

# 第2回 厚生労働大臣認定 健康増進施設 学術大会 プログラム・抄録集

2024年3月20日（水祝）  
10：00～17：00

会場 早稲田大学  
大隈記念講堂小講堂

提供：早稲田大学



公益財団法人  
日本健康スポーツ連盟

# 第2回 厚生労働大臣認定 健康増進施設 学術大会

**会 期**：2024年3月20日（水 祝日）

10：00～17：00

**会 場**：早稲田大学 大隈記念講堂小講堂

〒169-0071 東京都新宿区戸塚町1-104

**主 催**：公益財団法人 日本健康スポーツ連盟

**共 催**：一般財団法人 日本健康開発財団

早稲田大学スポーツ科学学術院

**後 援**：厚生労働省

スポーツ庁

公益社団法人日本医師会

日本運動疫学会



# プログラム

10:00~10:10 【開会挨拶】

公益財団法人日本健康スポーツ連盟 理事長 水嶋 章陽

10:10~10:40 【基調講演】

**健康寿命延伸に向けた厚生労働省における身体活動・運動分野の取組**

厚生労働省健康・生活衛生局 課長補佐 小田 琢也

座長：早稲田大学 スポーツ科学学術院 教授 澤田 亨

10:50~11:50 【教育講演Ⅰ】

**身体活動・運動を安全に行うためのポイント**

慶應義塾大学スポーツ医学研究センター 准教授 小熊 祐子

座長：帝京大学 医療技術学部 教授 佐藤真治

11:50~13:00 【休憩】

13:00~14:00 【教育講演Ⅱ】

**運動・スポーツ関連資源マップについて**

筑波大学スマートウエルネスシティ政策開発研究センター 研究員 長阪 裕子

座長：慶應義塾大学スポーツ医学研究センター 准教授 小熊 祐子

14:00~15:15 【シンポジウム～指定運動療法施設の取り組み～】

**民間クラブと医療連携について**

フィットネスクラブピノス洛西口 店長 前田 貴司

シミズ病院グループ 医療法人清仁会 経営企画部 渉外課係長 北園 高嶺

**運動療法処方箋の活用促進・医療機関と協力した地域の健康づくり**

株式会社 鈴良 スポーツクラブセイシン クラブ統括課長 山内 敬太

**指定運動療法施設の運営を通じて取り組む地域健康課題の解消**

医療法人社団和風会 メディカルフィットネス事業部 部長 神谷 具巳

15:15~15:30 休憩

15:30~16:10 【シンポジウム/パネルディスカッション】

16:15~16:40 【健康増進施設研究報告】

**厚生労働省大規模実証事業の結果報告**

早稲田大学 スポーツ科学学術院 教授 澤田 亨

座長：立教大学スポーツウエルネス学部 助教 黒澤 彩

16:40~16:55 【健康増進施設 貢献施設表彰】

16:55~17:00 【閉会挨拶】

一般財団法人日本健康開発財団 理事長 横山 弘

17:15~18:30 【懇親会】



## 健康寿命延伸に向けた厚生労働省における身体活動・運動分野の取組



厚生労働省健康・生活衛生局 課長補佐

小田 琢也 (おだ たくや)

我が国では、1978年から「第1次国民健康づくり運動」、1988年からは「第2次国民健康づくり運動」が実施された。その後、2000年からは生活習慣病の一次予防を重視した「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」を策定し、2013年には「健康日本21（第二次）」へ進展させ、2024年4月より「健康日本21（第三次）」が開始となる。

「健康日本21（第二次）」では、身体活動・運動分野について、1日の歩数及び運動習慣者の割合の目標値を設定し、取組を進めてきた。しかし、昨年度の最終評価において、歩数・運動習慣者の割合は、横ばいまたは減少傾向と評価され、今後とも引き続き身体活動・運動の意義や重要性を広く国民に周知啓発しつつ、健康づくりの取組を進めていく必要がある。

こうした状況を踏まえ、「健康日本21（第三次）」においては、引き続き、1日の歩数及び運動習慣者の割合を目標に設定するとともに、関係省庁と連携し、こどもの運動習慣や環境整備に関する目標を設定し、取組を進めていく予定である。また、「健康づくりのための身体活動基準2013」についても最新のエビデンス等に基づき改訂を行い、これらも活用しつつ、さらなる国民の健康づくりの取組を推進する。

### ■ 略 歴

厚生労働省健康局健康課課長補佐（人事交流、医系技官）/日本整形外科専門医  
九州大学整形外科教室所属。関連病院にて、整形外科の臨床を学び、日本整形外科専門医を取得の後、人事交流で現職となる。

2016年3月 九州大学 医学部 医学科卒業  
2018年3月 九州労災病院 初期臨床研修修了  
2018年4月 総合せき損センター 整形外科  
2019年4月 広島赤十字・原爆病院 整形外科  
2020年4月 九州大学 救命救急センター  
2020年10月 九州大学病院 整形外科  
2021年4月 九州医療センター 整形外科  
2022年4月～ 厚生労働省 健康局 健康課 :人事交流制度（現職）



座長：澤田 亨 (さわだ すずむ)

早稲田大学 スポーツ科学学術院 教授

## 身体活動・運動を安全に行うためのポイント



慶應義塾大学スポーツ医学研究センター 准教授

小熊 祐子 (おぐま ゆうこ)

超高齢社会、慢性疾患で通院する人は少なくない。65歳以上の高齢者では約7割の方がなんらか通院している（2022年度国民生活基礎調査より）。潜在的に疾患をもっていたり、放置している人も含めるとさらにその数は増加する。

安全・安心にスポーツ・運動・身体活動を楽しむためには、自身の状況を知り（健康診断を定期的に受ける、疾患がある場合はコントロールする、体調管理をする）、状況にあわせて徐々にすすめていくことが重要である。

2024年1月に厚生労働省より公表された「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」

([https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/undou/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/undou/index.html)) には、患者や健診受診者などに運動や身体活動を推奨・指導する立場の人向けに、INFORMATION3「慢性疾患を有する人の身体活動のポイント（高血圧、2型糖尿病、脂質異常症、変形性膝関節症）」、INFORMATION4「身体活動・運動を安全に行うためのポイント」が示されている。厚生労働科学研究の分担班として、その案を作成した経緯を踏まえ、これらINFORMATIONの解説、ならびに、使用法について、お伝えし、現場での活用法について、考えていきたい。

### ■ 略 歴

1991年3月 慶應義塾大学医学部卒業 (1999年博士(医学)取得)

2002年6月 ハーバード大学公衆衛生大学院修了 (MPH取得)

1991年5月 慶應義塾大学医学部内科学教室入局

1999年6月 慶應義塾大学スポーツ医学研究センター助手

2005年4月 慶應義塾大学スポーツ医学研究センター・大学院健康マネジメント研究科助教授

2007年より同准教授、現在に至る



座長：佐藤 真治 (さとう しんじ)

帝京大学 医療技術学部 教授

平成1年3月東邦大学理学部生物学科卒業。平成14年10月東邦大学大学院医学研究科

医学博士号授与。平成27年4月大阪産業大学 人間環境学部 スポーツ健康学科 教授。

平成29年4月スポーツ健康学部 スポーツ健康学科 教授。平成31年4月帝京平成大学 健康

メディカル学部 理学療法科 教授。令和3年4月より帝京大学 医療技術学部 スポーツ医療学

科 教授、現在に至る。その他、日本心臓リハビリテーション学会 評議員、日本体力医学会 評議

委員、Exercise is Medicine (アメリカスポーツ医学会)・日本支部 理事、厚生労働省科学研究費補助金研究協力者等を歴任。

## 運動・スポーツ関連資源マップについて



筑波大学スマートウェルネスシティ政策開発研究センター 研究員  
長阪 裕子（ながさか ゆうこ）

運動をする際に何らかの制限や配慮が必要な有患者や高齢者等を含め、誰もが身近な地域で安心して安全かつ効果的な運動を楽しむためには、運動実施者に適した運動・スポーツの環境や指導者をマッチングすることが要となる。そこで、日本医師会は医師が安心して患者等に運動（療法）を勧められるよう、そのマッチングのツールとして「運動・スポーツ関連資源マップ（以下、マップとする。）」を推奨している。このマップは、健康づくりのための運動・スポーツに関連する情報、具体的には運動・スポーツの環境や指導者等のハードとソフトの情報を統合して、見える化（マップ化）するものである。さらには、このマップづくりを通じて地域の多職種連携を推進すること、「域内の運動・スポーツを通じた健康づくりに関わる人々の顔の見える関係づくり」を目的とするものである。

ここでは、このマップづくりの経緯と、医師が運動・スポーツの場に求めていること、実際にマップ作成及び試行した事例をとおしてわかったことについて概説し、マップにおける健康増進施設の位置づけや役割、可能性について考える。

### ■ 略 歴

長年、健康運動指導士として糖尿病専門クリニックにて運動療法を中心とした療養指導に携わる。

その後、大学教員を経て、2018年にスポーツ庁健康スポーツ課健康・体力づくり係長に着任。

スポーツ庁では成人から高齢者のスポーツを通じた健康づくり施策や地方公共団体における取組支援、スポーツと医療の連携施策など、幅広く国民の健康・体力づくり施策を担当。5年間の任期を満了し、この4月より現職に至る。



座長：小熊 祐子（おぐま ゆうこ）

慶應義塾大学スポーツ医学研究センター 准教授

## 民間クラブと医療連携について



フィットネスクラブピノス 洛西口 店長

前田 貴司 (まえだ たかし)

シミズ病院グループ 医療法人清仁会 経営企画部 渉外課係長

北園 高嶺 (きたその たかね)

民間の総合型スポーツクラブと地域医療との連携で指定運動療法施設認定初年度に55名の方が申し込まれました。日本健康スポーツ連盟が開催される学術会議や健康増進施設セミナーなどに参加させていただいた時に、民間スポーツジムと医療との連携の難しさを発言される方が多く、その点に課題がある現状を知りました。当クラブでは、医療との連携がスムーズに進み、現在、6医療施設と連携をしています。ただ、民間クラブだけでは達成できていなかったと確信しています。その背景には、地域の医療や医師の人となり把握されている地域連携室の職員の皆さまとの出会いがあり、そのご縁で地域の医療機関との連携を達成できました。ただ、そこには一筋縄ではいかない、医師との戦いもあり正式な契約までに約3年（コロナ禍という状況もあり）かかりました。民間クラブが指定運動療法施設の認定に必要な健康スポーツ医が所属する医療機関との契約までのポイントと地域医療との連携のポイントをお伝えできればと考えています。これから指定運動療法施設の認定をお考えの民間スポーツクラブの皆さまのお役に立てることができれば嬉しいです。

### ■略歴（前田 貴司）

1996年 ピノス開業と同時に新入社員として入社  
2002年 健康運動指導士の資格取得  
2010年から現在まで店長として勤務、28年間同じ施設で勤務

### ■略歴（北園 高嶺）

2011年 シミズ病院グループ入社  
2015年 シミズ病院の地域連携室  
2019年 洛西ニュータウン病院の地域連携室  
2020年 シミズ病院グループの経営企画室渉外課

## 運動療法処方箋の活用促進・医療機関と協力した地域の健康づくり



株式会社 鈴良 スポーツクラブセイシン クラブ統括課長  
山内 敬太 (やまうち けいた)

スポーツクラブセイシンは長年、健康増進施設および指定運動療法施設として、静岡市で総合型フィットネスクラブを運営して参りました。

2年前まで、運動療法処方箋の提出者は毎年5・6名でしたが、一昨年の12月から本制度の活用方法についての説明会をクラブ内で開催するようになったところ、約80名の方が運動療法処方箋を提出して下さるようになりました。

また、そのことをきっかけに、運動療法処方箋を発行して下さった医療機関にアンケートを実施し、同意していただける医療機関のみ、クラブの会員に対して運動療法処方箋発行実績のある医療機関として紹介をしました。

運動療法を当クラブで実践していただいている期間中の医療機関との情報交換や、運動療法処方箋の記載内容についての確認など、多くの課題も生じましたが、一部の医療機関とは患者の健康維持増進について社会的処方という観点から一緒に取り組むようになり、クラブの会員に対して医療サービスの提供をしていただく提携関係を築くなど、お互いにメリットのある形で地域の健康づくりに貢献できるようにもなりました。

ここまでの流れとその詳細についてお話をさせていただきたいと思います。

### ■ 略 歴

2008年 株式会社 鈴良 入社

スポーツクラブセイシン千代田でジムインストラクター、キッズスクールのコーチとして勤務

スポーツクラブセイシン千代田のクラブ主任、支配人を経て、クラブ統括課長に就任。現在に至る。

## 指定運動療法施設の運営を通じて取り組む地域健康課題の解消



医療法人社団和風会 メディカルフィットネス事業部 部長

神谷 具巳 (かんたにともみ)

現在我々が運営しているメディカルフィットネスの施設のうち2施設で健康増進施設・指定運動療法施設の認定を受けている。その中で感じる健康増進施設の運営に関する課題や今後の取り組みについて、医療連携や医療費控除の枠組み、また地域の健康課題解消の観点から取り組んでいる現場運営事例を紹介する。

医療機関との連携の在り方や形は、基本ルールを踏襲したうえで各現場における最適解を探す必要がある。本稿では、医療と健康増進がどのようにして連携することが良いのかについて、現状の課題を含めて考えてみたい。

医療費控除の制度は、活用することで利用者の負担を軽減でき運動療法の実施と継続に際して経済的なメリットはあるが、その認知度は高くないと感じるため、各現場での正しい情報提供や普及啓発活動が必要と考える。運動療法の実践において、医療との連携の中で現場ではどのような知識や技術を身につけ、会員様の課題を解決していく必要があるのかについてもこれまでの経験から考えてみたい。

健康増進施設の運営による地域健康課題に取り組むためには、医療機関との密接な連携は大きな価値を生む可能性を秘める。これらのことを踏まえ、医療法人社団和風会が取り組むメディカルフィットネスの特徴を含めてご紹介する。

### ■略歴

株式会社スポーツクラブトリム (平成11年～)

医療法人社団和風会 (平成13年～)

平成23年 メディカルフィットネスクラブ武蔵境支配人 (メディカルフィットネスセンタープラム所長兼務)

平成28年 メディカルフィットネス事業部部長

令和2年 一般社団法人日本身体管理学協会 理事

### 【役職・役員等】

医療法人社団和風会 メディカルフィットネス事業部 部長

日本血管血流学会 監事

第44回日本運動療法学会運営事務局

一般社団法人 日本身体管理学協会 理事・事務局長

## 厚生労働省大規模実証事業の結果報告



早稲田大学 スポーツ科学学術院 教授

澤田 亨 (さわだ すすむ)

フィットネスセンターあるいはスポーツクラブと呼ばれる施設は、健康な人や心血管疾患リスクのある人に体系的で安全かつ効果的な運動プログラムを提供する施設です。このような施設が社会に普及すれば、多くの人に効果的な身体活動の機会を提供でき、公衆衛生上のメリットが期待できます。厚生労働省は国民の健康づくりを推進するため、1988年に健康増進施設認定制度を創設しました。この制度は健康増進のための有酸素運動を安全かつ適切に行うことのできる施設を認定するとともに、医療費控除制度によって利用者や施設に生活習慣病の予防や重症化予防に対するインセンティブを与えて、国民の健康づくりを推進することを目標としています。

2020年に厚生労働省はこの制度をより有効に機能させるため「標準的な運動プログラム」を作成しました。しかしながら「標準的な運動プログラム」の効果や医療費に及ぼす影響をリアルワールドで検証した研究は存在していません。そこで厚生労働省は標準的な運動プログラムの効果を確認するための大規模実証事業を実施しました。本講演では、この事業における研究結果を報告させていただきます。

### ■ 略 歴

- 1983年3月福岡大学体育学部卒
- 1985年3月順天堂大学大学院体育学研究科修了
- 1985年4月から東京ガス株式会社人事部で社員の健康づくりを担当
- 1999年に博士（医学）を取得（順天堂大学）
- 2012年7月から国立健康・栄養研究所身体活動研究部に所属
- 2018年4月から早稲田大学スポーツ科学学術院に所属。専門分野はスポーツ疫学

座長：黒澤 彩 (くろさわ さやか)

立教大学スポーツウエルネス学部 助教

- 2013年 早稲田大学スポーツ科学部スポーツ医科学科 卒業
- 2015年 国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所 国立健康・栄養研究所 研修生
- 2017年 早稲田大学大学院スポーツ科学研究科 修士（スポーツ科学）
- 2020年 早稲田大学スポーツ科学研究センター 研究助手
- 2020年 早稲田大学総合研究機構 アクティブ・エイジング研究所 研究助手
- 2021年 早稲田大学大学院スポーツ科学研究科 博士（スポーツ科学）
- 2023年 立教大学 スポーツウエルネス学部 助教（現職）



厚生労働大臣認定 健康増進施設、指定運動療法施設の詳細、  
概要書類のダウンロードは左記のQRコードからお願い致します。