

九州「地域共生・ヘルスケア産業活用」セミナー

基調講演：「健康増進を基軸とするまちづくりについて」

(目次)

1. 自己紹介と体験型健康医学教室(りんご教室)を創りだすまで
2. プチりんご教室
3. りんご教室をまちで展開すると
4. 今、取り組んでいること

株式会社True Balance

つみのり内科クリニック

山下積徳



1. 自己紹介と体験型健康医学教室 (りんご教室)を生みだすまで

1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目標:テーマは自立

自己紹介: つみのり内科クリニック & (株) True Balance

(株) True Balance

山下積徳
つみのり内科クリニック 院長
(内科・循環器科)
健康複合施設 TrueBalance 代表

<略歴>

昭和53年 福岡県立 小倉高等学校卒業
昭和60年 鹿児島大学医学部卒業
昭和60年 鹿児島大学第一内科入局
心臓病の救急に従事
平成12年 枕崎市立病院院長
平成16年 つみのり内科クリニック
開業
健康複合施設も開業
平成26年 九州ヘルスケア産業推進協
議会 (HAMIQ) より、「第
1回ヘルスケア産業づくり
貢献大賞」を受賞
平成28年 経産省健康寿命延伸産業創
出推進事業で第1位の評価

医学教室



アロマケア



フィットネスジム



つみのり内科クリニック



キッチンきゃべつ



健康モデル都市創出の手段として体験型健康医学教室を実施 3

1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目標:テーマは自立

ひよこ豆と押し麦のトマトスープ



糖尿病が気になりはじめた方
食物繊維とマグネシウムを
強化したスープ



1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目標:テーマは自立

野菜を織り込んだハンバーグ

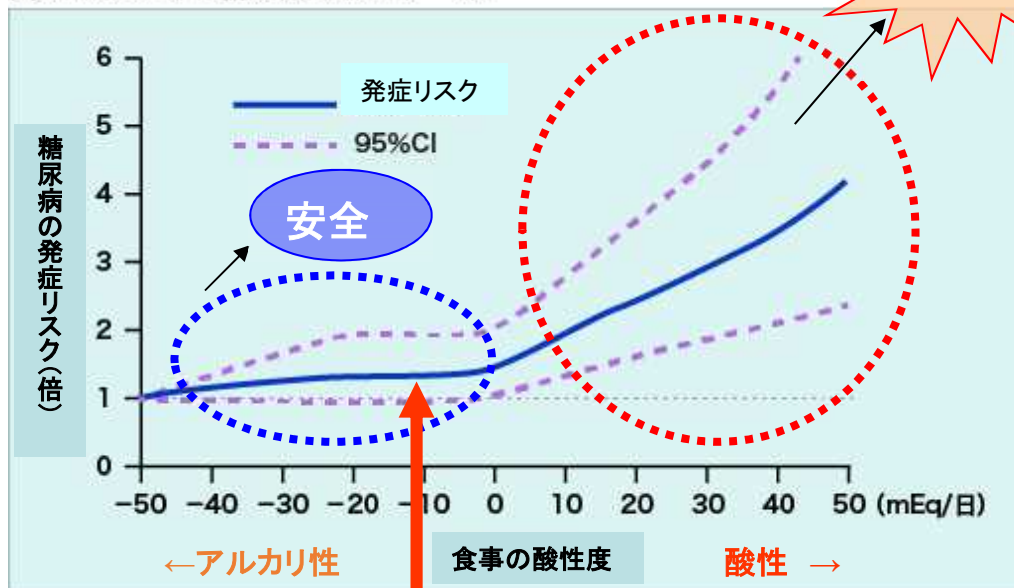


1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目標:テーマは自立

～血糖値が気になる方、家族が糖尿病の方に朗報です～

10年食べても糖尿病にならずにすむであろうという食事を提供している。

図. PRALスコアと糖尿病発症のハザード比



(出典: Diabetologia 2013年11月14日オンライン版)

酸性度の高い食事(加工食品、肉類、パン)の多い食事で、**食事量が多い方**、**加工食品が多い方**は要注意です。

逆に酸性度の低いものは、カリウム・マグネシウム・カルシウムの多い食事で、**豆類や海の食品、野菜**などを多く含む食生活といえます！！ツミノリーキッチンきゃべつの食事は、それらを多く含むことに気をつけています。

**ツミノリーキッチン
きゃべつの食事はどの
スープを選んでも
-10付近です。**



食事が酸性だと10年で糖尿病発症が1.6倍になる。

1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目標:テーマは自立
いつ、どのように年をとるのだろうか？



老化が医学的に解明されてきて、
老化を遅らせるには・・・が
わかってきた！ →この情報を教室で伝授

1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目標:テーマは自立

「知る」×「学ぶ」×「実践する」で自立サイクルを回す

スタッフが多能工化する

だから どちら
もおもしろい!

医学



つみのり内科クリニック

精神



メンタルヘルスケア
メディカルアロマ

1. 検査を受けて自分事になる
2. 学習して安心の中で取り組める
3. 実践して意識が変わり自立する
4. 体づくり=栄養×運動×精神

運動



フィットネスジム

健康意識
変容

栄養



レストラン・料理教室

学び



医学・栄養・運動・
精神教室

True Balance
で実施

1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目標:テーマは自立

実例:68歳 主婦

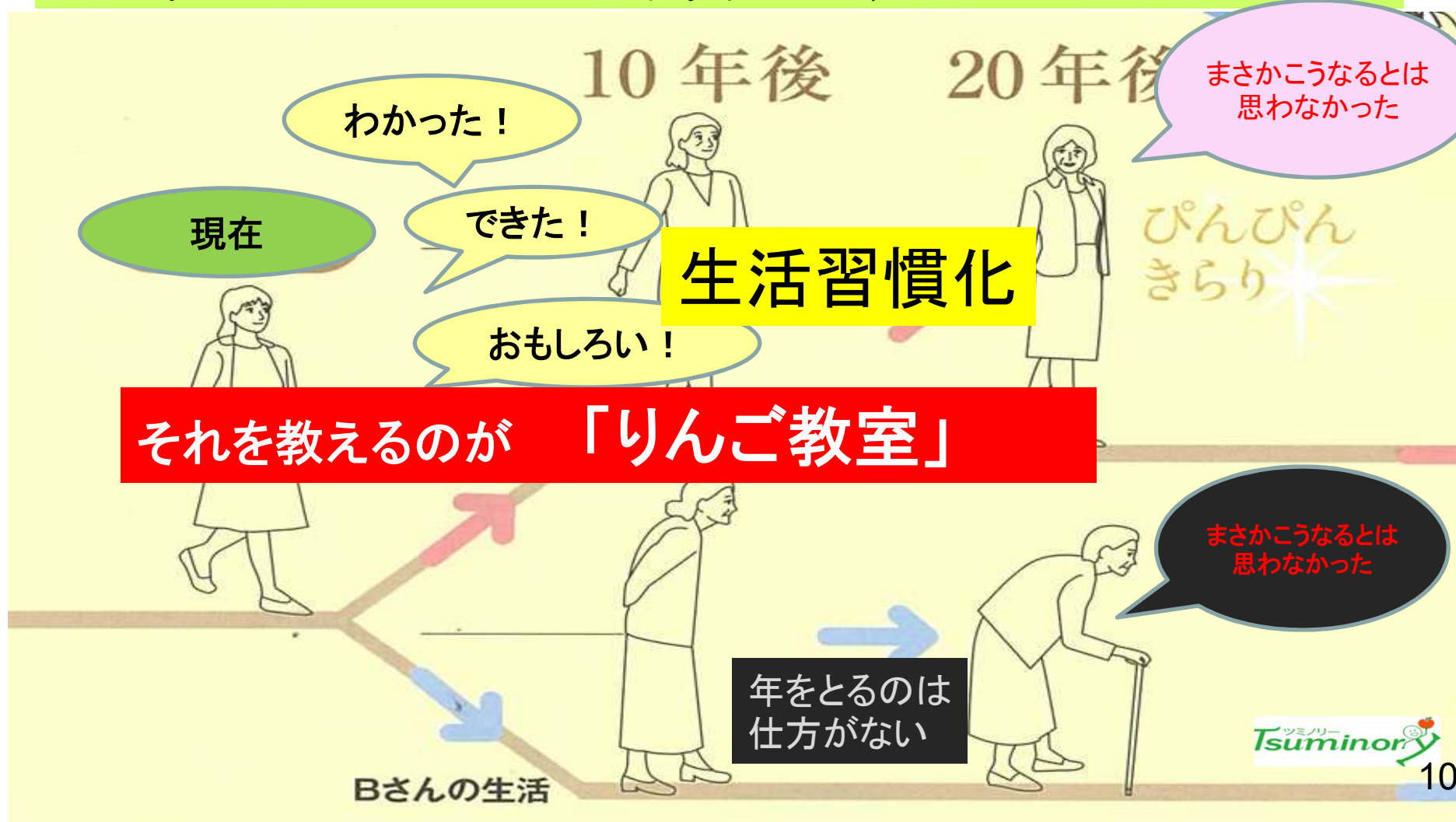


体重: -8.4kg
体脂肪: -4.6kg
腹囲: 92 ⇒ 81cm

半年の変化
こんな方を
延300人以上
つくっている

1. 体験型健康医学教室を創りだすまで: 目ざすは最後まで自立

何歳からでも、心と体は、
つくりかえられる方法を知るからです。



1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目ざすは最後まで自立

教室ツールならび人材育成ツール (72コマの医学・栄養・運動・精神カリキュラム)

カリキュラム

項目	主な講義	内容	主講者	
1	健康学	ストレスと健康と、ストレスとは何か	21世紀の健康に役立つ知識と、行動指針	アサキ 雅彦
2	健康学	体力測定	体力・健康・寿命の関わり	アサキ 雅彦
3	健康学	抗加齢医学とは?	加齢がもたらす身体づくりと老化予防	アサキ 雅彦
4	健康学	認知機能と認知症	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
5	健康学	認知症と栄養	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
6	健康学	認知症と運動	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
7	健康学	認知症と睡眠	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
8	健康学	認知症と音楽	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
9	健康学	認知症とアート	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
10	健康学	認知症とダンス	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
11	健康学	認知症とヨガ	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
12	健康学	認知症と瞑想	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
13	健康学	認知症と呼吸器	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
14	健康学	認知症と消化器	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
15	健康学	認知症と泌尿器	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
16	健康学	認知症と循環器	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
17	健康学	認知症と免疫系	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
18	健康学	認知症と内分泌系	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
19	健康学	認知症と神経系	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
20	健康学	認知症と皮膚科	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
21	健康学	認知症と眼科	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
22	健康学	認知症と耳鼻科	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
23	健康学	認知症と歯科	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
24	健康学	認知症と薬剤師	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
25	健康学	認知症と看護師	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
26	健康学	認知症と介護士	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
27	健康学	認知症と福祉士	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
28	健康学	認知症と法律家	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
29	健康学	認知症と経済学者	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
30	健康学	認知症と社会学者	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
31	健康学	認知症と政治学者	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
32	健康学	認知症と歴史学者	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
33	健康学	認知症と文学者	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
34	健康学	認知症と芸術家	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
35	健康学	認知症とスポーツ選手	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
36	健康学	認知症と俳優	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
37	健康学	認知症と歌手	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
38	健康学	認知症とタレント	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
39	健康学	認知症とモデル	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
40	健康学	認知症と美容師	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
41	健康学	認知症とデザイナー	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
42	健康学	認知症とプログラマー	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
43	健康学	認知症とエンジニア	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
44	健康学	認知症と科学者	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
45	健康学	認知症と発明家	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
46	健康学	認知症と発行者	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
47	健康学	認知症と編集者	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
48	健康学	認知症とデザイナー	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
49	健康学	認知症とイラストレーター	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
50	健康学	認知症と写真家	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
51	健康学	認知症と映像作家	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
52	健康学	認知症と音楽家	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
53	健康学	認知症とダンサー	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
54	健康学	認知症と俳優	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
55	健康学	認知症と歌手	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
56	健康学	認知症とタレント	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
57	健康学	認知症とモデル	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
58	健康学	認知症と美容師	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
59	健康学	認知症とデザイナー	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
60	健康学	認知症とプログラマー	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
61	健康学	認知症とエンジニア	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
62	健康学	認知症と科学者	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
63	健康学	認知症と発明家	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
64	健康学	認知症と発行者	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
65	健康学	認知症と編集者	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
66	健康学	認知症とデザイナー	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
67	健康学	認知症とイラストレーター	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
68	健康学	認知症と写真家	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
69	健康学	認知症と映像作家	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
70	健康学	認知症と音楽家	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
71	健康学	認知症とダンサー	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦
72	健康学	認知症と俳優	認知症の予防と認知症とは何か	アサキ 雅彦

教科書



指導者ツール

項目	学習活動	時間	主な疑問・予想される反応	留意点	準備	DVD
導入	自己紹介	5分	◎皆さん同じように年をとるものでしょうか? ◎みんな同じ年になる	◎皆さん同じスピードで年をとるのでしょうか? ◎同じ年でも成長している人がいる!	◎皆さん同じスピードで年をとるのでしょうか? ◎皆さん同じスピードで年をとるのでしょうか?	医学37 医学10
展開	グループワーク	15分	◎皆さん同じスピードで年をとるのでしょうか? ◎皆さん同じスピードで年をとるのでしょうか?	◎皆さん同じスピードで年をとるのでしょうか? ◎皆さん同じスピードで年をとるのでしょうか?	◎皆さん同じスピードで年をとるのでしょうか? ◎皆さん同じスピードで年をとるのでしょうか?	運動26 精神29

教材



教育ツールができたので、

自治体への体験型健康医学教室を実施

1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目ざすは最後まで自立

H29年12月14日 未来投資会議 構造改革徹底推進会合「健康・医療・介護」会合第3回 保険外サービスの創出等 p8

地域におけるヘルスケアビジネス創出事業の例【生活習慣病予防】

- これまでに実施したビジネスモデル実証事業を「生活習慣病予防」という観点から整理すると、例えば、一次予防から二次・三次予防までの予防策が構築されている。



南さつま市で自治体版体験型健康医学教室を創出

(平成28年度経済産業省健康寿命延伸産業創出推進事業)

事業概要

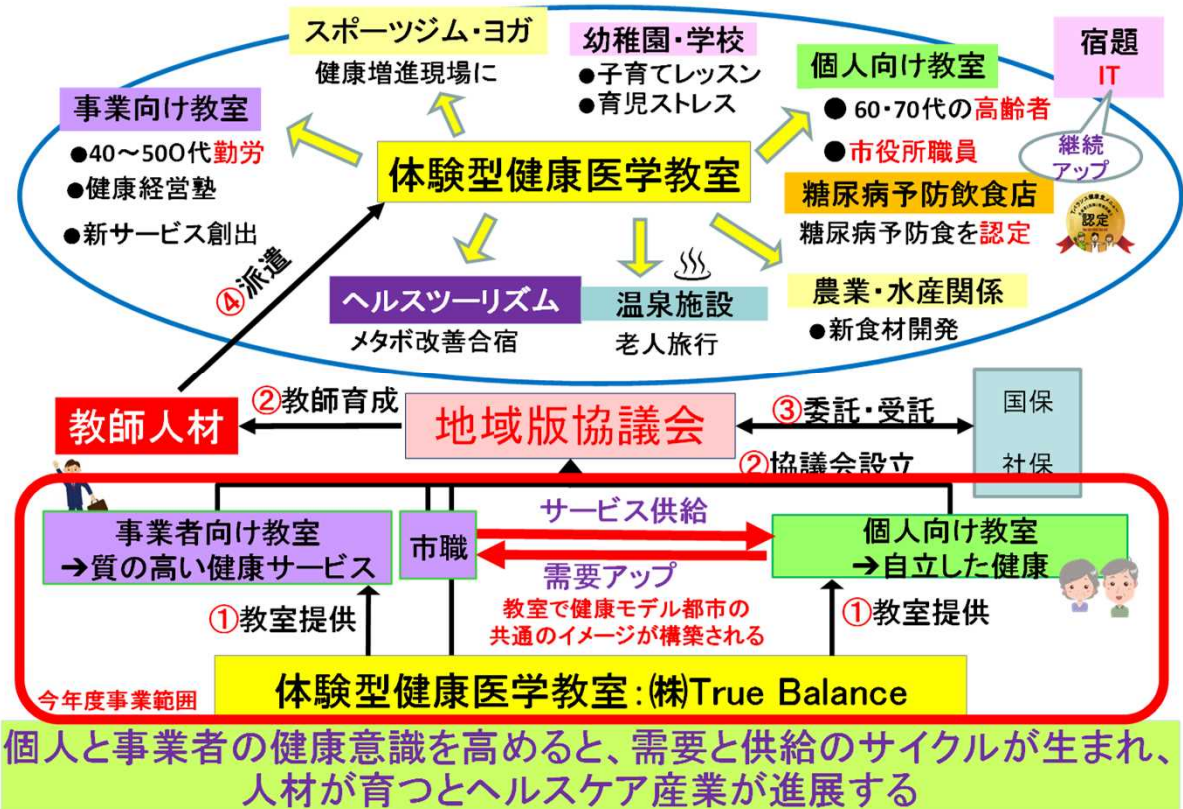
地域には健康維持につながる多様な資源があるにも関わらず、知識不足や考え方の違いがあるために個人の健康維持活動を最大化できていない。

本事業では医師や教師が開発した体験型健康医学教室を個人、地域事業者、自治体に提供することで地域全体の健康意識と知識を高め、個人の健康維持を実現するとともに新たな健康サービスの創出に貢献するビジネスモデルを構築した。

事業ロードマップ

- ①個人向け教室で個人の健康増進とヘルスケアサービスの需要をつくり、事業者向け教室で同じ健康意識に基づくサービス提供と地域内多職種協働を構築する。
- ②事業者教室受講者より、教師の志望者も募る。
- ③次年度以降は、地域版協議会を設立し、更に教師人材の育成を進める。
- ④協議会が市町村国保や協会けんぽ等の健康増進事業を受託し、教師人材が教室を拡げ、共通の健康意識に基づく健康モデル都市を再構築していく

地域の健康リテラシー向上により健康モデル都市をつくる



1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目ざすは最後まで自立

ひとは幸せになりたいのに
現状はどうなのか？

1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目ざすは最後まで自立

基礎データとして、年代別幸福の要因

性別	順位	15-19歳	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79
男性	1位	友人	友人	家計	家族	家計	家計	家計	家計	健康	健康	健康	健康	健康
	2位	自由時間	家族	家族	家計	家族	健康	健康	健康	家計	家族	家計	家族	家族
	3位	精神的ゆとり	生きがい	就業	健康	精神的ゆとり	家族	家族	家族	家族	家計	家族	家計	家計
女性	1位	友人	家族	家族	家族	家族	健康	健康	健康	健康	健康	健康	健康	健康
	2位	家族	精神的ゆとり	家計	家計	家計	家族	家族	家族	家計	家族	家族	家族	家族
	3位	精神的ゆとり	友人	友人	健康	健康	家計	家計	家計	家族	家計	家計	家計	自由時間

資料:内閣府「平成22年度国民生活選好度調査」

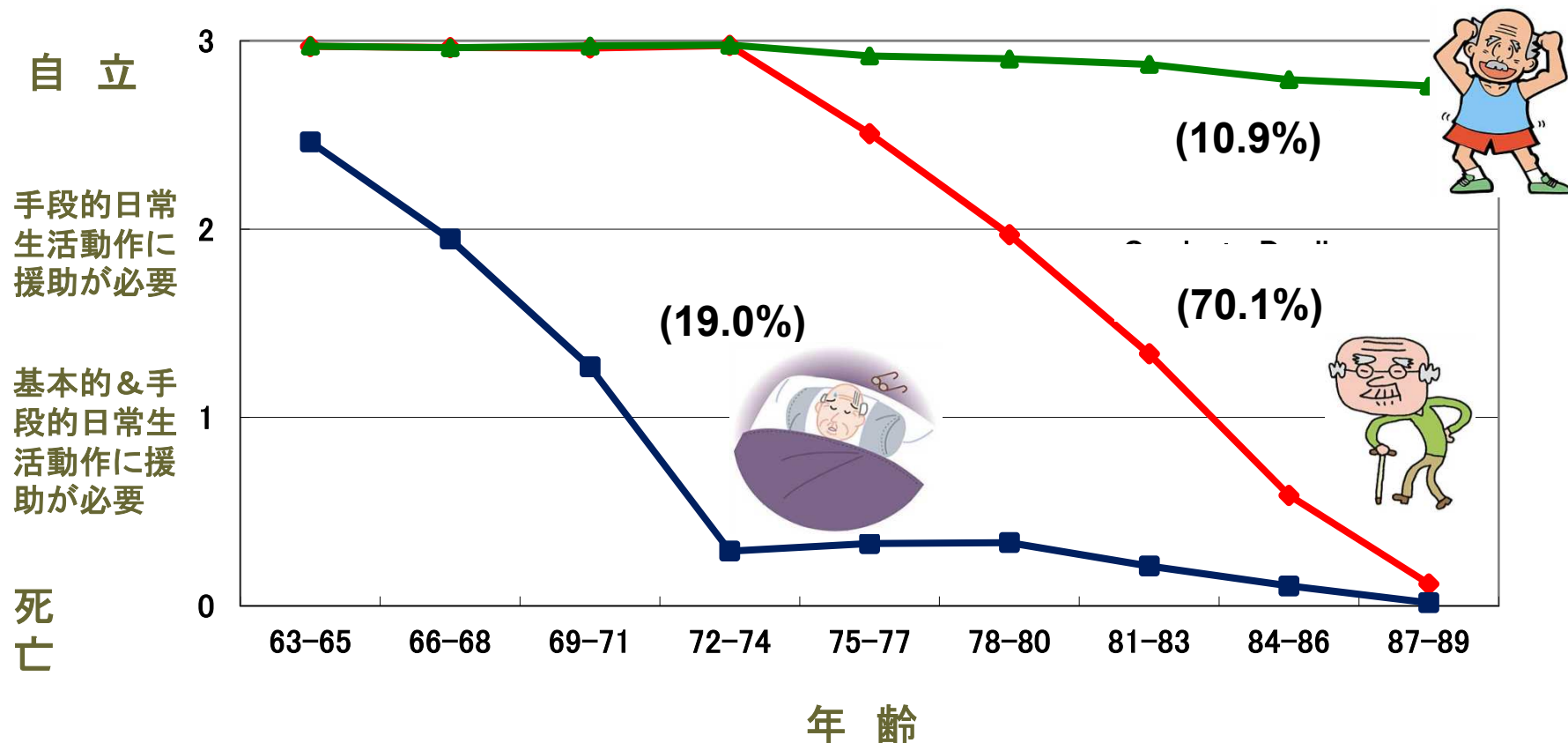
- ①幸福は健康・家族・家計の3因子よりなる
- ②健康のみが個人に帰属→個人に対応する必要がある
- ③幸せを構築するために、最初に健康に取り組む必要あり¹⁵

1. 体験型健康医学教室を創りだすまで: 目ざすは最後まで自立

自立度の変化パターン ②

— 全国高齢者20年の追跡調査 —

男性



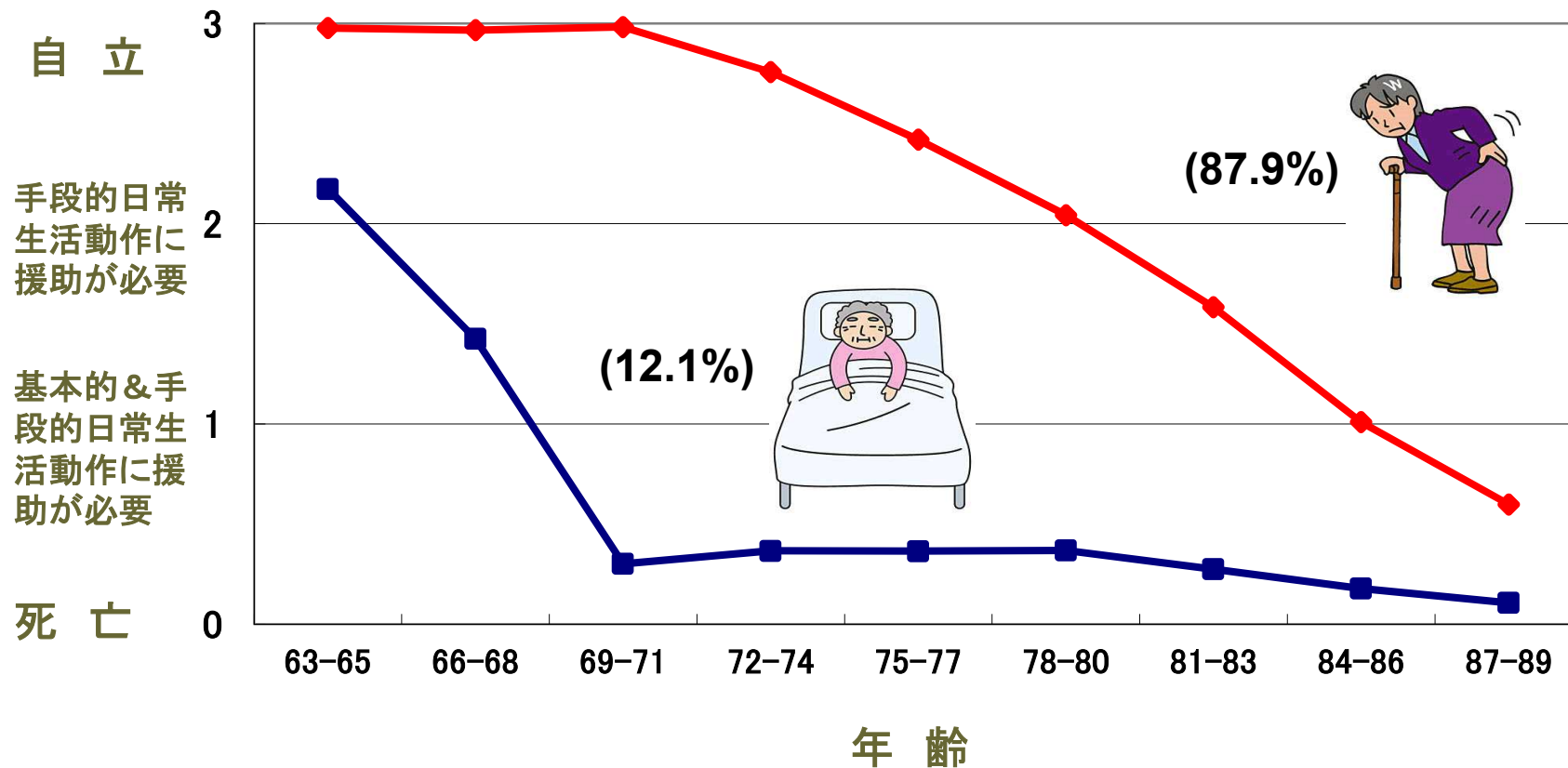
出所) 秋山弘子 長寿時代の科学と社会の構想 『科学』 岩波書店, 2010

1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目ざすは最後まで自立

自立度の変化パターン ①

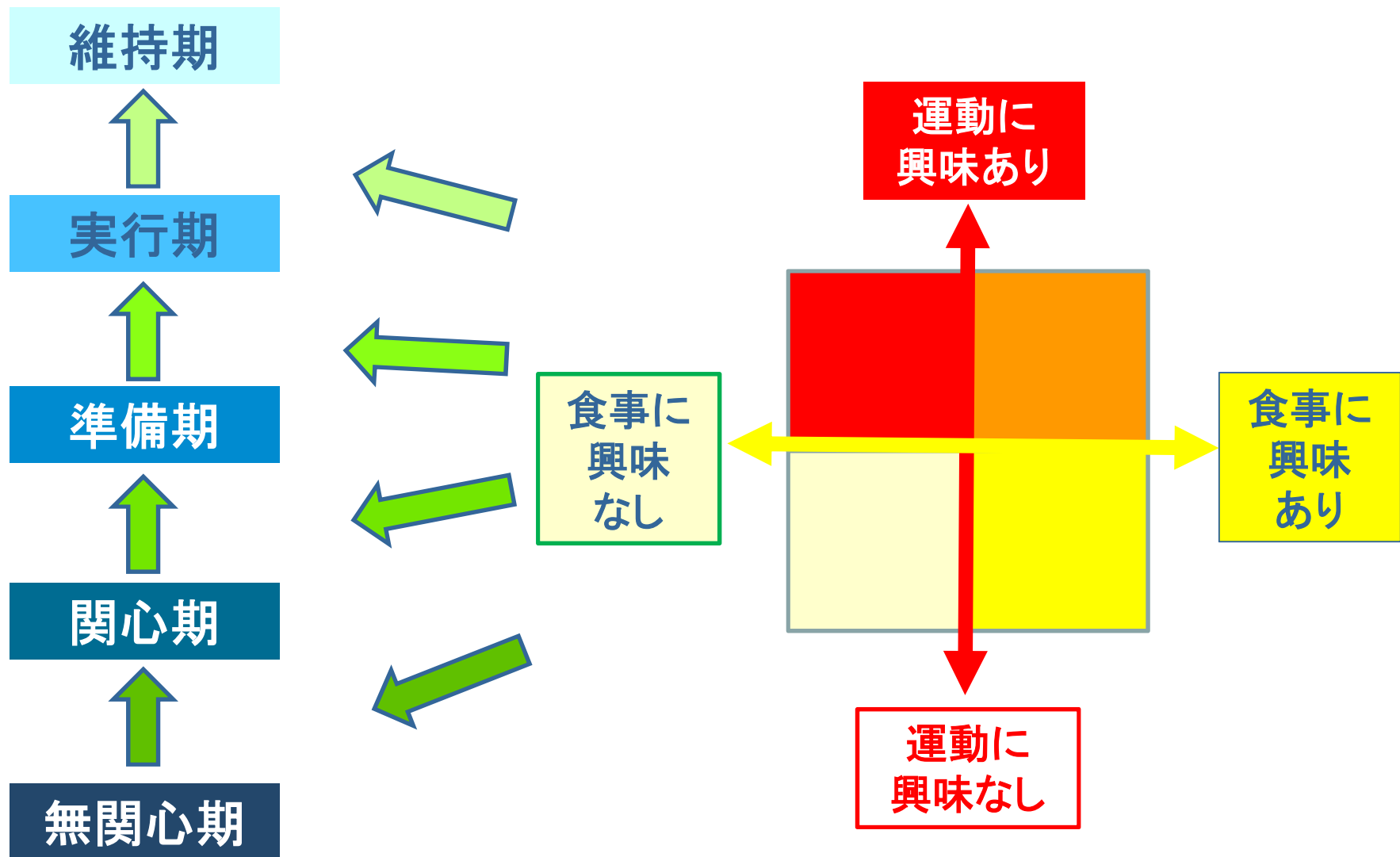
—全国高齢者20年の追跡調査—

女性



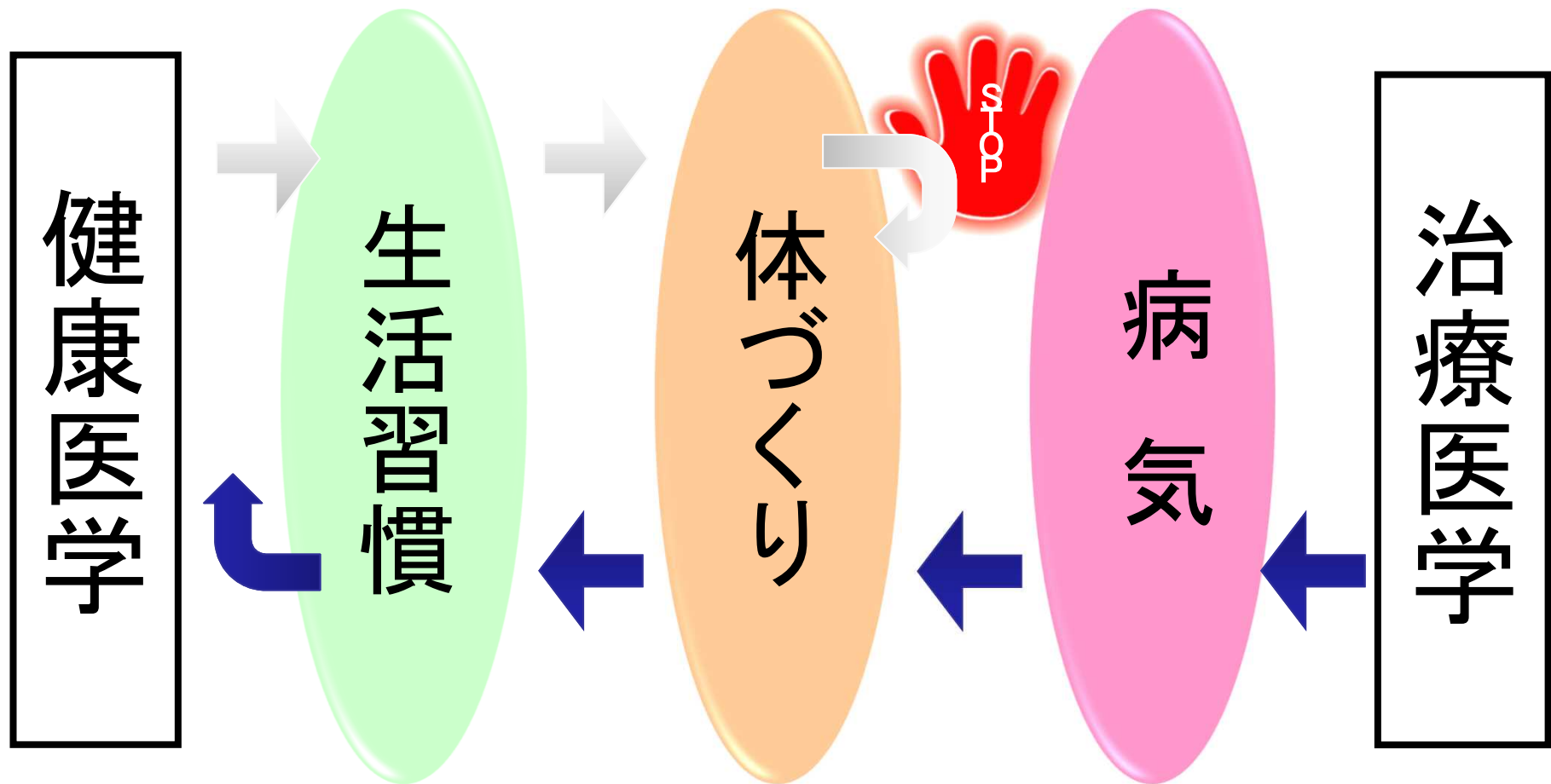
出所) 秋山弘子 長寿時代の科学と社会の構想 『科学』 岩波書店, 2010

1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目ざすは最後まで自立



- ①どの層、どのセグメントにも共通した基本的欲求にこたえることが、地域共生の基盤となる。
- ②健康(健康づくり)はどの年代、どの層、どのセグメントにも共通した欲求である。

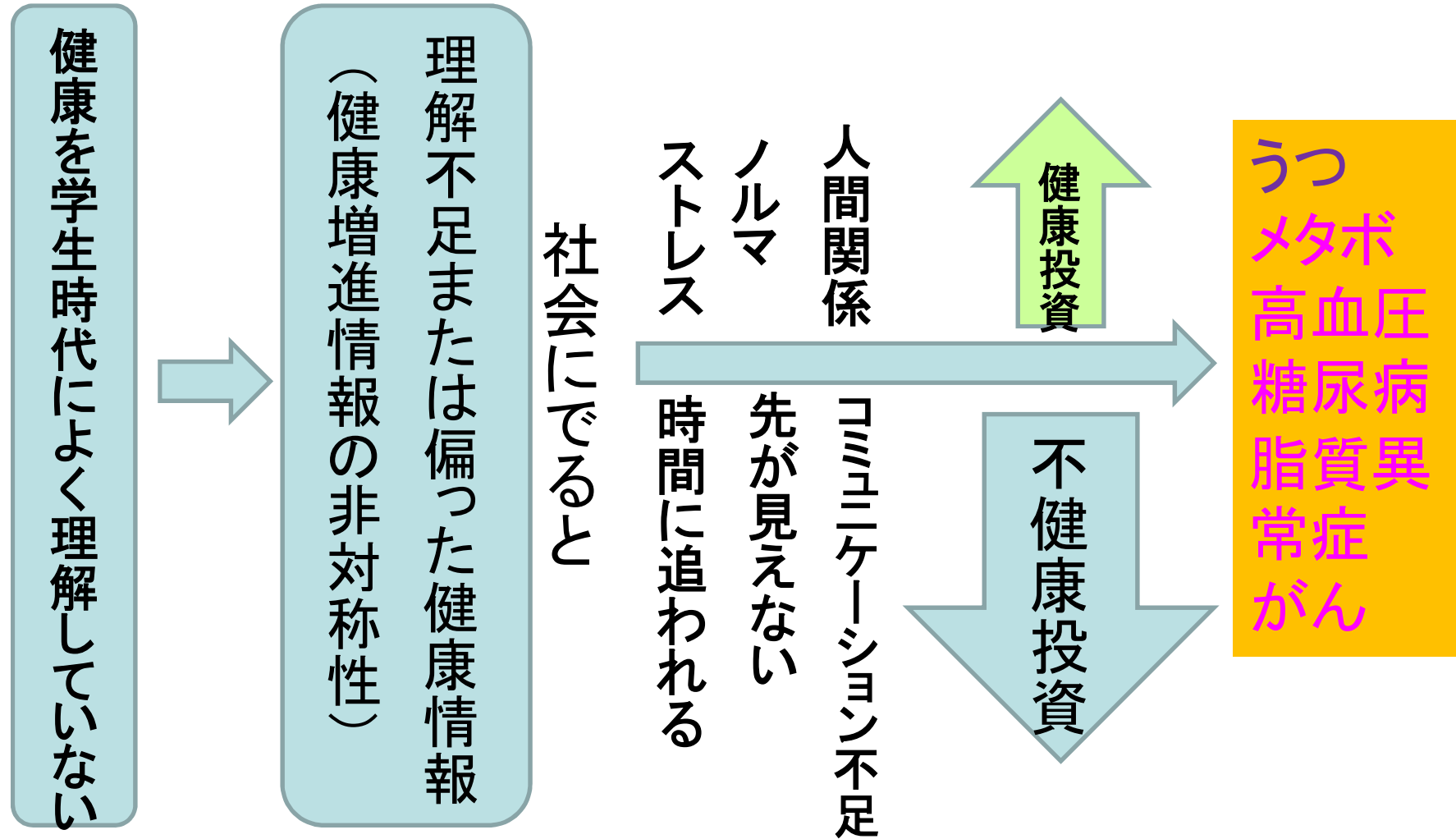
1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目ざすは最後まで自立



①従来の治療医学ベースの健康教室を行う前に、健康医学の視点からの健康づくり教室を、まず行う必要がある。

1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目ざすは最後まで自立

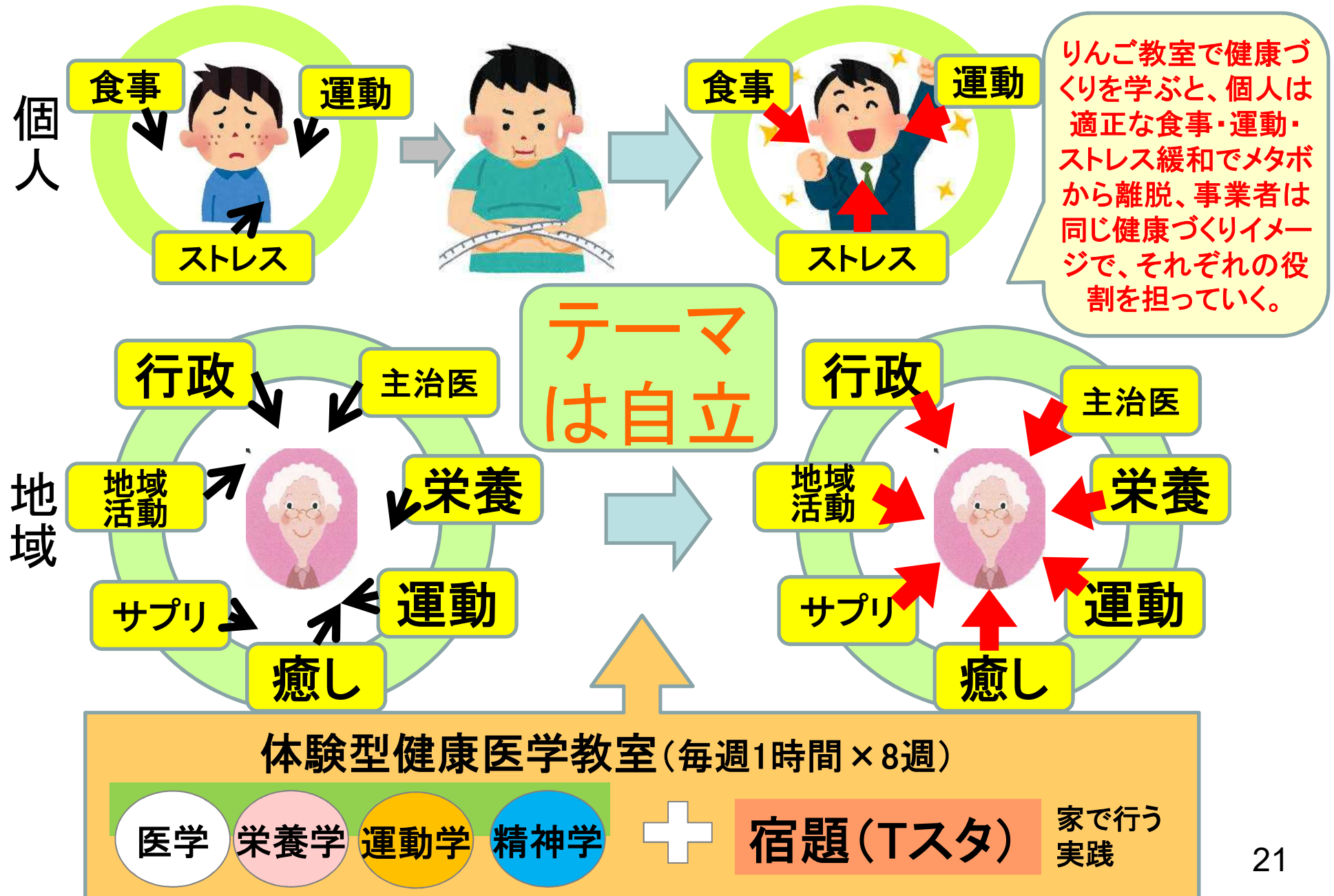
個人の課題:どうすれば健康でいられるか、良く理解していない



①個人対応の健診システムをつくっても、意識が変わらないと受診しない

②体験型健康医学教室で健康意識を高めると、個人が自立し、先手の予防ができる

1.体験型健康医学教室を創りだすまで:目ざすは最後まで自立



3.りんご教室をまちで展開すると



3.りんご教室をまちで展開する
と

日置市健康モデル都市プロジェクト

タイムスケジュール：高齢者は元気に、企業はサービス提供まで

4月

7月

10月

1月

H29年度

Aチーム4地区
(120人)

H30年度

Bチーム4地区
(120人)

企業30人

B:フォロー

A:フォロー

シンポジウム

Tバランス健康食のお店認定

H31年度

Cチーム4地区
(120人)

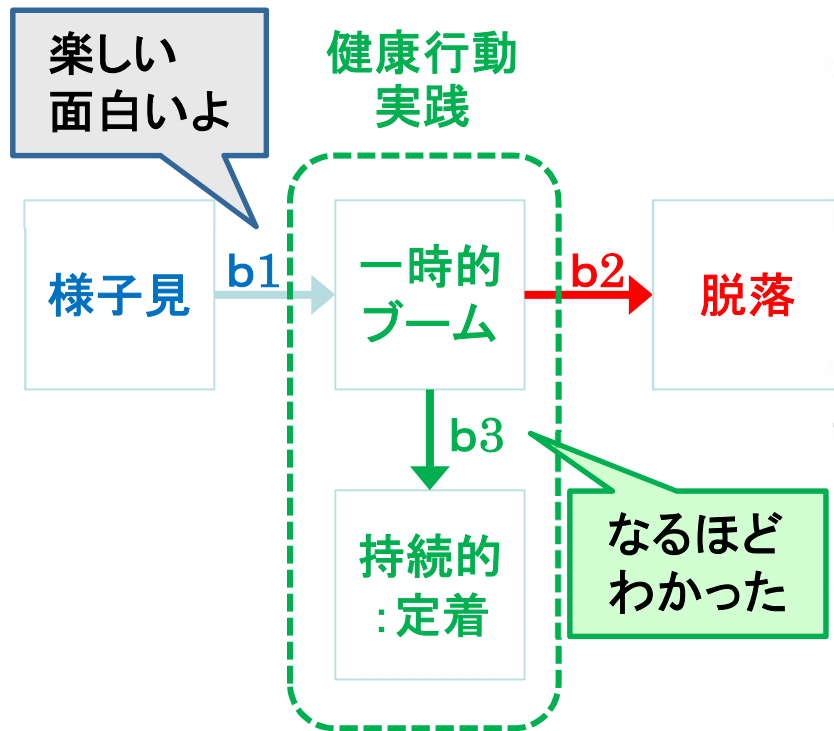
企業30人

子育て25人

Tバランス健康食のお店認定

人材育成(健康医学士)

日置市健康モデル都市プロジェクト



ブームモデルの模式図

3つのパラメーターの経験的範囲

熱しやすさ(**b1**): 平均 0.07

冷めやすさ(**b2**): 平均 0.09

定着しやすさ(**b3**): 平均 0.008

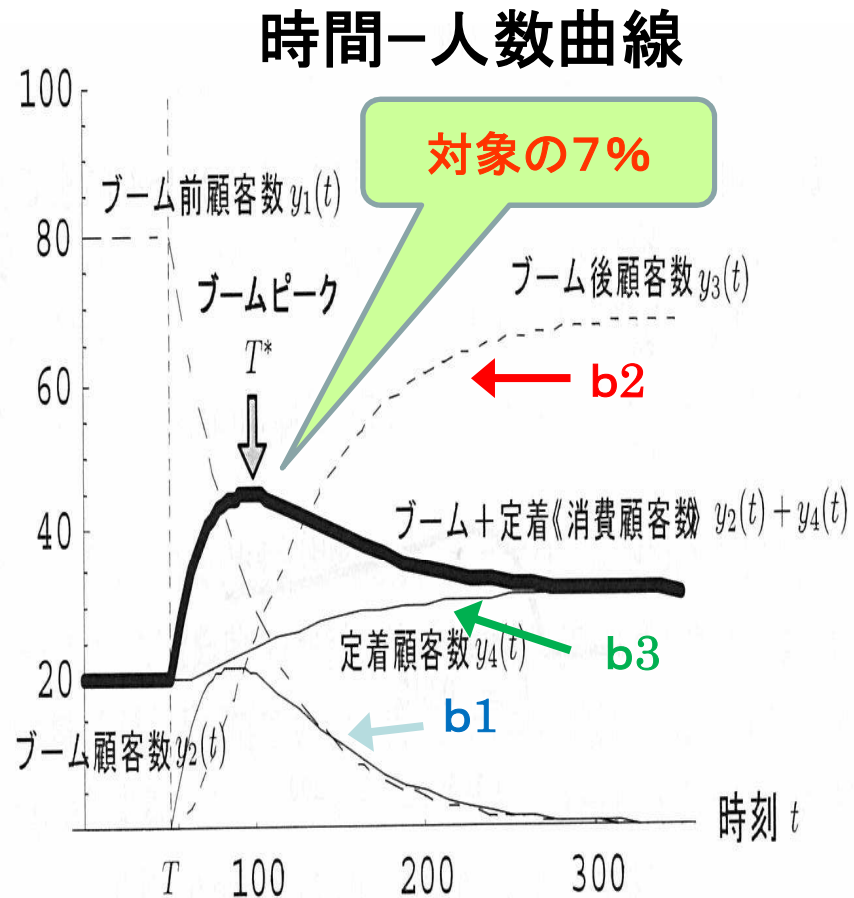


図2: ブームモデルの解例: $(S, k, T, b_1, b_2, b_3) = (100, 0.2, 50, 0.02, 0.03, 0.005)$

健康教育で健康ブームを興し、健康モデル都市を構築していく 24

日置市健康モデル都市プロジェクト

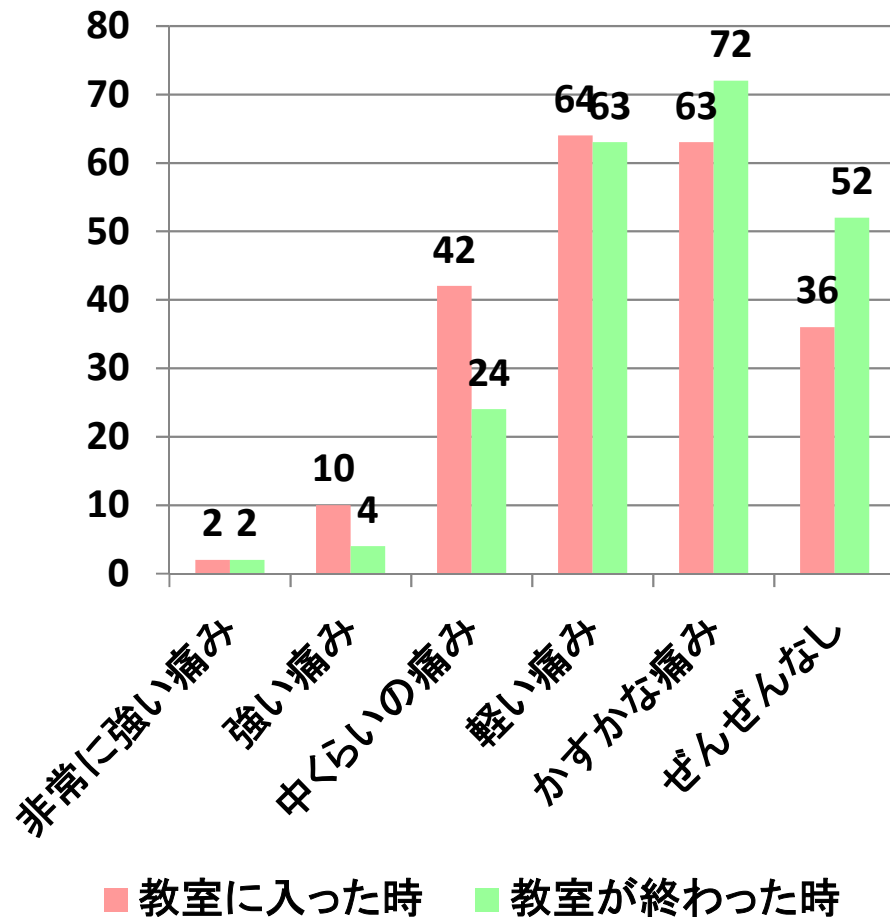
日置市年齢別人口 (H28年10月:4.9万人)				
年齢	60～64	65～69	70～74	75～79
総数	3,961	4,327	2,810	2,840
男	1,961	2,215	1,329	1,265
女	2,000	2,112	1,481	1,575
合計	8,288		5,650	

- ・黄色塗りのターゲット層3,793人の**60%**が、健康に興味のある潜在対象者で**3,356**人
- ・そのうちの**7%**は**235**人(= 30人×8教室:2年で可能)
 - 2年で**健康ブーム**と、医学教室の**教師人材**を育成
 - 3年目に**地域内展開**にのせる。
- ・60代: **8,288**人 × **1.97**万円/年 = **16,327**万円/年
- ・70代: **5,650**人 × **1.97**万円/年 = **11,130**万円/年

1主観:健康度評価:身体的・精神的健康度 2ポイント↑

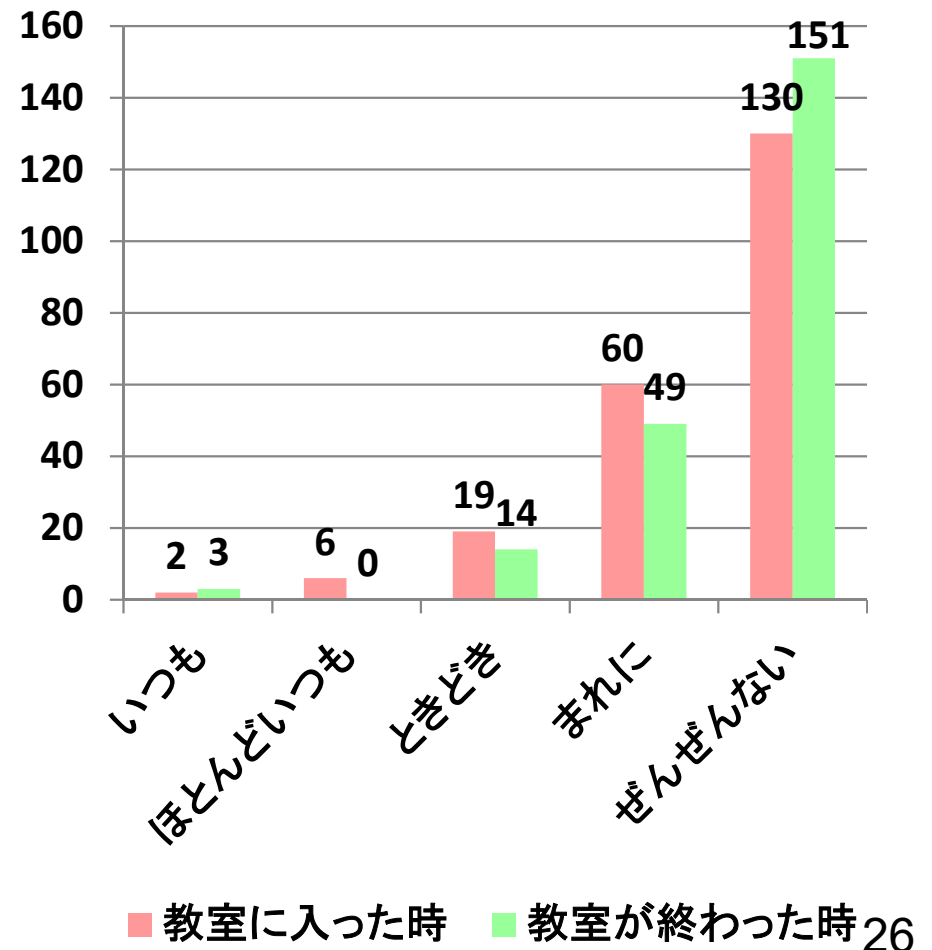
質問7:過去1か月、体の痛みを
どのくらい感じましたか？

Sperman順位相関 $n=217$, p 値 =
0.0027



質問9-3:過去1か月、気分が
おちこんでいましたか？

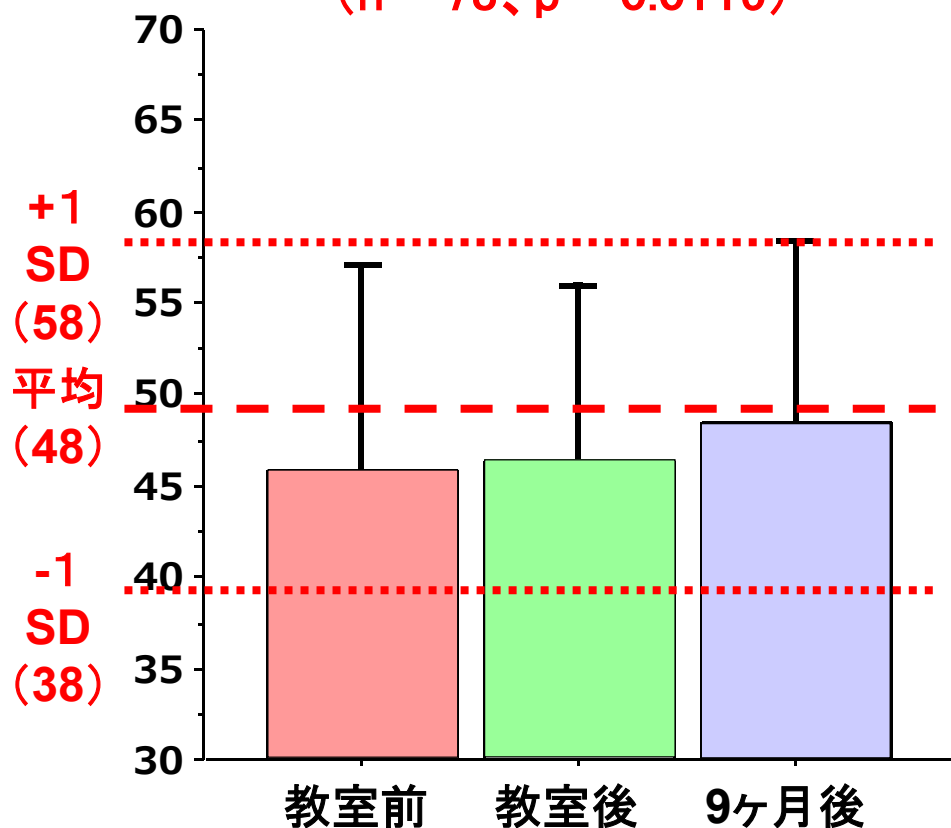
Sperman順位相関 $n=217$, p 値 =
0.0264



1主観:健康度評価:身体的・精神的健康度 2ポイント↑

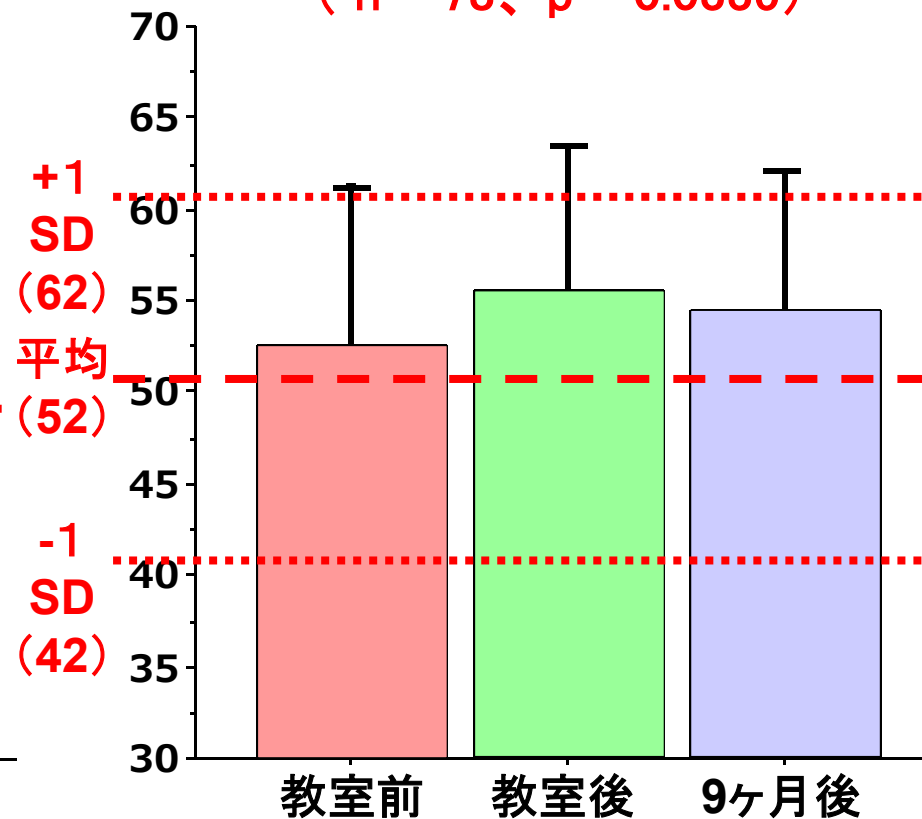
身体的健康度

45.9±11.2 → 48.4±9.9 ↑
(n = 78、p = 0.0115)



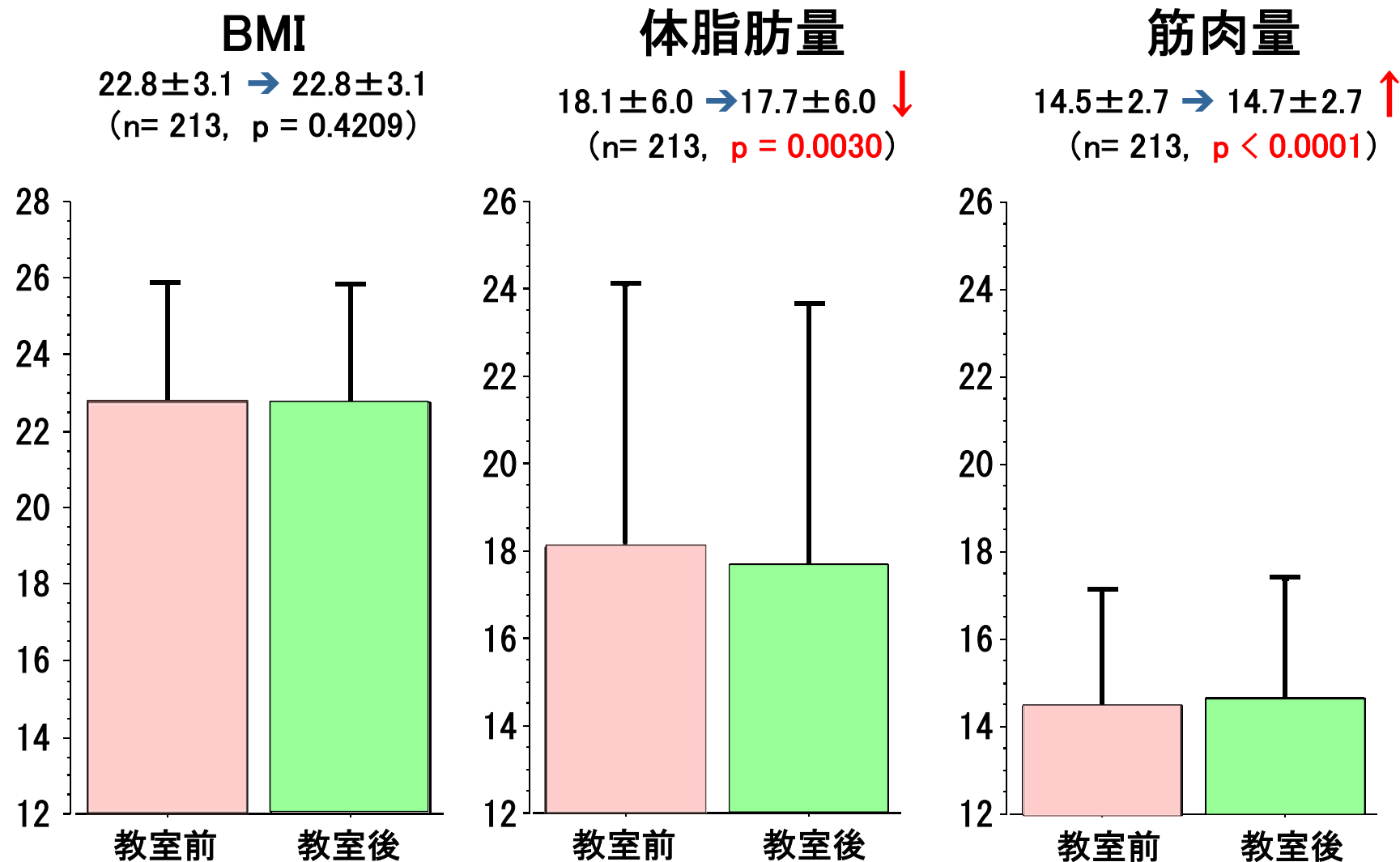
精神的健康度

52.6±8.8 → 54.4±7.6 ↑
(n = 78、p = 0.0335)



教室後は体も心も健康度が改善し、9ヶ月後も持続。(国民の平均50点、標準偏差10点で表示)

2客観：体組成・血液検査：メタボ離脱率10%以上



体重は変化ないが、2か月で体脂肪が400g減り、筋肉量が200g増え、より健康体へ

2客観：体組成・血液検査：メタボ離脱率10%以上

日置市(A+Bチーム)						
対象者	全受講生：総数230人 (男性36人・女性194人)			腹囲メタボ基準該当者：総数 (男性17人・女性58人)		
	教室前	教室後	p値	教室前	教室後	p値
	腹囲	84.8	83.6	<.0001	94.8	93.3
収縮期血圧	132	128	0.0033	133	131	0.2040
拡張期血圧	75	73	0.0042	76	74	0.4984
総蛋白	7.2	7.0	<.0001	7.2	7.1	<.0001
AST	24	23	0.0374	25	24	0.0046
ALT	19	18	0.0771	22	20	0.0017
LDH	204	206	0.0665	208	209	0.3984
chE	345	333	<.0001	359	352	0.0017
ALP	228	219	<.0001	232	228	0.4947
γGTP	26	24	0.0339	29	25	0.0004
中性脂肪	100	98	0.7498	109	105	0.7921
総コレステロール	214	210	<.0001	209	206	0.0139
HDL-C	65	64	0.0005	62	61	0.0294
LDL-C	129	127	0.0004	125	125	0.0544
nonHDL-C	149	146	0.0012	147	146	0.0540
血糖	98	95	0.1197	108	101	0.5569
HbA1C	5.6	5.6	0.0070	5.8	5.8	0.0400
尿素窒素	16	16	0.6101	16	16	0.5700
Cr	0.7	0.7	0.8083	0.7	0.7	0.9042
尿酸	4.8	4.8	0.9189	5.2	51.0	0.9150

腹囲が
-1.2cm

腹囲が
-1.5cm

血圧が
低下

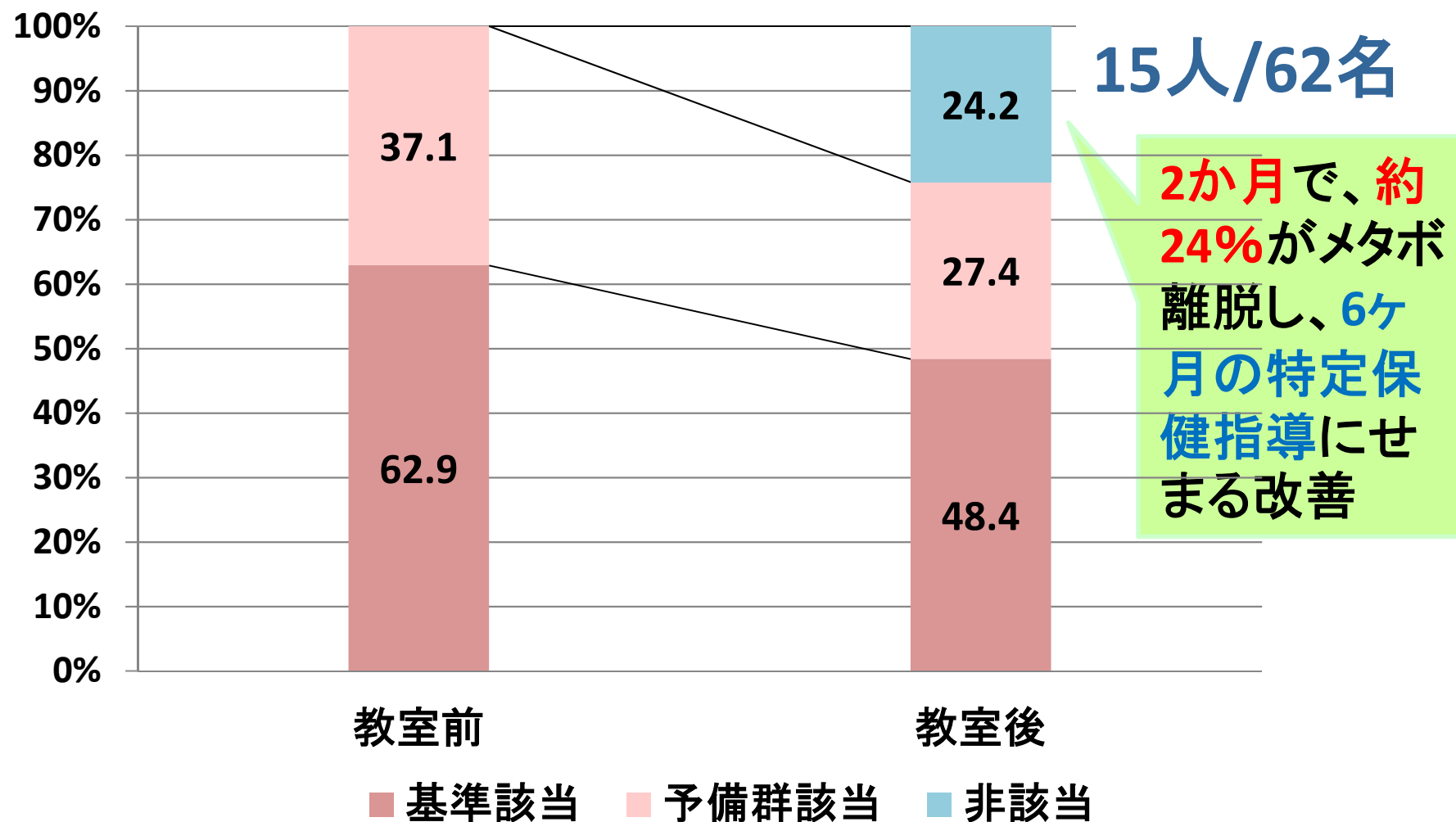
脂質が
改善

脂質が
改善傾向

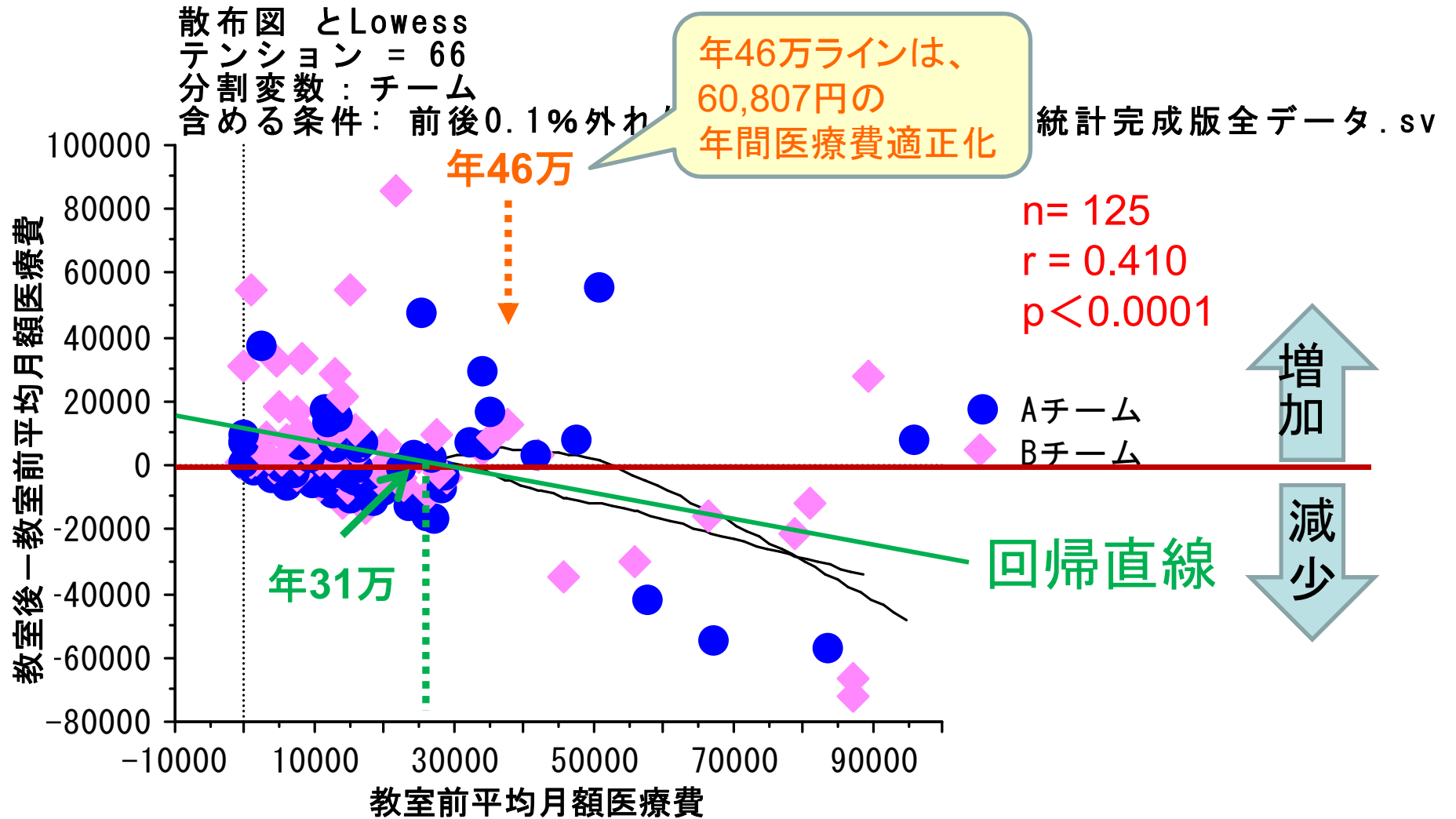
腹囲が減り、血圧も低下し、脂質が改善したので、血管の病気が減るかも 29

2客観：体組成・血液検査：メタボ離脱率10%以上

メタボ基準・予備群該当者(男:14, 女:48, n = 62)



教室前後の医療費増減と教室前平均月額医療費の関係 (外れ値除外) (日置市健康モデル都市プロジェクト事業評価の一部)



$$\text{教室後-教室前平均月額医療費} = 10,081 - 0.395 \times \text{教室前平均月額医療費} \quad (r^2=0.168)$$

教室前の医療費が高い人ほど、教室受講で医療費が減少する可能性あり 31

31.1.25 日置市健康シンポジウム

宇宙人たちがやってくる! 健康維新の始まりだ!!



産総研と共演

「日置市健康モデル都市プロジェクト」シンポジウム

健康を軸にした まちづくり・人づくり・ しごとづくり

平成31年

1 / 25 金

13:30～16:10

日置市東市来文化交流センター
こけけホール

鹿児島県日置市東市来
TEL.099-274-77

一橋大学も講演

PROGRAM プログラム

13:30～ **開会挨拶** 日置市長 宮路 高光 (みやじ たかみつ)

主催者代表挨拶

宇宙人 A 産業技術総合研究所 臨海副都心センター所長
産総研ヘルスケア・サービス効果計測コンソーシアム副会長
ストレスの研究者 吉田 康一 (よしだ やすかず)

来賓挨拶

九州経済産業局長 塩田 康一 (しおた こういち)

13:45～ **基調講演**

「健康は家計にも地方財政にも益なり」
一橋大学社会科学高等研究院 医療政策・経済研究センター長
佐藤 主光 (さとう もとひろ)

「みんなでつくる健康スーパーシティ」

産業技術総合研究所



佐藤 主光さん

31.1.25 日置市健康シンポジウム

会場満杯で
寝ている人が
いない

参加者
公式発表
650人



31.1.25 日置市健康シンポジウム

皆さん、資料片手に
最後まで聴講
視察してた
内閣官房もびっくり

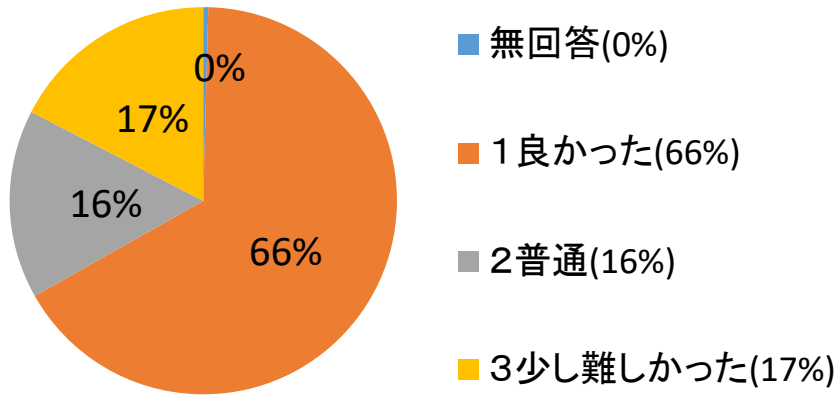


31.1.25 日置市健康シンポジウム:アンケート結果

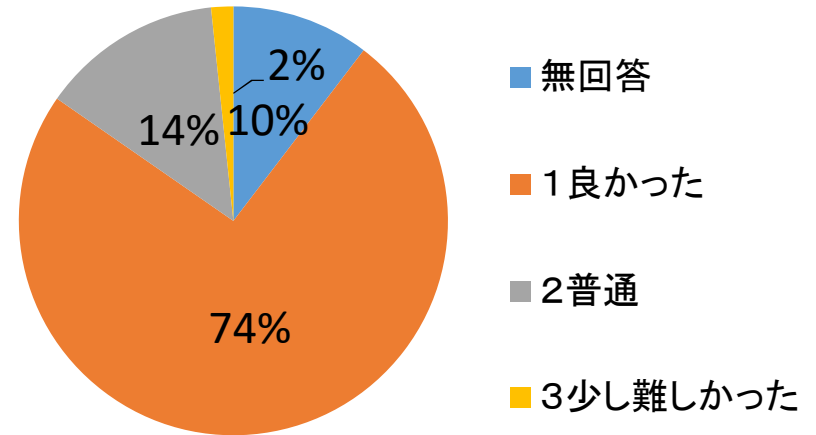
シンポジウムの参加者650人中、アンケート配布300人、回収できた241人（回収率80%）を集計

基調講演1

「健康は家計にも地方財政にも益なり」の結果

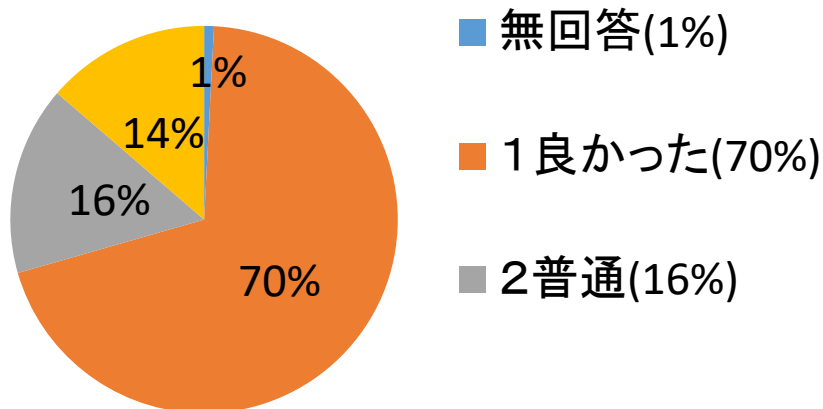


3. パネルディスカッションの結果



基調講演2

「みんなでつくる健康スーパーシティ」2の結果



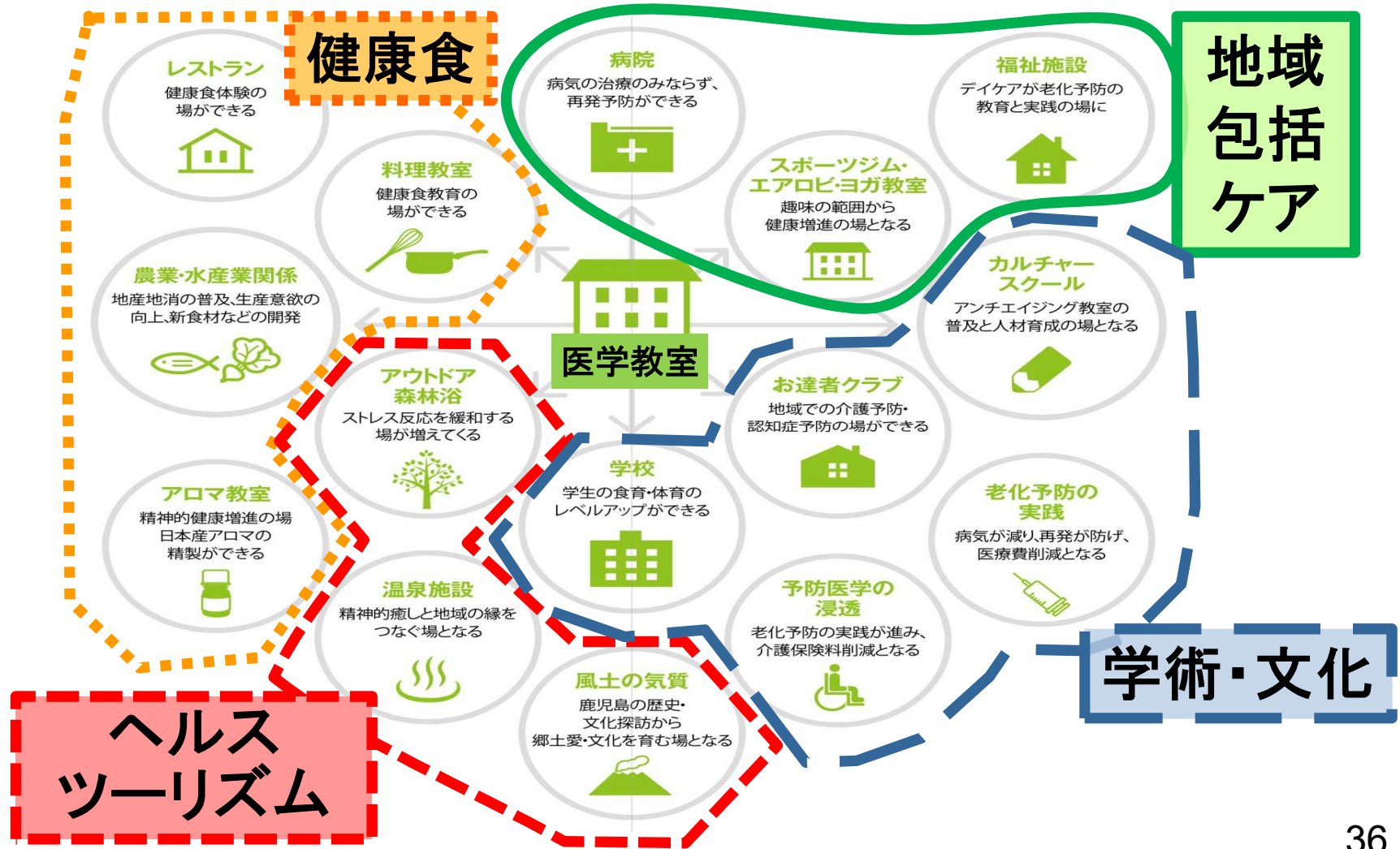
4. 印象に残ったキーワードの結果

項目	家計	地方財政	スーパーシティ	心理の研究	AI研究	血液タイプ分け	りんご教室	Tバラ	健康医学生	健康モデル都市	ヘルスツーリズム	回収数
実数	40	61	58	69	49	78	156	155	56	73	49	241
割合	17%	25%	24%	29%	20%	32%	65%	64%	23%	30%	20%	

アンケートのどの項目でも、70%が良かったの評価

3.りんご教室をまちで展開すると

健康医学が仕事・地域を活性化する



健康づくりを浸透させ、自身の人生を生ききるまちを構築しよう

3.りんご教室をまちで展開すると

体験型健康医学教室が地域包括ケアへ



管理栄養士

理学療法士

ケアマネージャー

看護師

介護福祉士

地域包括ケアに健康づくりを足すために、医療介護施設で人材育成

3.りんご教室をまちで展開すると

体験型健康医学教室がニューツーリズムへ

熟年夫婦が和やかな雰囲気です教室受講



夫婦でこれからの
人生を考える

なるほど



できる



おもしろい



自立

4. 今、取り組んでいること



4. 今、取り組んでいること

4.今、取り組んでいること

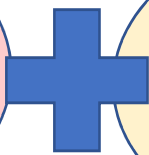
一般社団法人 日本健康医学士協会

健康医学士

マルチサポーター



栄養



運動



精神

医学

地方ほど、一人で何役もやれるマルチサポーターを必要としているし、費用対効果が大となる。

4.今、取り組んでいること

資格認定試験
受験者 22名



ジュニアから、教師人材までが受験

4. 今、取り組んでいること

横展開をスピードアップするために→遠隔りんご教室



4. 今、取り組んでいること

健康に目覚めた人をつくり
あなたの町を
健康モデル都市にしよう！

To me no worry

