2026/9/15 第 38 回基礎体温計測推進研究会定例会報告

2026 年 9 月
基礎体温計測推進研究会事務局

2026 年 9 月 15 日（火）14 時より 17 時まで、東京科学大学 3 号館 6 階 大学院特別講義室において、（現地参加が難しい方は Zoom で参加いただくハイブリット形式）第 38 回の定例会となる勉強会が開催されました。はじめに、陳文西（会津大学コンピュータ理工学科教授）会長より、開会のご挨拶をいただき、講演会に入りました。

【第1部】 講演

東京科学大学 リプロダクティブヘルス看護学分野 小笹 由香准教授
「女性のいま、これからを視る・看る・診る」

小笹先生は、本研究会が発足した2006年に大学院を修了し、3か月ほどボストンで研究員をされたそうですが、第1回の研究会でご講演下さった東京医科歯科大学大学院リプロダクティブヘルス看護学分野、松岡恵教授のお弟子さんとなる方でした。今回は、女性の一生を見守るという視点、産前産後の女性を見守るという視点から生体計測にできることをお話しいただきました。

妊活、ピルの服用、ジュニア向け、更年期ケアなど月経をアプリで管理し、膨大なデータを集約することで予測モデルにつなげる共同研究や臨床試験なども行われているが、提供情報の正確性をアップすることが重要とのことです。

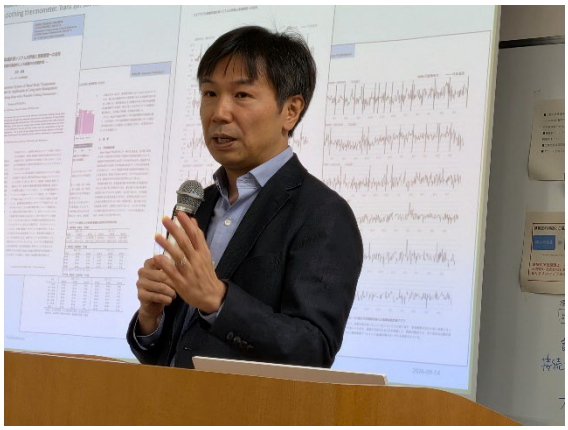
最近のネット情報の利用では、月経困難症や子宮内膜症の治療薬について生理の回数が「年3回に減る」というというところだけを見て、下の階層の詳細を見ないで理解したつもりになっている現状に警鐘を鳴らしておられました。また、痩せ願望から20代～30代の約20%が「やせBMI18.5未満」という現状の危険性を、若年女性の痩せたい原因（ルッキズム、メディアの影響、ダイエット産業・情報）と、摂食障害・メンタルヘルスなど健康リスクを具体的にお話しいただきました。特に、薬とサプリの境目が亡くなり、マンジャロの例のように適応外使用の危険も指摘されておられました。

出生前診断に関しては、29歳の時と比べ40歳では染色体異常のリスクは10倍になるけれど、「可能性」について妊婦に「リスク」として伝えることは疑問とのこと。NIPT（出生前遺伝学的検査）を実際に行っているのは美容整形クリニックが多いとうかがい、これもビックリでした。

女性の健康を生体計測することで、ホルモンやライフステージによる変化を知り、セルフモニタリングで身体のサインに気づき、記録やデータをもとに具体的に相談できることが大切とのことでした。

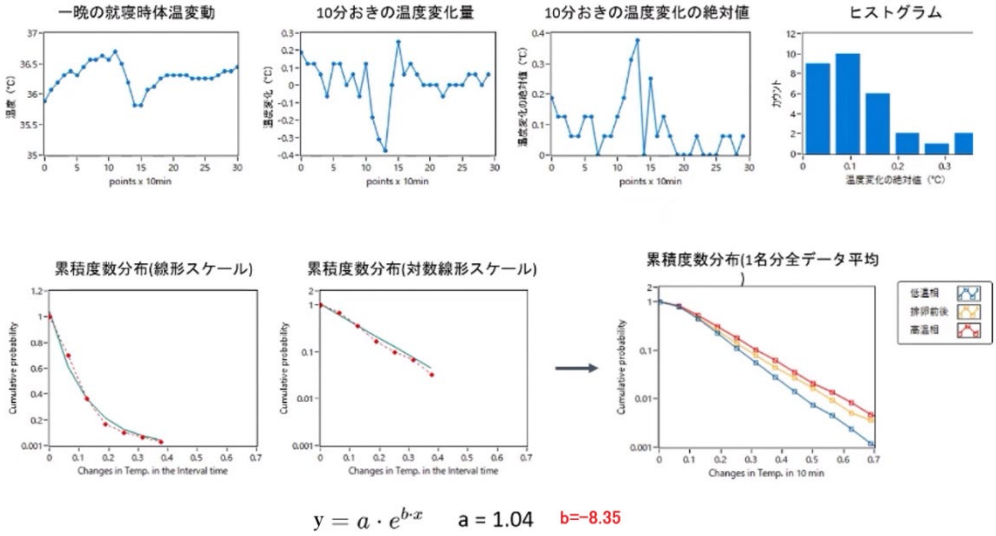
【第2部】 発表

① 東京科学大学　大学院　医歯学総合研究科血液･生体システム解析学分野
村山 嘉延教授 「データ概要レポート」



キューオーエル社が長年にわたりサーバー上に蓄積してきた睡眠中腹部皮膚温の時系列データと、月経周期フェーズ、その他の関連項目をまとめたビックデータの利活用について検討したい目的とのことで、どんなデータか検討中とのことです。

Mydiaryフォルダについては、10年以上継続の299名を対象に年代別分布や、就寝時体温変動の累積確率分布は指数関数によくフィットするとの集計も示していただきました。



その他に、キューオーエル社北沢真澄関連（2007年から2024年）の査読論文6、国際会議論文4，合計10報についてご報告いただきました。

また、戸川達男先生からは、体温自体の定義もはっきりしていないので、体温の基礎に戻ってまとめなおし、これまでの体温計測法が妥当かどうか？理想的な体温計測法を検討し、改良していくことの重要性についてご意見をいただきました。

これからの方針をしっかりたてて、データの評価と一緒に新しい計測法の提案なども検討していただきたいとのことでした。

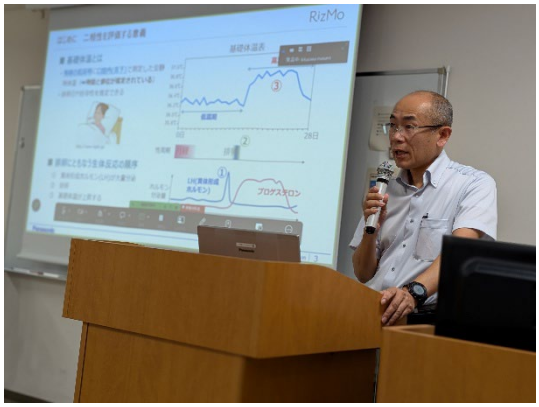
② 株式会社情報システムエンジニアリング　田中一行氏「研究を社会実装につなげるには―ISEが実践している取り組みのご紹介」

会津大学との共同研究が、令和8年度福島県医療機器開発事業費補助金に採択され、現在開発中の入浴中の生体信号受信・解析機構について発表いただきました。

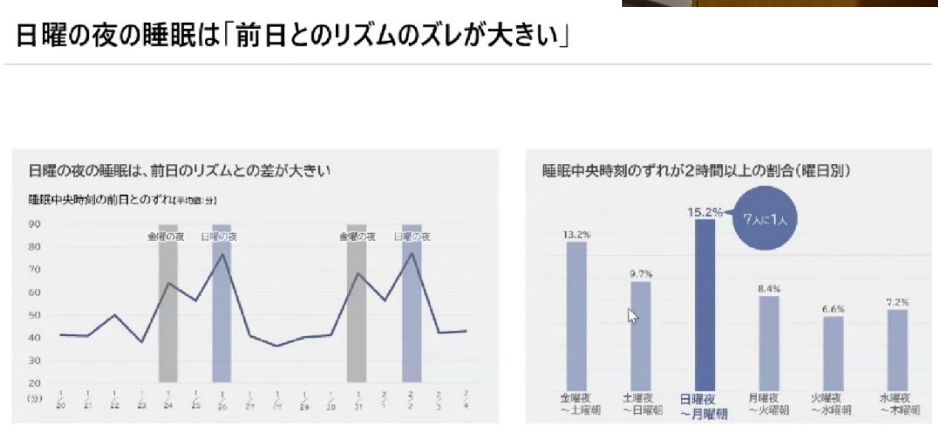
中小企業が研究を社会実装につなげるにあたって自己資金のみで乗り越えるのは困難であり、補助金を活用することで、実証・実装の段階に進もうとしている現状をお話しいただきました。

補助金を活用することの意味として、地域の課題を解決するか？新技術を使った取り組みか？という点を踏まえて予算の獲得、事業化を進める必要があるとのことでした。また、健康分野の研究では「ライフログデータ活用」「攻めの予防医療」などがキーワードとなっており、企業・アカデミア・自治体などでコンソーシアムを組んで進め、地域課題をかいけつすることが求められているとのことでした。

③ パナソニック株式会社　ビューティ・パーソナルケア事業部 中野紀夫氏 「衣服内温度による二相性評価技術を実装した［体調ナビゲーションサービスRizMo］」



はじめに、基礎体温を用いて二相性を評価する意味や先行研究による、外層温と核心温の日内変動、遠位部皮膚温（リング型デバイス）、近位皮膚温（腹部衣服内温度）による二相性判定例などについて説明いただきました。 また、RizMoは加速度センサで睡眠の状況もわかるので、土日は朝起きるのが遅いとか日曜の夜は7人に1人が2時間以上睡眠がずれているなど、睡眠リズムが乱れることで「休暇明けはつらい」と感じる背景もわかったそうです。



懇親会も、話が盛り上がり、楽しいひと時となりました。次回勉強会は2027年3月を予定しております。