

2026年5月27日
日本システム技術株式会社

保健指導を“点”から“線”へ変える PHR アプリ 「TomoBe」を提供開始

— 過去から将来までをつなぐデータ活用で、行動変容を支援 —

日本システム技術株式会社（本社：大阪市北区、代表取締役社長：平林 卓、以下「JST」）は、自治体・健康保険組合などの保険者向けに、保健指導に特化した PHR（Personal Health Record：生涯にわたる個人の健康・医療に関わる情報）アプリ「TomoBe（トモビー）」を2026年5月28日から提供開始します。

本アプリは、目標の可視化と継続支援を通じて、利用者の行動変容の定着と保健事業の高度化を実現するプラットフォームです。



■ 「TomoBe」とは

歩数や体重、食事（カロリー）等のライフログ（日常生活データ）・健診データ・疾病予測を統合し、個人の健康状態を可視化するとともに、一人ひとりに最適化された行動変容を継続的に支援するアプリです。

さらに、保健指導時に設定した目標の可視化や日々の状態把握、オンライン面談機能などを備えることで、従来は断続的になりがちだった保健指導を日常にまで拡張し、保健事業の高度化に貢献します。

■背景

国民皆保険制度を取り巻く環境が変化する中、健康寿命の延伸と医療費の適正化は重要な社会課題となっており、保険者による保健事業の重要性は一層高まっています。

一方、従来の保健指導は、健診データを起点とした断続的な支援にとどまりやすく、日常の行動変化を継続的に把握・支援しにくいという課題がありました。

こうした中、国においても「骨太の方針（※1）」等により PHR 情報の利活用が推進されており、特に国民健康保険では「保険者努力支援制度」において重症化予防に向けた PHR 活用が評価項目として追加されるなど、データに基づく保健事業の高度化が求められています。

■「TomoBe」の主な特長

1. 医療・健診データ活用の知見に基づく疾病予測

JAST が長年にわたり蓄積してきた医療・健診データ活用の知見をもとに独自開発した疾病予測モデルにより、健診結果から5年以内の発症リスクを可視化します。

これにより、対象者自身が将来の発症リスクへの理解を深め、行動変容を促すとともに、保健指導においても納得感のある支援につなげることが可能です。

2. 過去から将来までをつなぐデータ活用

ライフログや健診データの蓄積に加え、疾病予測を組み合わせることで、過去の推移から将来の発症リスクまでを一体的に捉え、単なる記録・閲覧にとどまらず、行動変容を継続的に支える基盤として機能します。

3. 保健指導の実効性を高める「目標起点設計」

世の中にある PHR アプリの多くは、健康情報を記録することを主な目的としています。

一方、「TomoBe」は、保健指導時に設定した個人ごとの目標をアプリのトップ画面に表示できるなど、目標の達成状況を可視化し、保健指導の効果を高めることを目的に設計されています。

保健指導のない日常においても自らの目標を継続的に意識しやすくなり、行動変容のモチベーション向上と定着を促進します。

4. 指導の“間”を埋める継続支援機能

従来の対面方式に加え、対象者との面談をオンラインで実施できる機能と、対象者の PHR データや目標達成状況を一元管理できる指導員向け機能を備えています。これにより、従来は月1~2回程度の面談時点の情報に限られがちだった保健指導を、日常の行動や状態変化まで含めて支援することが可能になります。

■今後の展開

JAST は「TomoBe」を通じて、データに基づく保健事業の高度化を支援するとともに、個人の健康に関する行動変容を促進し、医療費の適正化と健康増進に貢献してまいります。

今後、少子高齢化の進展や医療費の増大に伴い、データに基づく予防や重症化予防の重要性は一層高まることを見込まれます。

これらの課題に対応すべく、レセプトデータ（※2）等の医療ビッグデータの活用をさらに拡充し、単なる分析にとどまらず、具体的な行動変容につなげることで、医療 DX の本質である「行動変容」と「予防最適化」の実現に貢献してまいります。

また、こうした取り組みを通じて、JAST は人とテクノロジーを融合し、実効性のあるサービスを創出することで、ウェルビーイング社会の実現を目指してまいります。

★「TomoBe」の名に込めた想い

「TomoBe（トモビー）」は、将来（**Tomorrow**）の健康に寄り添い、共に（**Tomo**）健康意識を高めながら、持続的な健康支援を提供し、Well-Being（**Be**）な社会の実現を目指すプラットフォームです。こうした想いを込めて、本アプリを「TomoBe」と命名しました。

※1 「骨太の方針」

政府が毎年策定する「経済財政運営と改革の基本方針」の通称。

※2 「レセプトデータ」

レセプトとは、患者が受けた保険診療について、医療機関が保険者（市町村や健康保険組合）に請求する医療報酬の明細書のことです。医科・歯科の場合には診療報酬明細書、保険薬局における調剤の場合には調剤報酬明細書、訪問看護の場合には訪問看護診療費明細書とも言います。1患者、1か月、1医療機関あたりで1件のレセプトにまとめられており、患者が医療機関を受診した原因となる疾病情報や、医療費を支払っている情報等を保持しています。JAST ではこれらの各種情報をデータベース化して保持しています。

■日本システム技術株式会社（略称：JAST）について



日本システム技術株式会社
Japan System Techniques Co., Ltd.

日本システム技術株式会社（JAST）は、「誰もが知る課題解決企業」を目指す、東証プライム上場の完全独立系 IT 企業です。教育・医療・金融・通信・官公庁など、社会インフラを支える幅広い分野で事業を展開しています。「人間力の研鑽・向上こそが何よりも先行すべき」という信念のもと「人づくり経営」を掲げ、要件定義から保守までワンストップでお客様と伴走することで、長期的な信頼関係を築いています。代表的な製品として、大学向け統合パッケージ「GAKUEN」シリーズや金融機関向け情報系統合パッケージ「BankNeo」を展開しています。医療ビッグデータ分野では、レセプト自動点検システム「JMICS」、保険者業務の DX 推進システム「iBss」などを提供しています。社会課題の解決を起点とした事業成長を通じて、持続可能な社会の実現と企業価値の向上を目指しています。

会社名 : 日本システム技術株式会社
代表者 : 代表取締役社長 平林 卓
東京本社 : 東京都港区港南二丁目 16 番 2 号（太陽生命品川ビル 27 階）
大阪本社 : 大阪市北区中之島二丁目 3 番 18 号（中之島フェスティバルタワー29 階）
設立日 : 1973 年 3 月 26 日
資本金 : 15 億 3,540 万円
従業員数 : 連結：1,683 名（2026 年 3 月 31 日現在）、単体：1,202 名（2026 年 3 月 31 日現在）
決算期 : 3 月
URL : <https://www.jast.jp/>

【本件に関するお問い合わせ先】

日本システム技術株式会社
ヘルスケアイノベーション事業部 担当：大槻
TEL : 06-4560-1050
Mail : jmics-sales@jast.co.jp
URL : <http://jmics.jp/>

【報道関係者お問い合わせ先】

日本システム技術株式会社
経営企画室 担当：山下、石田
TEL : 03-6718-2771
Mail : press@jast.co.jp
URL : <https://www.jast.jp/>