

第96回WIN定例講演会・第51回人間情報学会講演会
『メディカルフィットネス』
科学が示す運動の力と行動変容の実践・見える化の力

2025年9月19日(金) お茶の水女子大学 国際交流プラザ 多目的ホール

NPO WIN 理事会 (12:30 - 13:00 会場:お茶の水女子大学 国際交流プラザ 多目的ホール)
NPO WIN 総会 (13:00 - 13:20 会場:お茶の水女子大学 国際交流プラザ 多目的ホール)



日 時: 2025年9月19日(金) 14:00 - 17:00
会 場: お茶の水女子大学 国際交流プラザ2階 多目的ホール(東京都文京区大塚2-20-1)
会 費: WIN会員: 1万円、一般: 1万5千円、学校関係者: 3千円
定 員: 80名限定(先着順)
お申込サイト: <https://win96ahi51-lecture.peatix.com>

【概要】

本講演会は、メディカルフィットネスの重要性を広く景観し、運動を医療や日常生活に組み込む必要性を示す事を目的としている。しかし、多くの人がその重要性を理解しながらも実際の行動に移せない現状を踏まえ、解決策として「行動の見える化」にも焦点を当てる。具体的には、デジタル技術やインセンティブ設計、データの活用などを通じて行動変容を促進するアプローチについて議論する。医学的視点、技術的視点、および行動科学的視点の三方面から、メディカルフィットネスの重要性と実践のための具体的解決策を説明頂く。

14:00 - 14:05 講演会概要説明

人間情報学会 理事/日本体育大学 教授 橋本 典生 氏



14:05 - 14:50 講演1 『医療に運動を処方する

～ EIM(Exercise Is Medicine)の理念と実践』

関西医科大学 理事長特命教授・健康科学センター長 / EIM JAPAN理事長 木村 穰 氏

1979年関西医科大学医学部卒業、88年同大学大学院博士課程修了。88年～89年米国コネチカット州立大学、89年～91年カナダトロント大学留学。2009年～ 2023年関西医科大学医学部健康科学教授。2023年4月より現職。医学博士、循環器専門医、日本肥満学会認定専門医、日本抗加齢医学会認定専門医。日本心臓リハビリテーション学会監事、日本肥満症治療学会理事、日本臨床運動療法学会理事、EIM Japan(米国スポーツ医学会EIM日本支部)理事長。



14:50 - 15:35 講演2 『インセンティブ×社内ウォーキングイベントで実現する
職場の行動変容』

株式会社アジャイルウェア 代表取締役CEO 川端 光義 氏

1998年からソフトウェア開発を15年以上経験。2004年「バグがないプログラムの作り方」を出版。アジャイル開発を現場で実践し、2006年、ICSE2006でアジャイル開発の経験論文を発表。2012年に大阪で株式会社アジャイルウェアを設立。主力事業はプロジェクト管理ツール『Lychee Redmine』で、2021年にはウェルビーイングサービス『KIWI GO』をローンチ。



15:45 - 16:30 講演3 『働き盛り世代の行動を変える
～職域における健康教育と行動変容支援の理論と実践』

順天堂大学大学院 先端予防医学・健康情報学講座 特任教授 福田 洋 氏

専門は予防医学、産業保健、健康教育・ヘルスプロモーション、ヘルスリテラシー。1993年山形大学医学部卒業、1999年順天堂大学大学院医学研究科(公衆衛生学)修了、2011年ミシガン大学公衆衛生大学院疫学セミナー修了。順天堂大学医学部総合診療科准教授を経て2020年より現職。産業衛生指導医、人間ドック健診指導医、日本プライマリ・ケア連合学会認定指導医、社会医学系指導医、労働衛生コンサルタント、公衆衛生専門家。さんぽ会(産業保健研究会)会長。近著「ナッジ×ヘルスリテラシーーヘルスプロモーションの新たな潮流」(大修館書店、2022)。働きざかり世代に有効で感謝される予防医療の確立を目指している。

16:30 - 17:00 WINグループ活動報告 WIN理事長 板生 清

講演会出席者 名刺交換会・交流会

日 時: 2025年9月19日(金) 17:00 - 18:00
会 場: 国際交流プラザ 多目的ホール
会 費: 千円(原則として、講演会ご出席者様のみ、ご参加頂けます。)