

全国予防未病セラピスト会 第2期総会 2025.11.23

地域社会×医科×歯科×セラピスト連携で
健康寿命を底上げし2040年社会保障維持困難へ立ち向かう



一般社団法人
予防医学科学推進協会
Association for the Promotion of Preventive Medicine and Science

本日の総会テーマ

- ・ 全国予防未病セラピスト会とは？
- ・ 健康寿命と2040年問題
- ・ 世界の予防未病へおける潮流
- ・ セラピスト会2期活動報告
- ・ 収集エビデンス分析
- ・ 活動について今後の課題
- ・ ゲスト様講演会その1
- ・ 写真撮影・名刺交換会
- ・ ゲスト様講演会その2
- ・ 本日のまとめ

あなたが元気なら、私がうれしい



全国予防未病セラピスト会

基本理念

国民の健康及び幸せ追及と
経済合理性を兼ね備えた
社会貢献活動をする

活動目的

2040年 社会保障維持困難が厚労省や内閣府・研究機関から

周知されている中で最も懸念すべき事由は

「医療や介護が満足に受けられない」です

セラピスト会は全国において地域社会と繋がり医師や歯科医師と密に連携を取り地域の健康寿命を延ばしていくための活動をしており主に次の4つを主軸としています

- ① 医科×歯科×セラピスト連携の推進とあっせん
- ② CSR企業・協賛企業での教育や福利厚生 自治体との意見交換や協業
- ③ 慢性痛予防科学メソッド®や予防未病自己診断シート®を活用した健康リテラシー教育とエビデンス収集
- ④ 医療健康業界間での経済合理性の捻出



APPMS

参考

<https://www.mhlw.go.jp/content/12300000/001371773.pdf>

<https://www.keidanren.or.jp/pri/storage/pdf/thesis/191129.pdf>

<https://www5.cao.go.jp/keizai2/keizai-syakai/shisan/tyouki1.pdf>

健康寿命と平均寿命

わが国では2024年時点での日本の平均寿命は男性81.09年・女性87.13年

健康寿命は男性72.57年 女性75.45年と寿命を迎える前に健康的に生きられない期間が長いことが大きな課題



健康寿命延伸の課題と改善点

参考
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jjbm/25/0/25_44/_pdf/-char/ja
https://www.gender.go.jp/research/kenkyu/kenkou_r05s.html
<https://healthcommunication.jp/healthliteracy/journal/vol001no01/pdf/vol001no01-all.pdf>
https://www.jnj.co.jp/media-center/press-releases/20231208/pdf-03_summary

・健康リテラシー教育の実施と強化

- ・医科歯科セラピストそれぞれの強みを生かし非特異性（病気やケガ未満）やダイナペニアから国民を支えるしくみづくり
- ・非特異性ケアに加えて食事や運動指導など包括的な予防未病の環境づくり

~~予防未病活動を個々がしない場合の将来的リスクへの啓蒙~~

■ 日本ヘルスリテラシー学会によると日本人の健康リテラシーはOECD諸国と比較して低水準 特に高齢者層で顕著

◎新潟大学の研究では、日本で開発された健康リテラシー尺度133項目のうち、「意欲（意図）」に関する項目はわずか15.8%にとどまり行動変容への動機づけが弱いことが示唆されています

◎インターネット上の健康情報の信頼性を見極める力が不足しており誤情報による健康被害のリスクが高まっている

◎内閣府の令和5年度調査では、健康意識は高いものの実際の行動（定期健診受診、食生活改善など）に結びついていない層が多いことが明らかになっています

◎2023年 ジョンソン・エンド・ジョンソン メディカルカンパニーが実施

「人生100年時代 × デジタル社会の総合的なヘルスリテラシー国際調査」

- ・調査対象国：日本、アメリカ、イギリス、オーストラリア、中国、フィンランドの6か国
- ・ヘルスリテラシーの自己評価（10点満点）：日本：5.4点（6か国中最下位）

協力関係にある予防未病健康医師協会様について

予防未病で
地域医療をリードする

予防未病健康医師協会 -医師と患者のための健康医学-
私たち、健康寿命延伸に寄与するための活動を行っています。



予防未病健康医師協会は予防未病を国民へ広く周知し
健康寿命を延ばすための活動をしている医師コミュニティです

医師とセラピスト お互いの強みを生かしありの苦手を補うため
また お互いの顧客や患者様へスムーズな紹介システムを導入するなど
全国予防未病セラピスト会とは協力関係にあります



APPMS

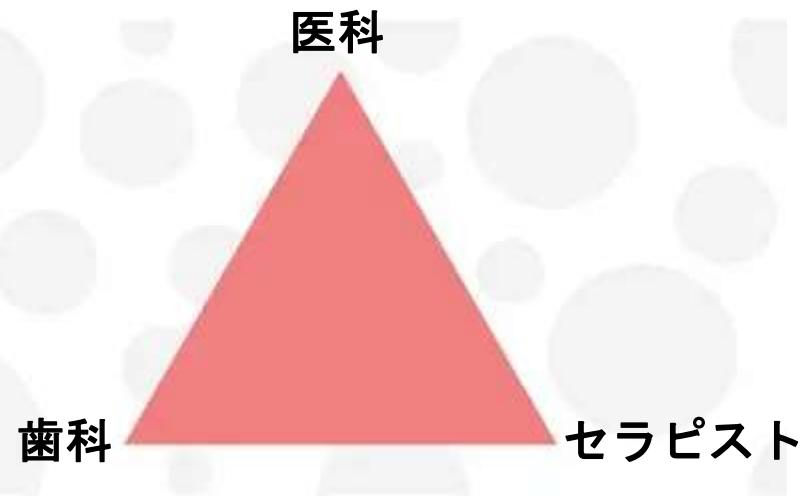
予防未病健康医師協会様が力を入れている予防未病活動について



あらゆる科の医師が集まっている予防未病健康医師協会
現在では各種検診の充実化と啓蒙活動以外に
「脂肪肝」の改善を促し各種成人病を予防しながら
ダイエットをしようという試みを主軸に置いています

このプロジェクトの中心で動く肝臓外科の尾形医師は
経済YouTube番組PIVOTにおいて過去最高の再生数を獲得
概算で国内3000万人いるとされる脂肪肝は注目を集めています

予防未病活動を通じた経済合理性の確保



医科と歯科とセラピストはそれぞれの分野で影響があるにも関わらず
患者さんの力になりにくい領域があります

例えば歯科の分野では頸関節症が多く悩みのタネ
そこで会員セラピストへ紹介し頸関節ケアを行ってもらう
セラピストからは頸関節症・頸椎症・頸肩腕症候群などの
顧客へ定期的な歯科検診の勧めなど

それぞれ本来の専門家を紹介し合う
紹介インセンティブ制度（任意）を設けています

そして患者さんの情報交換・共有ならびに自覚症状の
統計エビデンス取得を兼ねた予防未病自己診断
シート®を活用しサプライチェーンの構築

予防未病自己診断シートは将来的にデジタルへ移行案があります

2期活動全体の傾向



APPMS



会員数は増加傾向

全国的に会員数は継続的に増加しており組織の成長を示しています

ただし 会全体の社会への信用が下がらないように会員含め組織全体の質に充分配慮する必要があります

今後は露出や導線を増やしセラピストだけでなくCSR企業との連携も推進予定

また 代表理事のYouTubeでは予防の重要性啓蒙やセラピスト会への参加を訴えるようにしています

地域ごとの活動展開

各地域での活動が支部長を中心に活発化し独自の特色や取り組みが見られます

医科歯科セラピスト連携地域も増加してきました

予防未病活動は首都圏と地方・政令指定都市と地方都市では大きく有効な施策が変わるため

柔軟性を持ち地域のセラピストの自発性・考えを尊重していく方針です

地域の特色と課題

地域ごとに異なる特色とともに、解決すべき課題も存在しています

例えば「新しい取り組みを受け入れにくい土地柄」「変わることをリスクと捉える風土」

そして全体的な課題として①日本国民の健康リテラシーが先進国で最も低い②医療健康業界のビジネス色は

国民に受け入れられづらい というものがあります

また 人は非合理的であるということ 医療や健康は安く手に入るものと国民が認識していることも大きな課題となっています

予防に関する最新の世界の動向

予防未病政策の概要

現在では世界中の政府が予防未病に注力し 健康促進と医療費削減を目指しています

タイでは健康美容両側面からの予防未病が盛り上がっており世界中のVIPが来国し

シンガポールでは健康長寿研究に世界中の投資家からお金が集まっています

最新の科学的研究

世界では疾病の早期発見や介入に関する革新的な研究が多く進められています

一方日本の研究も進んでいますが介入するにあたり例えばメタボなどは効果的な結果が出なかったなど

苦戦を強いられています

今後の活動への視点

政策と研究の成果を国民に広く周知すること 国民のリテラシー教育が重要



躍進するASEANの医療業界



タイの医療ツーリズム売上
日本の医療ツーリズム売上

年間6,676億円

日本人が受ける自費診療の1.2~3.6倍でも現在推定数100億円程度



シンガポール アレクサンドラホスピタル



ヘルスケアツーリズムを強化すべき！

APPMS

画像引用:参考 [Alexandra Hospital, Singapore | Jacobs](#)

https://longstay-thailand.com/health/thailand-medical-level/#elementor-toc_heading-anchor-3

国内外の予防未病政策と研究



予防未病に関する研究 実は日本が世界トップクラスに進んでいます
あらゆる病が未然に防げる未来はそう遠くないかもしれません

研究機関：米国予防医学専門委員会（USPSTF）

内容：高血圧・糖尿病・脂質異常症・肥満などに対するスクリーニングと生活指導の有効性を評価

◎成果

- 肥満成人に対する行動療法（健康的な食事・運動習慣）を推奨【Grade B】
- 糖尿病予備群に対する集中的な生活指導が血糖改善に有効【Grade B】
- 高血圧・脂質異常症患者への食事・運動カウンセリングが心血管リスク低減に寄与【Grade B】

Gradeは、推奨の度合いを表し5種類（A（有益性が非常に高いことが確定的）B（有益性が中程度が確定的）

C（有益性が小さい・確実性は中程度）D（有益性がない）I（エビデンスは不十分））ある

研究者：長崎大学・日本学術振興会

内容：果物・野菜の摂取量増加、塩分・加工肉の摂取制限が生活習慣病予防に有効
肥満・高血圧・高血糖の改善により医療費が最大91%削減された事例も報告

出典：<https://www5.cao.go.jp/keizai-shimon/kaigi/special/reform/committee/20220510/shiryou6-1-3.pdf>
[kankyo18_1_47 \(1\).pdf](#)

新時代のセラピストの役割と新たなニーズ



社会的変化への対応

少子高齢化社会や社会保障維持困難など時代の変化により

セラピストは多様なニーズに対応し役割の幅を広げる必要があります

特に運動器疾患予防やダイナペニア予防はセラピストが主軸になると考えられます

健康ニーズの多様化

- ・ 健康課題の多様化に伴い世の中が潜在的に求めるニーズに寄り添うことが求められる
- ・ 健康リテラシー教育者やメンターとしての側面が求められる

新たな活躍の場

セラピストは施術現場以外にも健康教育や福祉分野などの幅広い活躍が期待されています

2期収集エビデンス解析・分析

※便宜的に小数点第2, 3位を四捨五入している

- ◎実施場所総計：24院
- ◎総計サンプル数：774
- ◎集計期間：2025年1月16日～10月15日
- ◎方法：一定のエビデンスが各業界において低度～中程度（グレードC程度）エッセンスを含む
慢性痛予防科学メソッド®を会員へ貸与し各施術院で収集
- ◎施術院ごとに取り入れやすいものを複数選択し各自実施
- ◎同意書取得・インフォームドコンセントの上で行っている
- ◎厚生労働省の定める未病指標に準拠している

セラピストにおける科学的エビデンス取得の重要性 は？

健康寿命を効果的に延ばしていくためには医学だけでなく科学的な実証・立証およびデータとしての積み上げそして現状把握と指標が必要でありこの試みはセラピストの社会的信頼や地位向上へ寄与する



エビデンス収集における術者と顧客の傾向分析

ケアの方法	個数 / ケアの方法
カイロプラクティック	1
かっさ	1
トレーニング	1
ピラティス	1
モビリティ	5
ヨガ	1
リラクゼーション	9
運動指導	1
整体	11
鍼灸	4
総計	35

現在会員のケア方法は**整体が約31%**と最も多く
次いでリラクゼーションが約26%
なお、柔整などの手技全般は整体
マッサージもリラクゼーションに含まれている



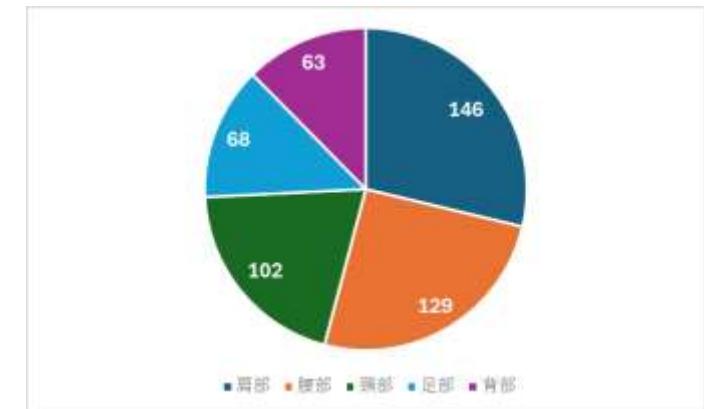
APPMS

性別	人数	比率
女	608	0.79
男	153	0.20

年齢平均	51
年齢中央値	48

2期においての男女ケア比率は
女性約8割と圧倒的に予防のケアは
女性向けになっている傾向

施術を受ける年齢平均は51歳
中央値は48歳で非特異性症状に
悩む年齢は40代後半から増える傾向
(サンプル数775)

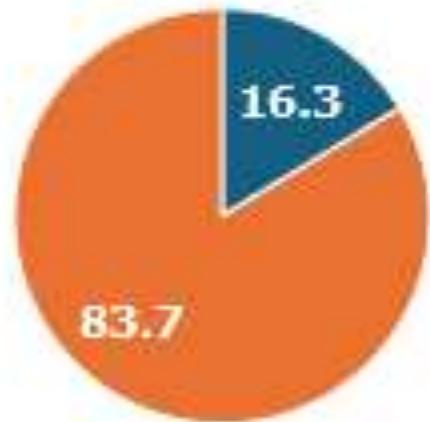


主訴	件数	比率
肩部	146	0.22
腰部	129	0.19
頸部	102	0.15
足部	68	0.10
背部	63	0.09

2期において顧客の主訴はどの
部位が多かったか分析
1位は肩関節周囲部で22%
次いで腰部が19% 頸部15%と続く
この3つで半分以上を占めている
(サンプル数657)

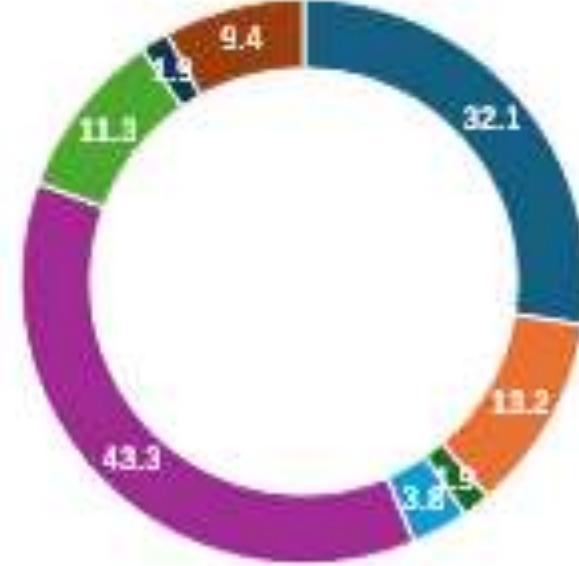
総サンプル数	135	-----
年齢(小数点第二位四捨五入)	平均 59.1歳	中央値 58歳

男女比率



男女割合 男性22(16.3%) 女性113(83.7%)

主訴



主訴割合ベスト3
腰(43.3%) 首肩(32.1%) 背部(13.2%)

慢性痛予防科学メソッド®を用いた各種エビデンスデータ解析

1. NRS

NRS初期値	件数	比率
3	114	0.17
4	105	0.15
2	85	0.12

改善値 1	0.21
3	0.17
2	0.16

NRSは看護分野などで用いられる
自覚症状を可視化・共有する
痛みや苦しみの指標で1~10評価

NRS初期平均値4.6 中央値4
施術後改善値 1が21%で最多
次いで3が18% 2が16%と多い
(サンプル数658)

NRSは10が最も痛みや苦しみが強く
痛みが顕著になる前からセラピストの所へは
来所している傾向が分かる

また 17%で3もの改善が見られた
これはセラピストのケアが痛みや悩みの
改善に寄与していることを示唆する

2. MMT

項目	平均値	中央値
MMT	3.8	4
MMT改善値	1	1

MMTは理学療法学会指標の筋力評価

4のグレードの筋力減弱が
見られる人が多く施術後は
正常値の5に戻る傾向があった

トレーニングでの筋力アップではない
ところがポイントとなる

これは非特異性・慢性の症状が
ダイナペニアを引き起こしている
可能性を示唆しているとともに
ケアの影響で筋活動が改善傾向にある
ことを合わせて示唆している
(サンプル数 84)

3. ROM

ROM改善値	平均値	中央値
	9.4	5

ROM計測は整形外科学会指標を用い
所定の角度計を用いて計測（単位は度）
頸部の可動域～足部の可動域まで

モビリティトリートメントは当会では
取り入れているところは少ないものの
他の方法でも一定の可動域改善の成果は見られる
(サンプル数240)



APPMS

4. 筋硬度

筋硬度改善値	平均値	中央値
	4.59	3

所定の筋硬度計を用い計測（頸部～下腿部まで）
施術前後で計測し**平均で約4.6程度の硬度が減少**
(サンプル数347)

◎筋硬度参考値の一例 (TDM-NA1筋硬度計)

- ・平均値：20.6（被験者591名の平均）
- ・30以下：通常範囲とされることが多い
- ・40以上：筋リスクが高い可能性あり
- ・測定の再現性と妥当性

同一測定者による測定では高い再現性 (ICC 0.9前後) が確認されており
施術前後の変化を追う目的では有用とされています。

引用：

https://www.jstage.jst.go.jp/article/cjpt/2009/0/2009_0_A4P1040/_article/-char/ja/

5. ロコモ5+

ロコモ5+	平均値	中央値
	6.11	5

ロコモ5+は整形外科学会などが提唱しているロコモ5などを参考に
一般的に運動機能・身体機能が低下していると苦手となる動作がどの程度
可能であるか顧客自身が採点していただくテスト 10点満点で10点が問題なし
(サンプル数45)

総サンプルの平均年齢や中央値に照らし合わせると
平均値・中央値ともに要注意の数値内であり予断を許さないものとなった

参考：

<https://locomo-joajp/check/judge>



APPMS



APPMS

6. 牽引はかりを用いた拮抗筋力テスト

牽引拮抗筋改善値	平均値	中央値
	0.72	0.7

所定の牽引計りを用いて指定する姿位にて
それぞれ上半身と下半身・右半身と左半身の
筋拮抗を起こしその力を計測 単位はkg
(サンプル数165)

施術前後では平均で約0.7kg (700グラム分) の筋拮抗が改善
これはすでにダイナペニアが起きており筋活動が
正常化していなかったものがセラピストのケアにて
改善した可能性を示唆している

7. 科学的インソール解析による立位荷重と歩行計測

	平均値	中央値
荷重立位左	0.47	0.5
立位右	0.52	0.5
前	0.34	0.32
後	0.64	0.67

歩行時右足荷重平均	歩行時左足荷重平均
90~13%	94~9%

所定の足底圧力や歩行バランス解析の出来るインソールにて計測
立位のバランスや歩行異常を事前に把握することで今後顧客が
予防すべき疾患やエリアの目測がつけられる

立位において前後の理想的な比率は理学療法分野において
40 : 60 とされる

立位においての傾向は左右のバランスは右荷重の人が多く
前後のバランスはかかと重心の人が比較的多い傾向

歩行においては通常解析において最大荷重時に100を示しつま先が最後まで
接地することで数値は少くなり遊脚期（足が地面から離れている）に0

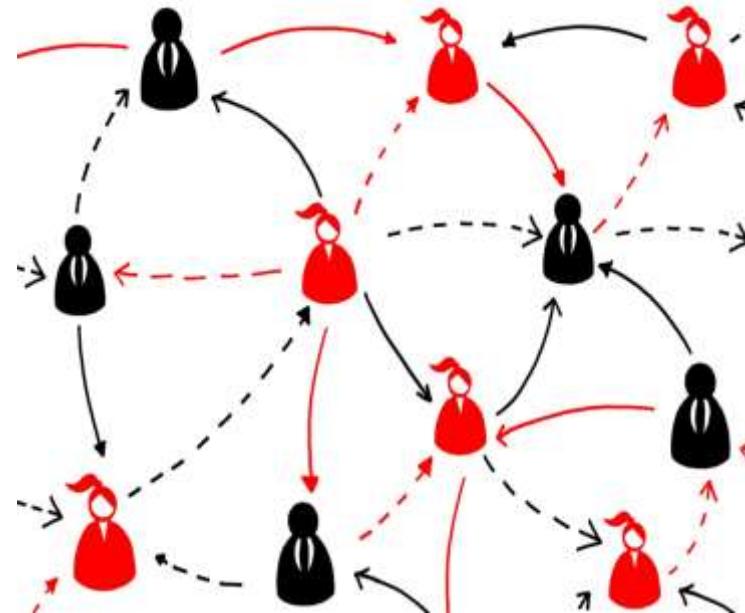
つまり100から遠い値が最大になるほど安定性が損なわれている歩行であり
1から遠い値が最小になるほどつま先が使えていないという指標になるが
分析結果としては右足の安定性もつま先の運動性も若干低い傾向がある

つま先エリアはウインドラス機構の影響を受けるため重心がつま先に
乗らない状態は筋活動が起こせず転倒などのリスクが上昇する可能性
そしてウインドラス機構の低下はダイナペニアからのロコモリスク上昇の可能性
(サンプル数 立位：118 歩行：76)

参考：

https://www.jstage.jst.go.jp/article/rika/25/3/25_3_437/_pdf

地域セラピスト同士の紹介や連携強化の促進



連携の具体例

関東支部と九州支部において支部を越えた情報交換会などの試みがスタート
また 支部の枠を超えた会員個人の地域イベントへの出張参加がスタート

相互支援の重要性

地域性が大きく関与する予防未病活動ではそれぞれの地域の
特色を活かした戦術がありノウハウの情報交換が求められる
また メンバーの少ない支部では他の支部との連携が望まれる

今後の展望

会員同士の連携強化の取り組みが地域の予防意識向上機会創出になり
私たちの活動認知度を飛躍的に拡大します
また 興味のある先生へ総会やイベントなどお試しの機会をより設けていきます



休憩

ゲスト講演会その1



有賀雅史 先生

プロフィール

元帝京科学大学医療科科学部教授、現非常勤講師（コーチング論）
国立看護大学校 非常勤講師（スポーツと健康）
学校法人三幸学園 Sanko Lab 主任研究員 東京リゾート＆スポーツ専門学校講師
順天堂大学蹴球部フィジカルコーチ
日本トレーニング指導者協会理事長代理
日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー
日本スポーツ協会コーチデベロッパー 博士（栄養学）
専門分野：トレーニング科学、スポーツ医学、コーチング、人体栄養学
補足:中田英寿氏・大黒摩季氏などのトレーニングを担当 元JOC強化スタッフ

写真撮影

休憩及び セラピスト会 名刺交換会

ゲスト講演会その2

プロフィール



福田紳一郎 先生

MLB タンパベイ・レイズアシスタントアスレティックトレーナー／鍼灸師

日本で鍼灸師国家資格を取得後、渡米 アスレティックトレーニングを専攻
マイナーリーグで働きながら鍼灸大学院を修了

2019年にメジャー昇格 5年連続プレオフ進出（2019～2023）に貢献

2020年にはワールドシリーズ出場

日本・米国の両鍼灸師免許を保持

東洋医学とスポーツ医科学を融合した治療・予防を実践

2023年 角田先生の弟子0号として「Japan Joints Adjuster」を修了

関節整体を取り入れた施術で選手のパフォーマンス向上と怪我予防に取り組む



APPMS

各支部の取り組み事例と課題提起



九州支部の活動写真（別PDFあり）

各支部の取り組みや活動傾向・課題のヒアリング

- ・ 北海道支部
- ・ 中部支部
- ・ 東北支部
- ・ 関西支部
- ・ 関東支部
- ・ 九州支部

今後の改善点案（医科歯科セラピスト連携含む）

各支部と医療機関の紹介制度をスムーズに行うために

各施術院・医療機関においてマッチングした医療機関と
セラピストの認知拡大を行う

《例》

- ・ 院内パンフレット設置・ポスター掲示
- ・ 休み時間において医療機関の患者様向けセミナー
- ・ 福利厚生としてセラピストの医療機関出張ケア



APPMS

活動全体においての課題認識と改善への提案



マクロの課題

- ・組織としての具体的な指標で動くことで対応できない地域が出てくるため
地域を良く知るそれぞれの支部のセラピストへ戦術依存の傾向がある
- ・医科歯科マッチング時の経済合理性を生み出すためのしくみがまだ漠然としている

改善策の提案

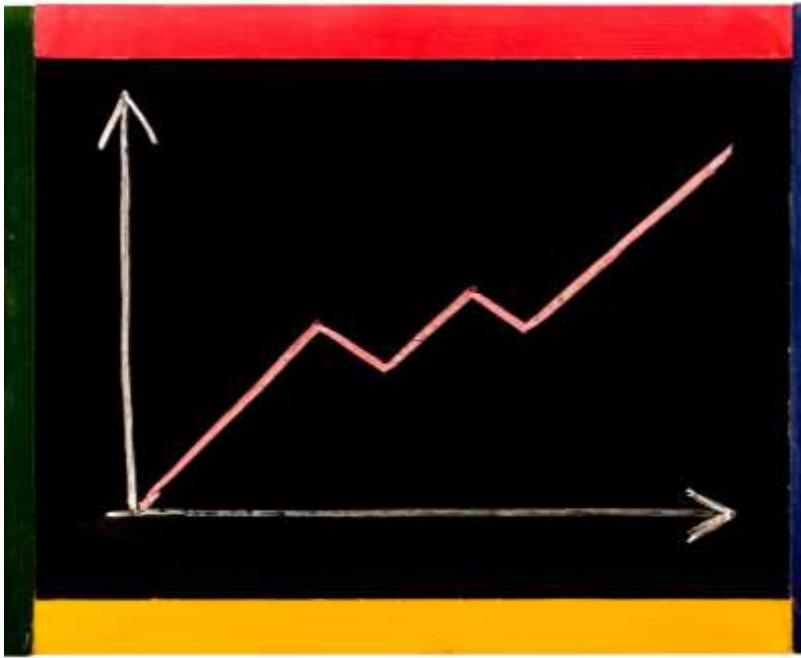
- ・地域に最も受け入れられやすい健康イベントへの積極的な参加
- ・SNS発信などはハッシュタグ #予防未病 #全国予防未病セラピスト会
などをつけて積極的に投稿し認知拡大に努める
- ・医師とともに歩む会の一員で地域を引っ張るセラピストであるという誇りを持つ
- ・一般参加型イベントの企画

組織運営の向上

運営の方針だけに頼った一方通行の戦略ではなく会員の提案・よみけん様のご提案を通じて
組織の運営をより良くし持続可能な成長を目指します

第3期に向けた重点目標

目標

- 
- ◎3期は会員数を26→50へ増加
 - ◎地域イベントと地域企業・病院との連携活性化
 - ◎各地域の病院にてイベント企画 会員セラピストの認知拡大
 - ◎各支部を越えたイベントや情報交換の強化
 - ◎各種セミナーやメディア露出などでセラピスト会の活動認知と会員募集機会創出

達成手段の具体案

- ◎会およびよみけん様との定期的オンラインミーティングの実施
- ◎運営による会員の活躍の場の提供を増加
- ◎代表理事の活動にセラピスト会の活躍の場を盛り込む機会創出



APPMS



新規プロジェクト計画

- ◎全国の会員セラピストが一堂に会し地域の健康寿命を上げるための施術機会捻出を企画
- ◎インバウンドと関わる施術機会捻出を企画
- ◎脂肪肝予防プロジェクトへの参画
- ◎代表理事の知見をすべて公開していく即実践できるセミナーの月1実施

まとめと今後の展望

予防未病の重要性

予防未病は健康維持の基本であり生活改善や早期対策が不可欠

2040年から社会保障が維持できなくなった後も誰もが笑顔で健康に生きられる社会へのステップアップが必要

また 世界の健康美容の潮流は確実に予防未病に向かっており今から取り組みしきみを創れば世界をリードできる側になることが可能

セラピスト会の役割

セラピスト会は地域の健康支援を強化し予防未病の啓蒙啓発活動を推進

健康寿命を延ばすための国民のパートナーとして私たちはセラピストの新たなステージに向かいます

今後の展望

自治体間・病院間・企業間・そして会員間の連携強化と地域貢献により持続可能な健康社会を目指します

また 世界と関わる機会を創り日本の独自性を打ち出し日本のセラピストが世界一であることを示し存在感をアピールします



ご清聴ありがとうございました
これにて全国予防未病セラピスト会2期総会を終了します

セラピスト会員の皆様はこの後懇親会がございます
会員以外のお集まりの皆様 どうぞ気を付けてお帰りください

本日はお越しいただき誠にありがとうございました
よろしければQRコードより私たちの活動を更に詳しくご覧になり
是非とも私たちと一緒に活動してください

今後ともよろしくお願ひ申し上げます

代表理事 角田紀臣



APPMS

一般社団法人
予防医学科学推進協会
Association for the Promotion of Preventive Medicine and Science

