

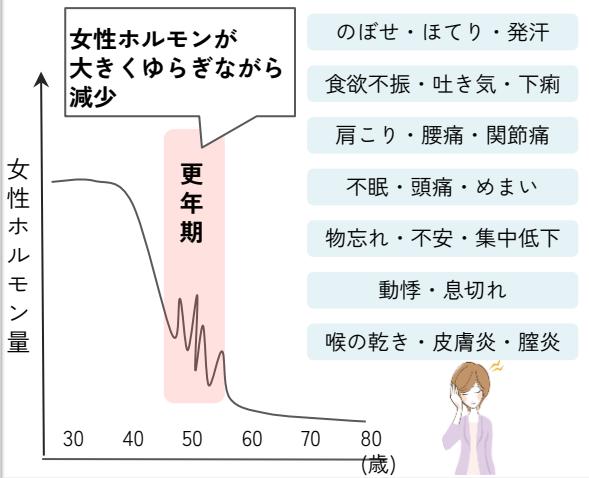
AIとデータ活用で実現する、 パーソナル更年期ケアの実証



着目する社会課題、着目の背景

- 更年期には、閉経前後10年間（おおよそ45～55歳）に、女性ホルモンの急激な減少により、ほてり・不眠・動悸などの身体症状に加え、イライラ・不安・抑うつなど多様な不調が現れる。
- 世界的に女性の平均寿命が延びる中、2030年には5億人以上が更年期を迎えると予測されている。女性の社会進出が進む中、**更年期不調をきっかけに離職やキャリア断絶が生じること**で、経済損失は年間22兆円^{*1}にもものぼる。
- 世界的に**更年期ケアの普及率は依然として低い**。中でも日本は最も低い2%^{*4}という水準である。

更年期障害とは？



社会的・経済的影響は莫大

5人に1人が
更年期不調により
退職や雇用劣化を経験^{*2}



85%の女性が
更年期障害を我慢して
いつも通り仕事や
家事を行なうことがある
^{*3}



治療薬（ホルモン補充療法）の普及率

国 / 地域	実使用率
イギリス	約30%
アメリカ	5%未満
イタリア	4～7%
日本	2%
シンガポール	19%
中国	2%
台湾	10%
マレーシア	16.6%

※ 英国ではNHS(国民保健サービス)が無料で提供するなど、国をあげた取り組みによって普及率が改善

*1: The Global Menopause Report 2023, Alliance for Aging Research & Organon

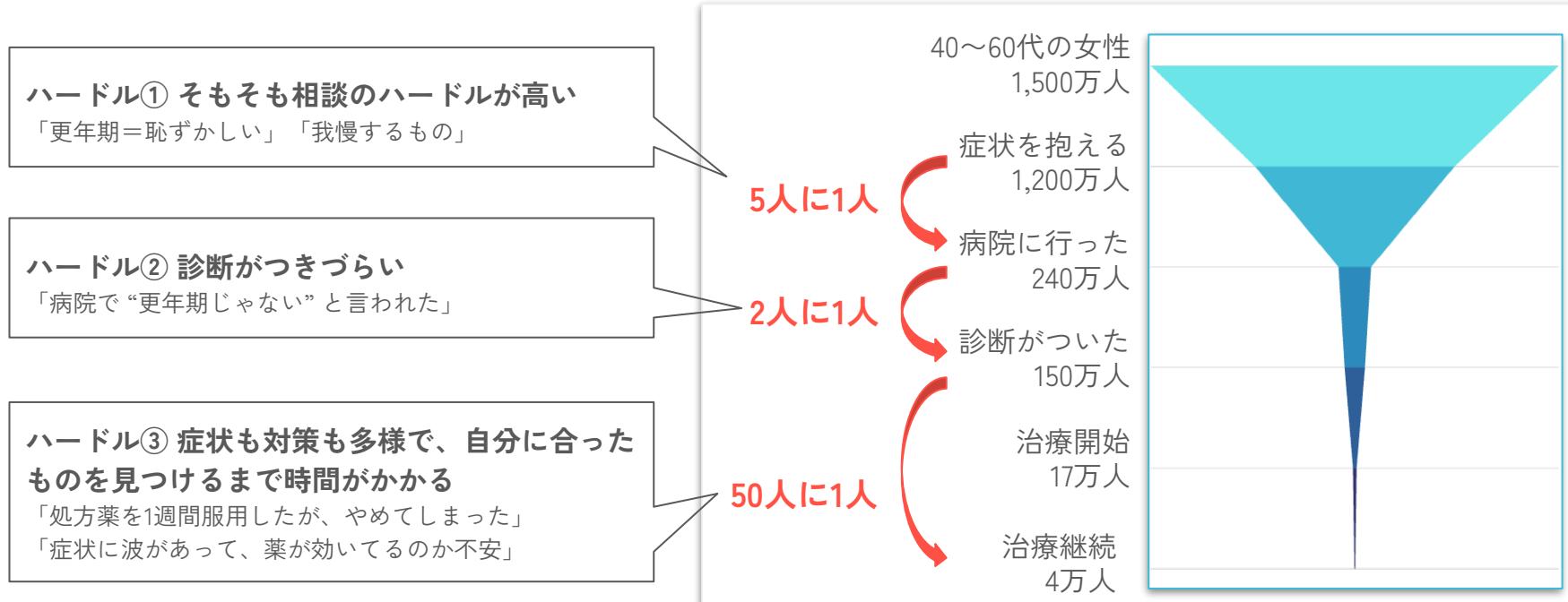
*2: 大正製薬「更年期の就業実態・意識調査」（2022）

*3: ファムメディコ「働く女性の更年期に関する意識・実態調査」（2022）

*4: Nagata et al. (Maturitas 1996, HRT 使用率 2.5%)

解決すべき課題

- 更年期障害を抱える人は日本全国で1,200万人もいるが、様々なハードルがあり、治療を継続しているのはたったの4万人(2%以下)である。
- 適切なケアを受けるにはいくつものハードルがある。



実施目的

- 更年期障害の適切な医療アクセスを促し、35～65歳の女性がキャリアを持続できる社会を実現する。
- 課題に対してそれぞれのアプリ開発とサービス提供を行う。

#	課題	目的
1	相談のハードルが高い	<ul style="list-style-type: none">「これって更年期？」と感じた時に、気軽に自身の症状についての相談や自己チェックが可能な環境を整備する「更年期は我慢しなくていい」「不調のときは周囲に相談を」といったメッセージを発信することで、無理をしがちな働く女性たちの思考や行動に変化を促す
2	診断がつきづらい	不調を感じ始めたら、早期に専門医師にアクセスできる環境を整備する
3	症状も対策も多様で、自分に合ったものを見つけるまで時間がかかる	<ul style="list-style-type: none">治療開始後に体調の変化の記録をつけ、可視化されることで、治療効果を可視化する医師が診療の補助データとして活用することで、治療効果の科学的検証と、個別最適化されたケアを提案することを可能にする

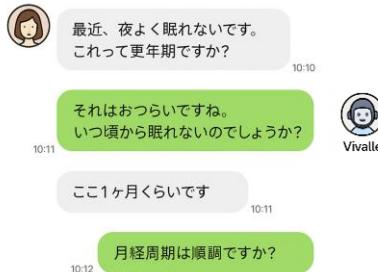
- 各アプリ開発で下記の目標・KPIを達成。

#	実証内容	目標・KPI
1	<ul style="list-style-type: none">LINEまたはウェブサイトに、AIチャットボットを開発更年期不調に悩む女性が、自身の不調や感じていることを思わず相談したくなるインターフェースを作成	<ul style="list-style-type: none">ベータ版の精度検証：90%以上対象ユーザー：計300名チャットでの医療機関相談の要否提案率：70%
2	更年期専門の医療従事者とのカウンセリング・診察を実施	<ul style="list-style-type: none">利用ユーザー、アンケート有効回答数：計150名
3	更年期障害解消の治療中に、トラッキングアプリを通じて、症状を記録する。 結果をユーザー自身が見れるようにするのに加え、診察にあたる医師とのデータ共有も行う	<ul style="list-style-type: none">症状トラッキングユーザー数：合計100名記録した人の割合：70%2ヶ月目治療継続率：80%治療効果の納得度向上：40%以上

- 協力企業で働く35～65歳の女性による①～③のサービスを利用。

① 「これって更年期？」を 気軽にLINEで相談

悩んでいる症状や日常の困りごとを
チャット形式でヒアリング
AIチャットボットで、
24時間365日相談が可能



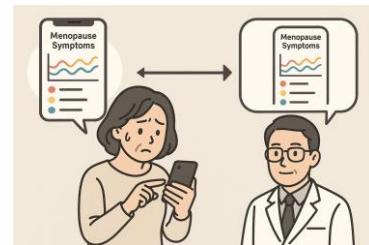
② 不調の程度によって カウンセリング・診察

AIチャットの結果によって、
カウンセリングまたは診察を提案
ユーザーが希望すれば、
専門の医療従事者との診察を行う



③ アプリで症状記録 パーソナライズ治療

治療中に症状を
ユーザー自身が記録
ユーザーが閲覧できるだけでなく、
診察する医師とのデータ共有も行う



ベースとなるサービス：更年期専門のオンライン診療「ビバエル」



待ち時間ゼロ・通院不要

更年期専門
オンライン診療

更年期診療実績1万人の産婦人科医 高宮城直子 医師

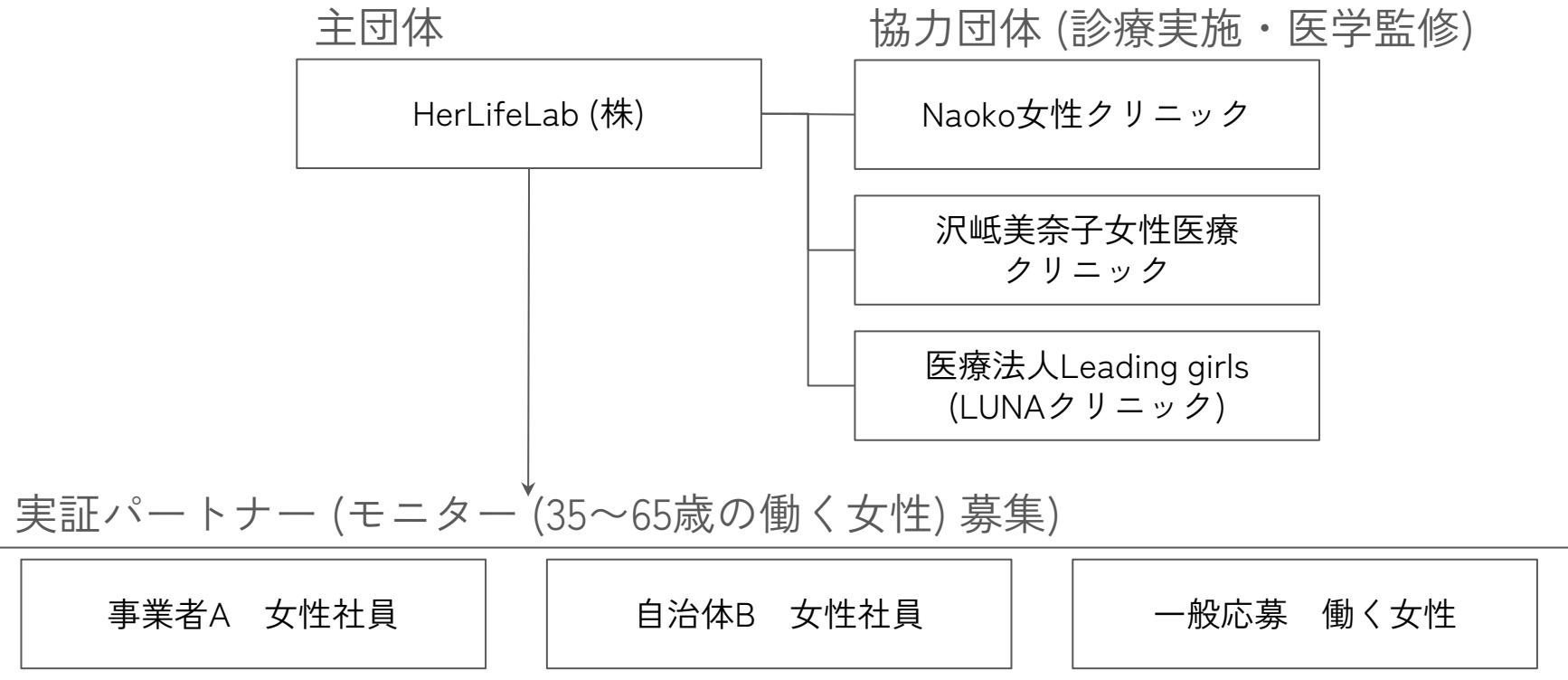
こんな症状、ありませんか？

- 眠れない・夜中に何度も目が覚める
- 疲れやすくやる気が出ない
- 以前にも増して関節痛や肩こりが悪化
- いつも以上にイライラしてしまう
- 動悸・息切れ・頭痛がある
- 集中できないと感じる

Feature ~特徴~

- **更年期専門の医師とカウンセラー**
全員女性で多くが更年期経験者
- 40分～の丁寧なカウンセリングと
医師の診察
- 検査結果に加え、詳細な問診などから
総合的に不調の原因を探る
- 治療方法はお薬の処方薬に加え、心理カ
ウンセリング、栄養指導など統合医療

実施体制

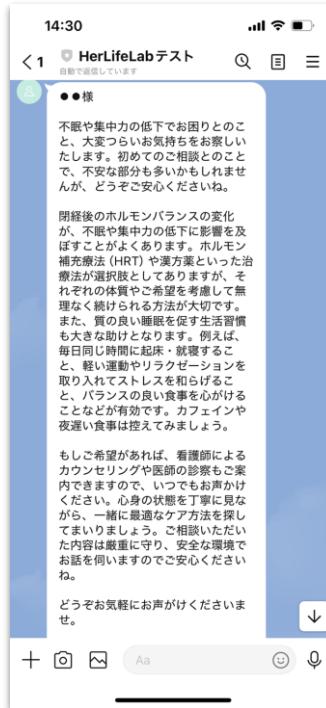
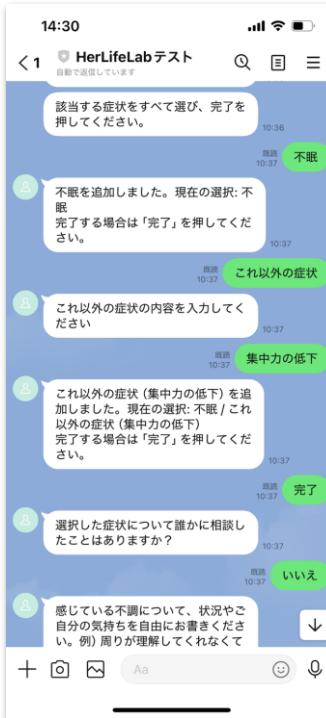


- 蓄積された患者データをAIが学習し、初診患者の属性や症状から、聞くべき質問や確認事項を提案。
- 医師の診療判断をより的確にサポート。



開発状況 - AIチャットボット

- 公式LINEに登録すれば、予約前でも気軽に相談可能。チャット形式で症状や年齢、気になることを入力すると、AIがあなた専用のケアガイドを作成。
- 来院前の不安を解消し、スムーズな受診をサポート。



悩んでいる症状や年齢、治療状況をチャット形式で入力すると、パーソナライズしたケアガイドを提示

開発状況 - 症状トラック（患者側）

- 受診後の経過をLINEで見守り。薬の効果を可視化し、副作用の不安も医療従事者がチェック。
- 治療を最後までサポート。

The image shows two screenshots of the 'My Doctor' app interface. The left screenshot displays the 'Symptom Recording' screen for November 19th (Wednesday). It includes sections for 'Today's Condition' (feeling unwell, tired, etc.), 'Medication Use' (checkboxes for various treatments), and a 'Report' section. The right screenshot shows a summary report from October 23rd to November 19th, highlighting the number of recordings and a 'Top 22' list of symptoms.

その日の症状/気分/服薬状況を記録

記録回数の多い順に症状や気分を表示

ビバエル+ app.vivalle-mydoctor.com

大川万恵夏 様の記録

17 今日の体調を記録

← 前日 11月19日 (水) 次の日 →

症状 気分 薬 メモ 食事

当てはまる症状をタップ

よく選ぶ症状

めまい 頭痛 ドライアイ
手のこわばり 寝汗 胃もたれ

7日以上選択していないカテゴリーは「その他の症状」にまとめられます。すべて表示からいつでもアクセスできます。

頭

記録を保存

問診票 カレンダー 記録 レポート 設定

ビバエル+ app.vivalle-mydoctor.com

あなたのレポート

10/23 - 11/19

記録日数 10 / 28日 36% 記録

服薬日数 5 / 28日 18% 達成

よく記録した症状 TOP22

症状	回数
頭痛	5回
めまい	4回
手のこわばり	3回
胃もたれ	2回
寝汗	2回
ドライアイ	2回
倦怠感	1回
症状81	1回

問診票 カレンダー 記録 レポート 設定

開発状況 - 症状トラック (医療者側)

- 患者がLINEで記録した症状や服薬状況を医療者側で一元管理。症状名をクリックするとカレンダーで発生パターンを確認でき、薬の効果測定や副作用の早期発見に活用できる。

佐藤花子 様

3つの症状が悪化傾向です。総合的な状態評価が必要です。

ビタミン（4%）、ホルモン補充療法（7%）の服薬率が低下しています。服薬指導の強化を検討してください。

最近の患者メモに「痛い」などの気になる記述があります。詳細な聞き取りをお勧めします。

前期

表示期間: 10/23 - 11/19

問診回答履歴

2025年11月11日
15:50回答

症状トレンド（過去28日間）

連続症状あり

頭痛

▲連続

5回

新規

めまい

4回

新規

手のこわばり

3回

新規

ドライアイ

2回

新規

胃もたれ

2回

新規

最近の気分傾向（過去28日間）

イライラ

やる気がない

不安

疲れ

憂うつ

▼もっと見る（残り5件）

症状の傾向や服薬状況、
メモをもとにアラートを表示

症状名を押すと、
症状の発生頻度をカレンダー
で確認可能

前期

表示期間: 10/23 - 11/19

服薬管理（過去28日間）

服薬状況（28日間）

服薬メモ

患者メモ（最新28件）

スクロールで全文閲覧できます

2025/11/15（土）

午後から吐き気あり

全1件

ホルモン補充療法

2回 / 28日

1 +7%

漢方

2回 / 28日

1 +7%

鉄剤

0回 / 28日

ビタミン

1回 / 28日

スクリールで全文閲覧できます

2025/11/17 14:53

めも

2025/11/13 16:49

めもめも

2025/11/11 15:48

あああ

2025/11/10 17:46

痛みをともなうむくみがある

食事記録（直近3日間）

2025/11/17（月）

朝食

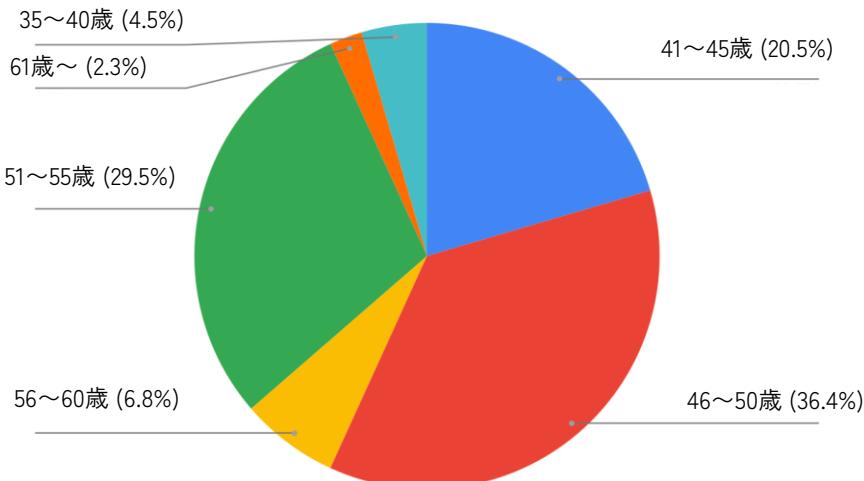
12

HerLifeLab

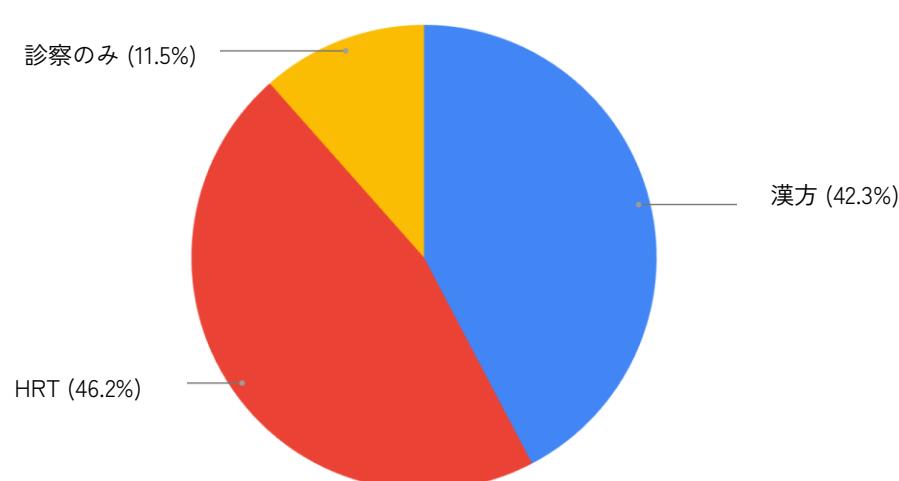
達成状況

- 参加者の年齢層は46～55歳が最も多く、全体の66%を占め、典型的な更年期症状が強く出やすい層である。
- 一方、月経周期の変化はまだないものの、不調を感じて早期に対処したい41～45歳の参加も一定数みられた。
- 治療方針はホルモン補充療法（HRT）が46%と最多で、通常のビバエルオンライン診療と同水準である。企業モニター参加者は全体として更年期指数が低く軽症傾向にあるが、それでもHRT選択率が高い背景には、今回開発した「AI問診」機能が症状と禁忌の有無を踏まえHRT適用可能性を示し、医療者の判断を支援している点が影響していると考えられる。

参加者の年齢層



治療方針



考察、今後の展開（AIチャットボット）

チャットボット改善、精度向上の流れ

- [初期モデル①] 症状の整理と、当初は治療の可能性などを提示することを検討した。しかし、専門用語が増え、利用者からすると、理解しづらいものとなっていた。
- [初期モデル②] またその後、共感をする聞き役のようなチャットとしたが、ただ共感するだけでは適切な治療相談に繋がらないことがわかった。
- [リリースモデル③] 最終的にはモデル①と②を組み合わせ、症状の整理と共感のメッセージをバランスよく提示することで、実際の診療に繋がる後押しとなっている
- 今後実証終了まで、実際に診療につながるようにデータをとりながら、精度向上をし続ける

初期モデル① (症状の整理や治療方の提案)

[Input data]

- ・ 症状の詳細（種類、開始時期、程度）
- ・ 既往歴
- ・ 月経の状態



あなたの感じている症状：

① ほてり

→ 原因が更年期障害であれば、ホルモン補充療法で症状軽減の可能性があります。

初期モデル② (共感、寄り添い)

[Input data]

- ・ 症状
- ・ 相談相手はいるか？
- ・ どんな気持ちなのか？



「異常なし」と言われてもつらい症状が続くと、「分かってもらえない」と感じてしましますよね。お辛かったです。これまで病院でご相談されてきたのですね。行動にうつされたこと、とても大切な一歩だと思います。

リリースモデル (①と②を組み合わせ)

[Input data]

- ・ 症状
- ・ 年齢
- ・ 日常生活への影響



大きな環境の変化の中で、気持ちがついていかないのは、とてもお疲れになりますよね。

XXXさんの感じている「気分の落ち込み」や「やる気が出ない」といった不調は、更年期時期にご相談される方がとても多いものです。

①ユーザー募集

- ・ これまで開発に注力してきたため、実際のユーザー利用はこれから本格化する段階。
- ・ アンケート有効回答ユーザー数が48名(企業:25名、一般:23名)で達成率は32%と予定よりビハインド。今後は目標150名の達成に向けて、ToC, ToBともに募集を強化する。
 - ToC: 既存サービスのLINE登録者で、サービス未利用の方へ周知連絡。
 - ToB: 追加で3社にセミナー、イベント登壇、再度告知を実施いただく。

② 医療従事者の実運用での利用促進

- ・ アプリの利用を開始し始めたところで、問診AIや症状トラックでデータ取得はできているが、実際の意思決定精度の診療時間短縮への寄与までに至っていない。
- ・ UI/UXを継続的に改善し、運用の中で医療社の満足度や診療時間短縮への寄与に繋がるように改善をする。

今後のスケジュール

