

取り組みの全体像

日本の腰痛持ち
2,770万人を、
一人でも少なくする。

出典：厚生労働科学研究（2010年人口による推計）



1 | アプリ

アプリ「腰ログ」が、 記録の入口になる。

記録する。見える。先生に伝えられる。



自己紹介

小宇佐 晃成

17歳

愛知高校 3年



小学5年生から
プログラミング



趣味：ゲーム

腰口グ



今日お話しすること

三つの順で、お話しします。



1 | 原点



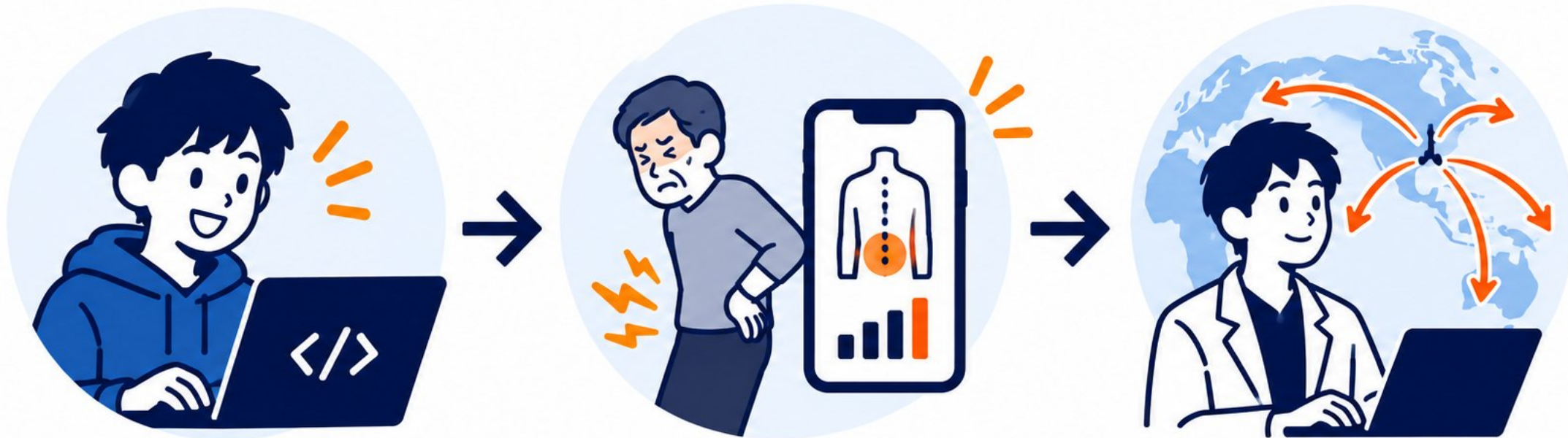
2 | 腰ログ



3 | 南山大学

プレゼンのポイント

好きから始まり、父の腰痛をきっかけに
腰ログを作り、南山で世界へ広げたい。



最初の疑問

腰痛ではない高校生が、
なぜ腰ログを作ったのか？



話は、 小学5年生に戻ります



小学5年生

水泳をやめた頃でした



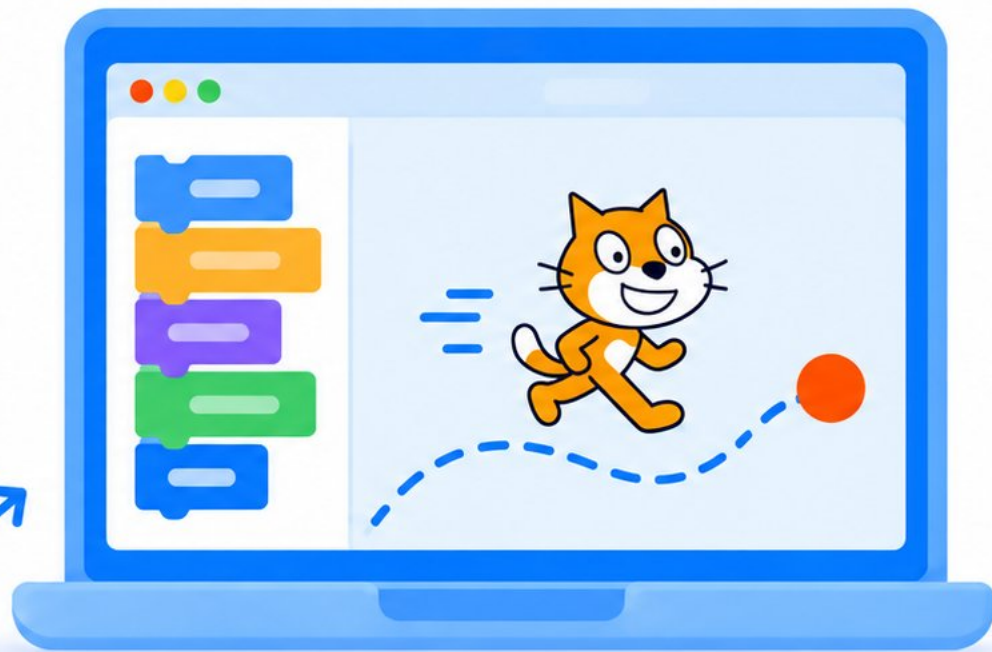
最初のきっかけ

父に、
プログラミングを
勧められました



初めて作ったもの

最初に使ったのは Scratch



夢中になった理由

自分で組んだ命令で、
画面の中のものが動く



夢中になった理由

画面の中のものが動く。
それが楽しくて、のめり込んだ。



次の気持ち

ふと、気になった。



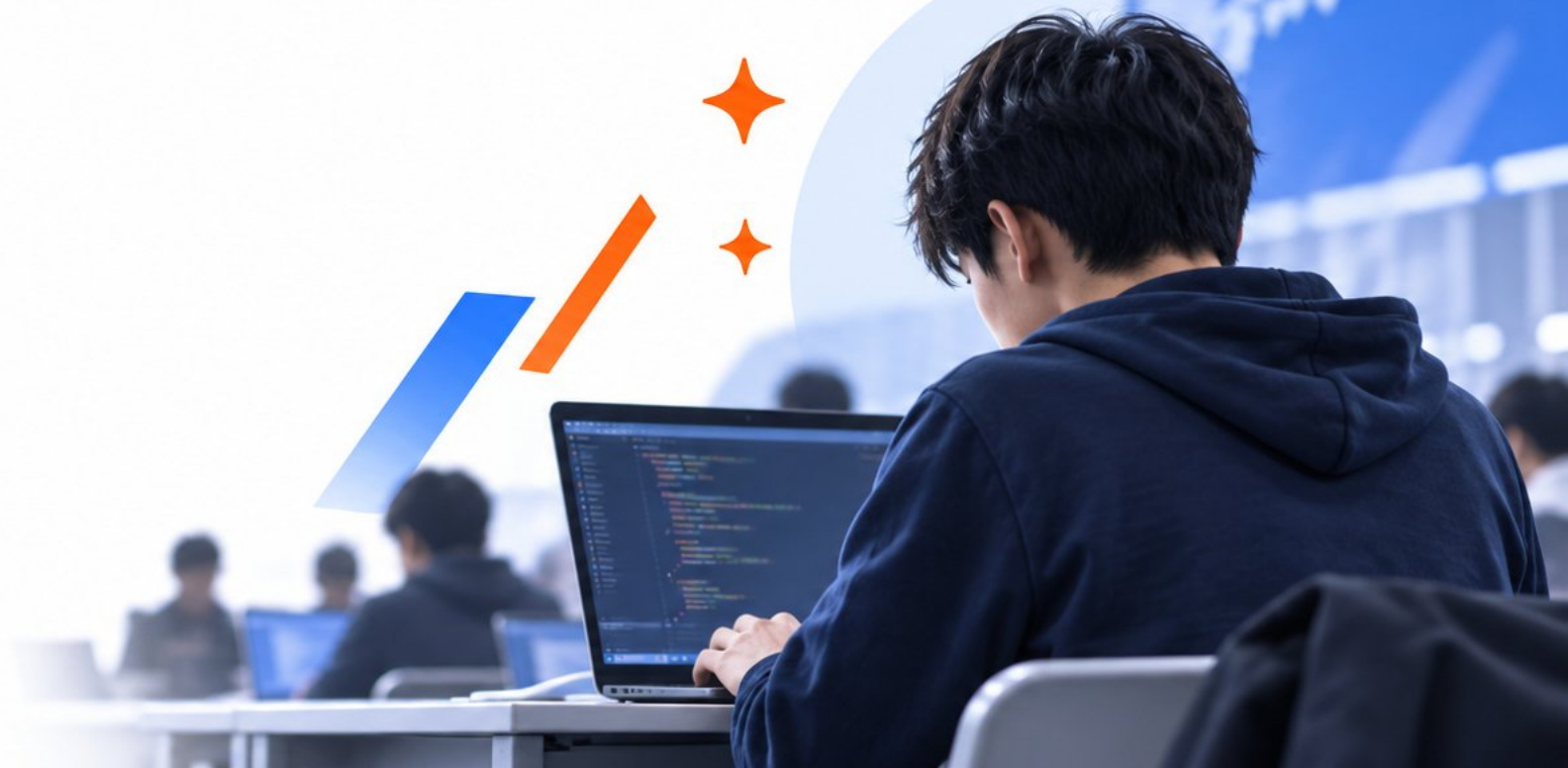
次の挑戦

自分の力は、
どこまで通用する？



競技への挑戦

日本情報オリンピックへ



自分の実力を 試したかった



JOI

二次予選を突破



予選Aランク



優秀賞を受賞



JOI

セミファイナルステージへ 進出

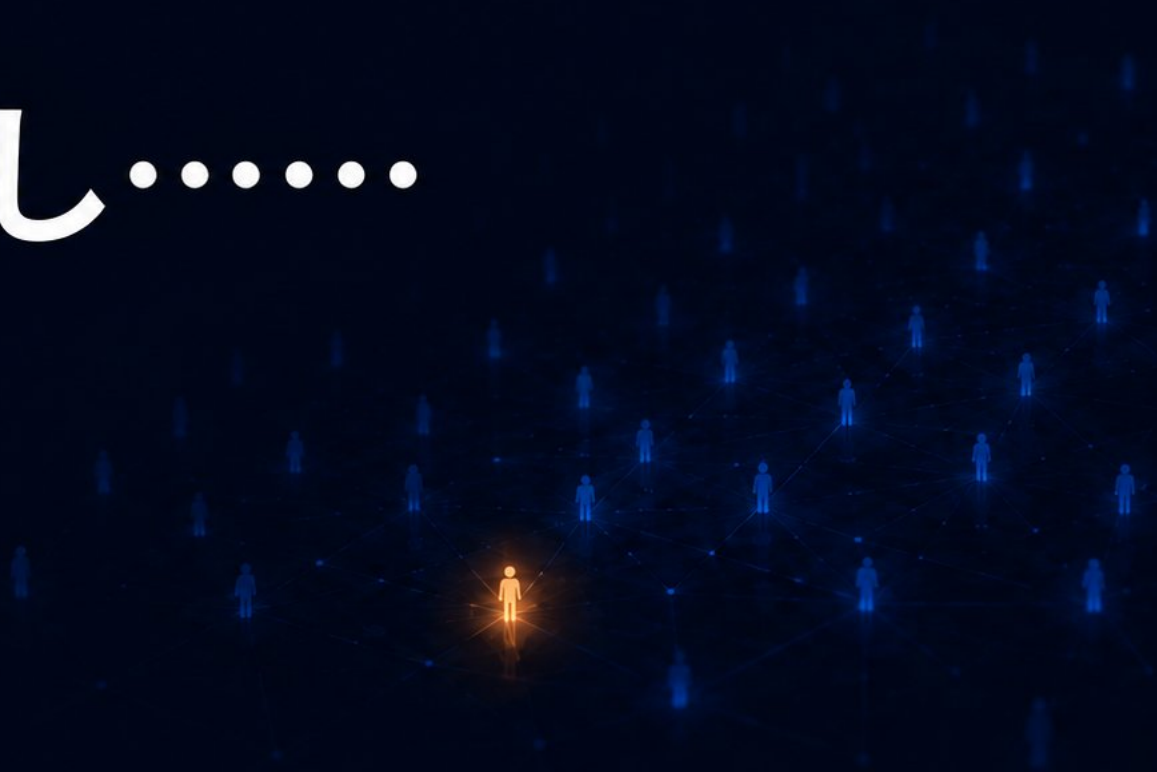


目指していた舞台

いよいよ、 本選の競技へ



しかし……



競技の直前

インフルエンザにかかりました



本選の競技を欠場



出られなかった本選

開会式には参加。
競技だけ、出られなかった



JOIのあと

目標を失いました



止まった時間

約5カ月、
何も作れなかった



次の疑問

なぜ、もう一度
作ることにしたのか？



再出発の理由

いつまでも落ち込んで
いても、何も変わらない。



目標の変化

「競技で勝つ」から
「人の役に立つものを作る」へ



再出発

—

7月1日、 プログラミングを再開



次の疑問

では、誰のために
何を作る？



一番近くの人

父でした



父の腰痛

長年、腰痛に
悩んでいました



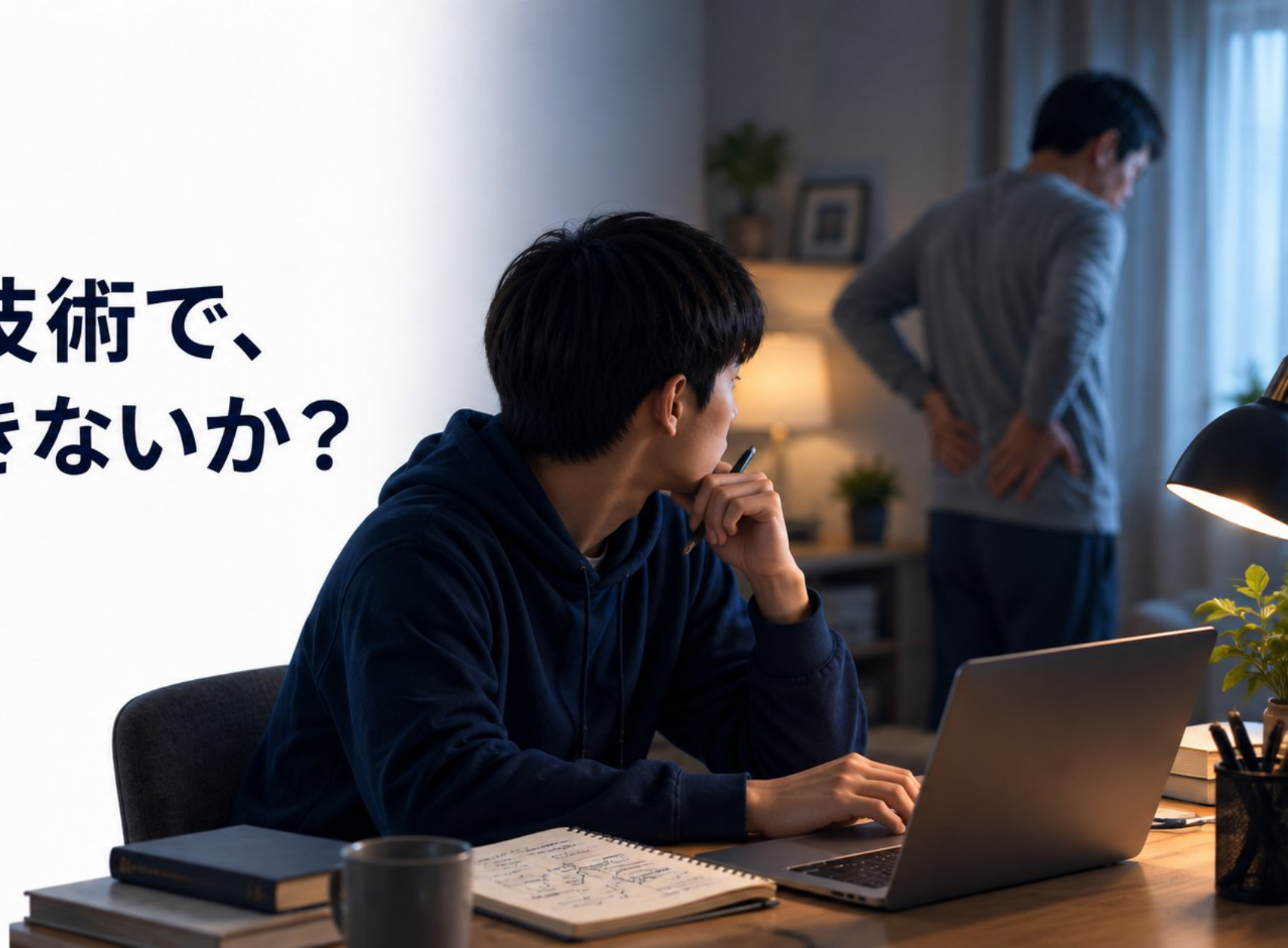
作る相手が見えた

腰をかばって歩く 父の姿を見た



自分にできること

自分の技術で、
何かできないか？



作ると決めた

腰痛を改善する アプリを作ろう。



調べて驚いたこと

父だけの問題ではなかった。



調べて驚いた数字

日本の腰痛持ち、
2,770万人。

出典：厚生労働科学研究（2010年人口による推計）

一つの疑問

情報も治療先も多いのに、
なぜ腰痛に悩む人がこんなに多いのか？



僕が考えたこと

腰痛に悩む人が減らない、三つの壁。

① 状態が残らない



② 先生に伝わりにくい



③ 対策が続きにくい



次の疑問

なぜ「治す」ではなく
「記録」なのか？



父を見て気づいたこと

先生の前で、うまく説明できない



診察で聞かれること

いつ、どんなときに 痛かった？



その時々記録が残っていない



残しておけば、振り返って伝えられる



もう一つの壁

でも、面倒な記録は
続かない



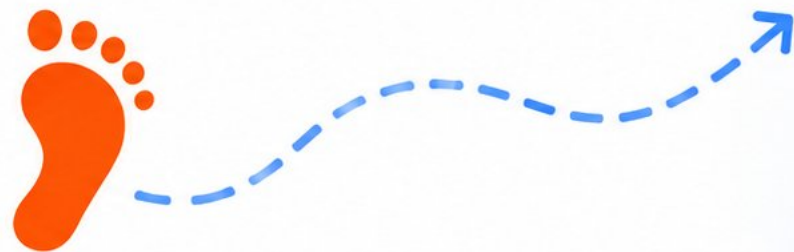
考えたこと

短く残せる
方法はないか？



答え

腰痛記録アプリ 「腰ログ」

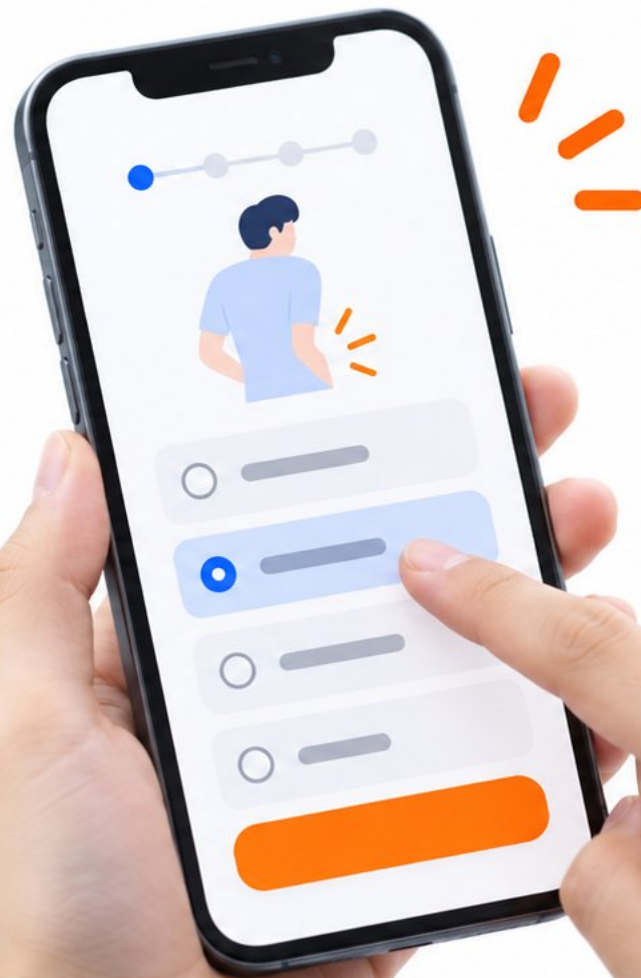


記録する。見える。
先生に伝えられる。



使い始め

まず、普段の状態を
整理する



使い方 1

腰が悪い日に 記録する



残す内容

痛みと、その日に行った対策を残す



続けやすさ

長い文章は不要。
タップで入力



記録がたまると、
変化が見える



振り返り

比べる相手は 過去の自分



次の疑問

見えた変化を、
どう役立てる？



記録を 「腰レポート」にまとめる



先生に、 腰レポートを見せる



腰ログがつなぐもの

同じ記録を見ながら 状態を話せる

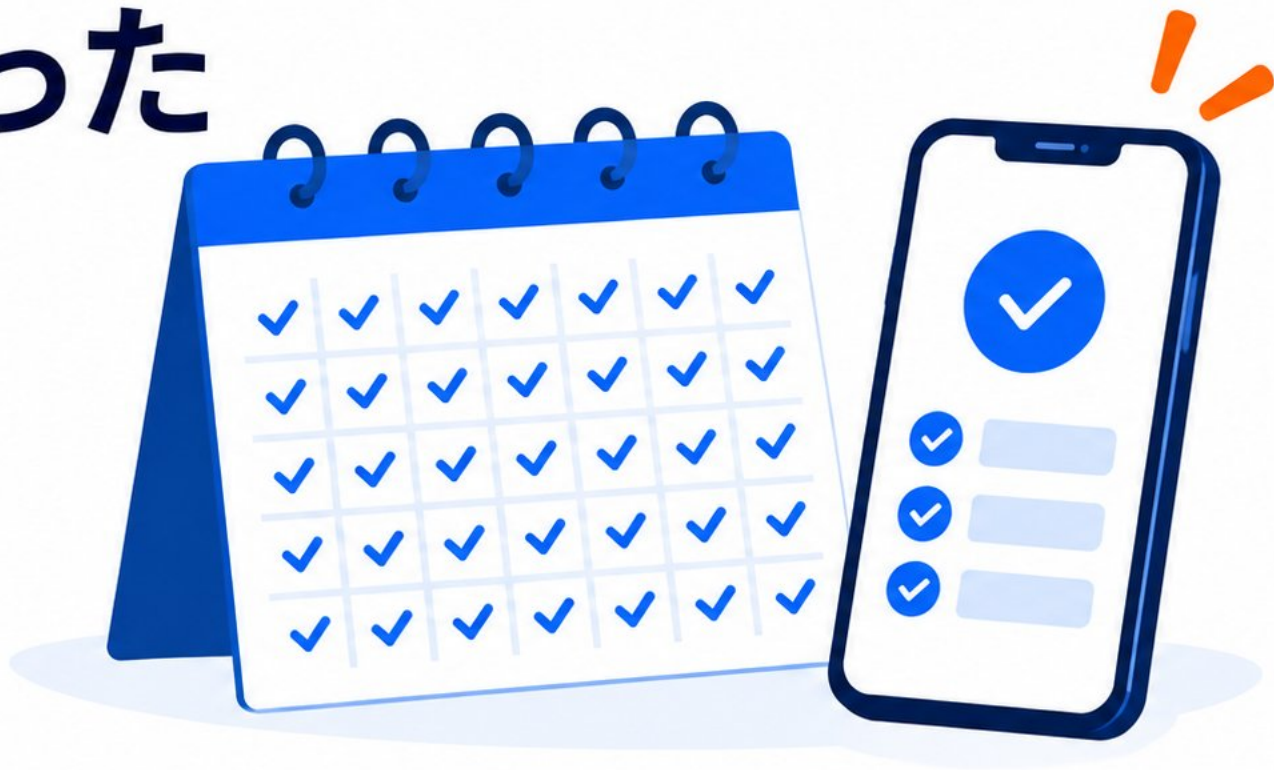


作った後

実際に使って
もらおうと？



はじめは「毎日記録」 する設計だった

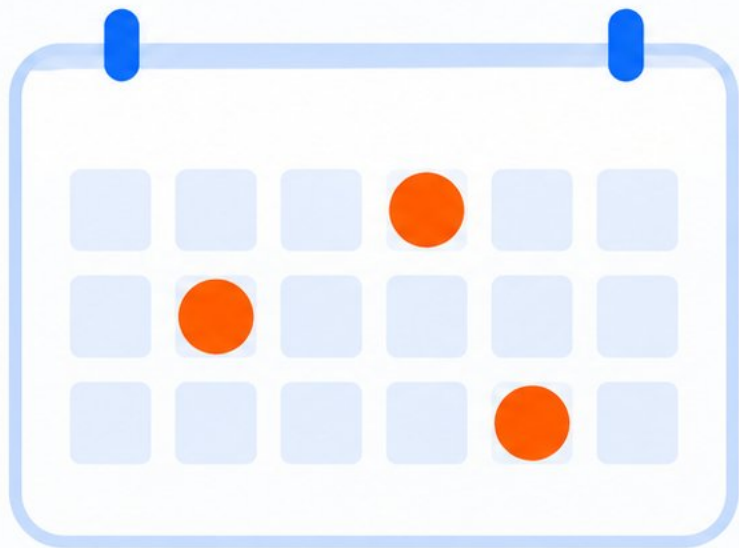


毎日の入力は 続かなかった



設計を変更

腰が悪い日や 普段と違う日に記録

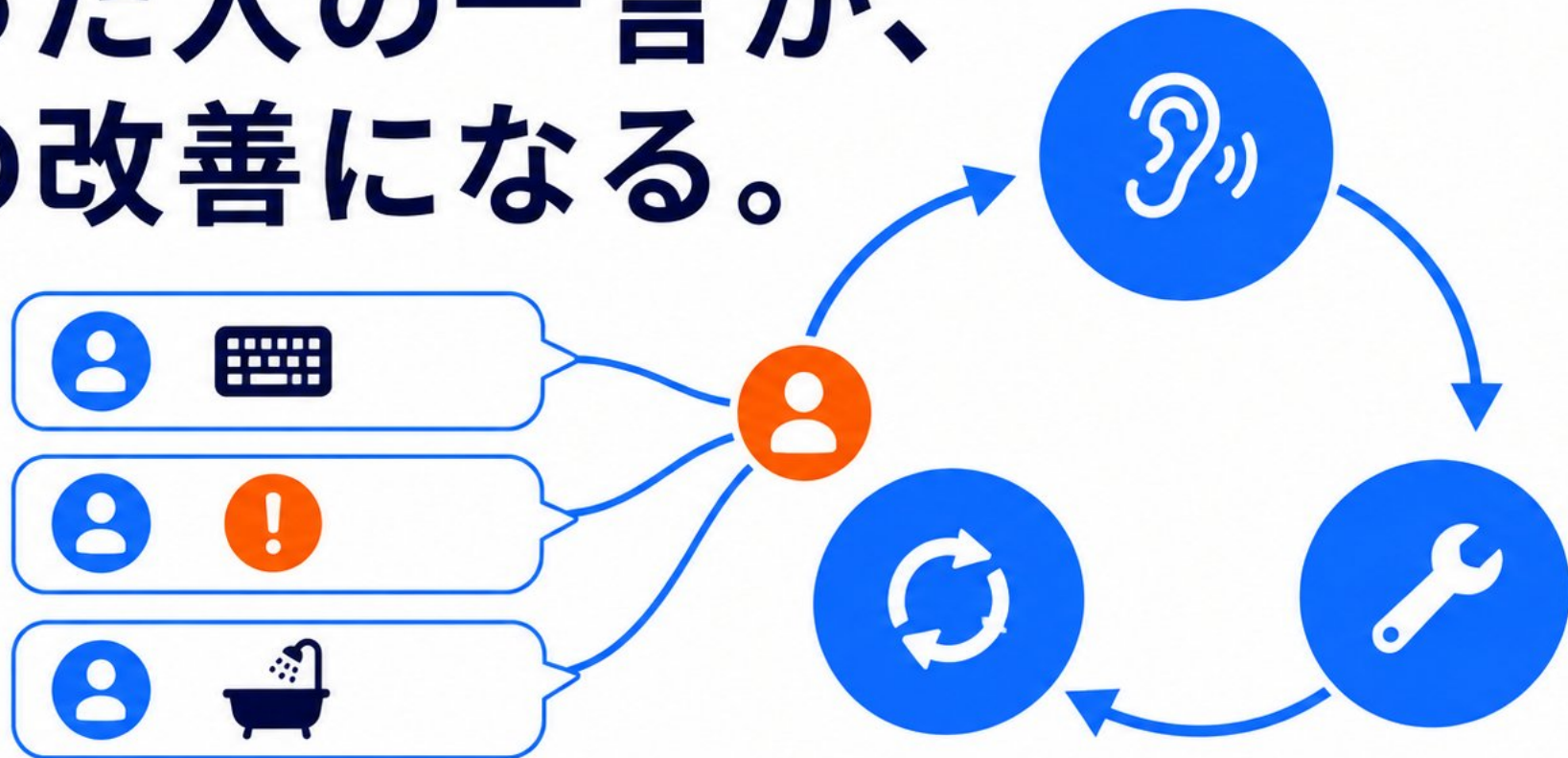


利用者の声

記録が、 安心感にもつながった



使った人の一言が、
次の改善になる。



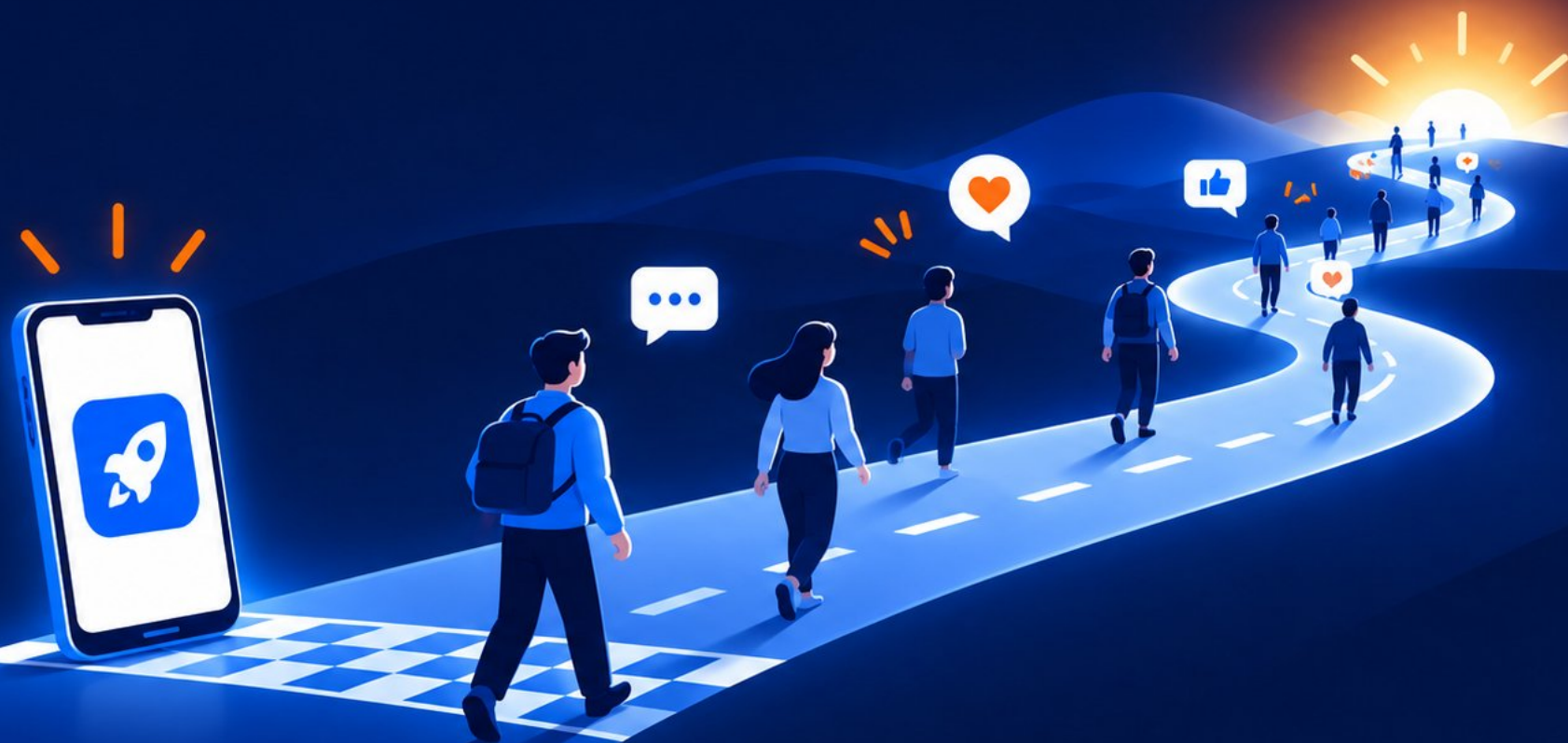
第三者からの関心

中日新聞から、
取材を受けました。



公開後に見えたこと

公開はゴールではなかった。



次の課題

使う人が増えるほど、
設計の責任も増える。



次の課題

利用者の要望を どう整理するか



次の課題

安全性と品質を どう確かめるか



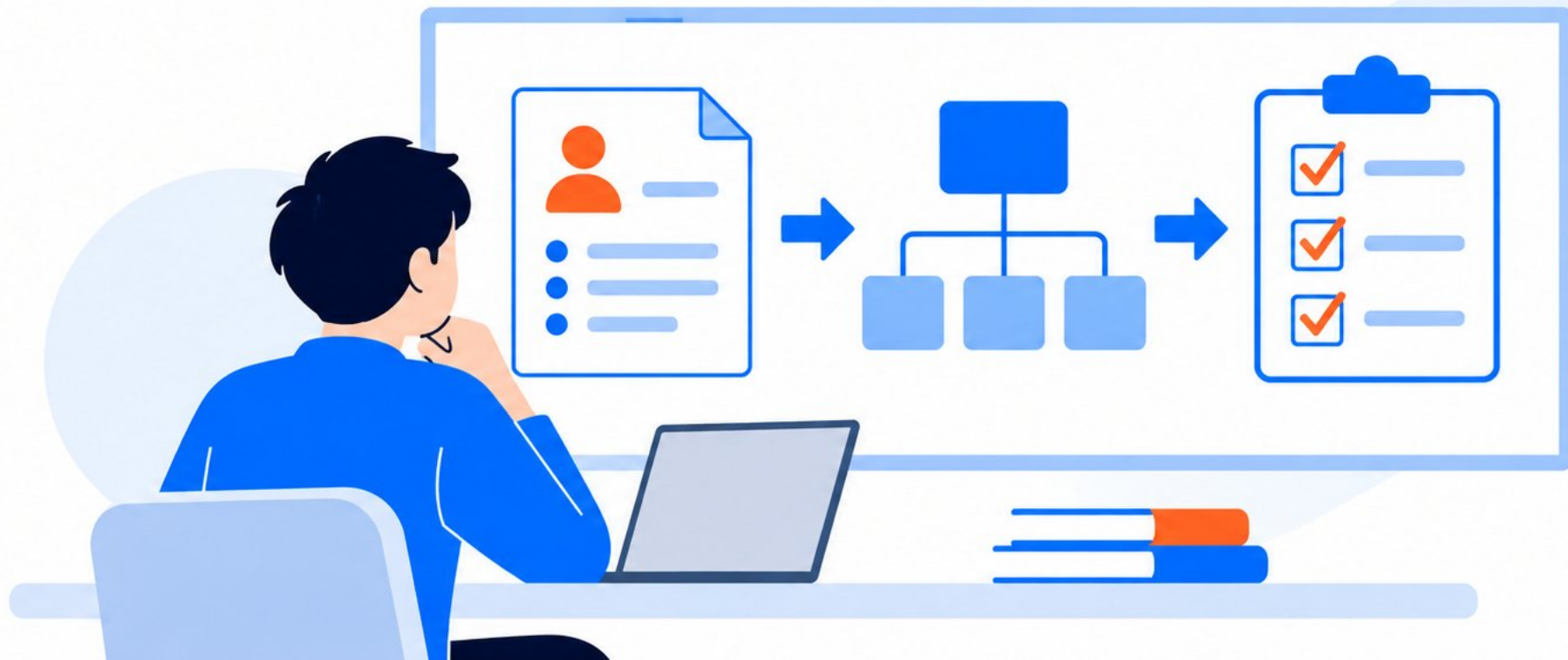
志望理由

なぜ、南山大学なのか？



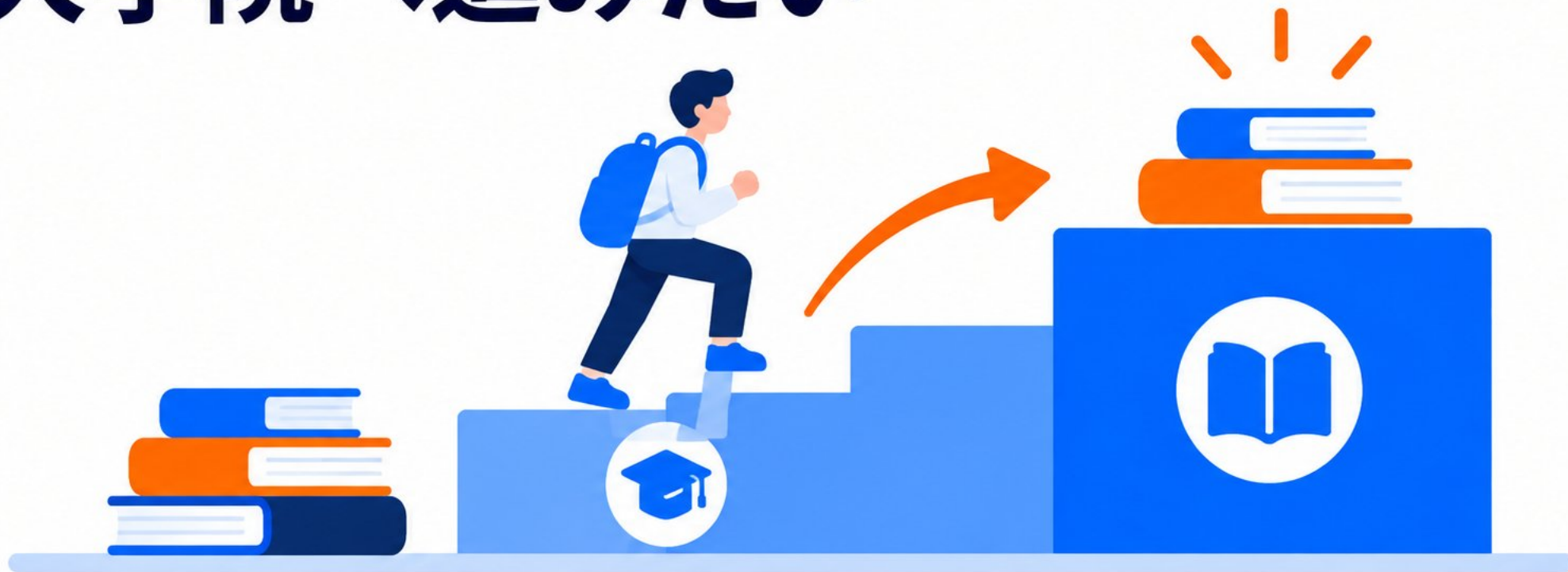
ソフトウェア工学科

要求分析・設計・品質評価を 体系的に学びたい



大学院への道

早期卒業制度を目指し、 大学院へ進みたい



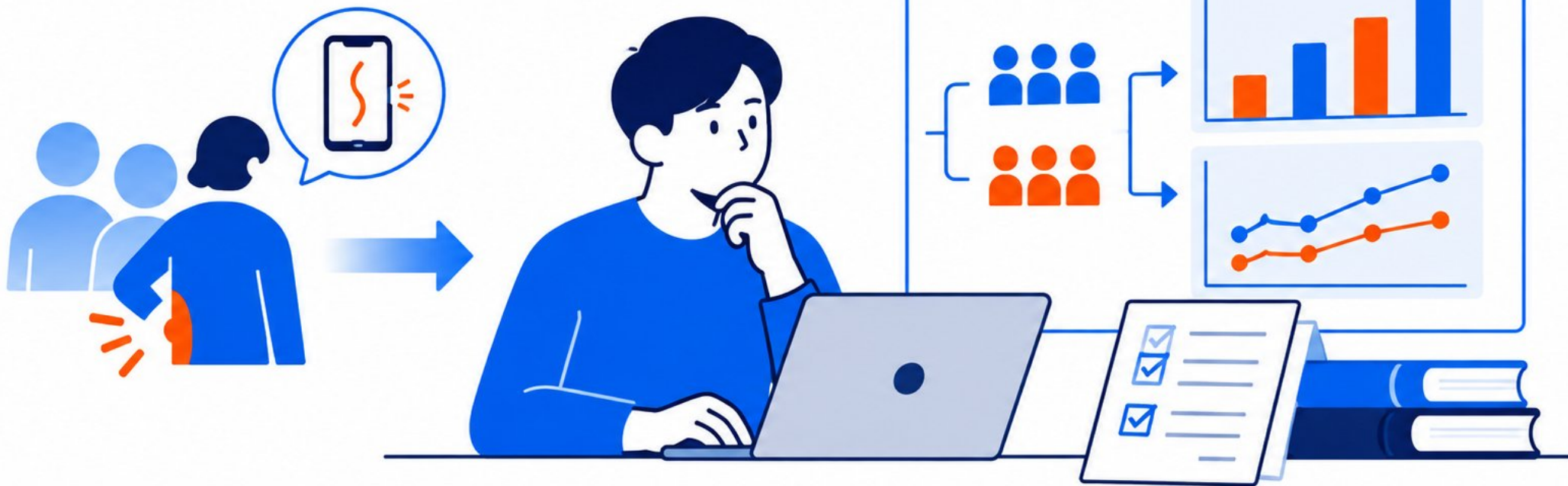
南山でできること

**条件を満たせば、
学部3.5年+大学院1.5年で修士へ。**



その先

大学院で、腰ログの 価値を検証したい



生まれた1年

生まれた1年を、
海外で腰ログの普及に使いたい。



目指す未来

南山で学び、
腰ログを世界へ。

