

**女性アスリートを対象に、基礎体温を活用した体調管理啓発プロジェクトをスタート！
～プロアスリートの意識・行動変容を調査～**

オムロンヘルスケア株式会社(以下、「オムロンヘルスケア」と)と株式会社エムティーアイ(以下、「エムティーアイ」)は、女性のプロアスリートを対象に基礎体温を活用した体調管理啓発プロジェクトを、2023年10月18日(水)より開始します。

本プロジェクトは、基礎体温の変化からわかる身体の状態にあわせた健康管理を実践することで、女性のアスリートの競技パフォーマンス向上と将来にわたる健康維持、増進をサポートするための取り組みです。

参加者は、オムロン婦人体温計 MC-652LC で測定した毎日の基礎体温データを、エムティーアイの女性の健康情報サービス『ルナルナ』とスポーツチームをサポートするコンディショニングノート『Atleta』に連携させ、日々の体調やパフォーマンス管理に活用します。また、基礎体温測定に関するモニター調査などを実施し、女性アスリートが抱える月経にまつわる実態や対処方法などを探ります。

**【本プロジェクトの背景】**

オムロンヘルスケアは、2006年より女性のホルモンバランスに着目した健康管理の大切さに関する啓発活動を実施してきました。また、エムティーアイは女性の健康情報サービス『ルナルナ』の20周年を機に、2020年より女性のカラダとココロについて正しく学び、年齢や性別を問わず、社会全体で寄り添いあえる環境を目指すプロジェクト「FEMCATION」を実施しています。女性の健康について啓発活動を行う両社は、2020年よりイベントやセミナーなどの情報発信活動を共同で実施しています。また、『Atleta』は全国の部活動を中心にあらゆるスポーツチームの身体づくりや食事指導を支えてきました。

今回、両社では月経によりコンディションやパフォーマンスへの影響を受ける女性アスリートに着目し、基礎体温や自身の体調を記録・管理することの大切さと女性の健康に関する正しい知識の啓発を通して、自身にあったセルフコンディショニングを学び実践するきっかけを提供します。

過度のトレーニングや食事制限等により月経が止まる「無月経」など、女性アスリートにとって、月経との付き合い方は競技パフォーマンスを左右するだけでなく、長期的な健康管理においても重要な課題のひとつです。例えば無月経を放置すると、将来的に骨量が減少する等の影響があるといわれています*1。

両社は、本プロジェクトを通じて女性アスリートが継続的に高いパフォーマンスを発揮し、将来にわたり健康を維持、増進できる環境づくりを目指します。

*1 厚生労働省研究班監修 ヘルスケアラボ「スポーツと月経」

<プロジェクト実施内容>

- 基礎体温の測定および管理
 - ・オムロンヘルスケアの提供する婦人用電子体温計にて基礎体温を毎日測定(2023年10月～2024年1月までの3カ月間)
 - ・測定した基礎体温データは、健康管理アプリ「OMRON connect」を通じて、『ルナルナ 体温ノート』に転送され、記録された生理周期・基礎体温のデータはスポーツチームをサポートするコンディショニングノート『Atleta』と自動連携し、体調・食事・練習・試合などの記録と合わせて各自で確認が可能
- 基礎体温や月経、健康に関する情報提供
- 指導者・コーチに向けた、基礎体温や女性の健康に関するセミナー開催
- 基礎体温測定体験後、意識や行動の変化に関するアンケート調査
- アンケート調査の結果レポート公開

【各社の概要】

<オムロン ヘルスケア株式会社>

代表者:代表取締役社長 岡田 歩

本社所在地:京都府向日市寺戸町九ノ坪 53 番地

HP : <https://www.healthcare.omron.co.jp/>

事業内容:「地球上の一人ひとりの健康ですこやかな生活への貢献」をミッションとし、血圧計や体温計、体重体組成計などの健康医療機器とサービスを、グローバルに提供しています。

★オムロン 婦人用電子体温計 MC-652LC

平均 10 秒ですばやく検温ができる婦人用電子体温計。Bluetooth 通信機能を搭載し、スマートフォン健康管理アプリ「OMRON connect(オムロンコネクト)」で基礎体温データを記録できます。さらに、測定データは基礎体温管理アプリ『ルナルナ 体温ノート』と連携します。



<株式会社エムティーアイ>

代表者:代表取締役社長 前多 俊宏

本社所在地:東京都新宿区西新宿 3-20-2 東京オペラシティタワー35F

HP : <https://www.mti.co.jp/>

事業内容:豊富な実績とノウハウを生かし、『music.jp』『ルナルナ』をはじめ、「ヘルスケア」「フィンテック」「音楽・電子書籍」「生活情報」など、ICT を活用し毎日の暮らしを豊かにそして便利にするサービスを提供しています。2012 年にはヘルスケア事業本部を立ち上げ、より多くの人が健康で豊かな生活を実現できるよう、幅広い世代の健康をサポートしています。

★『ルナルナ』について: <https://sp.lnln.jp/brand>

ライフステージや悩みにあわせて女性の一生をサポートする健康情報サービス。生理日管理をはじめ、妊活・妊娠・出産から、ピルの服薬や医療機関の受診支援まで、女性の健康全般をサポートします。アプリの累計ダウンロード数は1,900万以上(2022年12月時点)で、蓄積されたビッグデータを用いて、独自の予測アルゴリズムを確立し、より精度の高い排卵日予測も可能です。2020年11月には20周年を迎えたことを機に、教育プロジェクト「FEMCATION」を開始。年齢や性別を問わず誰もが女性のカラダやココロについて正しく知り、理解しあうことを目的とした学びの場を創出することで、社会全体で寄り添いあえる環境づくりを目指します。

LunaLuna

★『Atleta』について: <https://www.climbfactory.com/atleta/>

部活動などのスポーツチームの「コンディショニング」と「コミュニケーション」をサポートする機能を備えたサービスで、累計1,900を超える全国の部活動、クラブチームに利用されてきました。日々の体調や疲労度、食事や睡眠などの生活習慣に関するデータやトレーニングの内容、時間、強度などを選手が記録。指導者はそれを一覧で確認し、把握することができるコンディション管理機能や、指導者からチーム全体や個人々々に向けたメッセージ、ファイル、動画の配信や、選手との双方向のやりとりなどのコミュニケーション機能などを備え、スポーツの現場におけるデジタルの活用を推進します。

また、今回のプロジェクトを機に、『ルナルナ 体温ノート』に記録した基礎体温データを自動連携する機能を追加し、より女性アスリートのコンディション管理をサポートします。

※「FEMCATION」は、FEMALE(女性)と EDUCATION(教育)を掛け合わせた造語です。

※『ルナルナ』『FEMCATION』は株式会社エムティーアイの登録商標です。

報道関係の方からのお問い合わせ先

オムロン ヘルスケア株式会社 広報部
電話:075-925-2004 E-mail:pr-ohq@omron.com

株式会社エムティーアイ 広報室
電話:03-5333-6755 E-mail:mtipr@mti.co.jp