



本リリースは厚生労働記者会、厚生日比谷クラブにて配布しています

2019年2月25日

慈恵医大晴海トリトンクリニック

日本初、寝たきりリスクを減らす人間ドック「ライフデザインドック」を開設

最新の運動機能分析装置と性格分析手法で、受診者の行動を変容

人生百年時代「いつまでも面白く生きる」ための生活をデザインする、カスタムメイド人間ドック

慈恵医大晴海トリトンクリニック（東京都中央区晴海 1-8-8 晴海トリトンスクエア W 棟 3 階）では、新たなコンセプトの人間ドック「ライフデザインドック」を立ち上げ、健康総合企業の株式会社タニタ（東京都板橋区前野町 1-14-2、社長・谷田千里）の協力のもと、2019 年 3 月からテスト運用し、順次一般公開する予定です。

「ライフデザインドック」は、NEO 性格分析（*1）によって得られた受診者の性格パターンに応じた指導により、運動習慣などの行動変容を促します。また、タニタの運動機能分析装置「zaRitz（ザリッツ）BM-220」（*2）とマルチ周波数体組成計「MC-780A」で運動機能や筋肉の状態を「見える化」。これらを組み合わせることにより、要介護の原因となるサルコペニア（筋肉量または身体能力が低下した状態）やロコモティブシンドローム（運動器の機能が低下し、要介護や寝たきりになる危険が高い状態）の予防を目指します。

慈恵医大行動変容外来診療医長、横山啓太郎教授は 2016 年、大学病院として日本初の、生活習慣病に対して行動変容を促す「行動変容外来」を開設しました。「行動変容外来」は、患者の性格やライフスタイルに沿ってカスタマイズされた運動、対策により健康寿命を延伸し、「健康を生命財産」として人生百年時代を乗り切るための外来です。2 年余の外来実績から「内向的な人は寝たきりリスクが増大する傾向」や「行動を変えるためには患者に合わせて工夫した面白い助言が必要」であることが判明しました。

「ライフデザインドック」は「行動変容外来」と連動し、従来人間ドックが脳卒中や心臓疾患等と関連する測定データを伝達することに加え、次の人間ドックまでに「行動を変えたいくなる」役割を担います。治療法の進歩から平均寿命が急速に伸びた「死ねない人生百年時代」、加齢に伴う生活習慣病は、病気になる前からの対策が重要です。「ライフデザインドック」は、湾岸エリアほか、都会に生活するより多くの方々がいづまでもアクティブに生きられるよう、生活をデザインします。

本件に関する問合せ先：慈恵医大腎臓・高血圧内科教授 晴海トリトンクリニック 診療副部長
横山 啓太郎 TEL：03（3531）3211 E-mail: keitaro@jikei.ac.jp
ホームページ： www.hosp.jikei.ac.jp

（*1）NEO 性格分析：5 因子人格検査として世界的に認知されている NEO-PI-R の日本標準化版をアプリ化した性格分析法。人格を N：神経症傾向、E：外向性、O：開放性、A：調和性、C：誠実性の 5 つの次元から把握する。

（*2）「zaRitz（ザリッツ）BM-220」：椅子から立ち上がるだけで、脚の筋力とバランスの状態などを計測し、「パワー」「スピード」「バランス」の 3 項目で、運動機能の状態を評価するタニタの施設向け機器。