

# 運動アプリで認知症リスク低下？

## 神戸大と住友生命、共同研究

### モニター参加者千人募集

神戸大と住友生命保険(大阪市)は、同社の健康増進サービス「バイタリティー」を活用し、運動と脳の健康に関する共同研究を始める。期間は11月から約2年間で、神戸市民らを対象に千人のモニター参加者を募集している。12月までに計8回の説明会を市内で開く。

同サービスを使って運動を始めることが、高齢者の認知症発症リスクの低下につながるかどうかを検証する。参加者は歩数などの目標値に向かって運動し、定期的に脳の健康度調査やアンケートに回答する。

同社によると、自治体との実証実験は堺市など全国で進めている。大学との共同研究は立命館大に続き、2例目という。歩数データや調査結果などを神大が分析し、2026年12月のモニター期間終了後に成果をまとめる。

モニターは神戸市内に在住か在勤の60歳以上80歳未満で、バイタリティーのアプリをダウンロード可能なスマートフォンを持つ人が対象。最初の約3カ月間は無料だが、以降は月330円のアプリ利用料がかかる。アンケートの回答者には謝礼を支払う。参加希望者はQRコードから申し込む。(高見雄樹)

