

# 北海道茅部郡森町×リライブウェア 共同実証実験結果報告書

株式会社りらいぶ  
仙台市泉区長命ヶ丘3丁目27-3  
オメガコートビル1F  
電話 022-343-1250  
FAX 022-343-1923

実証期間

2023/08 ~ 2023/09 のうち3週間

---

市町村名

北海道茅部郡森町

---

実験概要

リライブウェアを上下セットで着用して行う。定量評価のための計測を行い、着用前・着用2週間後・未着用1週間後に「立位体前屈・肩の可動域」を計測。また、定性評価を行うためのアンケートも実施し、着用前に参加者が書き出した「身体の不調」について着用の2週間後・未着用1週間後にどのように変化したかの数値的变化を測定する。

※被験者は腰痛・肩こり・ひざ痛・睡眠・手の痺れ等、何かしらの身体症状がある方。

---

実証施設名

森町立保育所

---

検証人数

20代	女	1
30代	女	1
40代	女	3
50代	女	3
60代	女	2
計	女	10

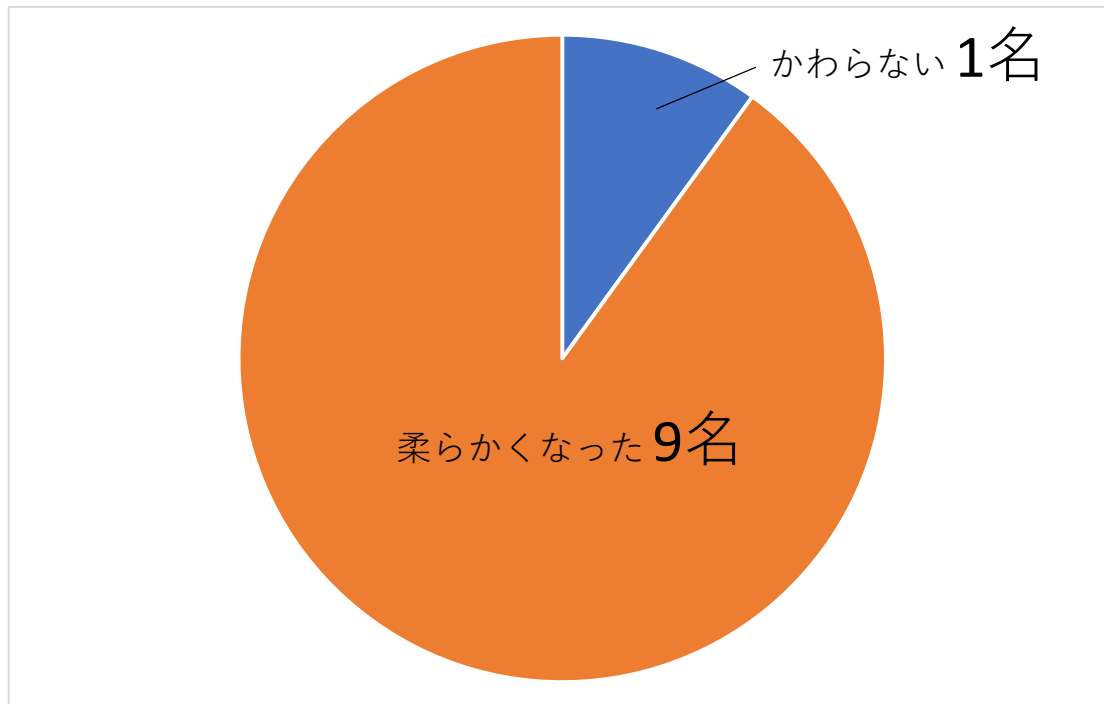
---

平均年齢

39歳

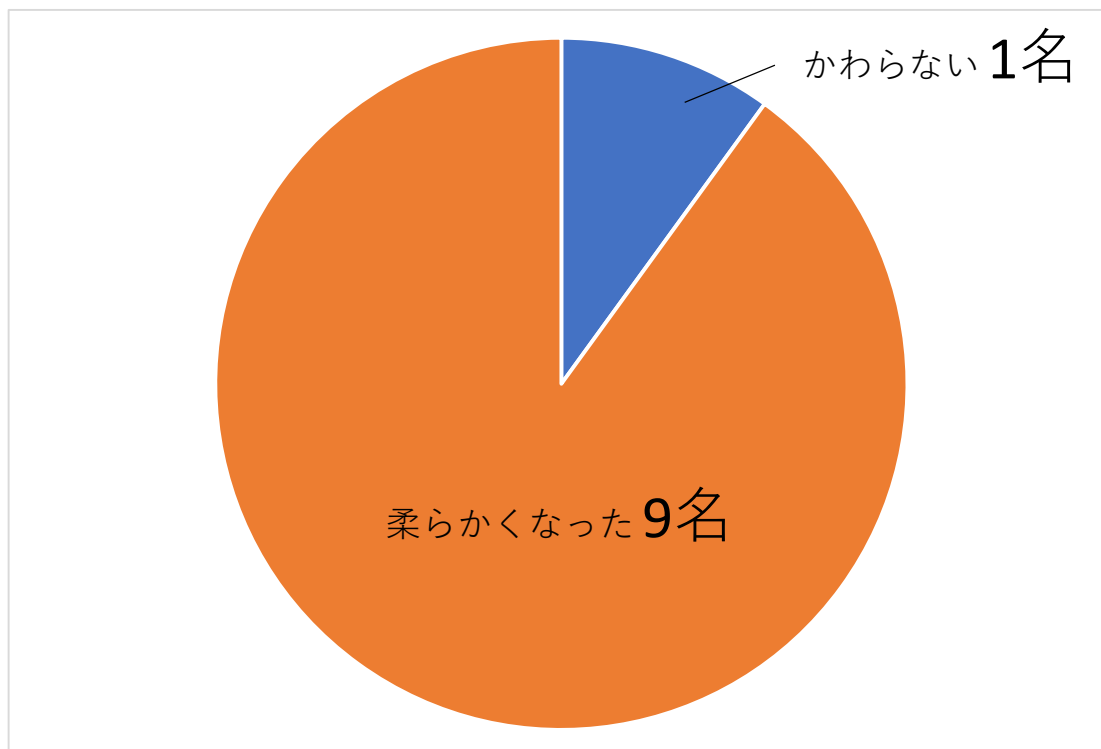
---

① 2週間着用した「前屈」の計測結果（10名計測）



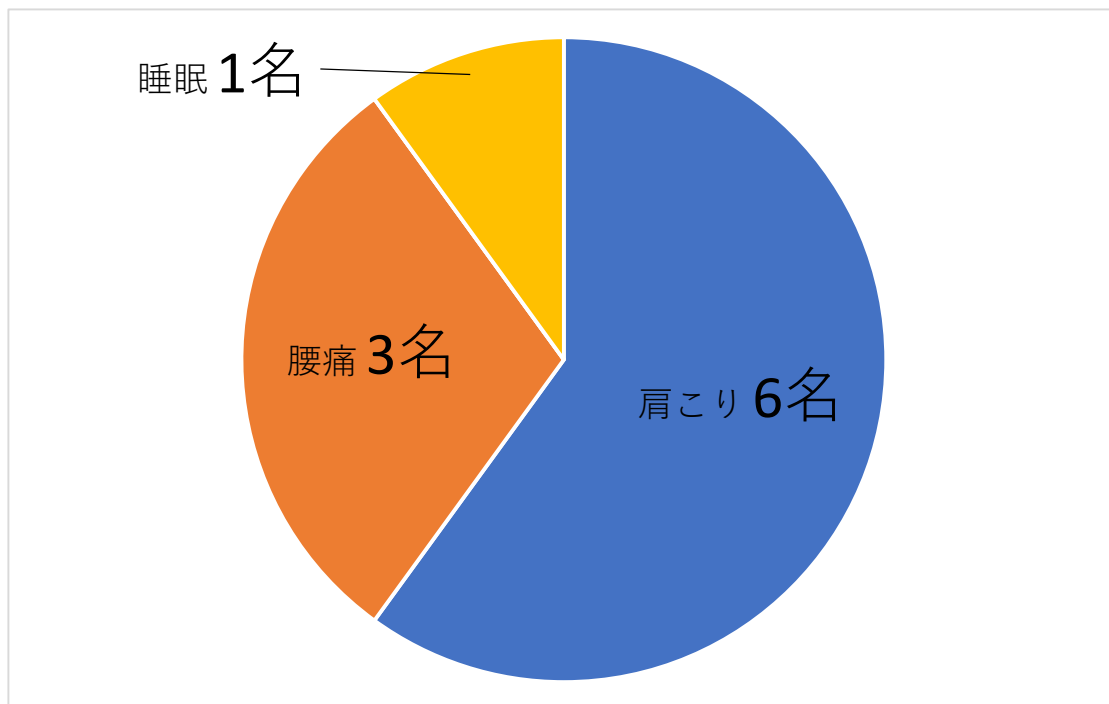
10名中9名が、着用前と比較し前屈が向上しました。(平均約4.3cm)

② 2週間着用した「肩の可動域」の計測結果（10名計測）

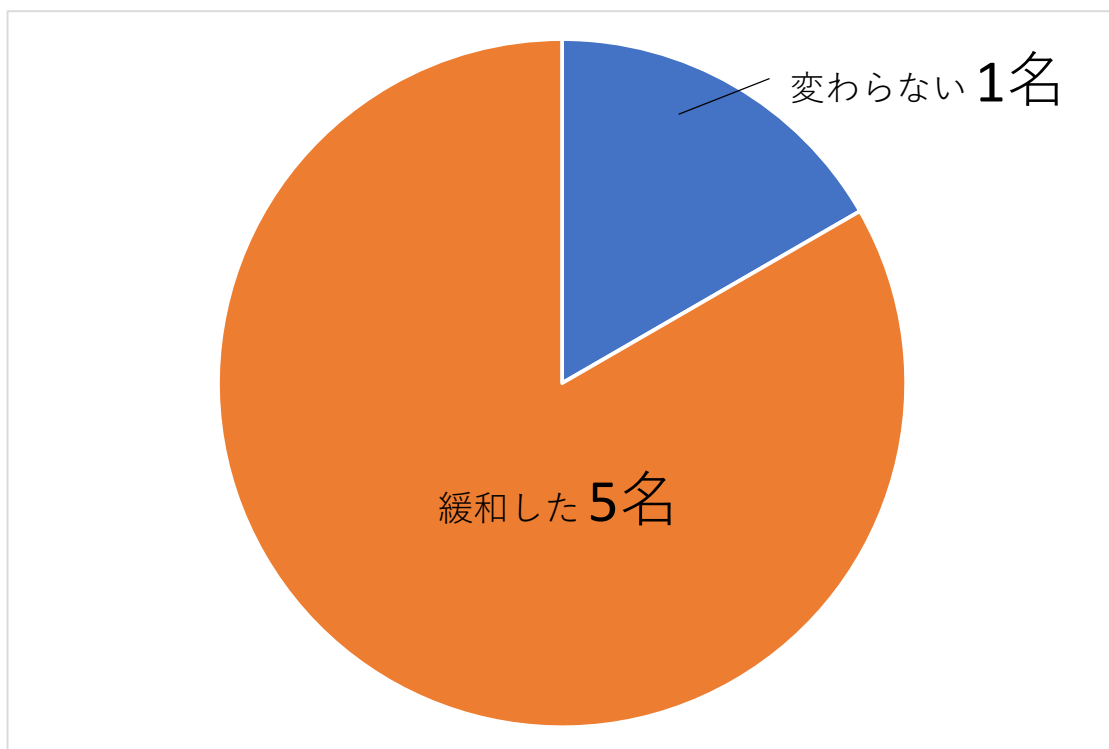


10名中9名が、着用前と比較し肩の可動域が向上しました。(平均約9.3cm)  
そのうち4名が着用前と比較し10cm以上向上する結果となりました。

③着用前の最も深い身体のお悩みを選択してください（10名）

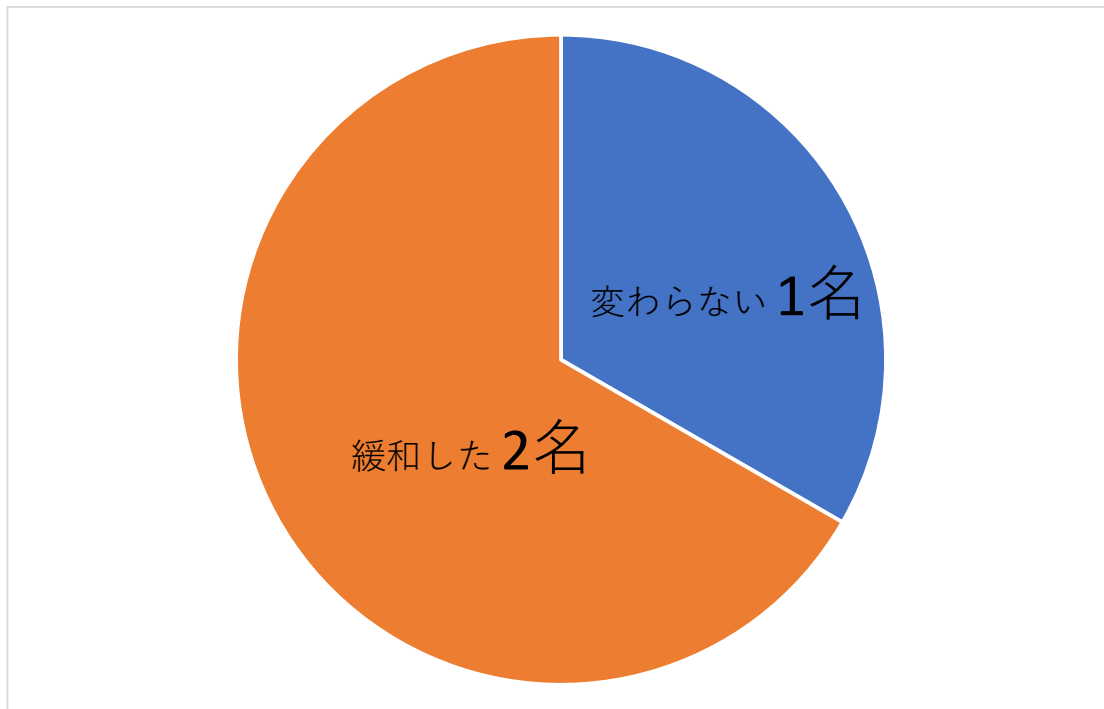


④2週間着用した「肩こり」の変化（6名）



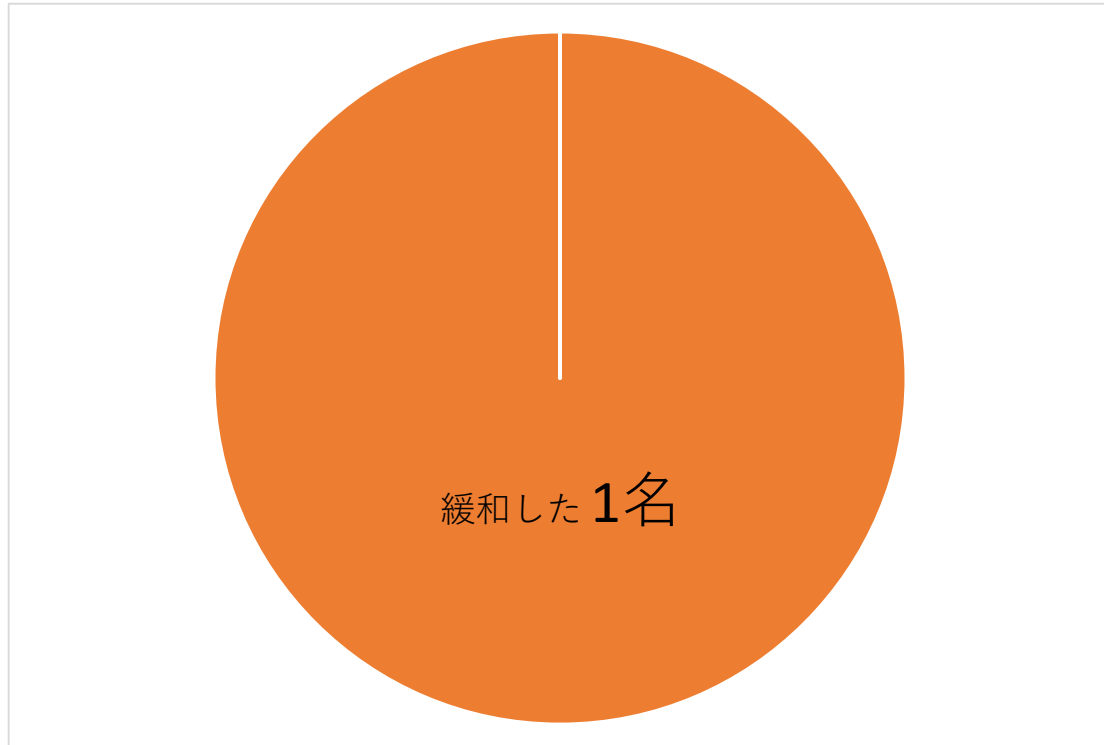
6名中5名が、着用前と比較し不調が緩和しました。

⑤ 2週間着用した「腰痛」の変化 (3名)



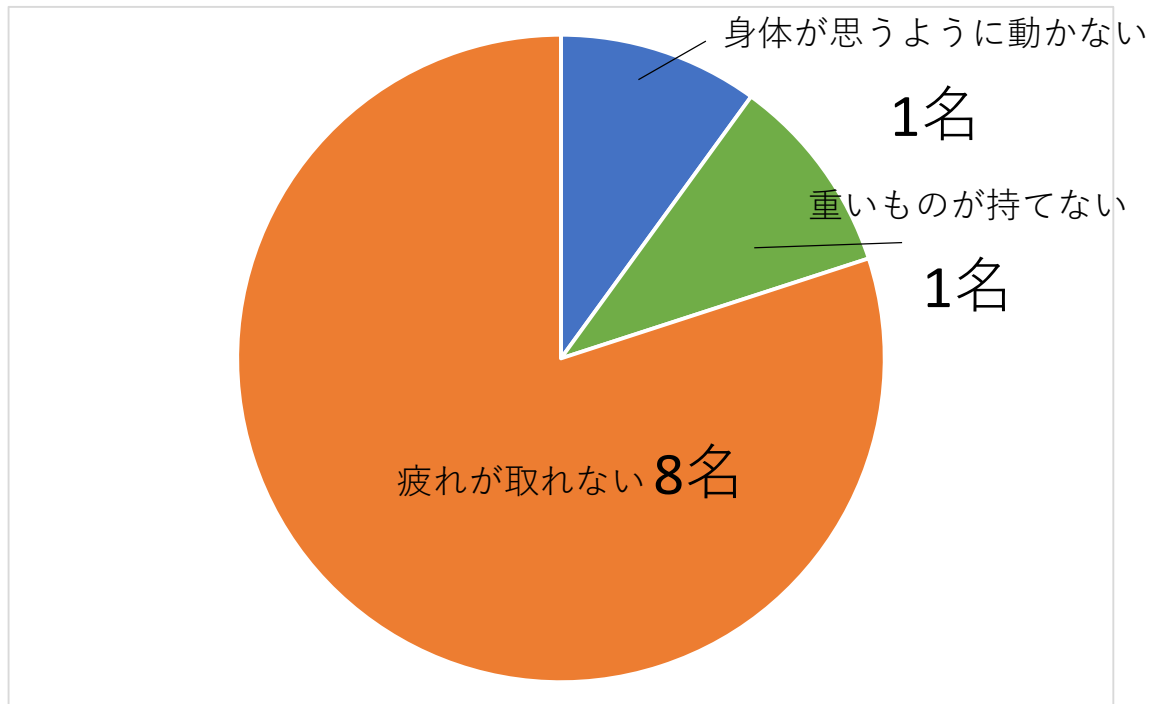
3名中2名が、着用前と比較し不調が緩和しました。

⑥ 2週間着用した「睡眠」の変化 (1名)

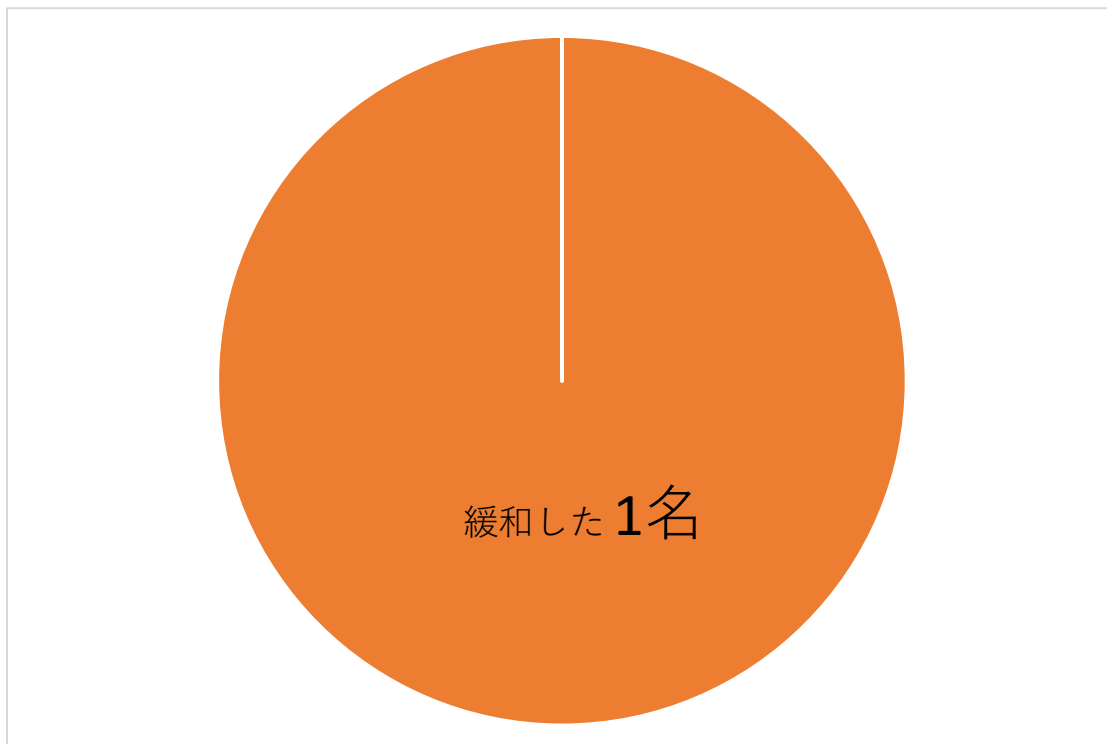


1名全員が、着用前と比較し不調が緩和しました。

⑦着用前の最も深い仕事でのお悩みを選択してください（10名）

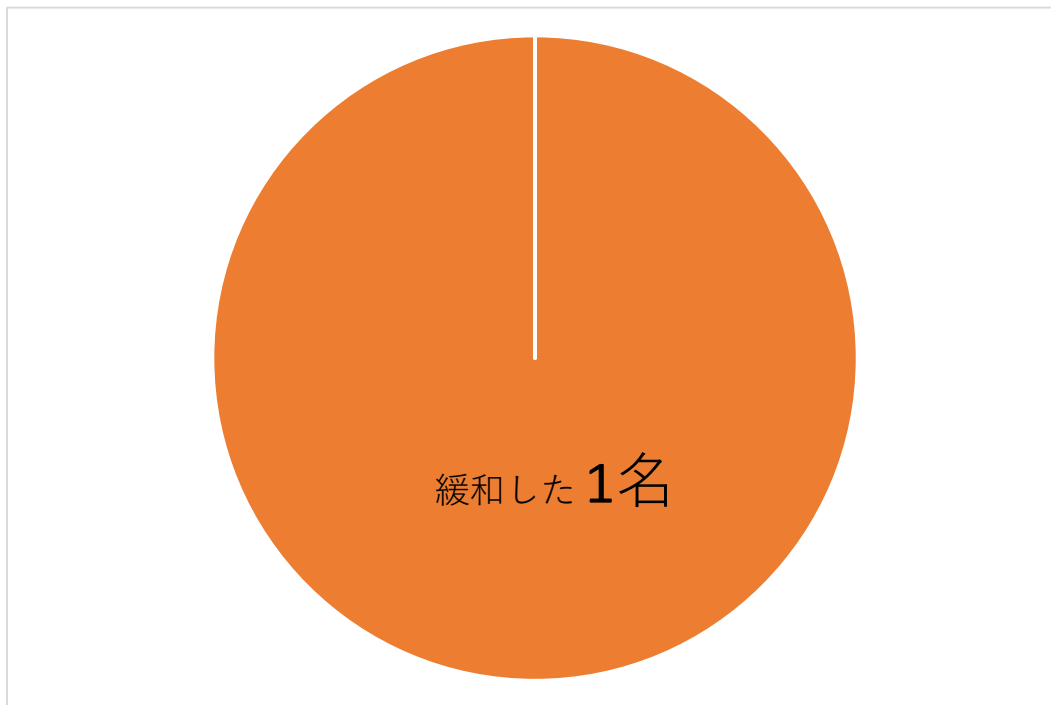


⑧2週間着用した「身体が思うように動かない」という不調の変化（1名）



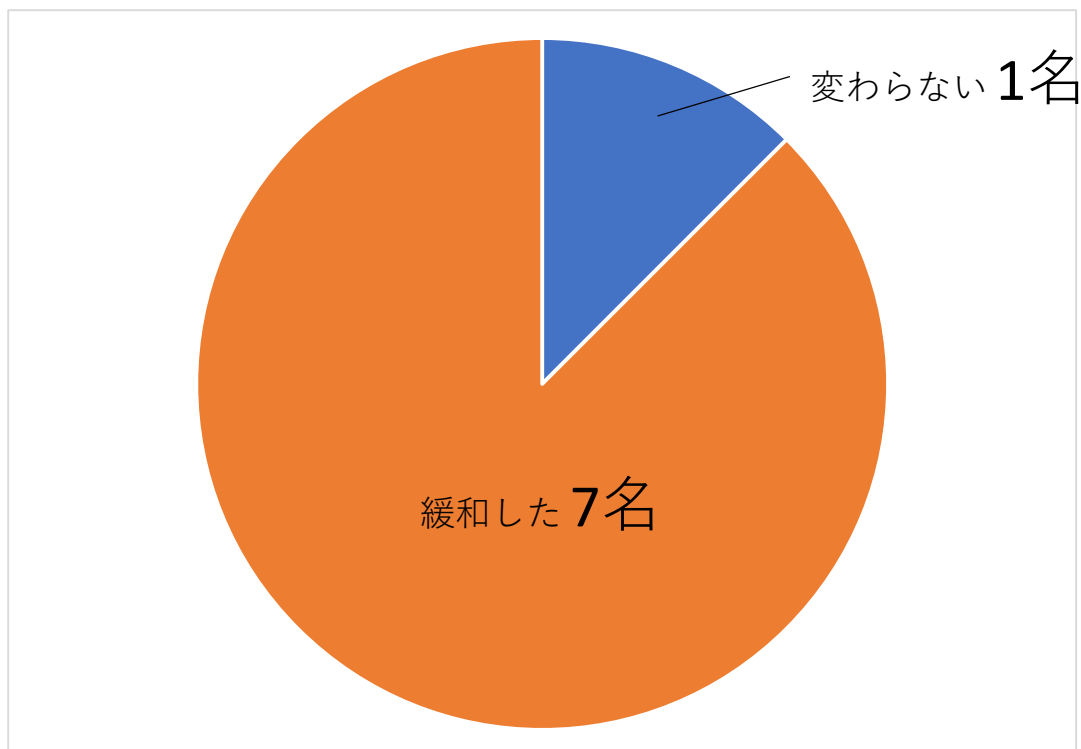
1名全員が、着用前と比較し不調が緩和しました。

⑨ 2週間着用した「重いものが持てない」という不調の変化 (1名)



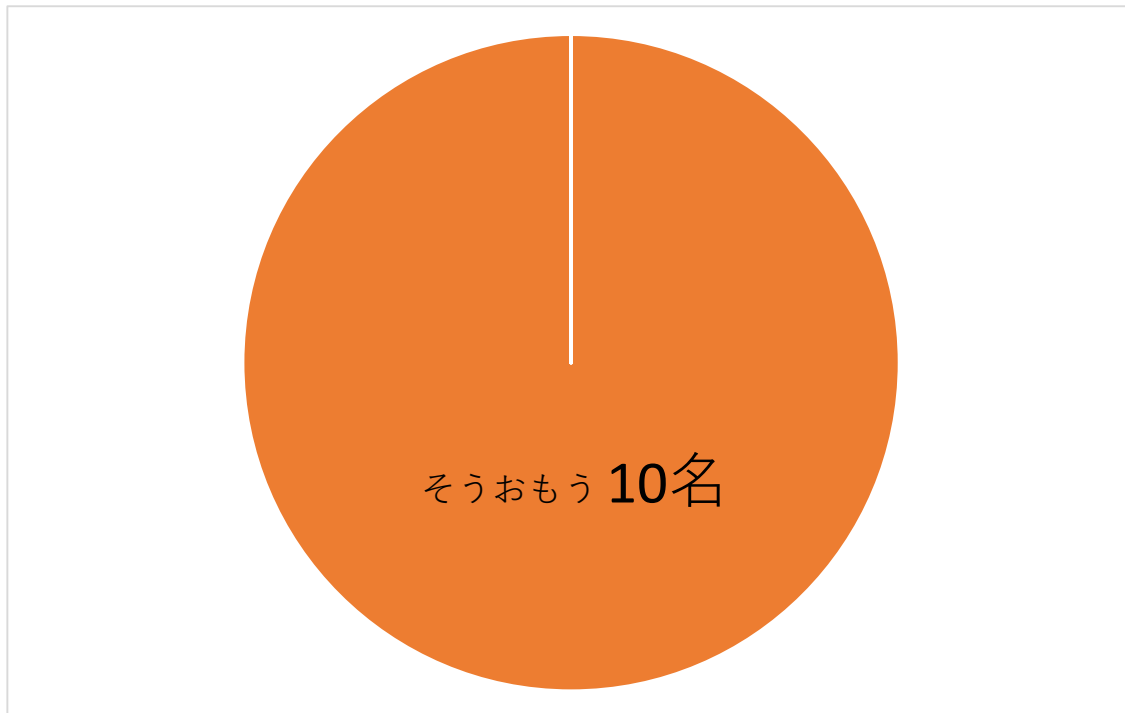
1名全員が、着用前と比較し不調が緩和しました。

⑩ 2週間着用した「疲れが取れない」という不調の変化 (8名)



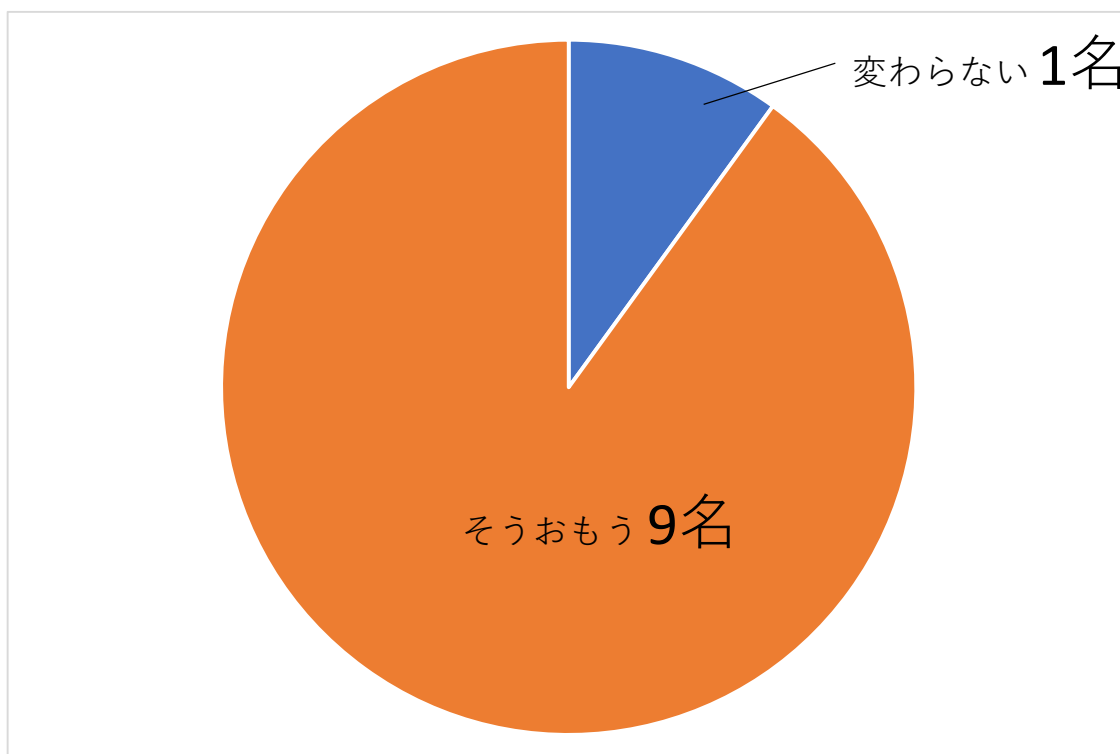
8名中7名が、着用前と比較し不調が緩和しました。

⑪ リライブウェア着用で仕事が楽に感じましたか？（10名）



10名全員が着用後、仕事が楽に感じる結果となりました。

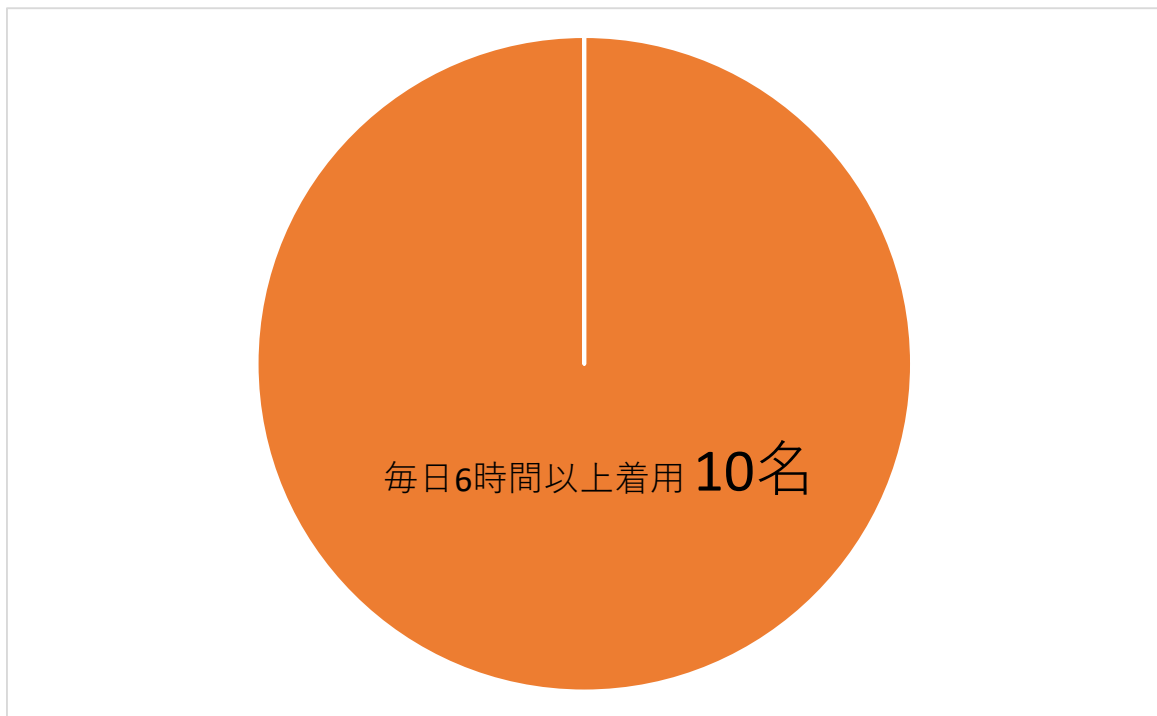
⑫ リライブウェア着用で日々の疲労感が軽減しましたか？（10名）



10名中9名が着用後、仕事が楽に感じる結果となりました。



⑬実証実験中のリライブウェアの着用頻度を教えてください。（10名）



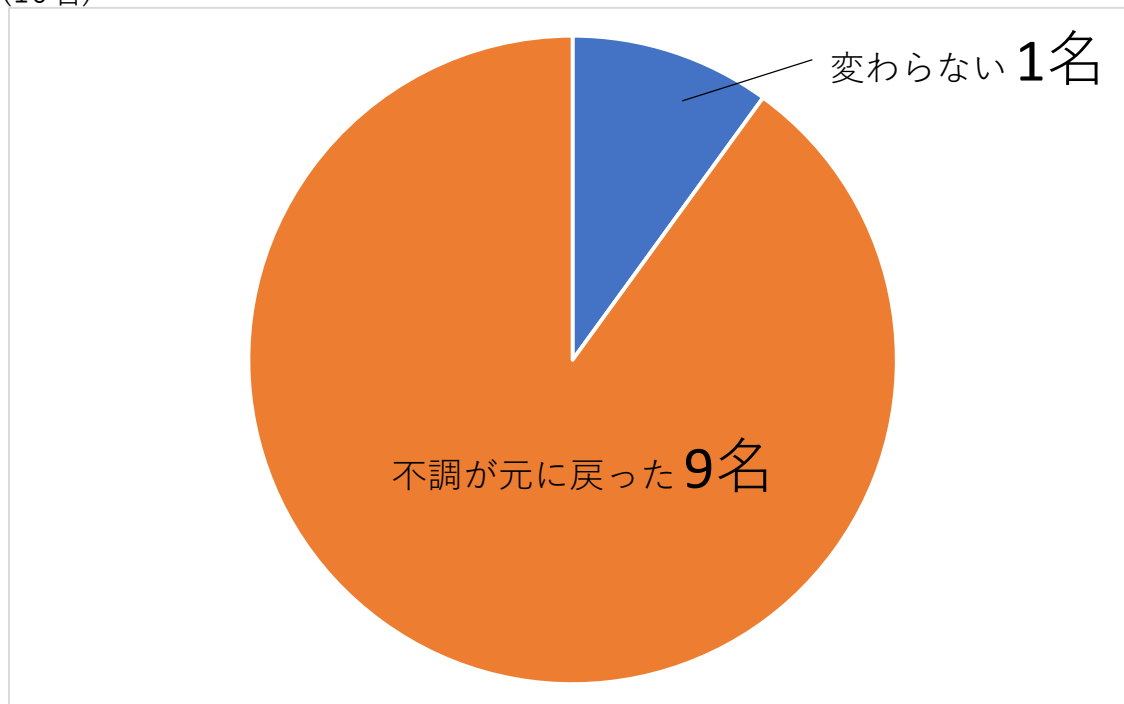
⑭着用終了から、1週間経過し、⑬のお悩みはどのように変化しましたか？  
(10名)



10名全員が着用終了後、お悩みが元に戻ったという結果となりました。

⑮着用終了から、1週間経過し、⑦のお悩みはどのように変化しましたか？

(10名)



10名中9名が着用終了後、不調が元に戻ったという結果となりました。

## 【考察】

自治体名	森町役場 子育て支援課 子育て支援係		
役職	主事	お名前	山崎 友也

「立位体前屈・肩の可動域」の測定について、体が柔らかくなったという結果が10名中9名であったことからリライブウェアを着用することで体の柔軟性向上に効果があると思われます。着用者からは「動きやすくなったと思う。」という意見が多くあげられました。

また、着用2週間後に肩こりや腰痛等の不調が緩和したという結果、着用終了から1週間経過後に不調が元に戻ったという結果が多くみられたことからウェアを継続して着用することで効果が持続すると考えられます。

実証実験を続けていくことで、効果の再確認や新たな発見、課題等が見つかると思いますので、引き続き地域課題解決に向けて取り組んでいただければと思います。この度はありがとうございました。