

筑波大大学院システム情報工学研究科

科学の
まちから

早食いはだめ。夕食は——と量、時刻をパソコンで記録し、起きてから寝る3時間以上前に朝食は欠かさずに……。やるまで歩数計をつけてもイエットの心得には、面らった。

「倒なべし」「べからず」 あらかじめ、各メニューの標準的なカロリーや栄養素を調査。食べた量で私にぴったりの方法は、例えば肉なら「手の

合も、太る人とやせる人がいた。

てサービスする「環境知能化」が研究テーマの一つ。実現すると、コンピューターが電灯の消し忘れを指摘したり、料理法を教えてくれたりする。

筑波大学院システム情報工学研究科

情報、工学、社会とそのリスクを研究する学科で「コンピューターサイエンス」「リスク工学」「経営・政策科学」などの専攻がある。中内さんの専攻は「知能機能システム」。室内の人間を部屋が感知し

度は、まだ向上の余地がある。研究を始めて約5年。実用化に向け、さら

【高木昭午】

個人に合った体重管理

ないの？

筑波大大学院システム情報工学研究科（つくば市天王台）の中内靖准教授と卒業生の保尾奈緒子さん、修士一年の加藤義隆さんは、こんなわがま

まに応えようと研究をしている。

昨年秋、20〜50歳代の男女7人に、2カ月間毎日、体重を量ってもらった。さらに毎食のメニュー

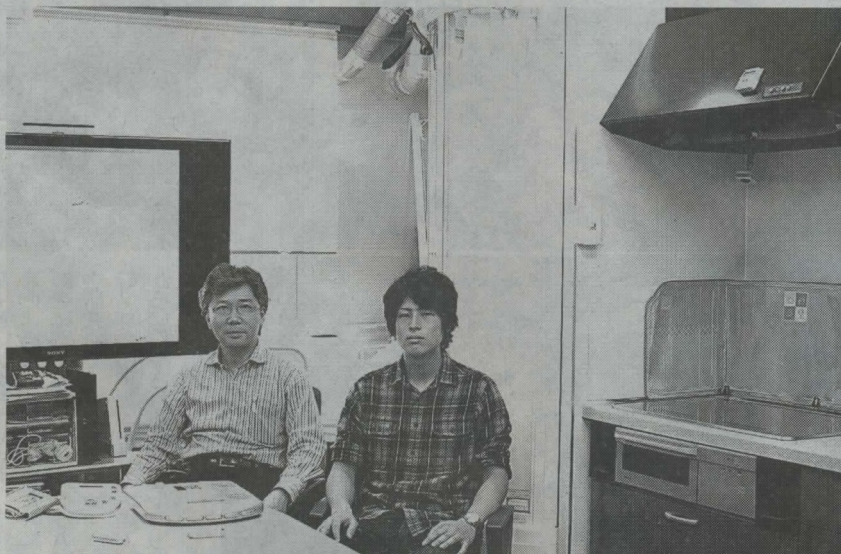
「ひら1枚分の大きさ」な を守ればやせられる (太

どと表現し、対象者が記録しやすいように工夫した。こうして食事や運動と、体脂肪量の変化の関係を分析した。

すでに、1週間程度の食事メニューを分析し

たとえば早食いの影響 「カルシウム不足です。をみると、対象者の1人 せめて牛乳1杯飲みまし

は、1カ月後に体脂肪量が増えたが、別の1人は逆に減っていた。朝食抜きなど、3食食べない場合は、「この行動で太る（やせる）」という予測の精



中内准教授（左）と加藤さん。研究室にはキッチン設備やベッドが並ぶ。いずれも「知能化」の対象だ