



2025 年 2 月 21 日

各 位

会 社 名 株 式 会 社 S a p e e t
代 表 者 名 代 表 取 締 役 社 長 築 山 英 治
(コード番号：269A 東証グロース)
問 合 せ 先 取 締 役 佐 藤 琢 治
経 営 管 理 本 部 長
(TEL. 03-6822-3263)

2,400 人の AI 姿勢分析から見える現代日本の姿勢実態調査レポート ～猫背・ストレートネックの背景に“ずっこけ座り”の可能性、スマホ・PC 利用との関連も～

株式会社 Sapeet（本社：東京都港区、代表取締役社長：築山 英治、以下 Sapeet）は、累計 150 万回以上の AI 姿勢分析実績を持つ「カルティ シセイカルテ」（以下シセイカルテ）による 2,400 名の姿勢データ分析結果をまとめました。本調査では、10 代未満から 90 代までの幅広い年齢層における姿勢の特徴を、性別・年齢別に分析するとともに、理学療法士による現代日本人の姿勢特徴と将来予測に関する考察を加えています。

【調査概要】

- ・ 調査対象：10 代未満～90 代の男女、2023 年 7 月 25 日～2024 年 10 月 10 日の分析結果から無作為に抽出
- ・ 有効姿勢分析数：n=2,400（男性 838 名、女性 1,562 名）
- ・ 調査方法：シセイカルテによる AI 姿勢分析データを活用し、立位正面、立位左側面の姿勢分析結果を抽出（下図グラフ数値※）



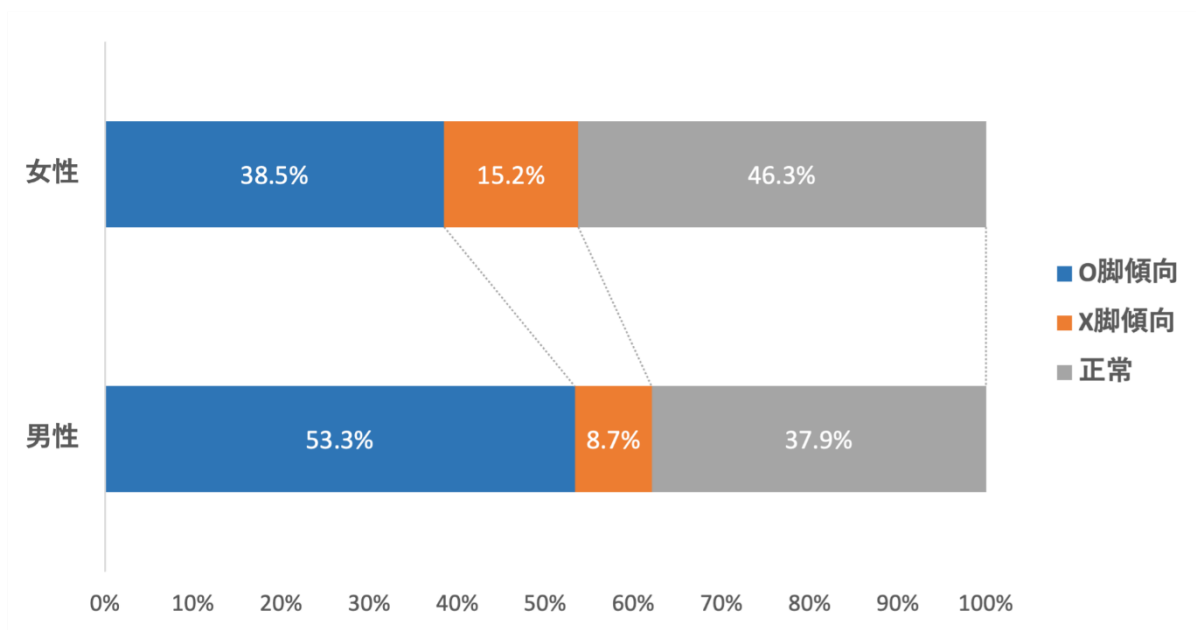
※個人を識別、特定できない形で結果を取得し、分析しています

主な調査結果

今回の調査では、性別や年齢によって姿勢に顕著な違いが見られました。以下に主な調査結果をご紹介します。

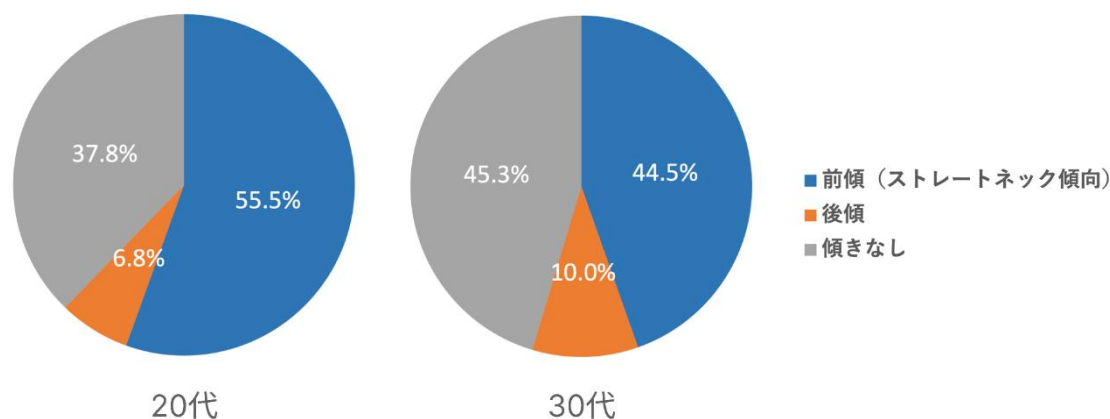
【O脚とX脚の割合】

脚の形状分析では、明確な男女差が確認されました。O脚傾向は男性で53.3%、女性で38.5%となった一方、X脚傾向は女性が15.2%、男性が8.7%という結果でした。



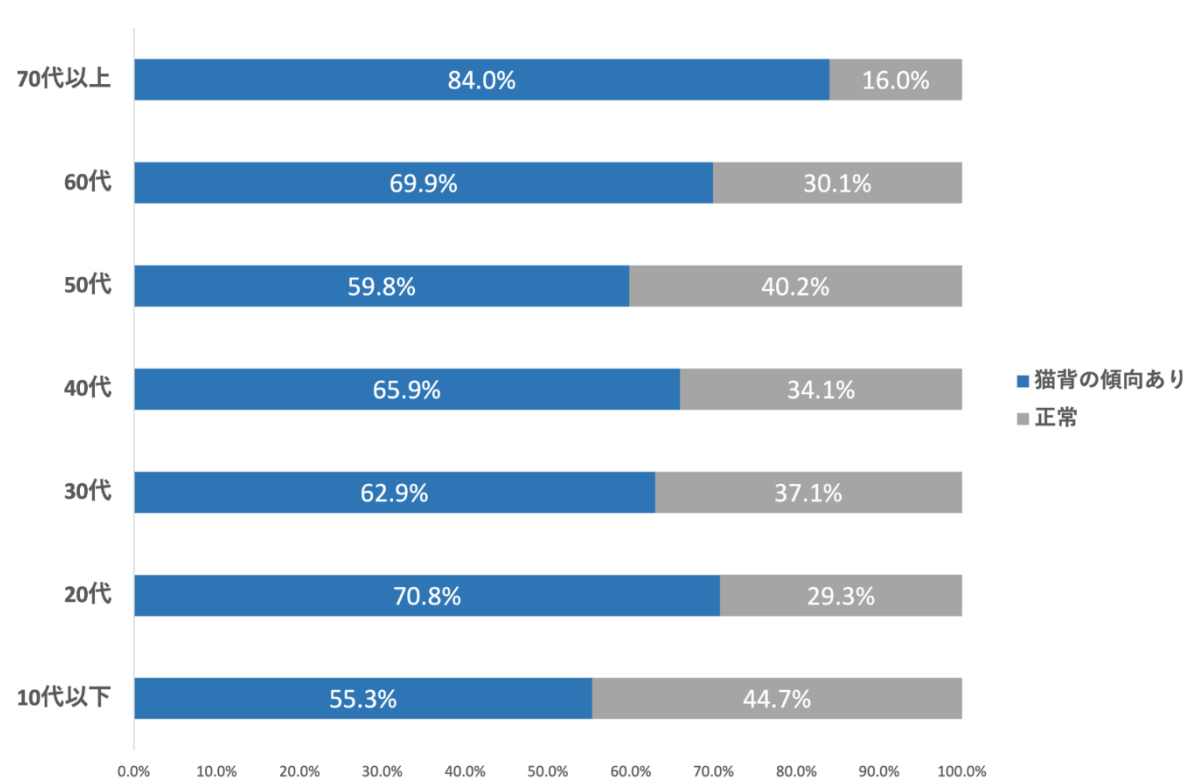
【頭の前後傾き（ストレートネック）の傾向】

頭が前に傾く「ストレートネック」（いわゆる「スマホ首」）の傾向について調査したところ、若年層で顕著な傾向が確認されました。特に20代では55.5%が前傾姿勢を示し、最も高い割合となりました。30代でも44.5%と半数近くが前傾傾向にあり、若年層全体で高い割合を示す結果となりました。



【猫背の度合い】

全年代を通じて猫背傾向が高い割合で確認されました。特に20代では70.8%と際立って高い値を示し、これは30代の62.9%や40代の65.9%と比較しても顕著です。中年層の50代では59.8%とやや減少するものの、60代で69.9%、70代以上では84.0%と加齢とともに上昇する傾向が見られました。最も低い割合を示した10代以下でも55.3%と、半数以上が猫背傾向にあることが明らかになりました。



超高齢社会を迎えた日本では、医療サービスへの需要が増加する一方で、医療現場における人材不足が大きな課題となっています。特に現場の長時間労働が社会問題として認識される中、診療記録や各種書類作成などの事務作業は医療従事者の負担となっています。

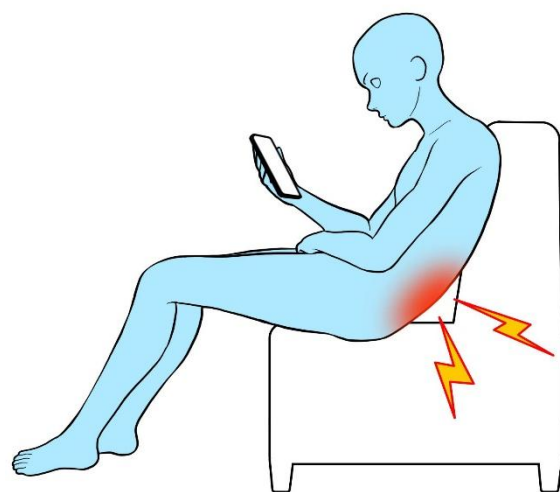
中でも退院サマリは、患者の入院期間中の診療内容や経過、退院時の状況などを網羅的にまとめた重要文書です。他の医療機関やケア施設との情報共有のために不可欠ですが、業務を圧迫する一因にもなっています。

この課題を解決するため、医療 DX を推進するユカリアと、Expert AI 事業において専門家知見の活用実績のある Sapeet は実証実験を行いました。本実証では、AI 技術で退院サマリ作成時間を短縮し、その分患者ケアに専念できる時間を創出することを目指しました。

現代のライフスタイルと姿勢の関係に関する示唆

調査結果から、現代のライフスタイルが姿勢に大きな影響を与えていることが示唆されます。この姿勢の悪化の主要な要因として、「仙骨座り」(別名「ずっこけ座り」)が指摘されています。これは、椅子に座る際に背中が丸まり、仙骨部分を支点にして体重をかける姿勢を指します。スマートフォンやパソコンの長時間使用により無意識のうちに取られやすいこの姿勢は、頭の前傾(ストレートネック)や猫背の原因の一つとなっています。

仙骨座りは、骨盤を後傾させることで背中に過度の負担をかけるだけでなく、O脚やX脚の形成にも影響を与える可能性があります。このような姿勢の悪化は、身体のバランスを崩し、長期的には腰痛や肩こり、さらには呼吸機能の低下など、様々な健康問題を引き起こす懸念があります。



仙骨座りイメージ

これらの健康リスクを予防するには、日常生活における姿勢への意識と正しい座り方の実践が重要な役割を果たします。特に 20 代・30 代という働き盛りの世代においては、デジタル機器の使用が不可欠な現代のライフスタイルの中で、意識的な姿勢管理が健康的な生活の基盤となると考えられます。

今後も Sapeet は、独自の AI 技術による身体解析を通じて、人々の健康的な生活をサポートする情報を発信してまいります。

カルティ シセイカルテとは

カルティ (Kartie) は、Karte (カルテ) と tie (つなぐ) を組み合わせた造語で、カルテを通してつながりを創っていきたいという思いで名付けました。「カルティ」では、AI 姿勢分析「シセイカルテ」や接客支援カルテ「マルチカルテ」など、様々な場面でお客様と事業者様のつながりを強化する、コミュニケーション DX サービスを提供しています。

シセイカルテは、全身写真をもとに姿勢を分析し、現在の状態だけでなく、未来の姿勢の変化を可視化。さらに、適切な改善運動の提案を通じて、ユーザーが自身の身体状態を直感的に理解し、健康的な姿勢づくりへと一歩を踏み出せる仕組みを提供します。

シセイカルテは、Sapeet の身体解析 AI 技術を基盤としています。画像や動画、生体情報から骨格や姿勢、体型、顔形状などを推定する独自のアルゴリズムを構築し、AI エンジニアと理学療法士などの専門家が共同で精度の高い身体分析を実現しています。

株式会社 Sapeet について

Sapeet は、AI で企業独自のベテラン知見を解析し、競争優位性につながるコア業務の価値を増幅・拡張する Expert AI 事業を運営する、東京大学発のベンチャー企業です。AI 身体分析技術や生成 AI 技術など、独自の技術をわかりやすく使いやすいシステムとして提供し、幅広い事業者様の AI と人間の協業体制構築をトータルでご支援します。

会社名：株式会社 Sapeet

所在地：東京都港区芝五丁目 1 3 番 1 8 号 いちご三田ビル 8 階

代表者：代表取締役社長 築山 英治

URL：<https://sapeet.com/>

当社は IR 情報のメール配信を行っております。適時開示や PR 情報のほか、決算説明会の動画配信等も予定しております。

サービス登録をご希望の方は、下記 URL または QR コードより登録をお願いいたします。

<https://sapeet.com/ir/newsletter>



当社は、ご関心をお寄せいただいているステークホルダーの皆様への公平な情報開示に、引き続き努めてまいります。