



ポイント 1

**体調異常を
アラートでお知らせ！**

ポイント 2

**画像を変えて
わかりやすく！**

ポイント 3

**危険な人から
並べて表示！**

NO 3 健康みまもり管理

(概要) 活動量計装着者の健康状態を専用サイトで確認

(説明)

高齢者や持病持ちの方を中心に、活動量計を装着してもらいスマートフォンを介してデータを専用サイトで確認できるようにした。体調異常時のアラートは本人だけでなく、いち早く事業主含めて共有することが可能になり、早期対処により重大事象を防止することに繋げている。



活動量計



スマートフォン

1. 脈拍の上限值 180

2. 脈拍の下限值 50

①脈拍の上限值 ②脈拍の下限值については、手動での設定変更が可能です。またアカウントID等に約1カ月程度継続してデータを取得いただくと自動で適切な閾値に設定されます。

3. 熱ストレス (脈拍から熱中症の恐れを通知)

厚労省が開示している、熱中症を予防する上での留意事項を参考に
脈拍 180 - 年齢 を超える時間が 60秒以上 注意
上記の状態が 更に60秒継続した場合 危険 アラート

4. 作業強度 (脈拍から身体への負荷の恐れを通知)

カルボネン法という 有酸素運動時の適正な心拍数を求める公式を用いて
運動強度が80%を超えた場合 注意
上記の注意状態が 60秒 継続した場合 危険アラート

【熱中症に関する参考情報】

パンフレット「熱中症を防ごう！」厚生労働省 STOP! 熱中症 ケールワークキャンペーン (職場における熱中症予防対策) 関連情報
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya_0000116133.html

