新たなかかりつけ機能強化・
HelpUライトのご提案

株式会社HNC

HelpUライトサービス概要

・かかりつけ機能強化に！
・顧客の健康についての行動変容の意識強化に！
・顧客が利用しやすい環境ときっかけづくりに！

★QRコードを読み取り携帯電話でINPUT・送信で簡単

・利用者が自分にあった健康改善ができる

健康について学ぶ
やってみる（健康行動）
仲間と楽しく（コミュニティ）

・チャレンジプログラムによる自然な仲間づくり

ＡＩ支援の自然なグループ形成機能（仲間登録不要）
ゲーミフィケーションプログラム

・ポイントゲットでプレゼント交換

・色々な課題へのチャレンジによる継続性

ウェラブルデバイスによる動機付支援サービス（今後開発予定）

相談しやすい環境、関係創り

・患者、顧客との接点、長く付き合える関係創り

・投薬、治療以外についても気軽に聞ける関係づくり

・人、周りに聞かれることなく個別相談できる環境づくり

・ウェアラブルデバイス、測定値等について相談したい（今後）

薬局あらたな方向性

・顧客個々人を投資、経費をかけず実現する仕組み

・Dxの進展によるSNS的、グループでのネットでの顧客囲い込み

・今後のPHR等の情報共有化での顧客サポート仕組み

HelpUライトの位置つけ

HelpU・ライト

関係作り

STEP1

HelpU
スマホ簡易版

PHR

健診結果受診

医療機関

HelpU
健診版API

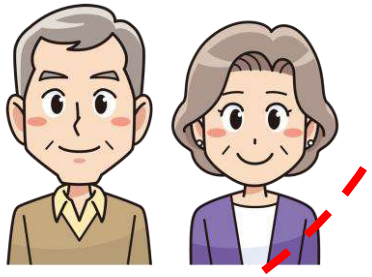
・特定保健指導管理サービス提携先

②健康相談

③保健指導実施

①セルフで利用

利用者メールアドレス取得
・イベント、プレゼント提供
・店舗情報発信



③保健指導受託

健康保険
企業＆自治体

STEP2

長期サポート
（かかりつけ化）

人工知能（AI）による解析のロジック

・個人の測定値と、生活習慣の時系列データ
・測定値と生活習慣関連の統計データ
・約１０００件の学術論文

データベース

クラウド上のAIが
独自のロジックで解析・予測

QRコード読み取り
携帯電話で
INPUT・送信

解析結果を
携帯電話に送信

現状のタイプ分類

個人の生活習慣
の最適な改善法

個人の測定値
の将来予測

質問項目
- 生活習慣の課題を10問程度でチェックし、タイプを分類する
- 血圧・脂質代謝・血糖・運動不足・ストレス等のタイプを分類

数値データ（チャレンジプログラム）
- 血液検査の結果
- 病歴（本人、家族）
- 身体情報（血圧、身長、体重など）

血液検査情報と生活習慣、家族歴等の情報を、
学習内容をもとに学術的、医学的、統計的に分析し、
総合的に評価

初回

サービス開始QR

開始

・**iphoneの場合、safariのブックマークリンクの設定の下の**
“ホーム画面に追加”で、スマホ画面にアプリアイコンができます。

基本情報（生活習慣、検査値傾向等）

生活習慣、検査値トレンド情報

タイプ分類情報

ユーザ情報（ニックネーム、メール、生年月日）

内部でユーザ認識、管理情報生成

解析結果、改善提案

チャレンジプログラムへ

HelpUライト・コンテンツ詳細(健康トレンド・セルフチェック)提供

導入

HP・チラシ・ポスターに掲載されたQ Rコード

入力

（QRを読み込みサイトへアクセス）

＜基本情報＋検査値の傾向＞
・年齢
・性別
・身長
・体重
・血圧[低め,良好,高め]
・血糖値[良好,高め]
・悪玉コレステロール値[良好,高め]
・善玉コレステロール値[良好,低め]
・中性脂肪[良好,高め]

＜設問＞
・20歳の時の体重
・１日の歩数
・中強度の運動時間
・食事後の運動
・日中の眠気
・熟睡感
・食べる速度
・欠食
・眠る前の食事
・たんぱく質または野菜から食べる
・塩分濃度

メールアドレス・携帯番号登録

電話番号入力
↓
メールにて本登録URL(サイト)を通知
↓
(サイト)ニックネーム・生年月日を入力
↓
本登録完了

解析結果の提供

(メールアドレスに解析結果サイトを通知)

・あなたに近いプロフィールと検査値傾向のある人３年後の検査値トレンド（HelpUライト専用に再学習させたAIを利用）

・タイプ名発表
　問題のある検査値を改善するための生活習慣アドバイスとメカニズム（HelpUのコンテンツを流用）

①QRコード付きチラシ・ポスターからチェック開始

店頭、事業所掲示ポスター
（イメージ）

血圧や血糖、脂質などの検査値が気になっている人向けにチラシ、ポスターにQRコードを掲載して集客

店舗来店者

QR
コード
読込

【利用規約確認】

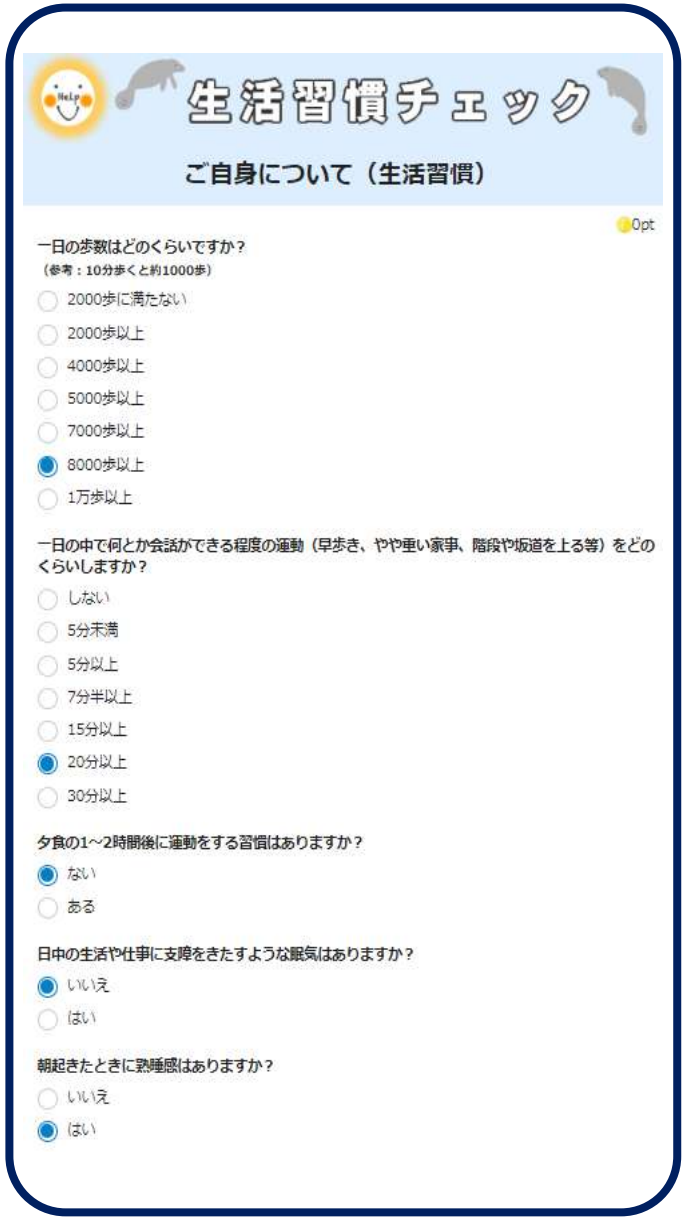
【基本情報入力】

②チェック → 入力 → 結果

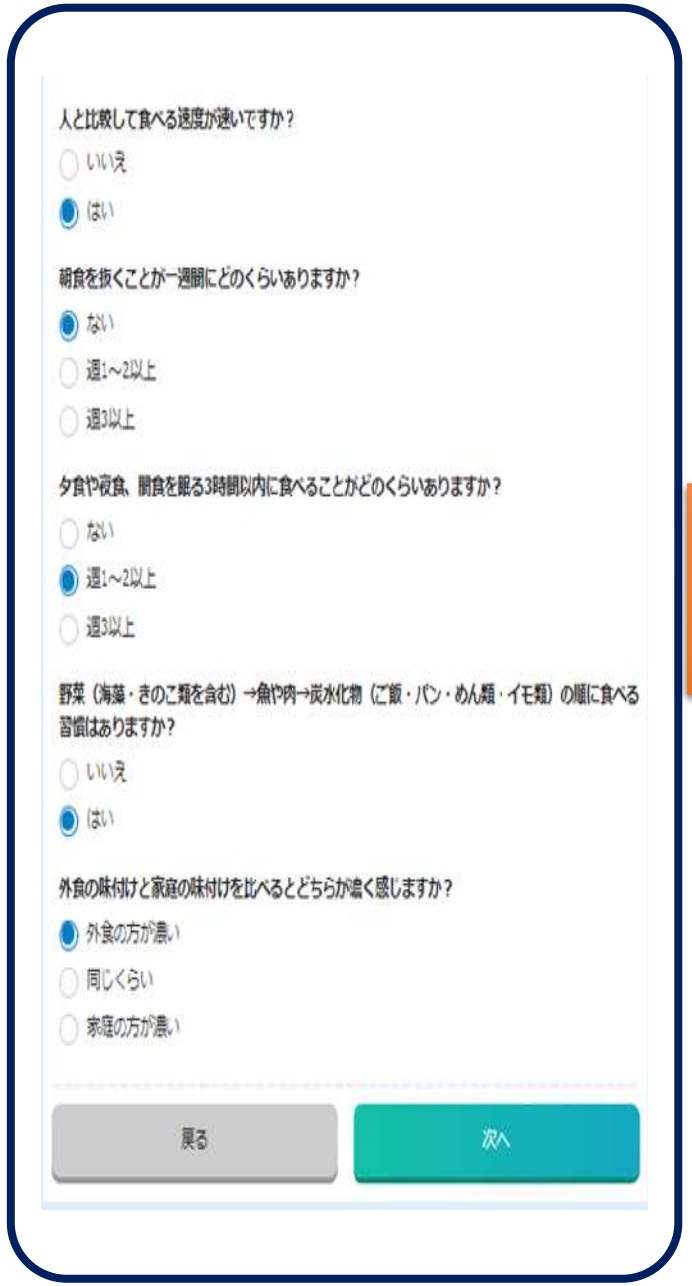
生活習慣の課題を10問程度で
チェックしてタイプを分類する

検査値
入力

設問
入力

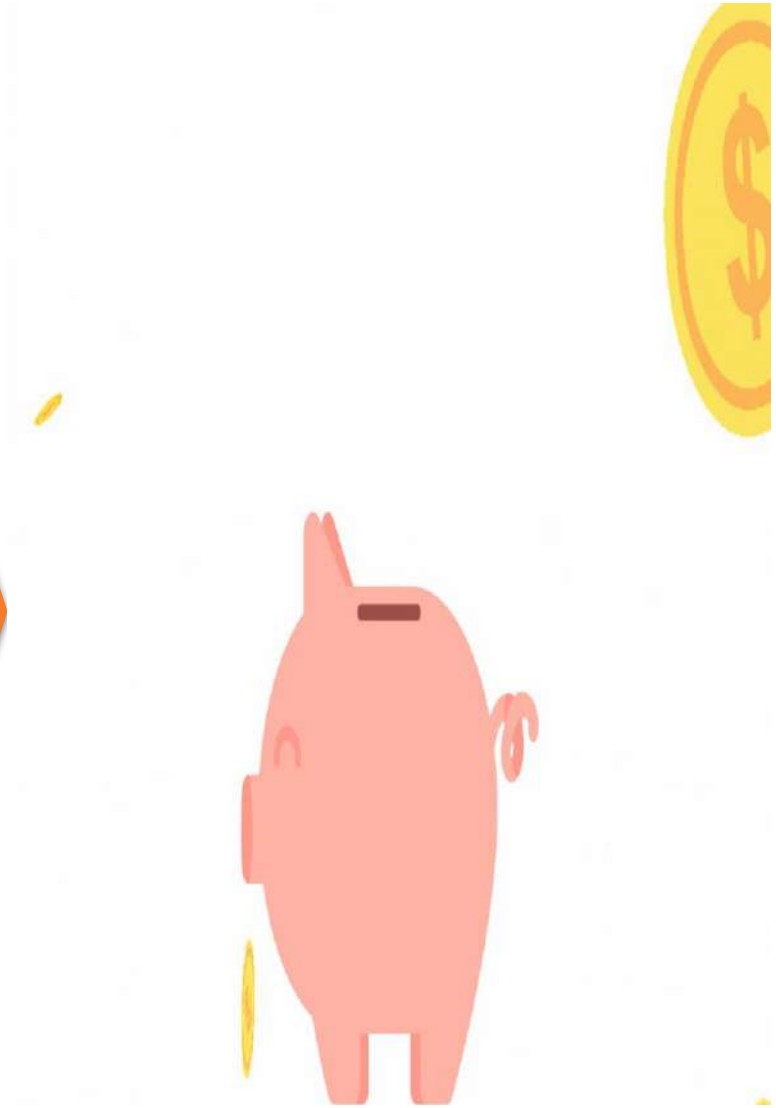


②チェック → 入力 → 登録



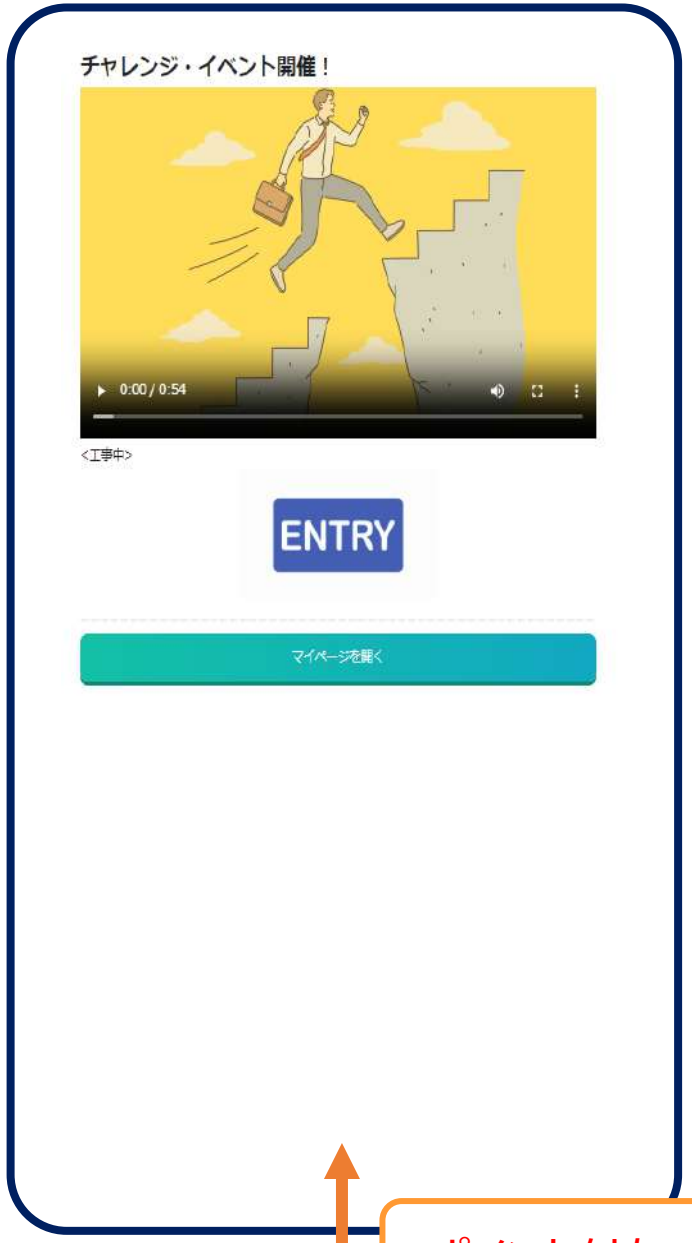
設問
入力

登録
終了



ポイント付与・・・5

解析結果表示画面



ポイント付与・・・5

③チャレンジプログラムエントリー

メールアドレス

下記のチャレンジプログラムを順次配信（3か月ごと）

【チャレンジプログラム】

- 睡眠チェック
- 高血圧 生活習慣チェック
- 脂質異常 生活習慣チェック
- 高血糖 生活習慣チェック
- 肝臓 危険度チェック

2回目
QR
読込

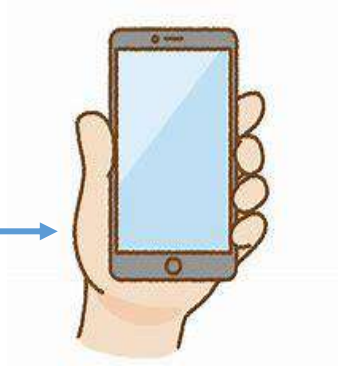
マイページ画面

チャレンジプログラム終了達成でさらに１０ポイント付与

来店・２回目以降

来店QR

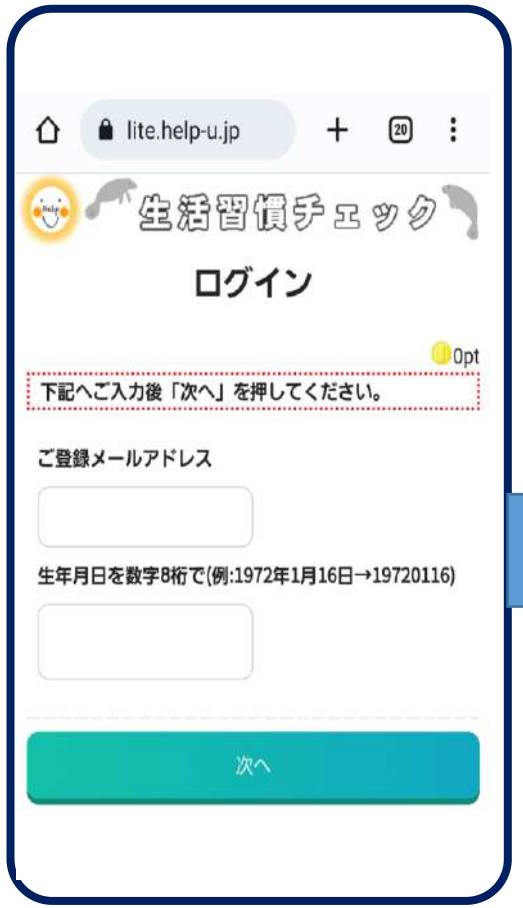
開始



自動ログイン＊1、来店ポイントゲット

【マイページ機能】
前回情報、ポイント表示

①健康チェック
②チャレンジ参加
③ポイント交換
④登録情報変更



マイページ

＊１・iphoneの場合、safariのシークレットモードになっている　時は解除
シークレットモードの場合は、メール、生年月日の再入力で、
通常のログイン（自宅などでの使用と同じログイン）

チャレンジプログラムとは？

・健康が気になる人、改善したい人のコミュニティーの自然形成

<参加個々人が改善チャンレンジャーあり、また地域社会の応援、指導者でもある＞

・改善テーマのための専門的な学習＆アクション提案＆フォロー

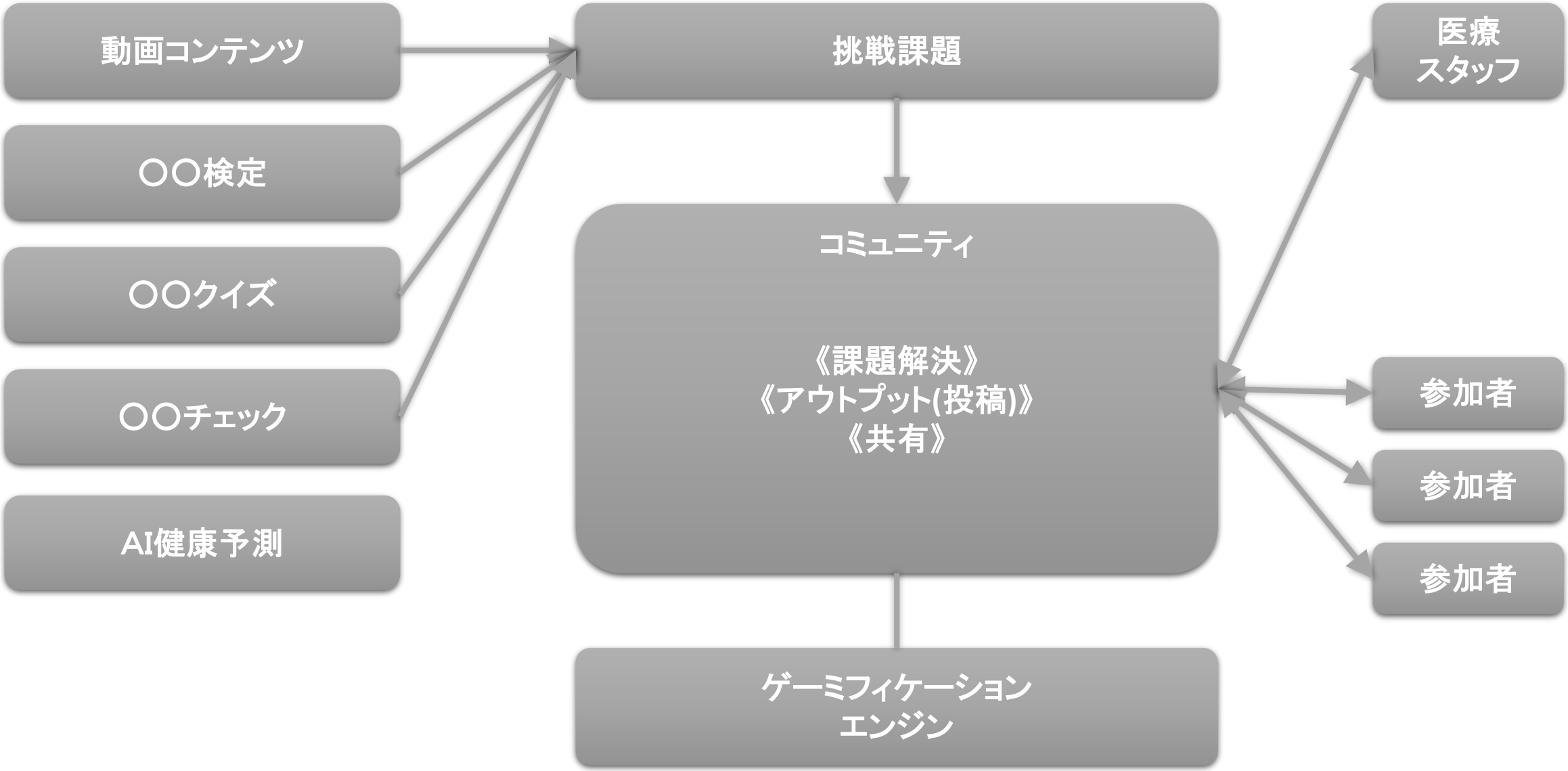
・アクションに関する個人、メンバー間でのやりとりでやりがい作り

＜どうやればできたか！、なぜできなかったか？、感想、応援メッセージ等々＞

一人ではなく、みんなで改善、改善目標を達成、成功体験、喜びも共有

＜＜薬局は新たな健康コミュニティを支える地域の拠点となる＞＞

（参考）チャレンジプログラムの概要（イメージ）



①ある日の改善テーマをメンバーへ配信

本日のチャレンジ課題は、「起床時刻と朝食の習慣化」です。今日のレクチャーでは、最新の睡眠学論文をもとに、以下の点について解説しました。

- 毎朝決まった時間に起床する習慣の重要性
- たんぱく質を豊富に含んだバランスの良い朝食を摂る習慣の重要性

それでは、皆さんのチャレンジに関する投稿をお待ちしています！

▶ できていない場合：
その理由と、どのような工夫をすれば自分でもできるようになりそうかを考えて投稿してください。

▶ できている場合：
そのための工夫や心がけなどアドバイスがありましたらチャレンジャーのみなさんにも参考になるように投稿してください。

このイベントを通じて、皆さんが良質な睡眠を得られるよう、共に励まし合いましょう！

②参加個人への確認メッセージへの入力＆コメント
（PUSH通知でリアルコメント交換）

たろう
1日前

・決まった時間に起きる・・・できていない
休日は２～３時間遅い時間に起きることが多いので、夕食の後につい、うたた寝をしてしまうところを風呂に入るようにして、寝る時間を少しでも早めるようにしようと思います。
休日でも平日とほぼ同じ時間に起きれるように、カーテンを開けておいて太陽の光が差し込むように工夫しようと思います。

・たんぱく質を豊富に含んだバランスの良い朝食・・・できていない
これまでは手軽なパンとコーヒーの組み合わせが多いので、そこに目玉焼きを加えたり、美酢という健康食品をたんぱく質の多い豆乳で割って飲むようにします。あとはヨーグルトも必ず食べるようにしようと思います。

いいね　すごいね　　コメント (2)

コメントを書く

本人

はなこ
今日

美酢！私も飲んでます！豆乳で割るなんて思いつきませんでした。朝からしっかりたんぱく質が摂れそうですね。

いいね　すごいね

メンバー

たろう
今日

そうなんです！美酢を豆乳で割ると、ヨーグルトのように固まってしまうのですが、酸味が和らぐので飲みやすいですよ！

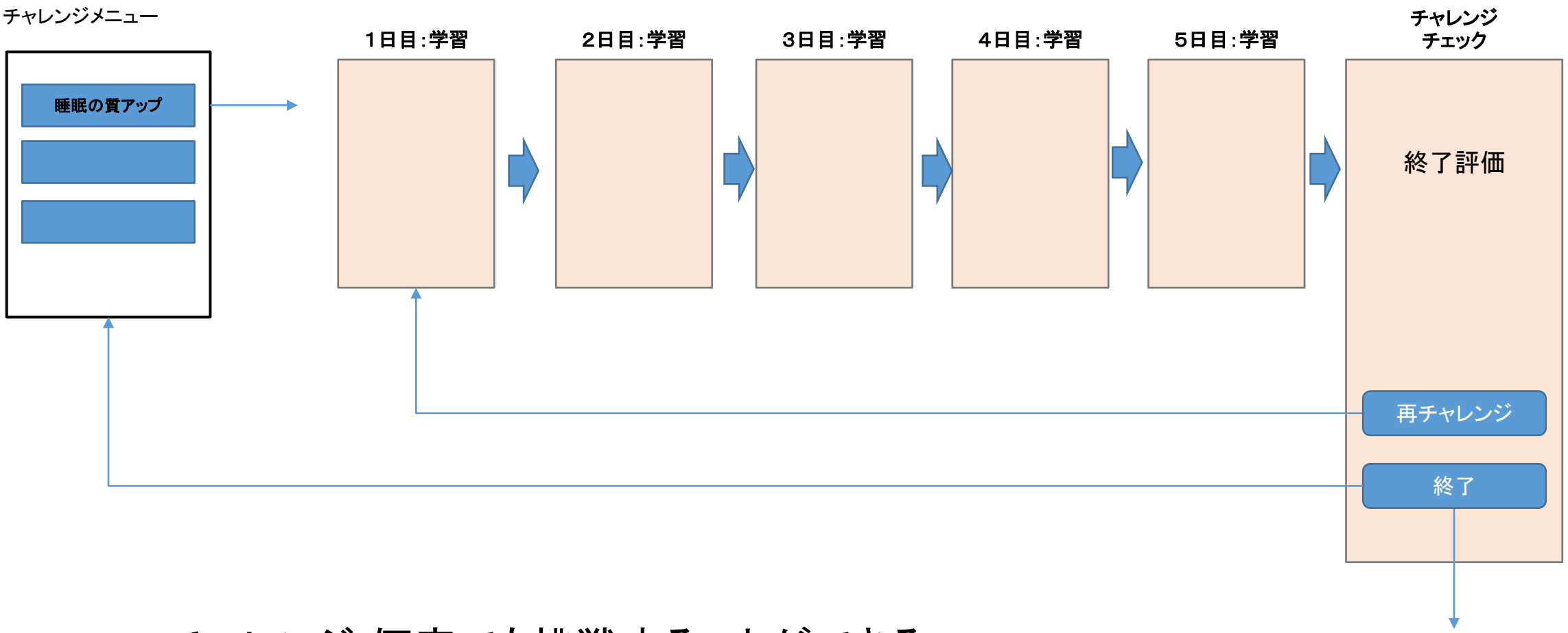
いいね　すごいね

メンバー

コメントを書く

本人、メンバーの最初の結果、コメント入力しやすいようにポイント付与等検討中

HelpU Grow :チャレンジメニュー概要



チャレンジ:何度でも挑戦することができる！
健康意識が高まる時に、いつもでチャレンジできる環境

目標達成イメージ

1	毎朝、ほぼ決まった時間に起床する
2	朝食は、よく噛みながら毎朝食べる
3	午前中に、太陽の光をしっかり浴びる
4	日中はできるだけ人と接し、活動的に過ごす
5	昼食後から午後3時の間で、30分以内の仮眠をとる
6	夕方に軽い運動や散歩をする
7	夕方以降は居眠りをしない
8	夕食以降、お茶やコーヒー等カフェインの摂取を避ける
9	ぬるめのお風呂にゆっくりつかる
10	就寝前は、脳と体をリラックスさせる(音楽鑑賞、読書、ストレッチなど)
11	寝床でテレビを見たり、仕事や読書をしない
12	寝床で悩みごとをしない
13	眠くなってから寝床に入る
14	8時間睡眠にこだわらず、自分にあった睡眠時間を規則的に守る
15	休日も、起床時刻が平日と2時間以上ずれないようにする

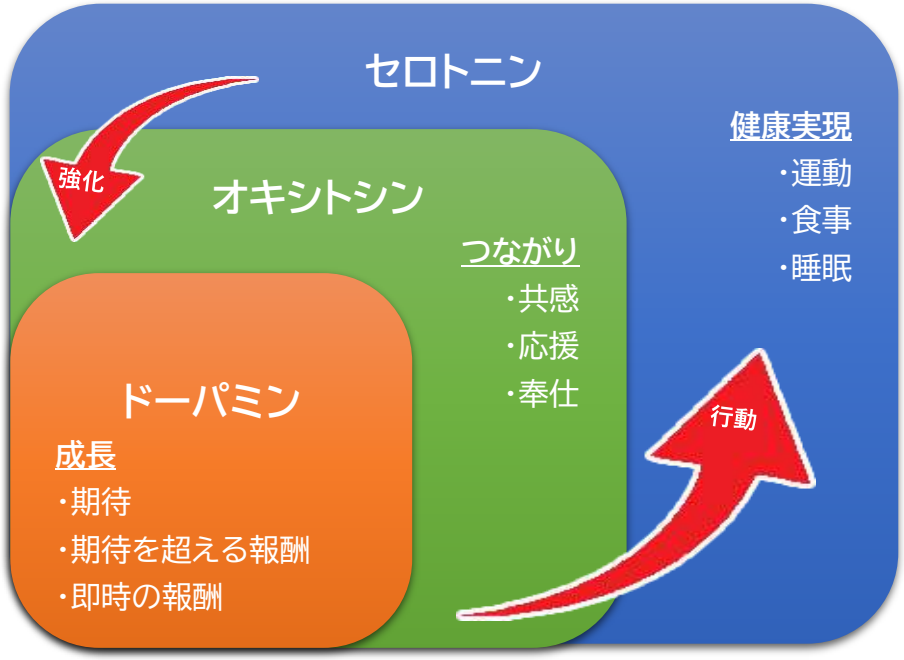
完全達成、おめでとう！

ポイントゲット

10ポイント獲得

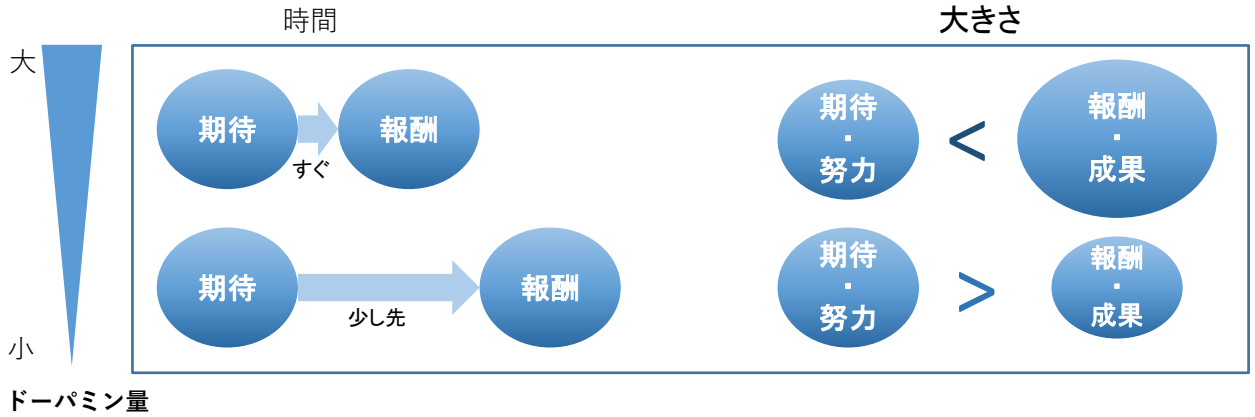
メンバーからの祝福（拍手音）

ゲーミフィケーション17の技術と脳科学の位置づけ



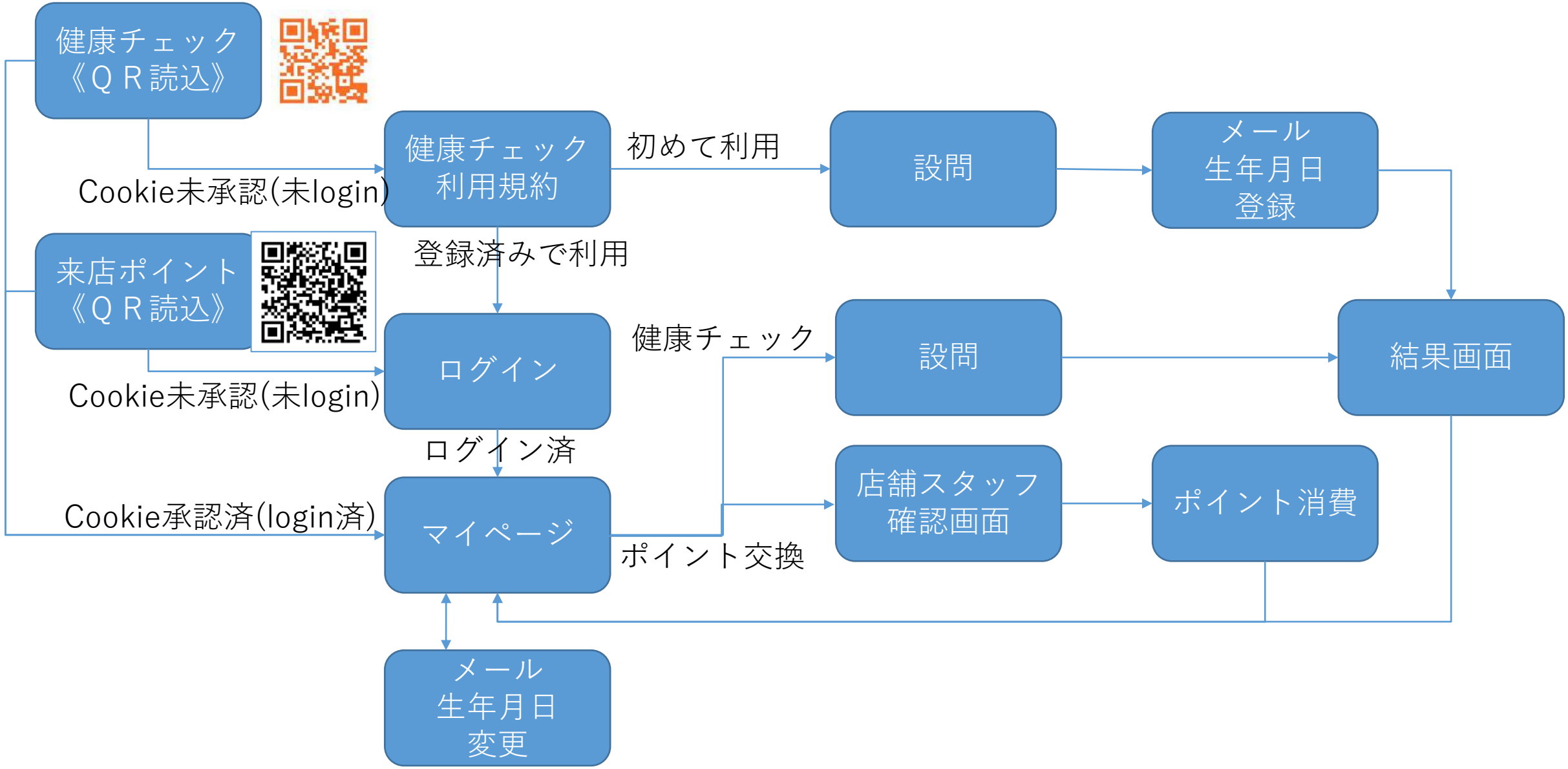
《**ドーパミン：成長**》
・レベルアップ
・不足感
・バッジ・実績
・スコア・ランキング
・レベルデザイン
・プレリレーションシップ

《**オキシトシン：つながり**》
・競争
・協力
・価値観の共有
・カスタマイズ
・イベント



《**ドーパミン：ブースト効果**》
・即時フィードバック
・ストーリー
・グラフィカル
・リメンバー
・シークレット
・驚嘆

ＨｅＩｐＵライト利用フロー



ＨｅｌｐＵライト管理画面（変更の可能性有り）

https://lite.help-u.jp/?m=terminal&a=page_o_admin

チャレンジプログラム 管理者用

一覧表示

メールアドレス	ニックネーム	生年月日	気になる検査値	気になる生活	利用回数	チャレンジ	ポイント	商品交換	来店日時	来店回数
nomura@hnc.bz	ノムさん	19540305	中性脂肪値	1.遅い時間の食事 2.早食い 3.歩数	-	-	6	-	2023-04-12 15:35:55	-
nomura@hnc.bz	ノムさん	19540305	中性脂肪値	1.日中の眠気 2.早食い 3.欠食	-	-		-	2023-04-12 15:27:49	-
nomura.naomi.kai@uqmobile.jp	ごんちゃん	19610129		1. 2. 3.	-	-	5	-	2023-04-12 12:53:34	-
minoru.okamoto9@antree.co.jp	みのるTEST9	19720116	血糖値	1.中強度(速歩) 2.歩数 3.日中の眠気	-	-	5	-	2023-04-11 18:25:29	-
nomura@hnc.bz	ノムさん	19540305	中性脂肪値	1.遅い時間の食事 2.早食い 3.歩数	-	-	6	-	2023-04-12 15:35:55	-
999@antree.co.jp	999	19720116	血糖値	1.中強度(速歩) 2.日中の眠気 3.熟睡度	-	-	5	-	2023-04-11 15:19:50	-
takeyoshi.fujiwara@antree.co.jp	たけ	19570612	血糖値	1.中強度(速歩) 2.熟睡度 3.歩数	-	-		-	2023-04-11 09:20:04	-
				1.歩数						

Helpライトポイント
還元商品一覧

商品画像	商品名	内容量	数量	希望小売価格	ポイント数	備考
	脂肪対策	180粒	1	2,980	3000	生活習慣病
	ぱくぱくスリム	120粒	1	2,000	2000	糖尿病対策
	スーパーナノクルクミンの力	0.25g×10粒	1	1,980	2000	肝機能改善
	プラセンタピュア	20cap	1	1,600	1500	美白・ 抗炎症作用
	ロコヘルス	90粒	1	1,580	1500	膝・関節
	生酵素×酵母	60cap	1	980	1000	ダイエット 疲労回復
	龍虎皇MAXプレミアム	3粒	1	480	500	活力
	スーパーナノクルクミンの力	0.25g×1粒	1	248	250	肝機能改善
	おやつにサプリzoo コラーゲン+ヒアルロン酸+プラセンタ	１５０粒入り	1	1,200	1000	栄養補助食品
	おやつでサプリZOOマルチビタミン	４０粒	1	500	500	栄養補助食品
	自慢のマスク	5枚	1	598	500	マスク
	アルコールハンドジェル	５００ｍｌ	1	1,280	300	消毒剤
	プロポリンス	12ml×6包	1	250	250	マウスケア

獲得ポイントに応じて賞品をプレゼント！
賞品は、QRコード発行薬局様にてお渡しいたします。