

【奨励賞】

アプリ「脱・だらだら生活」

～ポイント利用でどんどん健康になろう～

高知大学人文社会科学部 佐々木 崇太

” 下元 日乃

(要旨)

現在、介護業界は、要介護者が増加する一方で、介護士は不足しており、構造的な問題を抱えている。また、人々が健康ではない期間が長ければ、その分医療ケアや介護が必要となり、社会保障費の増大に繋がる状況にある。

本論文では、介護業界が抱える問題の解決策は、健康寿命の延伸にあると位置付けた。健康意識の向上と健康無関心層の取り入れを企図して、アプリ「脱・だらだら生活」の導入を提案する。このアプリの機能設定を考えるにあたっては、人々が健康維持活動に取り組もうとする動機付けの分析を行い、より効果的なアプローチを実施する。

本提案の実現により、健康維持活動の促進や医療費抑制が進展することを通じて、介護業界を取り巻く環境の改善に繋がることを期待する。