

早稲田大学 人間科学学術院 人間科学会 諸費用補助成果報告書 (Web 公開用)

申請者 (ふりがな)	( ちょうけい )
所属・資格 (※学生は課程・学年を記載。卒業生・修了生は卒業・修了年月も記載)	人間科学研究科 修士課程 2 年
発表年月 または事業開催年月	2024 年 11 月
発表学会・大会 または事業名・開催場所	IEEE International Conference on E-health Networking, Application & Services・奈良
発表者 (※学会発表の場合のみ記載、共同発表者の氏名も記載すること)	Jing Zhang, Ruichen Cong, Ou Deng, Yuxi Li, Keishin Lam, Qun Jin
発表題目 (※学会発表の場合のみ記載)	Analyzing Lifestyle and Behavior with Causal Discovery in Health Data from Wearable Devices and Self-Assessments
発表の概要と成果 (抄録を公開している URL がある場合、「概要・成果」を記載した上で、URL を末尾に記してください。また、抄録 PDF は別途ご提出ください。なお、抄録 PDF は Web 上には公開されません。)	
<p>本研究では、若者のライフスタイルと健康状態の因果関係を明らかにすることを目的として、ウェアラブルデバイスと自己評価データを用いた因果発見手法を活用した。合計 21 名の大学生を対象に、53 日間のデータを収集し、特徴を抽出して因果関係を分析した。本研究の結果、いくつかの重要な発見が明らかになった。運動は心拍数の安定化やストレスレベルの低減に重要な役割を果たしており、良質な睡眠はストレスを軽減し、全体的な健康感を向上させる。また、アルコール摂取と夜更かしは密接に関連する行動パターンを形成していることが分かった。女性は低気分やストレスに対する感受性が高い傾向がある。一方、正常な BMI を持つ人々は健康の乱れに対する強い回復力を示した。これらの発見は、健康管理において重要な示唆を提供する。女性や肥満の人々は、睡眠の質を改善し、感情的な健康を維持する努力が有益である可能性がある。また、低体重の人々にとっては、過度の飲酒や夜更かしを避けることが特に重要である。</p>	

※無断転載禁止