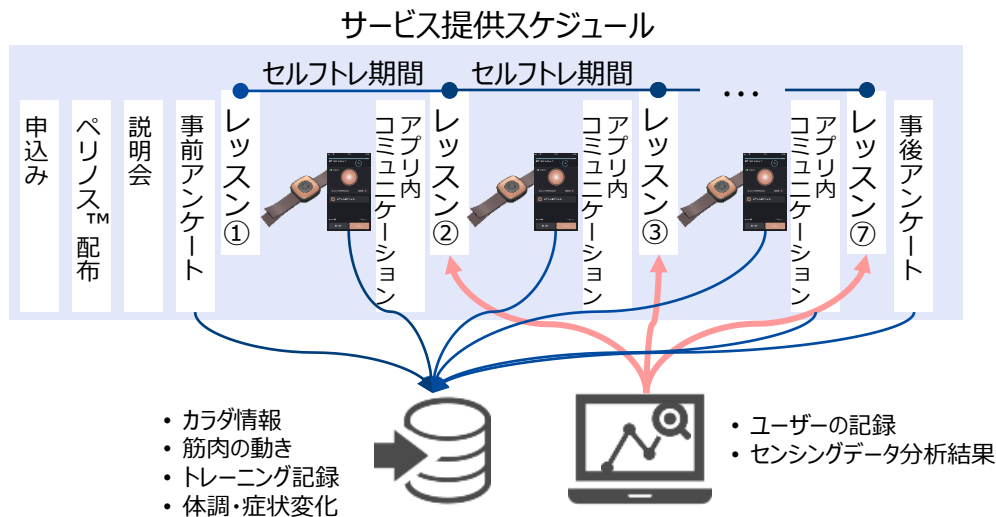
	A	B
トレーナー指導(2回/月)	○	○
センシングデバイス	○	×
運動記録	○	○
トレーナー個別指導	○	×

主な効果測定

(A)(B)の3か月経過時の、症状の改善度合いの差を見る



提供サービス詳細と継続を可能にするポイント

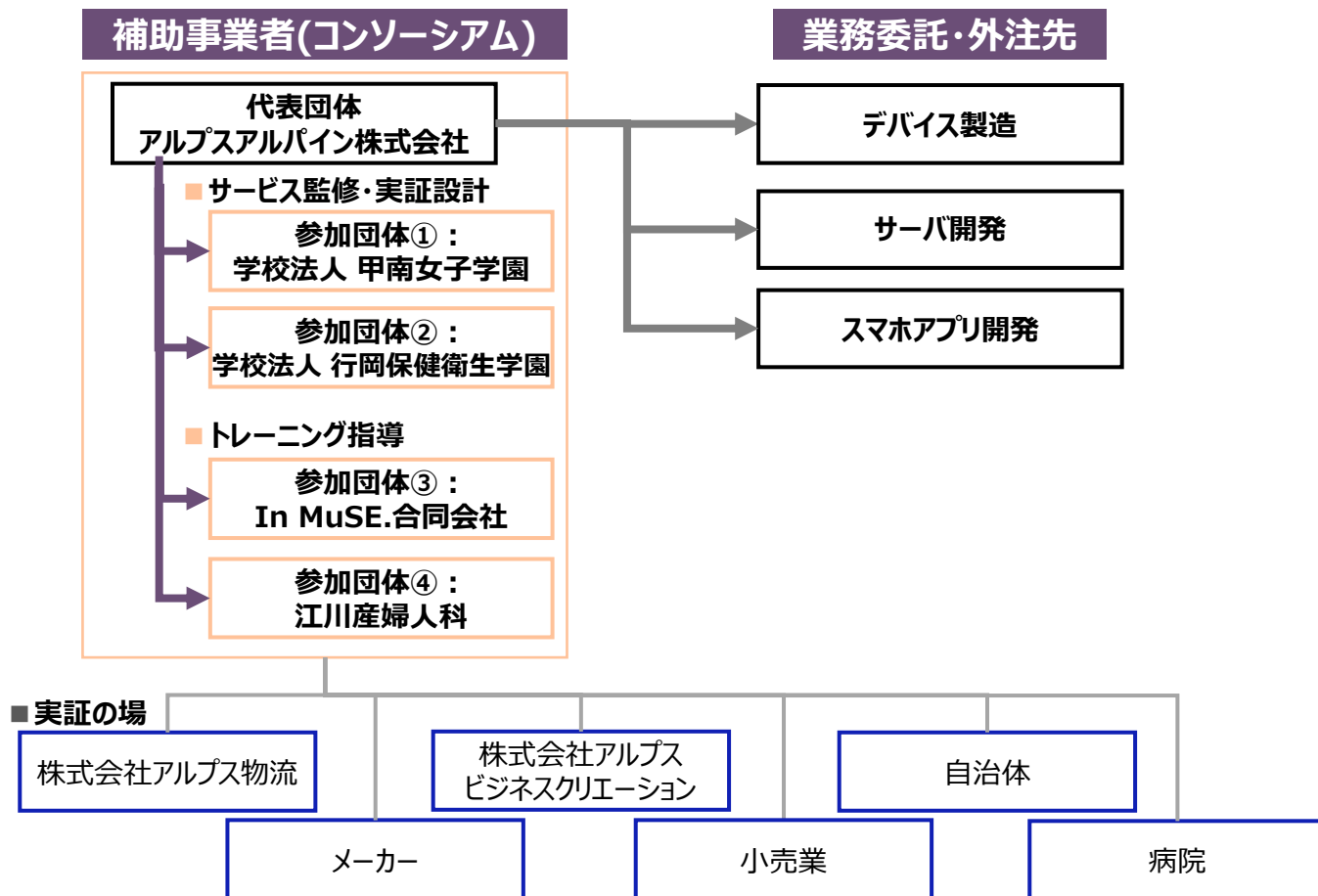


ポイント① 筋活動量の可視化によりトレーニングの実効性を体感

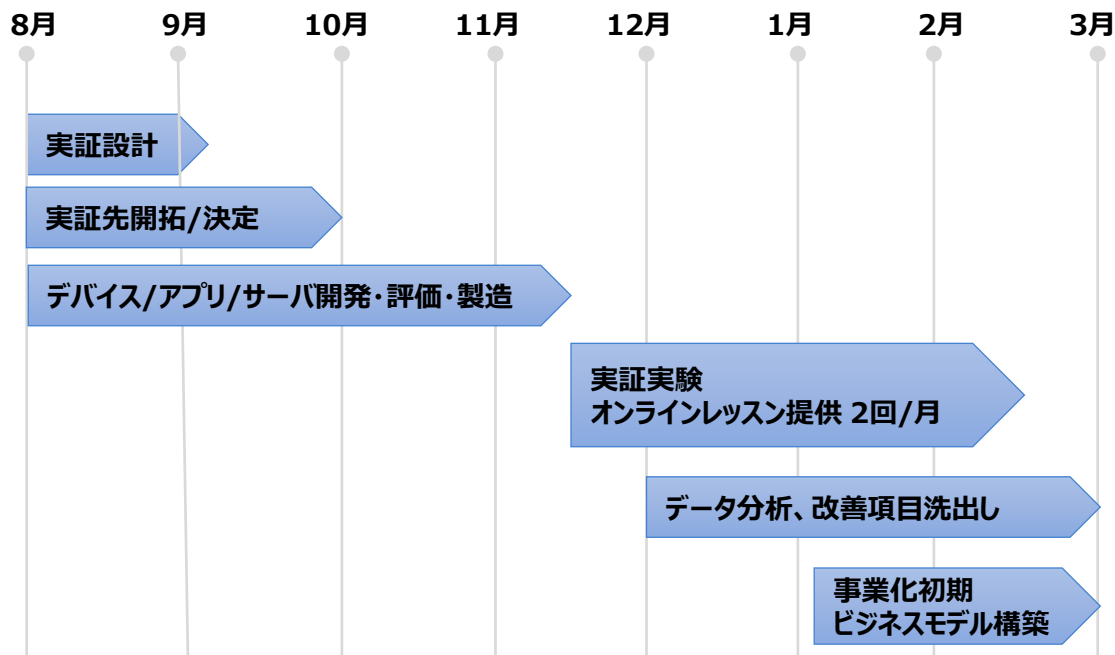
ポイント② データに基づく、トレーナーからの個別指導

ポイント③ ユーザー毎の最適なプログラム設定

実施体制



スケジュール



実証実験の場として、ご参加いただける企業様、自治体様、医療機関様を募集しております。
お気軽に下記までお問合せください。

お問い合わせ先 : perinaos@alpsalpine.com