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

主催：特定非営利活動法人ウェアラブル環境情報ネット推進機構（WIN）・人間情報学会
後援：情報処理学会 UBI 研究会

【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、多くの人がある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な解決策を説明頂く。

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>

NPO WIN 理事会（12:30 - 13:00 会場：国際交流プラザ 多目的ホール）
NPO WIN 総会（13:00 - 13:20 会場：国際交流プラザ 多目的ホール）

～ 講演会プログラム ～

- 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 稯 氏
- 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
- <休憩 10分>
- 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
- 16:30 - 17:00 **WIN グループ活動報告** WIN 理事長 板生 清

..... **講演会参加者 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（講演会ご出席者様のみ、ご参加頂けます。）