

FCNT のスマートフォンによる自律神経測定技術を藤沢病院の健康維持増進プログラムで導入

～自身の心身の状態を理解し、活用できる環境づくりへの取り組み～

2026 年 8 月 18 日

FCNT 合同会社

FCNT合同会社（本社：神奈川県大和市、代表取締役社長 桑山泰明、以下FCNT）は、arrowsおよびらくらくスマートフォンに搭載している自律神経測定技術が、藤沢病院（所在地：神奈川県藤沢市小塚383番地、院長 石井紀夫）で提供する健康維持増進プログラムに導入されたことをお知らせします。

導入の背景

近年、メンタルヘルスを含む健康支援の現場では、心身の状態を日常的に把握し、セルフケアや生活習慣の見直しにつなげる取り組みへの関心が高まっています。一方で自律神経の測定とその活用に関し、「専用機材の台数や専門の運用者が限られており、測定環境も専門施設内に限る」などの制約があるため利用者自身の振り返りや気づきにつながりにくく、自己理解を通じた自発的な改善行動に向けたモチベーションを保ちにくい、という従来環境における課題がありました。

本件は、「日常的に誰もが状態把握や改善行動を知り利活用する」ことが困難な状況を解決する手段の一つとしての導入になります。

藤沢病院では、過去に実施した健康維持・増進プログラムの参加者から「自身の健康の見える化」の要望があり、同病院が提供する健康増進維持プログラムに、FCNTのスマートフォンを活用した自律神経測定の採用に至りました。

FCNTが提供する自律神経測定技術は、スマートフォンを通じて日常生活の中で継続的に自律神経の状態を把握できる点が特長であり、健康づくりやセルフモニタリングを支援する技術として、公益性の高い健康支援分野における活用可能性が期待されています。

プログラムへの導入で期待する効果と目指す姿

利用者は自身の自律神経の状態を知りたい時にいつでも主体的に計測でき、1分の測定で状態を把握できます（従来の専用機材による測定時間は4分）。また自分の状態を直感的に認識し、推移を可視化できます。そして測定結果や目標に応じた生活改善行動のアドバイスで健康的な生活習慣のモチベーションを持つことができます。

利用者自身による計測やその結果から健康的な生活習慣のための行動をサポートすることは、利用者の利便性やサービス向上への寄与が期待できます。将来的には利用者だけでなく地域全体の人々の健康支援や、QOL向上に向けた良質なサービスの開発を推進されることも期待できます。

またFCNTは自律神経と心身状態との関連性に関する知見を蓄積し、得られた知見を一般利用者向けアプリの分析精度向上や健康理解を支援するサービス開発に活用することによって、誰もが自らの状態を理解し活用できる環境づくりを目指します。

藤沢病院からのコメント

当院で実施する外来作業療法（通院中の方を対象とした作業療法）である「いきいき健康塾」において、FCNT製スマートフォンによる自律神経測定を導入・活用いたします。

PRESSRELEASE

このプログラムは、利用者さん自身が健康維持、増進を目的としております。利用者さんから、健康を見える化したい、自律神経活動の状態を知りたいという要望がある中、従来の機材を利用した測定も検討しましたが、「利用者が自分で計測できる」「1分間の計測で自身の状態を知ることができる」「利用者へのアドバイスが分かりやすい」「利用者自身で健康改善行動を決めて管理できる」ことなどが、利用者にとって従来方式と比較したときの大きなメリットであると思い、FCNT製のスマートフォンにおける自律神経測定技術を導入することしました。

今後、プログラム利用者の健康状態の推移を把握する中で、測定データから表示される健康改善行動が継続的に効果を発揮することを目指します。当院は将来的に地域社会の疾患を持たない人々に対しても健康促進プログラムを提供することで、より充実したサービスを地域に提供・貢献していくことを目指しています。

利用者自身による状態理解と改善行動につながる新ヘルスケアアプリ「Fヘルスケア」



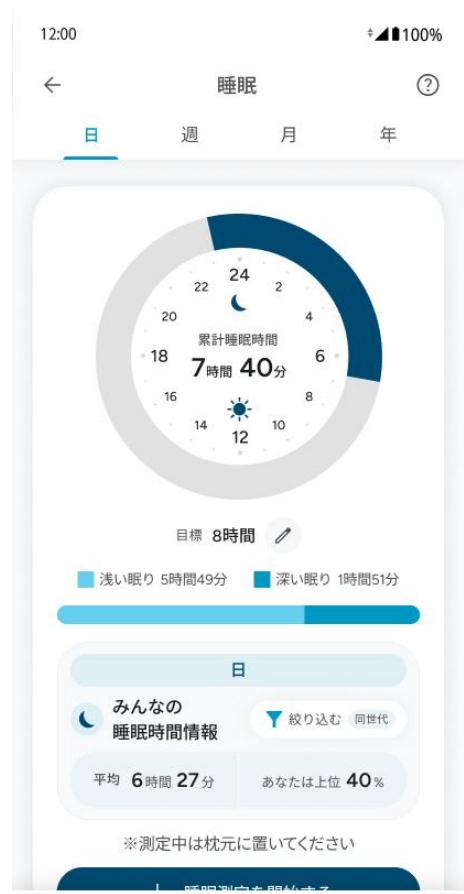
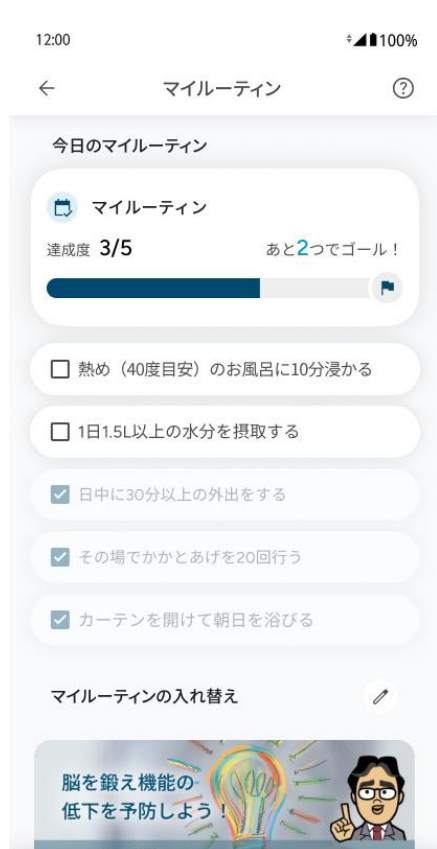
今日のコンディションに
合わせた過ごし方をサポート



FCNTのスマートフォンで測定後に表示される自律神経パワーの数値の解釈が、利用者にとって分かりにくいという課題がありました。そこで専門知識がなくても自身のコンディションを直感的に認識できるなど、利用者の利便性をアップさせた新ヘルスケアアプリ「Fヘルスケア」のサービス提供を、2026年8月27日（木）より開始します。これにより利用者自身が分析結果の意味を理解することができ、分析結果や目標に応じた行動提案が行われるようになります。また自律神経と心拍数データに加え、歩数や睡眠などの行動データと、気温や天候などの属性データを活用し、利用者の状態を多面的に分析した結果としてアドバイスを表示します。

測定後に表示される自身の状態分析には、京都大学の森谷名誉教授による膨大な自律神経の学術知見を基に、情報分析を専門にする研究チームがAIで体系化を行うことで、大量データの情報解析を実現しています。

PRESSRELEASE



[FCNT「Fヘルスケア」サイト](#)

FCNTは、今後もスマートフォンによる自律神経の継続的な測定を通じて自身の状態を可視化し、その結果に基づく生活習慣や行動の見直しにつなげることで、人々の健康的な生活の実現に寄与する新たな活用の可能性を提示するとともに、関連分野における情報発信を進めてまいります。

報道関係者お問い合わせ先

[FCNT 合同会社 報道関係者 取材・お問合せフォーム](#)