

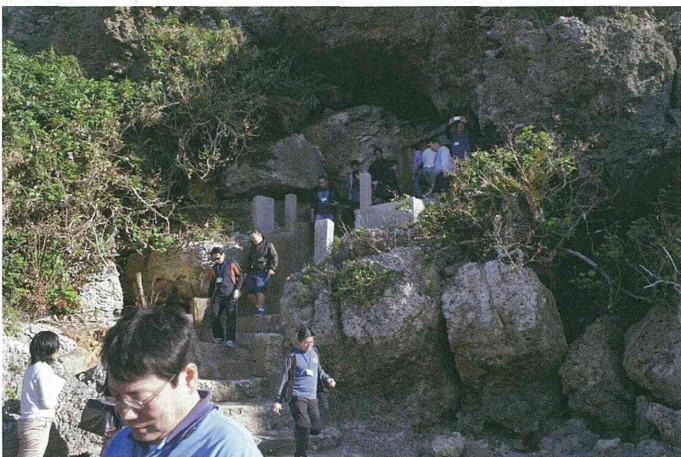
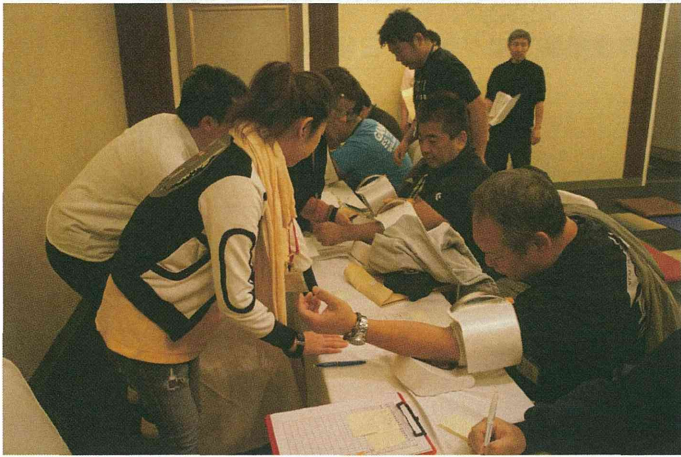
「沖縄における宿泊型の新たな保健指導プログラム」日程表

	初日	2日目	3日目	最終日	
沖縄在住者対象	12/5(金)	12/6(土)	12/7(日)	12/8(月)	
首都圏在住者対象	12/12(金)	12/13(土)	12/14(日)	12/15(月)	
プログラム内容	【沖縄在住者】 各自ホテルに集合	ウェルネスプログラム			【沖縄在住者】 ホテルにて解散
		海浜朝ヨガ体験(インストラクター付)			
		朝食			
		保健指導運動プログラム		特定保健指導基礎プログラム(後半)	
		沖縄アクアエクササイズ 体力検査/タラソアクアプログラム/アクア リラクゼーション等 <かりゆしカンナタラソラグーナ> 沖縄県国頭郡宜野座村漢那1817	沖縄アクアエクササイズ タラソアクアプログラム/アクアリラク ゼーション等 <かりゆしカンナタラソラグーナ> 沖縄県国頭郡宜野座村漢那1817	保健師講義(目標修正)/グループセッション/グループプレゼンテーション/事後フォローガイダンス/医療職等の個別相談等	
	夕食(各自)	保健指導栄養プログラム		夕食(各自)	
	オリエンテーション	沖縄伝承食材の実食体験・栄養食事指導 食習慣問診/食行動ステージ把握/沖縄島食 材実食(昼食)/栄養食事講義等 <がらまんじゃく> 沖縄県国頭郡金武町字金武10507-4		沖縄伝承食材の調理体験・栄養食事指導 調理実習・実食(昼食)/栄養食事講義/ グループワーク等 <金武町総合保健福祉センター調理室> 沖縄県国頭郡金武町字金武1842	
	特定保健指導基礎プログラム(前半)	ウェルネスプログラム		【首都圏在住者】 航空機にて帰京 JL922便 那覇発18:40-羽田着20: 50 羽田着後、解散	
	アイスブレイク/保健師基礎講座(特定保健指導)/グループセッション/グループプレゼンテーション/医療職等の個別相談等	沖縄伝統ハーリー体験(ボート漕ぎ)			
		島めぐりスピリチュアルツアー			
	夕食				
	ウェルネスプログラム(睡眠状態測定体験)				
メイン会場・宿泊先	恩納村 沖縄かりゆしビーチリゾート・オーシャンスパ 〒904-0401 沖縄県国頭郡恩納村名嘉真ヤシ原2591-1 TEL:098-967-8731 http://www.kariyushi.co.jp				

プログラム構成のポイント(沖縄における宿泊型の新たな保健指導プログラム検証から)

- “トータルコーディネーター”の存在
 - ヘルスツーリズム、健康医療と観光の両面、とりわけ産業面を熟知した人材
 - 地域の特色ある資源(自然、食、文化、人など)を「保健指導資源」にアレンジできる人材
 - 効果を持たせる滞在全体プログラムの構成力
 - 敢えて宿泊(転地、旅行)することの意味づけ(効果性、事業性)
- 発地と宿泊先の密な連携
 - 発地医療スタッフと宿泊先医療スタッフ(医-医連携) プログラム共有、参加者情報共有
 - 医療スタッフと観光スタッフ(医-観光連携)
- 現地の医療の存在
 - 現地の特定保健指導チーム(経験者)の存在
 - 現地の専門医(日医健康スポーツ医)との連携
- 意欲ある宿泊施設の存在
 - 宿泊環境の整備対応 ←マニュアル遵守
 - 食の調整対応 ←マニュアル遵守

* 個人材養成の必要性、个施設認証等の必要性
* 事業化に向けては「2泊3日」が現実的か



観光と健康増進の融合プログラム！

糖尿病予防に向けた スマートライフステイ（宿泊型保健指導） について

Benefit one
Health care

株式会社 ベネフィットワン・ヘルスケア



事業の概要

平成26年度健康寿命延伸産業創出推進事業

スマートライフステイ(宿泊型保健指導)を通じた糖尿病予防効果及び労働生産性改善の検証

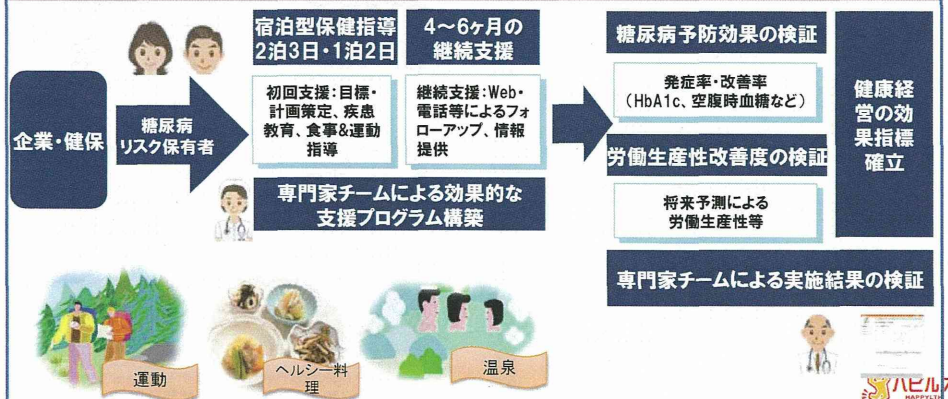
代表団体:株式会社ベネフィットワン・ヘルスケア
参加団体:株式会社ウェルビー、株式会社ベネフィットワン

監修:あいち健康の森健康科学総合センター
センター長 津下 一代先生

事業概要

目的 糖尿病のリスク保有者に宿泊型保健指導&継続支援を行い効果検証を実施。
内容 ① 1泊2日若しくは2泊3日での宿泊研修にて、教育研修と行動目標を設定。
② 研修後の継続支援として、電話及びWebによるフォローアップを実施。

事業全体図



健康づくりをふまえた観光体験(抜粋)

湯河原

【2日目】伊豆半島ジオパーク散策
 【3日目】湯河原散策 ガイドによる散策ツアー
 町立湯河原美術館/万葉公園/
 西村京太郎記念館等



淡路島

【2日目】のじまスコーラ
 チャレンジファームにて
 農作物収穫体験
 【3日目】温泉入浴：美湯松帆の郷



玉造

【2日目】ノルディックウォーキング
 玉造温泉⇒出雲大社
 【3日目】松江散策：松江城/宍道湖しじみ館/
 島根県立美術館



5

スマート・ライフ・ステイ参加者の概要(問診票より)

■性別・年齢・単位(人)

	男性	女性	合計
40歳未満	3 (0)	0 (0)	3 (0)
40歳代	36 (8)	4 (2)	40 (10)
50歳代	56 (21)	14 (3)	70 (24)
60歳代	15 (3)	4 (1)	19 (4)
合計	110 (32)	22 (6)	132 (38)

↑最大

67歳

↓最小

37歳

↔平均

53.1歳

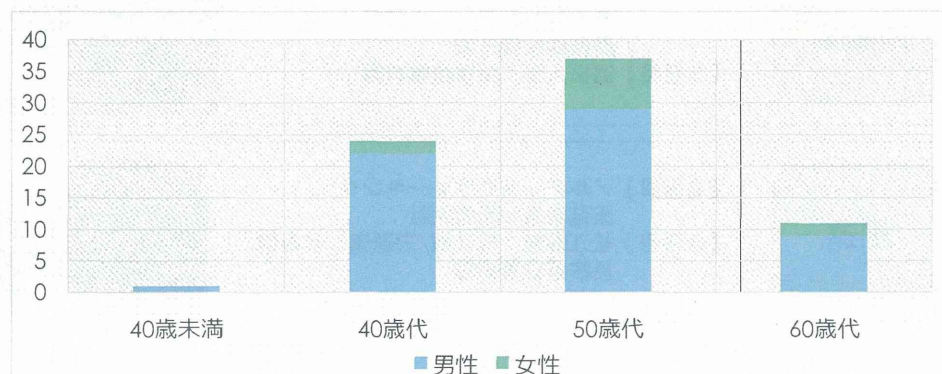


スマート・ライフ・ステイ参加者の概要(問診票より)

■参加者における糖尿病治療者の割合



■糖尿病治療中の参加者内訳(性別・年齢)



Copyright © 2014 Benefit one Health care Inc. All Rights Reserved.

Confidential 10

スマート・ライフ・ステイ参加者の概要(問診票より)

■糖尿病治療中の参加者の治療内容の内訳

治療法	食事・運動療法	内服薬	インスリン	未回答	合計
人数	19	34	5	15	73
割合	26.0%	46.6%	6.8%	20.5%	100.0%

■合併症の有無

合併症	なし	神経障害	網膜症	腎臓病	わからない	未記入	合計
人数	35	0	2	0	9	27	73
割合	47.9%	0.0%	2.7%	0.0%	12.3%	37.0%	100.0%

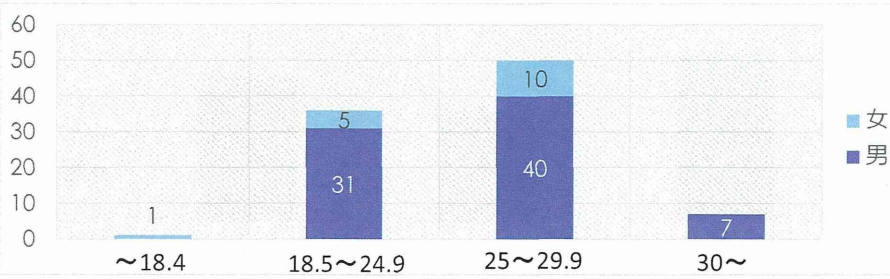


Copyright © 2014 Benefit one Health care Inc. All Rights Reserved.

Confidential 11

スマート・ライフ・ステイ参加者の概要(初回支援時の状況)

■BMI:単位(人)



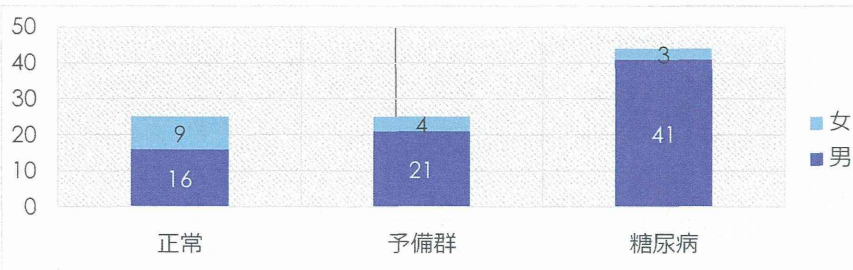
	40歳未満	40歳代	50歳代	60歳代	合計
~18.4	0	0	1	0	1
18.5~24.9	1	14	27	8	50
25~29.9	2	12	15	7	36
30~	0	4	3	0	7
合計	3	30	46	15	94

↑最大 37.7 (男性) ↓最小 17.0 (女性)



スマート・ライフ・ステイ参加者の概要(初回支援時の状況)

■HbA1c:単位(人)



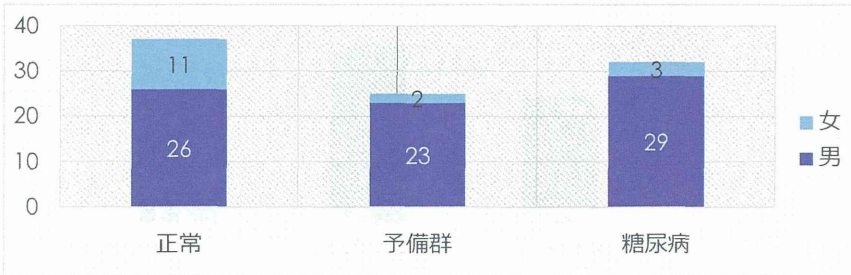
	40歳未満	40歳代	50歳代	60歳代	合計
正常	3	8	11	3	25
予備群	0	7	13	5	25
糖尿病	0	15	22	7	44
合計	3	30	46	15	94

↑最大 9.7 ↓最小 5.1



スマート・ライフ・ステイ参加者の概要(初回支援時の状況)

■空腹時血糖:単位(人)



	40歳未満	40歳代	50歳代	60歳代	合計
正常	3	11	18	5	37
予備群	0	9	13	3	25
糖尿病	0	10	15	7	32
合計	3	30	46	15	94

↑最大 229 ↓最小 86



スマート・ライフ・ステイ参加者の概要(問診票より)

■参加動機(複数回答)

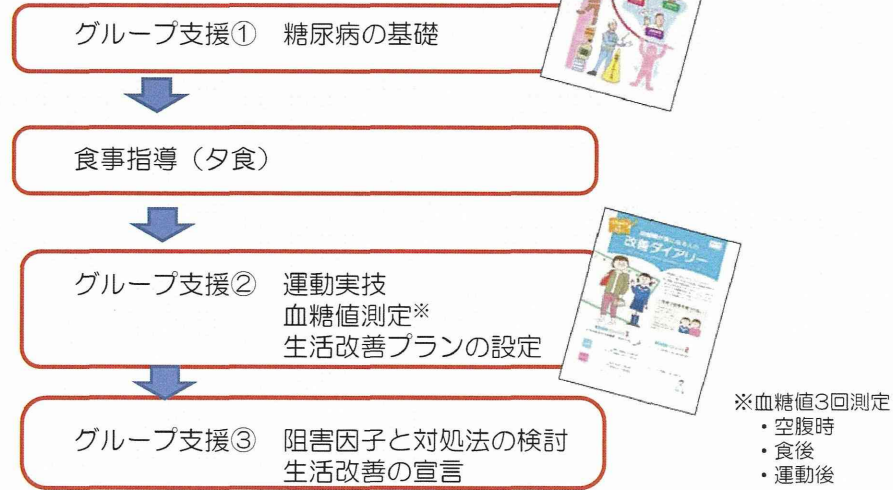
	管理栄養士の指導を受けるため	無料だから	旅行・観光に行きたかったから	家/職場から近いから	専用の記録アプリケーションがあるから	職場の方に勧められたから	会社命令
人数	35	49	24	0	0	26	21
回答率	18%	25%	12%	0%	0%	13%	11%

	仕事が休みだから	仕事で公休を取れたから	有給が取得できたから	会社の福利厚生の一環	その他	合計
人数	0	6	9	25	0	195
回答率	0%	3%	5%	13%	0%	100%



スマート・ライフ・ステイ初回支援の概要

■初回支援の構成



スマート・ライフ・ステイ初回支援の概要

■宿泊スケジュール(1泊2日)

【1日目】		【2日目】	
10:30~11:30	オリエンテーション	~7:00	計測
11:30~12:30	昼食	7:00~8:30	朝食
12:30~14:00	グループ支援①	8:30~11:30	グループ支援② (含む、運動指導)
14:00~18:00	アクティビティ	11:30~12:00	フリータイム ※個人面談対応
18:00~19:00	フリータイム ※個人面談対応	12:00~13:00	昼食
19:00~20:30	夕食	13:00~14:30	グループ支援③
20:30~	フリータイム	14:30~	解散



スマート・ライフ・ステイ初回支援の概要

■宿泊スケジュール(2泊3日例)

【1日目】		【2日目】	
12:00~12:30	オリエンテーション	~7:00	計測
12:30~13:30	昼食	7:00~8:30	朝食
13:30~15:00	グループ支援①	8:30~12:00	グループ支援② (含む、運動指導)
15:00~18:00	アクティビティ	12:00~13:00	昼食
18:00~19:00	フリータイム ※個人面談対応	13:00~18:00	アクティビティ
19:00~20:30	夕食	19:00~20:30	夕食 (ハイキング)
20:30~	フリータイム	20:30~	フリータイム ※個人面談



Copyright © 2014 Benefit one Health care Inc. All Rights Reserved.

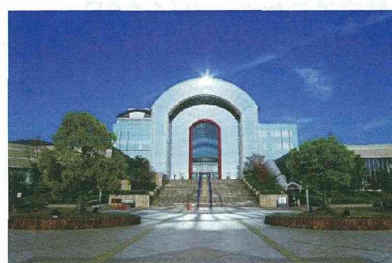
Confidential 18

スマート・ライフ・ステイ初回支援の概要

■宿泊スケジュール(2泊3日例)

【3日目】	
~7:00	計測
7:00~8:30	朝食
8:30~10:00	グループ支援③
10:00~14:00	アクティビティ 昼食含む
14:00~	解散

- 1泊2日コース 11回
- 2泊3日コース 7回



Copyright © 2014 Benefit one Health care Inc. All Rights Reserved.

Confidential 19