

簡便な骨盤底筋の筋力測定デバイスおよび支援アプリケーションによる、
骨盤底筋トレーニングの継続率・体験向上に関する検証事業

株式会社TENGAヘルスケア

1. 事業概要
2. 課題と対応策
3. 今後の予定

<事業目的>

●長期的に目指す姿

本事業の実施により、女性が骨盤底筋周りの悩みを抱えずに自分のキャリアに全うできる社会の実現

●課題

骨盤底筋の衰えや損傷によって起こる尿失禁は女性が働く上での不安要素の一つとなります。尿失禁に対して骨盤底筋トレーニングが推奨されていますが、なかなかその成果は見えず継続が難しいという声があるのが現状です。

<事業目的>

●実証の目的

今回の実証では下記2つを目的とし、弊社の商品やサービスが骨盤底筋トレーニング啓蒙の一助となれるかを検証します。

1. K-Gel CHECKER（骨盤底筋測定アイテム）は骨盤底筋トレーニングの継続に寄与するかどうかの検証
2. 本事業で開発するK-Gelサポートアプリ（仮称）によって骨盤底筋トレーニングの継続率は向上するかどうかの検証

<実施項目①>

ケーゲルチェッカーによる骨盤底筋トレーニング継続率の向上検証

実施項目	実施事項	計画
ケーゲルチェッカーによる骨盤底筋トレーニング継続率の向上検証	モニターテストの実施	モニター対象： 女性医療クリニックLUNAグループ様の失禁患者様 介入期間：3か月間 介入内容： 下記3群に分けて骨盤底筋トレーニングの実施状況を把握 ①対照群（介入なし） ②ケーゲルチェッカー使用群 ③ケーゲルチェッカーと骨盤底筋トレーニング支援アプリ併用群

<実施項目②>

ケーゲルサポートアプリによる骨盤底筋トレーニング継続率の向上検証

実施項目	実施事項	計画
ケーゲルサポートアプリによる骨盤底筋トレーニング継続率の向上検証	アプリ開発	初めはクローズ環境で開発 アプリコンテンツ例： ・トレーニングの実施記録 ・情報提供（骨盤底周りのコラム）
	モニターテストの実施 ※スライド4と同様	モニター対象： 女性医療クリニックLUNAグループ様の失禁患者様 介入期間：3か月間 介入内容： ケーゲルチェッカーと骨盤底筋トレーニング支援アプリを併用いただき、トレーニング状況を確認

<実施項目>

実施項目	実施事項	計画
ヘルスケア啓蒙活動	PRイベント	啓蒙イベントを企画中
	コラム執筆	コラム・動画を制作中

＜実施目標＞

● 定性面

1. 骨盤底筋トレーニングを続けやすいものにする【長期目標】
2. 骨盤底筋トレーニングの継続や尿失禁改善がメンタルヘルスに良い作用があることを実証【中期目標】

● 定量面

3. ケーゲルチェッカーまたはトレーニング支援アプリを使用したことによる骨盤底筋トレーニングの継続率の引き上げ【短期目標】

2023年度目標：3か月以上の継続率60%

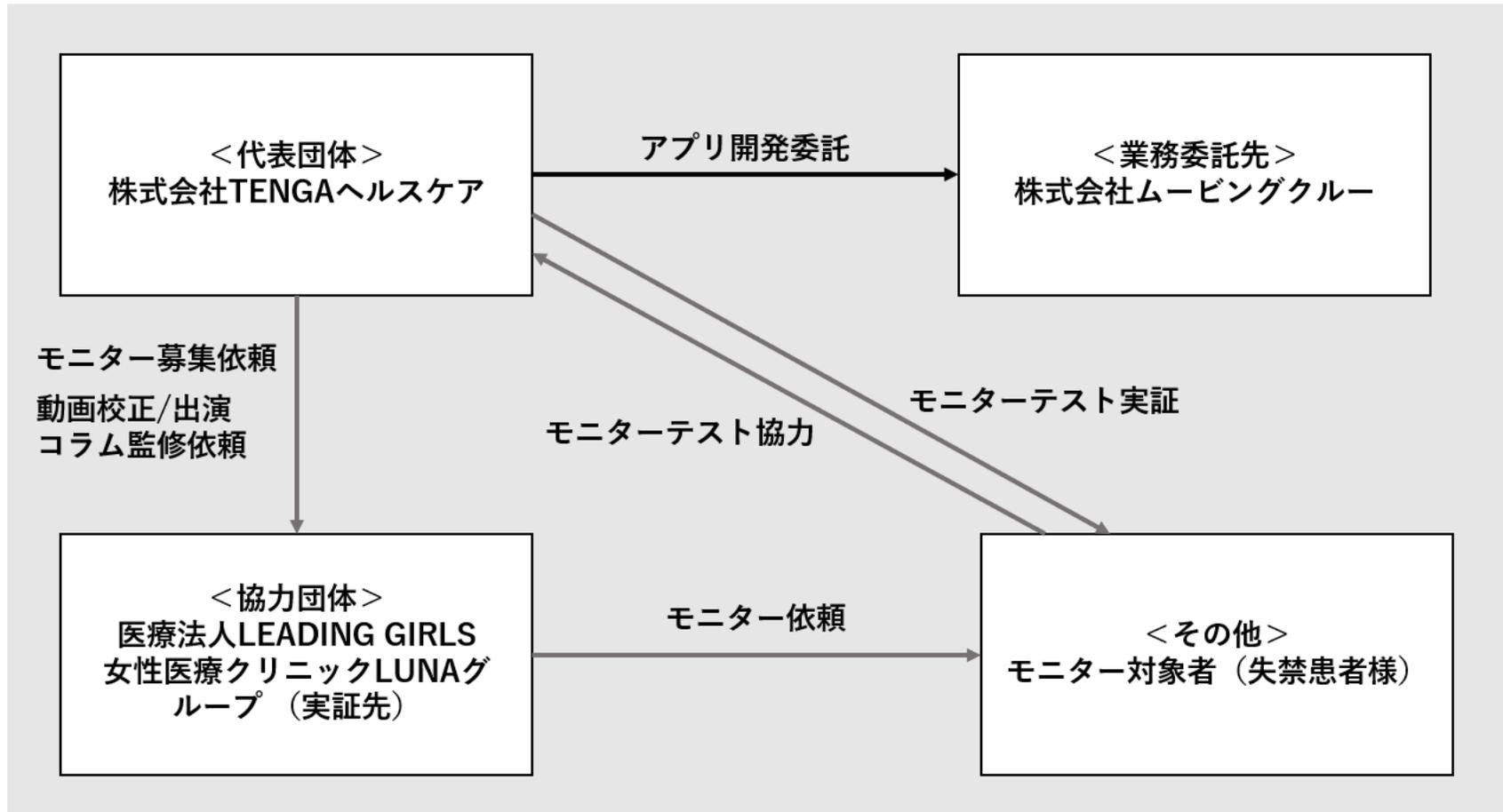
2020年調査時：3か月以上の継続率44%*

* 2020年7月、20-60代女性300人にインターネットリサーチにて当社より聴取)

4. 骨盤底筋トレーニングの効果（尿失禁改善に効果があるのか、骨盤底筋数値向上）【短期目標】

- ・尿失禁改善率8割以上
- ・骨盤底筋の筋力及び可動性（ケーゲルチェッカーによって確認）

<実施体制>



<現状の進捗と成果>

実施項目	実施事項	現状の進捗と成果
ケーゲルチェッカーによる骨盤底筋トレーニング継続率の向上検証	モニターテストの実施	遅れ気味：11月中旬リクルート開始 (遅延理由：実証先との契約締結によるもの)
ケーゲルサポートアプリによる骨盤底筋トレーニング継続率の向上検証	アプリ開発	遅れ無しで開発中 (11月末に完成予定)
	モニターテストの実施	遅れ気味：11月中旬リクルート開始 (遅延理由：実証先との契約締結によるもの)
ヘルスケア啓蒙活動	PRイベント	遅れ無し：啓蒙イベントを企画中
	コラム執筆	遅れ気味：動画完成時期 (遅延理由：実証先との契約締結によるもの)

＜今後の成果の見通し・展望＞

- ・ **トレーニング支援アプリの開発による失禁を持つ女性への情報提供**

専門家による骨盤底筋トレーニングやトレーニング方法の説明等を発信するとともに、骨盤底周りの情報開発を進め女性に正しい情報を届けられるよう発信していきます。

- ・ **骨盤底筋トレーニングの啓蒙**

骨盤底筋トレーニングは未だ知れ渡っていない一方で、女性にとっていい影響があり啓蒙する必要があるため、PRイベントやコラムを使って啓蒙していきます。

＜現段階での課題＞

1. モニターテストのリクルート開始についてのスケジュール遅延
2. 動画完成のスケジュール遅延

＜課題への対応策＞

1. リクルート母数を増やす（先生2名にご協力いただくところを4名に）
2. 優先順位の高い動画からアプリへアップし、それ以外はコラムのみで説明し動画が完成次第アップしていく

<スケジュール>

2023年11月末

アプリ完成

2024年2月末

モニターテスト完了

2023年12月初め

モニターテスト開始



C O N T A C T

E-mail : contact@tengahealthcare.co.jp