

第 5 期 報 告 書

〔 平成28年 4 月 1 日から平成29年 3 月31日まで 〕

公益財団法人 明治安田厚生事業団

東京都新宿区西新宿一丁目 8 番 3 号

目 次

第5期事業報告（平成28年4月1日から平成29年3月31日まで）

I. 事業の概況	1
II. 事業別概況	2
III. 理事会に関する事項	42
IV. 評議員会に関する事項	46
V. 出版に関する事項	49
VI. 寄附に関する事項	49

第5期決算報告（平成28年4月1日から平成29年3月31日まで）

I. 貸借対照表	50
II. 正味財産増減計算書	52
III. 財務諸表に対する注記	56
IV. 附属明細書	58
V. 財産目録	59
VI. 監査報告書	61

第6期事業計画（平成29年4月1日から平成30年3月31日まで）

I. 基本方針	64
II. 実行計画	65
III. 収支予算書	66

第 5 期 事 業 報 告

平成28年4月1日から平成29年3月31日まで

I. 事業の概況

新公益財団法人として5期目となる平成28年度は、引き続き明治安田生命グループの社会貢献活動の一翼を担うべく、広く一般の健康増進に寄与するため、以下の調査・研究、知見の普及啓発活動を推進した。

体力医学研究事業では、「運動がメンタルヘルスに及ぼす影響」に関する研究活動を推進した。神経生理学的研究、ストレス反応に関する研究、睡眠に関する研究、ならびに健康調査事業の研究資源を活用した調査研究に取り組み、今期の学会発表、論文、報告書、出版物などの総数は54題を数えた。研究助成については、「第33回若手研究者のための健康科学研究助成」を実施した。健康科学研究に携わる新規公募先を発掘するとともに過去の受贈者にも情報を提供した結果、応募総数は前年と等しく169件（指定課題：58件、一般課題：111件）となり、その中から選考を経て20件（指定課題：10件、一般課題：10件）を選出した。また、第31回成果報告書を発行し、優秀賞1件を選定した。

ウェルネス事業では、「社会に貢献できる健康づくりプログラムの開発実施および健康啓発活動」を推進した。特に「健診からはじめる健康づくり」として、健康調査事業における人間ドック受診者を対象に生活習慣病の予防・改善、がん再発予防およびメンタルヘルス等を目的とした支援・測定・運動プログラムを実施した。また、健康づくりを目的とした身体活動・運動に関する講演会・測定会を開催した。これらの活動総回数は736回、参加者総数は5,892人であった。さらに、健康づくり成果の学会発表や情報発信件数は30件であった。

健康調査事業における調査研究業務では公益事業推進委員会の主導のもとで、体力医学研究事業ならびにウェルネス事業との三位一体体制を推進し、これまでに蓄積された人間ドックデータの横断的・縦断的解析ならびに運動との関連について研究を進め、これらの学会発表や論文は11題であった。さらには、2年目を迎えた調査研究分科会において、健診センターの医療職として独自の専門テーマにそって研究を進めた。健康啓発活動として、MYヘルス会会員を主対象としたセミナーを開催した。また、人間ドック・健診の結果における要再検査や要精密検査判定に対する受診状況に応じた受診後のフォローアップに注力した。

人間ドック業務では、健診システムの精度向上に努め、内視鏡検査の環境改善等受診者サービスの向上を図った。あわせて受診勧奨として各種DMを発信した。「MYヘルス会」ではセミナー開催と情報誌発行によって会員目標を達成したが、人間ドックなどの総受診者数は13,511人となった。「誕生日ハガキ」は、年間を通して発信をして、親密度向上に繋がった。

なお、東日本大震災の被災者支援として「まごころ健診」^(注)は継続実施している。

(注)「まごころ健診」：東日本大震災の影響により新宿区に避難されている被災者を対象とした無料の健康診断

Ⅱ. 事業別概況

1. 体力医学研究事業

本事業は、時代の先駆けとなる健康課題を捉えた研究活動を行い、知見の普及啓発を行うものである。

I. 国民の健康増進に資する調査研究および知見の普及啓発

我が国の喫緊の健康課題を「メンタルヘルス」と捉え、運動を活用した心身の健康増進に関する研究（コアスタディー）に取り組んでいる。研究の効率的推進に向け「基礎実験研究室」と「応用実践研究室」に分かれて研究活動を行っている。基礎実験研究では、運動の効果発現の仕組みの解明および脳機能への運動の影響について検討した。一方、応用実践研究ではストレス・睡眠・身体活動の相互関係、および性・年齢・身体活動状況を踏まえた運動の実用性とその運動内容が健康に及ぼす有効性について検討した。さらに、公益事業推進委員会と連携し、健康調査事業における健診データ・問診票・生活習慣調査票を活用した研究、ならびに勤労者のメンタルヘルス改善に向けた運動介入研究を実施した。

一連の研究成果は、学会・論文にて発表するとともに、研究所機関誌「体力研究」にも公開した。研究によって得られた知見は、自治体、非営利法人、民間企業、大学等を対象とした講演や講義にて情報を提供し、さらにはホームページや各種メディアを通じて広く一般への普及啓発を行った。

1. コアスタディー「運動を活用した心身の健康増進に関する研究」にて取り組んだ研究課題

- (1) 脳機能に及ぼす運動の効果の検討……………巻末業績 A3, 6, 7, 18, B2, 3, 14, 19, 27
- (2) ストレス・メンタルヘルスと運動の関係……………巻末業績 A25, B8, 20, 22
- (3) 対象特性に応じた運動の実用性・有効性の検討……………巻末業績 A1, 2, 9, 13, 23, 24, B17, 21, 25

2. 研究室別研究にて取り組んだ研究課題

- (1) 運動が心理・生理機能に及ぼす影響……………巻末業績 A8, 12, 14, 16, 22, B4, 6, 12, 26
- (2) 運動と疲労の関係……………巻末業績 A26, B5
- (3) 高齢者の身体活動と健康度……………巻末業績 A4, 10, 17, 19, 27, B1, 13, 15, 16, 18
- (4) 地域・職域における健康増進策の検討……………巻末業績 A11, 15, B24

3. 公益事業推進委員会と連携して取り組んだ研究課題

- (1) 運動・身体活動と健康関連要因との相互関係……………巻末業績 A5, 20, 21, B7, 9, 10, 11, 23

4. 学会・研究会における活動状況

- (1) 論文、報告書、出版物などの報告・発行数：27題
- (2) 学会・研究会の発表数：27題

※巻末の活動業績一覧を参照

5. 健康啓発活動

- (1) 講演および講義
- (2) ホームページによる情報提供
- (3) 各種メディアへの情報提供
- (4) 健康づくりウォッチによる情報提供

II. 若手研究者のための健康科学研究助成

当事業団設立20周年を記念して昭和59年に発足したこの研究助成制度は、単に寿命の延長だけを追求するのではなく、「広く健康の維持増進に活用できる」科学的な研究課題に対し、若手研究者の活動支援を目指して助成を行っている。制度創設から第33回を迎え、助成件数の総数は591件、助成総額は5億7,100万円に達した。

公募に際し、「一般課題」とコアスタディーに連動した「指定課題」を研究テーマとして設定し、選考委員会による審査を経て20件を決定した（選考後1件辞退）。助成決定者は、申請した計画に沿って研究を遂行し、その結果を所定の様式に沿ってまとめることとなっている。第31回の研究成果を「若手研究者のための健康科学研究助成 成果報告書」に掲載するとともに、選考委員により報告内容を吟味して優秀賞1名を選定した。

1. 研究助成

(1) 第33回若手研究者のための健康科学研究助成の実施

- ・新規公募先を発掘し、より多くの研究機関および研究者に情報を提供
- ・応募総数169件（指定課題：58件、一般課題：111件）
- ・20件（指定課題：10件、一般課題：10件）を選考 ※選考後一般課題より1件辞退
※次頁の受贈者一覧を参照
- ・研究助成贈呈式を実施し、指定課題には100万円、一般課題には50万円を助成

(2) 選考委員（五十音順）

- 委員長 福永哲夫（鹿屋体育大学名誉教授）
- 委員 井澤鉄也（同志社大学大学院スポーツ健康科学研究科長）
- 委員 小熊祐子（慶応義塾大学スポーツ医学研究センター准教授）
- 委員 定本朋子（日本女子体育大学教授）
- 委員 新開省二（東京都健康長寿医療センター研究所副所長）
- 委員 永松俊哉（公益財団法人明治安田厚生事業団体力医学研究所所長）

(3) 成果報告書

- ・第31回の研究成果をまとめた「若手研究者のための健康科学研究助成 成果報告書」発行
- ・優秀賞を1件選出

第33回（2016年度）若手研究者のための健康科学研究助成受贈者一覧

a. 指定課題（10件）

（五十音順・敬称略）

氏名	所属	研究テーマ
上村 一貴	富山県立大学 工学部	アクティブ・ラーニングを用いた教育介入による運動の促進が高齢者のメンタルヘルスに及ぼす影響 —ランダム化比較試験—
大久保善郎	Neuroscience Research Australia Falls, Balance and Injuries Prevention Centre	反動的・随意的ステップ訓練が高齢者のメンタルヘルスに及ぼす影響 —要因ランダム化比較試験—
鈴木 宏哉	順天堂大学 スポーツ健康科学部	学校における公的運動環境はまちづくりの過程で生じた児童生徒のメンタルヘルス格差を是正するか？
清野 諭	東京都健康長寿医療センター研究所 社会参加と地域保健研究チーム	運動を中心としたフレイル予防プログラムが高齢者の精神的健康に及ぼす長期的効果 —傾向スコアマッチング法による前向き研究—
妹尾 奈波	静岡県立大学 薬食生命科学総合学府	骨格筋FOXO1制御をターゲットとした、運動不足によるうつ症状への影響解明とうつ症状を予防・改善する化合物の探索
東本 翼	産業技術総合研究所 人間情報研究部門	心拍と動作リズムとの同期現象が生じた運動中の脳循環特性の解明 —脳循環の維持・改善に効果的な運動様式の探索—
富賀 裕貴	福岡大学大学院 スポーツ健康科学研究科	肥満が引き起こすメンタルヘルスの悪化は、運動により改善できるか？ —海馬の神経型一酸化窒素合成酵素（nNOS）に着目して—
藤井 彩	関西医科大学大学院 医学研究科	長期連続身体活動・運動・睡眠状況からメンタル・気分の変化を評価する研究
藤田 幸	大阪大学大学院 医学系研究科	運動トレーニングが中枢神経損傷後における高次脳機能障害を改善するメカニズムの解明
斐 成琉	国立長寿医療研究センター 予防老年学研究部	不活動的高齢者における健康活動促進プログラムの実践が抑うつ傾向と脳白質神経線維の結合性に及ぼす影響

（以上10件、一律100万円を助成。なお、所属は応募時のものを記載）

b. 一般課題（9件）

氏名	所属	研究テーマ
井上恒志郎	北海道医療大学 大学教育開発センター	一過性中強度運動による海馬CA1を介した記憶固定化の促進に関わる神経機構の解明 —逆行性トレーサーを用いた検討—
川田 将之	鹿児島大学 医学部	ウェアラブルセンサーを用いた臨床応用可能な歩行トレーニングシステムの開発
北嶋 康雄	長崎大学 原爆後障害医療研究所	骨格筋量を決定するタンパク分解系に着目した筋再生メカニズムの解明
坂光 徹彦	広島大学病院 スポーツ医科学センター	障害者スポーツ選手の活動現場における体温変化の実態調査 —熱中症予防を目指して—
夏堀 晃世	東京都医学総合研究所 精神行動医学研究分野	日中の運動によりもたらされる「良質な睡眠」の脳内機序の解明 —脳内アストロサイトの細胞内エネルギー状態に着目して—
西村 一樹	広島工業大学 環境学部	周期的低圧低酸素環境を用いた新しい健康増進システムの開発
原村 未来	鹿屋体育大学大学院 体育学研究科	子どもにおける自体重負荷運動時の呼吸代謝応答および筋活動水準の明確化 —子どものための自体重負荷運動プログラムの策定に向けて—
茂木 康嘉	尚美学園大学 総合政策学部	発育期における筋と腱形状の筋内・腱内部位差の検討
山梨 啓友	長崎大学大学院 医歯薬学総合研究科	地域在住高齢者の国際比較研究 —動脈硬化に着目したサルコペニアの病態解明—

※ 1名辞退

（以上9件、一律50万円を助成。なお、所属は応募時のものを記載）

2. ウェルネス事業

ウェルネス事業は、「健康づくりをサポートするプログラムの開発・提供・相談」および「健康づくりに関する普及啓発」を行っている。三事業三位一体運営におけるウェルネス事業としての特徴ある活動を展開するため、体力医学研究事業で得られた研究成果を活かし、健康調査事業における人間ドック・健診と連携した健康づくりプログラムを開発実施するとともに、ここで得られた健康づくりの成果を自治体、地域、企業・団体など広く一般社会に公開・提供している。

I. ウェルネス事業実施状況

ウェルネス事業実施実績	活動総回数	736回
	参加者総数	5,892人

ウェルネス事業の今期に実施した実績は、総回数が736回、総人数は5,892人であった。ウェルネス事業の内訳は、健康づくりプログラムが「支援プログラム」、「測定プログラム」、「運動プログラム」、そしてプログラム成果の普及啓発を目的とした「講演会・測定会」に分類し、各月別活動回数および参加者数は表1に示すとおりであった。

II. 健康づくりプログラムの概要

健診が、生活習慣病の早期発見・早期治療としてだけでなく、より軽度な段階からの改善に活かされ、健診を健康づくりの成果確認として利用する人を増やしていくことが重要と考え、“健診からはじめる健康づくり”という考えに則って人間ドック・健診と連携したプログラムに取り組んでいる。

人間ドック受診者が望ましい生活習慣に向けての積極的改善、健康行動の習慣化を獲得できるよう、健診フォローアッププログラムを実施した。プログラムはその内容から大きく3種類に分類され、各プログラムの今期の実施回数と人数の実績は、次の通りであった。(表1)

支援プログラム	462回	2,851人
測定プログラム	123回	251人
運動プログラム	104回	846人

1. 支援プログラム (表2)

(1) 健康支援室

健康支援室では、健康づくりの意識向上・動機づけを目的として、人間ドック・健診の受診者との面接を実施した。健康意識が高まる健診受診時が生活習慣の改善提案に最も適したタイミングと考え、当健診センターの人間ドック初回受診者を主な対象として、健診からはじめる健康づくりの考え方と、今後の継続受診の重要性を訴えた。健康支援室の実績は、今期218回開催し、2,093人であった。

(2) その他の支援プログラム

支援プログラムとして「健康支援室」のほかに、「生活チェック」「個別健康づくり相談」の常設プログラムと、「ウェルネスブース」「ミニ教室」「座りすぎ見直しキャンペーン」などの企画プログラムを実施した。

「生活チェック」は、日常生活の身体活動量や食傾向の現状把握を目的とするもので今期は221人に実施した。「ウェルネスブース」は、人間ドック・健診の受診中に検査待ち時間を活用して健康啓発活動を行うもので、昨年度に引き続き「疲労度セルフチェック」を行ない、今期は41回の開催で343人が参加した。

また、最新の身体活動量計を導入し、これまでの活動的な評価だけでなく座位行動に着目し、“座りすぎ”をテーマとした「ミニ教室」ならびに「座りすぎ見直しキャンペーン」を企画し、人間ドック・健診の受診者に身体活動量計を配布した。今期の参加者は合わせて85人であった。

2. 測定プログラム（表3）

(1) 運動健診

運動健診は、運動に関連する科学的な測定によって健康度を診断し、適切な運動を提示する独自の運動処方プログラムである。運動健診には「フルコース」（7項目）、「メタボ&ロコモ対策コース」（4項目）および「フィットネスウォーキングコース」（3項目）の3コースを設定し、目的別を選択可能である。また、運動健診の各項目を他の健康セミナー等に導入する「企画コース」も実施した。今期は112回で150人が参加し、各コースの実施回数と人数は表3のとおりである。

(2) その他の測定プログラム

その他の測定プログラムとして、軽度認知障害（MCI）に関連して血液検査ならびに身体組成や身体活動量などを測定した。高齢化社会における認知症への早期の対策として、このたびMCIリスクスクリーニング血液検査を人間ドック・健診で導入したことを機に、認知症予防として今後ますます重要とされる身体活動とMCIとの関連を研究課題と位置づけて測定した。今期のこの特別プログラムは表3のとおり11回開催し、101人が参加した。

3. 運動プログラム（表4）

(1) MYヘルスプログラム

MYヘルスプログラムは、当施設の運動設備を活用して自分自身に合った運動プログラムを自ら作成し、実践するものである。また運動実践効果は継続することによって得られるため、本プログラムの参加者にはより継続的に参加できる環境を提供してきており、これまで11年間継続して開催している。年に1回の運動健診の測定によって継続実施効果を確認するとともに、運動プログラムを見直して適切な運動の習慣化を促進している。今期は表4のとおり87回開催し、のべ744人が参加した。

(2) がん再発予防プログラム

がんの素因保有者の健康課題を考慮した健康づくりを開発することが望まれており、中高年女性で最も多いとされる乳がんについて、手術経験者に対する肥満予防、骨粗鬆症予防、メンタルヘルスの改善を目的としたがん再発予防プログラムを2012年度から月に1回開催している。

このプログラムでは、当健診センターの乳がん術後検診の受診者を対象に、共通した経験を持つ者のコミュニティ構築に重点を置き、集団教室として定期的に開催することにより、運動を継続的に実践できるようにした。今期の実績は11回、89人である。

4. MYヘルス会（表5）

(1) 健康増進プラン

MYヘルス会は、国民健康保険加入者を対象として創設されたもので、今期で3期目を迎えた。健康管理プランの健診受診時に「健康支援室」にて支援したのちに、希望者には「健康増進プラン」として健康支援コースおよび運動健診コースを設け、支援や運動プログラムをMYヘルス会会員向けに実施した。開催期間は今期当初の4～5月および今期末の12月～翌年3月までで、今期の実績は表5のとおり健康支援室が92回、198人、健康増進プランが合計79人である。

(2) MYヘルスセミナー

MYヘルス会会員を主な対象としたセミナーを昨年度に引き続き開催した。開催時期は2017年1月～3月で3回開催した。合計の参加者数は39人であった。各回のテーマは、巻末の健康啓発活動実績「MYヘルスセミナー」に示した。

Ⅲ. 健康づくりプログラムの普及啓発活動の推進

健康づくりプログラムの普及啓発活動は、独自に取り組んでいるプログラムをより多くの方に理解してもらい、健康づくりを実践する人を増やすことを目指すものである。

1. 健康づくり講演会・測定会の開催および講師派遣（表1）

講演会や測定会では、特に生活習慣病、がん、メンタルヘルスに関連した最新情報を取り上げ、これまでに取り組んだ成果等をわかりやすく解説した。今期の講演会・測定会の開催は以下のとおりである。

講演会・測定会	47回	1,944人
---------	-----	--------

開催したプログラム種類の件数は自治体関連7件、企業・健康保険組合関連11件、指導者養成等団体関連10件であり、のべ47回開催、1,944人が参加した。講演会・測定会のテーマは巻末の健康啓発活動実績「講演会・測定会」に示した。

また、測定会で得られたデータは、参加者個人の健康づくりに役立てるとともに、結果を解析し、講演資料として活用するとともに学会報告に用いている。

2. 研究活動、学会・研修会活動（表6）

研究活動や学会・研修会への発表および参加は、最新の学術的情報を得るとともに、これまでの調査・研究の成果を専門的に整理し報告することで、広く一般に告知するものであり、健康づくりの普及啓発として重要な活動である。

論文や出版物などによる報告は今期10件、学会発表は日本運動処方学会、日本人間ドック学会、日本総合健診医学会などにおいて今期は合計13演題であった。演題は各プログラムの活動の成果をまとめたものであり、発表の詳細は巻末の研究活動業績「論文、報告書、出版物などの報告・発行」

(A5、9、11、20、21、28～32) および「学会・研究会の発表」(B7、9、10、11、23、28～35)に記した。

また、研修会への参加は、これまでと同様に健康運動指導士としてのスキルアップに役立つテーマに沿ったものを推奨した。特に健康経営に関するセミナーに積極的に参加して最新の情報収集に努め、“健康経営アドバイザー”の認定資格取得を積極的に奨励し、4名が認定を受けた。今期の学会・研修会への参加はのべ20回であった。

3. 健康づくり情報の発信

広く一般の健康増進に役立つよう、これまでに開発した健康づくりプログラムやその成果等をわかりやすく解説し、健康づくりに関する情報を発信した。ホームページを通して健康情報を発信する「健康づくりウォッチ」を昨年度に開設し、今期のウェルネス事業担当分ではリラックス&リフレッシュ体操を全6回で解説、紹介した。なお、全体では計20テーマを掲載した。各テーマは巻末の健康啓発活動実績「健康づくりウォッチ」に示した。

IV. 東日本大震災被災者支援活動（表7）

社会貢献活動の一環として、東日本大震災被災者の健康の保持増進にウェルネス事業が保有する資源を用いて支援するものである。

1. まごころ健診受診者に対する健康づくり支援

新宿区で避難生活を送る東日本大震災被災者の健康診断「まごころ健診」受診時に、健康支援室と同様の対応によって、運動や食事面に関して個別の健康づくり支援を実施した。今期の実績は表7のとおり5人であった。

2. 都内避難者に対する健康づくり支援

避難生活では精神心理的に大きな負担が感じられることが指摘されており、これまでに取り組んできたメンタルヘルスに関連するプログラムをより多くの人に提案している。今期は昨年を引き続き「東京ボランティア・市民活動センター」と連携し、“【広域避難者交流会】お正月準備の会in町田”において「認知機能向上運動」「スタンツ力試し運動」を実施した。当事業団の実施したプログラムへの参加者は100人であった。

表1 健康づくりプログラム

月	支援プログラム		測定プログラム		運動プログラム		講演会 測定会		合計	
	回数	人数	回数	人数	回数	人数	回数	人数	回数	人数
4	34	202	13	28	10	75	3	75	60	380
5	29	239	12	97	8	68	1	16	50	420
6	36	254	16	24	10	88	5	158	67	524
7	33	225	10	10	10	83	2	188	55	506
8	42	261	8	9	0	0	5	285	55	555
9	44	291	10	12	11	86	3	75	68	464
10	44	290	7	8	9	75	4	85	64	458
11	38	252	5	8	11	68	6	395	60	723
12	33	182	4	5	7	52	4	223	48	462
1	30	196	7	11	8	72	4	151	49	430
2	46	223	15	20	10	85	5	203	76	531
3	53	236	16	19	10	94	5	90	84	439
合計	462	2,851	123	251	104	846	47	1,944	736	5,892

表2 支援プログラム

	回数	人数
健康支援室	218	2,093
その他	244	758
主な内訳		
生活チェック	89	221
ウェルネスブース	41	343
ミニ教室	10	29
座りすぎ見直し	29	56

表3 測定プログラム

	回数	人数
運動健診	112	150
内訳		
フルコース	27	31
メタボ&ロコモ対策コース	36	47
フィットネスウォーキングコース	23	26
企画コース	26	46
その他（MCI 研究関連）	11	101

表4 運動プログラム

	回数	人数
MY ヘルスプログラム	87	744
がん再発予防プログラム	11	89
その他	6	13

表5 MYヘルス会

	回数	人数
健康支援者	92	198
健康増進プラン	健康支援コース	26
	運動健診コース（メタボ&ロコモ）	42
	運動健診コース（フィットネスウォーキング）	11
MYヘルスセミナー	全3回開催 ※各回のテーマは巻末の健康啓発活動実績参照	39

表6 学会、研修会

	件数
論文・報告・出版物	10件
学会発表	13題
学会 / 研修会参加	20回

表7 東日本大震災被災者支援活動

	人数
個別健診健康づくり支援	5
避難者健康づくり支援	100

3. 健康調査事業

健康調査事業は、公益的な活動として「調査研究」業務および「人間ドック」業務を推進している。調査研究業務では、人間ドック等から得られる心と身体の両面のさまざまなデータを分析し、研究活動およびその知見の普及啓発に取り組んでいる。また、健康や病気に関する不安や疑問に対する健康相談を行うほか、適切な健康の維持増進に取り組む人を増やすべく公益的な活動として健康情報の提供を行っている。

I. 調査研究業務

調査研究業務では、三位一体運営として体力医学研究事業およびウェルネス事業と連携し、人間ドックリソースの活用、研究活動および情報提供に取り組んだ。

1. 人間ドックリソースの活用

(1) 健診データの解析

これまでに蓄積された健診データと身体活動・運動との関連について、特に疫学的手法を用いて検討した。また、医療職による各専門分野に関連した独自の調査研究テーマを策定し、研究を推進した。

(2) MCI 血液検査を活用した研究

新たに導入した軽度認知機能低下（MCI）のリスクスクリーニング血液検査を活用し、身体活動と認知症予防に関する研究を実施した。本研究は体力医学研究所およびウェルネス開発室の連携協力のもとに実施した。

(3) 新身体活動量計導入に対する計画立案

新しい身体活動量計の導入とともに、人間ドックデータとの関連を研究するための計画立案を進めた。これまで人間ドックの大きな特徴として実施してきた生活習慣調査の見直しを含め、ライフスタイルに着目した新しい人間ドックを次年度実施予定である。

2. 論文発表・学会報告、講習会の開催

(1) 論文発表・学会報告

国内外の学会誌への論文発表が4件（巻末業績 A5、20、21、32）、および学会報告は8件（巻末業績 B7、9、10、11、23、34、35、36）であった。特に、睡眠、身体活動量とメタボリックシンドロームとの関連に関する研究発表は、日本総合健診医学会において表彰を受けた。

(2) 講演会の開催

MYヘルス会会員を主対象とした「MYヘルスセミナー 2016」を昨年に続いて開催した。参加者は95人であった。内容は認知症ならびに子宮がんに関するものであった。

また、ウェルネス開発室の運営によりMYヘルス会会員を対象に「MYヘルスセミナー」を3回開催し、参加者は合計39人であった。また健診センターの運営により企業の職員を対象として、乳がん検診の啓発を目的とした健康啓発セミナーを開催し、参加者は50人であった。

各回のテーマは、巻末の健康啓発活動実績「MYヘルスセミナー」に示した。

3. 健康啓発・健康情報の提供

(1) 健診受診後のフォローアップの充実

健診結果が要精密検査や再検査と判定された者に対して受診勧奨し、積極的な健康管理を促した。

(2) 医師面談・電話相談・健康づくり相談の実施

健診結果を踏まえた個別相談を実施するとともに、健診に関する一般的な電話相談を実施した。今期の電話相談は578件であった。

(3) オリジナル資料の作成

健診で行う検査に関連したオリジナルな説明資料を作成し、新しく整備された情報コーナーにて展示配布した。テーマは視野検査、便潜血、胸部X線に関するものである。また、健診後の食事に対する情報提供も行った。

(4) ホームページでの情報発信

ホームページを活用した健康情報発信は、「医師のコラム」などで今期12件であった。「健康づくりウォッチ」は三事業からテーマを選定し、今期は合計20テーマを掲載した。各テーマは巻末の健康啓発活動実績「健康づくりウォッチ」に示した。

II. 人間ドック業務

人間ドック業務は特例民法法人最後の事業年度である「第51期（平成24年4月－平成24年7月）」から新たに使用することとなった業務名である。

1. 第5期（平成28年度）人間ドック等受診状況

(1) 性・健診コース別受診者数

表1は、第5期（平成28年4月1日から平成29年3月31日）と第4期（平成27年4月1日から平成28年3月31日）の受診者数を性・健診コース別の受診者数とその割合を示したものである。なお、各健診コースの内容は以下のとおりである。

「人間ドック」は日本人間ドック学会で定められている基本検査項目を全て満たしているコース、「生活習慣病健診」は人間ドックのコースの検査項目から腹部超音波や一部の血液項目が検査されていないコース、「定期健康診断等」は労働安全衛生規則により定められている項目ならびにそれに準ずるコース、「その他の健診」は婦人科、乳腺などの単独の健診や区民健診、東日本大震災により新宿区に避難されている方々を対象にした「まごころ健診」などである。

表1. 平成28年度（第5期）・平成27年度（第4期）の
性・健診コース別受診者数と平均年齢

		平成28年度（第5期）						平成27年度（第4期）					
		男性		女性		合計		男性		女性		合計	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
受診者数	人間ドック	5,351	80.1	5,100	74.6	10,451	77.4	5,508	80.9	5,118	73.9	10,626	77.4
	生活習慣病健診	598	9.0	820	12.0	1,418	10.5	625	9.2	848	12.2	1,473	10.7
	定期健康診断等	678	10.2	636	9.3	1,314	9.7	633	9.3	683	9.9	1,316	9.6
	その他の健診	51	0.8	277	4.1	328	2.4	41	0.6	280	4.0	321	2.3
	合計	6,678	100	6,833	100	13,511	100	6,807	100	6,929	100	13,736	100
平均年齢 (歳)	人間ドック	52.3		52.1		52.2		52.0		52.1		52.1	
	生活習慣病健診	46.8		48.4		47.7		46.7		47.9		48.7	
	定期健康診断等	30.2		30.5		30.4		30.3		30.4		30.4	
	その他の健診	43.1		47.8		47.1		46.9		49.3		49.6	
	合計	49.5		49.5		49.5		49.5		49.5		49.5	

- 平成28年度（第5期）の各健診コース合計の受診者数は13,511人で、平成27年度に比べ、男性が129人、女性が96人とともに減少し、男女合計では225人減少した。
- 平成28年度は女性の受診割合が前年よりもさらに増加した。
- 各健診コースの受診割合は、人間ドックでは男性が減少となった。生活習慣病健診は男女とも減少をした。
- 表1には各コースの平均年齢を示した。男女とも人間ドックのコースは50歳代前半、生活習慣病コースは40歳代後半、定期健康診断等のコースは30歳代前半であった。

(2) 性・月別受診者数

表2は平成28年度（第5期）と平成27年度（第4期）の性・月別受診者数とその割合を示したものである。

表2. 平成28年度（第5期）・平成27年度（第4期）の
性・月別受診者数

	平成28年度（第5期）						平成27年度（第4期）					
	男性		女性		合計		男性		女性		合計	
	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
4月	280	4.2	257	3.8	537	4.0	228	3.3	231	3.3	459	3.3
5月	341	5.1	300	4.4	641	4.7	301	4.4	349	5.0	650	4.7
6月	755	11.3	734	10.7	1,489	11.0	754	11.1	762	11.0	1,516	11.0
7月	633	9.5	763	11.2	1,396	10.3	769	11.3	705	10.2	1,474	10.7
8月	646	9.7	647	9.5	1,293	9.6	601	8.8	578	8.3	1,179	8.6
9月	720	10.8	856	12.5	1,576	11.7	744	10.9	812	11.7	1,556	11.3
10月	843	12.6	934	13.7	1,777	13.2	900	13.2	1,035	14.9	1,935	14.1
11月	623	9.3	677	9.9	1,300	9.6	623	9.2	702	10.1	1,325	9.6
12月	457	6.8	451	6.6	908	6.7	446	6.6	461	6.7	907	6.6
1月	504	7.5	380	5.6	884	6.5	461	6.8	405	5.8	866	6.3
2月	474	7.1	411	6.0	885	6.6	537	7.9	424	6.1	961	7.0
3月	402	6.0	423	6.2	825	6.1	443	6.5	465	6.7	908	6.6
合計	6,678	100	6,833	100	13,511	100	6,807	100	6,929	100	13,736	100

- 平成28年度（第5期）は7ヶ月、特に10月が前年度より大きく減少した。
- 平成28年度（第5期）の健診稼働日は235日（男性119日、女性116日）と前年より3日増加した。1日の平均受診者数は57.5人（男性56.1人、女性58.9人）と減少した。

3) 平成 28 年度 (第 5 期) の月別の 1 日平均受診者数は、最少受診月の 4 月では男性が 31.1 人 (前年 25.3 人)、女性が 32.1 人 (前年 28.9 人) と増加。最多受診月の 10 月では男性が 79.6 人 (前年 75.0 人)、女性が 84.9 人 (前年 94.1 人) であった。

(3) 性・年齢階級別受診者数

表 3 は、平成 28 年 (第 5 期) と平成 27 年 (第 4 期) の受診者数を性・年齢階級別に示したものである。

表 3. 平成 28 年度 (第 5 期) ・平成 27 年度 (第 4 期) の性・年齢階級別受診者数

	平成 28 年度 (第 5 期)						平成 27 年度 (第 4 期)					
	男性		女性		合計		男性		女性		合計	
	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
29 歳以下	365	5.5	372	5.4	737	5.5	317	4.7	397	5.7	714	5.2
30 - 39 歳	1,032	15.5	1,016	14.9	2,048	15.2	1,079	15.9	1,006	14.5	2,085	15.2
40 - 49 歳	2,113	31.6	2,077	30.4	4,190	31.0	2,184	32.1	2,087	30.1	4,271	31.1
50 - 59 歳	1,651	24.7	1,889	27.6	3,537	26.2	1,655	24.3	1,904	27.5	3,559	25.9
60 - 69 歳	1,136	17.0	1,160	17.0	2,296	17.0	1,177	17.3	1,213	17.5	2,390	17.4
70 歳以上	381	5.7	322	4.7	703	5.2	395	5.8	322	4.6	717	5.2
合 計	6,678	100	6,833	100	13,511	100	6,807	100	6,929	100	13,736	100

1) 平成 28 年度 (第 5 期) と平成 27 年度 (第 4 期) の年齢階級別の受診者数を比較したところ、40 - 49 歳、50 - 59 歳、60 - 69 歳の高比率層、および 70 歳以上において減少した。

2) 男性が 29 歳以下、女性は 30 - 39 歳の年齢階級のみ増加した。

(4) 性・受診回数別受診者数

表 4 は性別に受診回数とその割合を示したものである。

表 4. 平成 28 年度 (第 5 期) ・平成 27 年度 (第 4 期) の性・受診回数別受診者数

	平成 28 年度 (第 5 期)						平成 27 年度 (第 4 期)					
	男性		女性		合計		男性		女性		合計	
	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
初回受診	1,131	16.9	1,215	17.8	2,346	17.4	1,265	18.6	1,193	17.2	2,458	17.9
2 回	756	11.3	705	10.3	1,461	10.8	712	10.5	755	10.9	1,467	10.7
3 回	555	8.3	565	8.3	1,120	8.3	634	9.3	584	8.4	1,218	8.9
4 回	500	7.5	473	6.9	973	7.2	440	6.5	586	8.5	1,026	7.5
5 回	379	5.7	477	7.0	856	6.3	508	7.5	441	6.4	949	6.9
6 - 9 回	1,435	21.5	1,553	22.7	2,988	22.1	1,407	20.7	1,680	24.2	3,087	22.5
10 - 14 回	1,041	15.6	1,132	16.6	2,173	16.1	962	14.1	1,019	14.7	1,981	14.4
15 - 19 回	457	6.8	406	5.9	863	6.4	463	6.8	370	5.3	833	6.1
20 - 24 回	235	3.5	178	2.6	413	3.1	249	3.7	179	2.6	428	3.1
25 - 29 回	123	1.8	91	1.3	214	1.6	110	1.6	96	1.4	206	1.5
30 回以上	66	1.0	38	0.6	104	0.8	57	0.8	26	0.4	83	0.6
合 計	6,678	100	6,833	100	13,511	100	6,807	100	6,929	100	13,736	100

1) 初回受診について、平成 28 年度 (第 5 期) は前年度に比べ男性が 134 人減少により、男女合計でも 112 人減少した。

- 2) 平成 28 年度（第 5 期）は前年度に比べて、受診回数「2 回－ 9 回」は男女とも減少（男性 76 人、女性 273 人）、受診回数「10 回以上」は男女ともに増加（男性 81 人、女性 155 人）となった。
- 3) 健診センターが設立されてから 40 年以上が経過した中で、「30 回以上」の受診者数は男性で 66 人（1.0%）、女性で 38 人（0.6%）であった。

(5) 契約健保・団体、個人一般からの受診状況

表 5 は、契約健康保険組合と事業所団体（健保・団体）、ならびに個人（一般・個人）からの受診状況を示したものである。なお、表に示した健診コースである「まごころ健診」、「新宿区民健診」、「リレー（健保・団体脱退）」も一般・個人の受診であるが、これら 3 つのコースの受診状況を示すために個別に掲載した。

表 5. 平成 28 年度（第 5 期）・平成 27 年度（第 4 期）の
性・契約（一般・団体）別受診者数

	平成 28 年度（第 5 期）						平成 27 年度（第 4 期）					
	男性		女性		合計		男性		女性		合計	
	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
まごころ健診（被災者支援）	0	0.0	9	0.1	9	0.1	1	0.0	1	0.0	2	0.0
新宿区民健診	0	0.0	32	0.5	32	0.2	0	0.0	43	0.6	43	0.3
リレー（健保・団体脱退）	90	1.3	76	1.1	166	1.2	120	1.8	87	1.3	207	1.5
一般・個人	78	1.2	81	1.2	159	1.2	110	1.6	122	1.8	232	1.7
健保・団体	6,510	97.5	6,635	97.1	13,145	97.3	6,576	96.6	6,676	96.3	13,252	96.5
合計	6,678	100	6,833	100	13,511	100	6,807	100	6,929	100	13,736	100

- 1) 契約健康保険組合と事業所団体（健保・団体）からの平成 28 年度（第 5 期）の受診者合計は 97.3%となり、前年度より増加した。
- 2) 「まごころ健診」は東日本大震災の影響により新宿区に避難されてきた方々を対象に、平成 23 年度より開始したものであるが、平成 28 年度（第 5 期）は 9 人と増加した。
- 3) 新宿区民健診は「まごころ健診」と並行して平成 23 年度より開始した健診であるが、平成 28 年度（第 5 期）の受診者数は 32 人と減少した。
- 4) 「リレー」は健康保険組合を脱退された方や事業所からの健診補助金がなくなった方が継続して受診できるように配慮したものであるが、「MYヘルス会」へ移行受診者の区分変更を継続し平成 28 年度（第 5 期）は 41 人減少した。
- 5) 平成 26 年度 12 月に公益事業として、国民健康保険組合加入者を対象に創設した「MYヘルス会」の受診者数は、事業所団体（健保・団体）に含まれている。

(6) 性・年齢階級別腹部超音波・上部消化管（X線・内視鏡）検査の受診状況

表6は性・年齢階級別の腹部超音波、上部消化管X線、上部消化管内視鏡による各検査の受診者数とその割合を示したものである。

表6. 平成28年度（第5期）・平成27年度（第4期）の
性・年齢階級別腹部超音波・上部消化管（X線・内視鏡）検査受診状況

(男性)

	受診者数	平成28年度（第5期）						受診者数	平成27年度（第4期）					
		腹部超音波		上部消化管X線		上部消化管内視鏡			腹部超音波		上部消化管X線		上部消化管内視鏡	
		人	%	人	%	人	%		人	%	人	%	人	%
29歳以下	365	42	11.5	31	8.5	6	1.6	317	27	8.5	20	6.3	6	1.9
30 - 39歳	1,032	581	56.3	562	54.5	92	8.9	1,079	652	60.4	615	57.0	91	8.4
40 - 49歳	2,113	1,990	94.2	1,654	78.3	323	15.3	2,184	2,065	94.6	1,740	79.7	288	13.2
50 - 59歳	1,651	1,584	95.9	1,188	72.0	339	20.5	1,655	1,580	95.5	1,266	76.5	261	15.8
60 - 69歳	1,136	1,097	96.6	750	66.0	269	23.7	1,177	1,121	95.2	797	67.7	252	21.4
70歳以上	381	373	97.9	198	52.0	97	25.5	395	382	96.7	220	55.7	85	21.5
合計	6,678	5,667	84.9	4,383	65.6	1,126	16.9	6,807	5,827	85.6	4,658	68.4	983	14.4

(女性)

	受診者数	平成28年度（第5期）						受診者数	平成27年度（第4期）					
		腹部超音波		上部消化管X線		上部消化管内視鏡			腹部超音波		上部消化管X線		上部消化管内視鏡	
		人	%	人	%	人	%		人	%	人	%	人	%
29歳以下	372	32	8.6	20	5.4	5	1.3	397	23	5.8	15	3.8	6	1.5
30 - 39歳	1,016	589	58.0	497	48.9	91	9.0	1,006	583	58.0	490	48.7	87	8.6
40 - 49歳	2,077	1,791	86.2	1,352	65.1	375	18.1	2,087	1,783	85.4	1,464	70.1	296	14.2
50 - 59歳	1,886	1,642	87.1	1,155	61.2	323	17.1	1,904	1,635	85.9	1,249	65.5	271	14.2
60 - 69歳	1,160	1,050	90.5	707	60.9	202	17.4	1,213	1,081	89.1	775	63.9	188	15.5
70歳以上	322	296	91.9	169	52.5	64	19.9	322	298	92.5	177	55.0	51	15.8
合計	6,833	5,400	79.0	3,900	57.1	1,060	15.5	6,929	5,403	78.0	4,170	60.2	899	13.0

1) 平成28年度（第5期）の腹部超音波検査の実施率は男性が84.9（前年85.6）%、女性が79.0（前年78.0）%と、前年度に比べ女性は高くなった。

なお、定期健康診断や生活習慣病健診のコースを選択することの多い29歳以下では男女ともに実施率は低かった。

2) 上部消化管X線検査の実施率は、前年度に比べ男女とも低下し、逆に上部消化管内視鏡検査の実施者ならびに実施率は男女とも増加・上昇した。

(7) 女性の婦人科検診、乳房検査の実施状況

表7は女性の婦人科検診、乳房検診の実施状況、ならびに乳房検診におけるエコー（超音波）とマンモグラフィの実施者数と実施率を示したものである。

表7. 平成28年度（第5期）・平成27年度（第4期）の
年齢階級別婦人科検診・乳腺検診受診状況

	受診者数	平成28年度（第5期）							
		婦人科検診		乳房検診		エコー		マンモグラフィ	
		人	%	人	%	人	%	人	%
29歳以下	372	63	16.9	82	22.0	80	21.5	2	0.5
30 - 39歳	1,016	592	58.3	748	73.6	674	66.3	89	8.8
40 - 49歳	2,077	1,474	71.0	1,684	81.1	868	41.8	979	47.1
50 - 59歳	1,886	1,244	66.0	1,457	77.3	520	27.6	990	52.5
60 - 69歳	1,160	763	65.8	898	77.4	302	26.0	614	52.9
70歳以上	322	182	56.5	230	71.4	96	29.8	143	44.4
合計	6,833	4,318	63.2	5,099	74.6	2,540	37.2	2,817	41.2

	受診者数	平成27年度（第4期）							
		婦人科検診		乳房検診		エコー		マンモグラフィ	
		人	%	人	%	人	%	人	%
29歳以下	397	79	19.9	103	25.9	98	24.7	5	1.3
30 - 39歳	1,006	600	59.6	716	71.2	628	62.4	92	9.1
40 - 49歳	2,087	1,497	71.7	1,682	80.6	738	35.4	956	45.8
50 - 59歳	1,904	1,298	68.2	1,472	77.3	522	27.4	971	51.0
60 - 69歳	1,213	817	67.4	928	76.5	308	25.4	641	52.8
70歳以上	322	176	54.7	230	71.4	97	30.1	139	43.2
合計	6,929	4,467	64.5	5,131	74.1	2,391	34.5	2,804	40.5

- 1) 平成28年度（第5期）の年齢階級別で29歳以下は、婦人科検診16.9（前年19.9）%、乳房検診22.0（前年25.9）%、エコー21.5（前年24.7）%、マンモグラフィ0.5（前年1.3）%と全ての健診で実施率は低下した。
- 2) 30歳代になると検査の実施率は上昇し、平成28年度（第5期）の婦人科検診、乳房検診の実施率が最も高かった年齢階級は前年度と同様40 - 49歳代であった。
- 3) 乳房検診では、40歳以上の受診者には、マンモグラフィを勧奨していることもあり、エコーの実施率は30 - 39歳が最も高く（66.3%）、40 - 49歳からマンモグラフィの実施率が高くなる（47.1%）。
- 4) 40 - 49歳の受診者は、併用推奨によりエコーの実施者が41.8（前年35.4）%と上昇した。

(8) 性・検査対象疾患別の判定結果

表8は、人間ドック学会統計に準じて検査対象疾患別の判定結果を男女別に示したものである。平成26年度（第3期）より変更された学会統計区分により集計した。

なお、判定は以下の通り人間ドック学会の判定基準に準拠した。

- C : 生活習慣の改善ならびに経過観察が必要
- D1 : 治療が必要
- D2 : 精密検査が必要
- E : 継続治療

表 8. 平成 28 年度（第 5 期）・平成 27 年度（第 4 期）の
性・検査対象疾患別判定結果

疾患名	検査方法	性別	平成 28 年度 (第 5 期)				平成 27 年度 (第 4 期)			
			判定区分 (%)				判定区分 (%)			
			C	D 1	D 2	E	C	D 1	D 2	E
肥 満 (過 体 重)	身 体 測 定	男	28.3	0.0	0.0	0.0	28.4	0.0	0.0	0.0
		女	14.6	0.0	0.0	0.0	13.3	0.0	0.0	0.0
呼 吸 器 疾 患	胸 部 X 線	男	1.7	0.0	0.8	0.1	4.8	0.0	1.1	0.1
		女	1.2	0.1	0.9	0.1	3.4	0.0	1.1	0.1
高 血 圧	血 圧 測 定	男	9.6	2.5	0.0	16.9	8.7	2.4	0.0	17.1
		女	4.1	0.7	0.0	8.6	3.8	0.6	0.0	8.6
高コレステロール	血 液 生 化 学	男	24.2	3.6	0.0	0.0	22.7	3.4	0.0	0.0
		女	20.8	3.6	0.0	0.0	20.6	3.4	0.0	0.0
高 中 性 脂 肪	血 液 生 化 学	男	6.9	0.4	0.0	0.0	6.3	0.3	0.0	0.0
		女	1.8	0.0	0.0	0.0	1.9	0.0	0.0	0.0
高 尿 酸	血 液 生 化 学	男	6.6	0.8	0.0	6.0	6.5	1.0	0.0	5.7
		女	0.5	0.1	0.0	0.1	0.7	0.0	0.0	0.1
心 電 図 異 常	心 電 図	男	8.6	0.0	1.1	0.8	8.3	0.1	1.2	0.6
		女	6.5	0.0	0.7	0.1	5.6	0.0	1.2	0.1
食 道 疾 患	胃 部 X 線 胃 部 内 視 鏡	男	1.3	0.0	0.5	0.0	1.0	0.0	0.7	0.0
		女	1.7	0.0	0.4	0.0	0.7	0.0	0.3	0.0
胃 疾 患	胃 部 X 線 胃 部 内 視 鏡	男	19.6	0.0	2.6	0.0	17.0	0.0	3.2	0.0
		女	28.6	0.0	2.0	0.0	26.6	0.0	2.5	0.0
十 二 指 腸 疾 患	胃 部 X 線	男	2.1	0.0	0.1	0.0	2.3	0.0	0.1	0.0
		女	1.0	0.0	0.0	0.0	0.9	0.0	0.1	0.0
胆 石・胆のうポリープ	腹 部 超 音 波	男	27.8	0.0	1.6	0.0	26.8	0.0	1.7	0.0
		女	19.6	0.0	1.2	0.0	19.0	0.0	1.3	0.0
肝 機 能 障 害 (脂 肪 肝 含)	血 液 生 化 学 腹 部 超 音 波	男	37.6	0.0	4.6	0.5	37.1	0.0	4.2	0.5
		女	12.7	0.0	0.6	0.4	13.3	0.0	0.8	0.3
糖 尿 病 (耐 糖 能 障 害)	血 液 生 化 学	男	12.9	3.9	0.4	5.0	8.9	3.0	0.2	5.0
		女	11.6	1.3	0.9	1.8	7.0	1.1	0.5	1.7
血 液 疾 患	血 液 生 化 学	男	8.9	0.0	3.5	0.1	11.1	0.0	2.8	0.0
		女	16.9	0.0	4.6	0.6	19.5	0.0	4.4	0.5
肛 門 ・ 大 腸 疾 患	便 潜 血 反 応	男	0.0	0.0	6.0	0.1	0.0	0.0	5.7	0.0
		女	0.0	0.0	5.7	0.0	0.0	0.0	5.7	0.0
前 立 腺 疾 患	P S A 検 査	男	0.1	0.0	6.5	0.1	0.0	0.0	5.8	0.0
		女	-	-	-	-	-	-	-	-
婦 人 科	婦 人 科	男	-	-	-	-	-	-	-	-
		女	19.9	0.6	5.3	1.6	20.2	1.0	5.5	1.8
乳 房 疾 患	触 診・超音波 マンモグラフィ	男	-	-	-	-	-	-	-	-
		女	6.6	0.0	1.4	0.0	5.6	0.0	1.2	0.0
その他の疾患		男	32.8	0.0	7.8	1.8	32.7	0.0	7.6	2.1
		女	26.1	0.0	5.6	2.4	27.0	0.0	6.2	1.9

- 平成 28 年度（第 5 期）の検査対象疾患別の判定結果で「要精密検査（D 2）」と判定された割合が高い疾患は、男性では①前立腺疾患、②肛門・大腸疾患、③肝機能障害（脂肪肝含）、女性では①肛門・大腸疾患、②婦人科、③血液疾患であった。
- 「生活習慣の改善ならびに経過観察が必要（C）」と判定された割合が高い疾患は、男性では①肝機能障害（脂肪肝含）、②肥満（過体重）、③高コレステロール、女性では①胃疾患、②高コレステロール、③婦人科であった。食事や運動などの生活習慣に関連した、高コレステロール、肝機能障害、さらには糖尿病などの割合も引き続き高かった。

活動業績一覧

研究活動業績

論文、報告書、出版物などの報告・発行

著者名	題名	掲載誌名・発行年	No.
永松俊哉	高齢者の認知機能、うつと身体活動	体育の科学 66, 427-432 (2016)	A1
概要	高齢者を対象にうつや気分の評価を行う場合、測定条件設定を明確にし、被験者に対して事前に十分な教示を行うことで自記式の回答に一定の信頼性を求めることは可能と思われる。一方、認知機能の調査測定を行う際には、問いかけて回答を聞き取るケースが多い。学術成果を目指す上では、調査測定の現場において様々な条件や所定の手続きを厳密に遵守することが肝要であろう。		
永松俊哉	青年期におけるメンタルヘルスと運動・スポーツ活動の関係	体力科学 65, 375-381 (2016)	A2
概要	子どもから大人へと成長する青年期は、心身の著しい発育への適応およびアイデンティティ確立等の課題に直面し、メンタルヘルスが絶えず脅かされる時期と考えられる。本稿はその一助として青年期の運動・スポーツ活動がメンタルヘルスの保持増進に貢献し得る可能性を検討した。総括すれば、青年期における積極的な運動・スポーツ活動の継続的な実施は、メンタルヘルスの維持改善に有効な方策になりうるものと思われる。		
Byun, K., Hyodo, K., Suwabe, K., Fukuie, T., Soya, H.	Possible neurophysiological mechanisms for mild-exercise-enhanced executive function: an fNIRS neuroimaging study.	The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine 5 (5), 361-367 (2016)	A3
概要	実行機能評価テストであるストループ課題と前頭前野の脳活動を簡便に測定できる近赤外線分光法 (fNIRS) を用いて、一過性の低強度運動が健常高齢者の実行機能を高めることと、その背景には運動による覚醒度の向上が関連していたことを明らかにした論文 (Byun ら, Neuroimage, 2014) を概説し、低強度運動による実行機能向上効果の生理メカニズムに関してドーパミンやアセチルコリンなどの神経伝達物質が関与する可能性を先行研究からまとめた。		
Okura, T., Tsuji, T., Tsunoda, K., Kitano, N., Yoon, JY., Saghazadeh, M., Soma, Y., Yoon, J., Kim, M., Jindo, T., Shen, S., Abe, T., Sato, A., Kunika, K., Fujii, K., Sugahara, H., Yano, M., Mitsuishi, Y.	Study protocol and overview of the Kasama Study: Creating a comprehensive, community-based system for preventive nursing care and supporting successful aging.	Journal of Physical Fitness and Sports Medicine 6 (1), 49-57 (2017)	A4
概要	本スタディプロトコル論文では、地域在住高齢者の健康、体力、身体活動に着目した中規模縦断研究「かさまスタディ」を紹介した。かさまスタディは2008年5月にスタートし、それ以降、現在(2015年3月)に至るまで計6つの研究・事業(1.かさま長寿健診、2.元気長寿!教室、3.運動支援ボランティア養成・自主活動サークル支援、4.男性教室、5.あたまと体のパワーアップ教室、6.いきいきチェックリスト調査)を遂行した。		

著者名	題名	掲載誌名・発行年	No.
甲斐裕子、角田憲治、永松俊哉、朽木 勤、内田 賢	日本人勤労者における座位行動とメンタルヘルスの関連	体力研究, 114, 1-10 (2016)	A5
概要	日本人勤労者を対象に、座位時間とメンタルヘルスの関係を横断的に検証した。その結果、男性では、座位時間が長いことはメンタルヘルス不良と関連していることが明らかとなった。特に、1日の座位時間が6時間未満の群と比べて、12時間以上の群ではメンタルヘルス不良が2倍以上多くなっていた。一方、女性では、座位時間の長さでメンタルヘルス不良との間に一定の傾向は認められなかった。		
須藤みず紀、安藤創一、永松俊哉	身体不活動者を対象としたストレッチ運動が気分と認知機能に及ぼす影響	体力研究, 114, 11-19 (2016)	A6
概要	身体活動量が低い成人男性を対象に一過性のストレッチ運動が認知機能と気分に関する影響について検証した。その結果、認知機能の向上のみならずポジティブな心理状態を誘発することが示された。したがって、身体不活動者への軽運動は効果的であることが示唆された。		
Sensui, H., Nagamatsu, T., Senoo, A., Miyamoto, R., Noriuchi, M., Fujimoto, T., Kikuchi, Y.	The effect of hip-hop dance training on neural response to emotional stimuli.	体力研究, 114, 20-29 (2016)	A7
概要	健常者を対象に、ヒップホップダンストレーニングが脳機能に及ぼす影響を検討した。トレーニングは60分間/回×週3回×3週間実施し、トレーニング期間の前後に感情刺激時の脳活動を機能的磁気共鳴画像法(fMRI)にて測定評価した。トレーニングにより、快刺激時には側頭頭頂接合部および島皮質の活動が亢進したことから、運動は精神面に対して何らかの好影響を及ぼす可能性が示された。		
Ando, S., Komiyama, T., Kokubu, M., Sudo, M., Kiyonaga, A., Tanaka, H., Higaki, Y.	Slowed response to peripheral visual stimuli during strenuous exercise.	Physiology & Behavior 161, 33-37 (2016)	A8
概要	運動中に周りが見えなくなるのかについて実験的に検証するために、中強度と高強度での運動中に視野の中心部と周辺部に呈示される視覚刺激に対する反応の早さを測定した。その結果、運動中には周辺視野刺激に対する反応のみが低下した。この結果は、運動中には視野の周辺部に呈示される視覚刺激に対する反応が低下することを示唆している。		

著者名	題名	掲載誌名・発行年	No.
Tsunoda, K., Kai, Y., Kitano, N., Uchida, K., Kuchiki, T., Nagamatsu, T.	Impact of physical activity on nonalcoholic steatohepatitis in people with nonalcoholic simple fatty liver: A prospective cohort study.	Preventive Medicine 88, 237-240 (2016)	A9
概要	非アルコール性単純脂肪肝患者における身体活動が脂肪肝炎発症に及ぼす影響を検討した。都内健診施設を受診した者のうち、1年以上の追跡データを有し、組み入れ基準を満たした者1149名を対象とした。分析の結果、高強度身体活動(7 METs以上)の実践により非アルコール性単純脂肪肝から脂肪肝炎への進行が予防されることが示唆された。一方、7 METs未滿の身体活動では、有意な進行予防効果が確認されなかった。		
Jindo, T., Kitano, N., Tsunoda K., Kusuda, M., Hotta, K., Okura, T.	Daily life physical activity modulates the effects of an exercise program on lower-extremity physical function in Japanese older adults.	Journal of Geriatric Physical Therapy [Epub ahead of print]	A10
概要	高齢者における運動教室期間中の日常生活の身体活動量が、下肢機能への効果に与える影響を検討した。その結果、身体活動量の変化にかかわらず、複雑な動作を含む下肢機能の向上が認められた。一方、通常歩行時間は身体活動量を維持した群においてのみ向上がみられたことから、期間中に身体活動量を維持することは歩行能力を向上させるために重要であると示唆された。		
中原(権藤)雄一、 角田憲治、甲斐裕子、 朽木 勤、内田 賢、 永松俊哉	勤労者における介護の有無と精神的健康度、身体活動量に関する検討	厚生指針 63, 1-6 (2016)	A11
概要	勤労者を対象に精神的健康度と身体活動量を介護の有無別ならびに性差について検討することを目的とした。介護者は非介護者と比べ精神的健康度が低く、自宅での活動量および総活動量が多かった。勤労者における介護は、心身ともに負担が大きく、女性においてはその傾向は顕著であることが示唆された。		
Tomiga, Y., Ito A., Sudo, M., Ando, S., Maruyama, A., Nakashima, S., Kawanaka, K., Uehara, Y., Kiyonaga, A., Tanaka, H., Higaki, Y.	Effects of environmental enrichment in aged mice on anxiety-like behaviors and neuronal nitric oxide synthase expression in the brain.	Biochem Biophys Res Commun. 476, 635-640 (2016)	A12
概要	動物モデルを用いて、老齢期からの豊かな環境飼育が情動及び脳内の一酸化窒素合成酵素の発現に及ぼす影響を検証した。その結果、老齢期からの豊かな環境飼育は、不安感情様を低下させることが示唆された。さらに、一酸化窒素合成酵素の増加を示した。		

著者名	題名	掲載誌名・発行年	No.
Kai, Y., Nagamatsu, T., Kitabatake, Y., Sensui, H.	Effects of stretching on menopausal and depressive symptoms in middle-aged women: A randomized controlled trial.	Menopause. 23 (8) , 827-832 (2016)	A13
概要	更年期には更年期症状を経験する女性が多く、約 25%が抑うつ状態になるという報告もある。そこで、何らかの更年期症状がある働く女性 40 名を対象に介入研究を実施した。20 名には、3 週間、ヨガを取り入れたストレッチを、寝る直前に 10 分間毎日行ってもらい、残りの 20 名には普段と同じ生活をしてもらった。その結果、ストレッチをした群では、更年期症状と抑うつ度の平均値が正常レベルまで軽減することが明らかになった。		
Sudo, M., Ando, S., Kano, Y.	Repeated blood flow restriction induces muscle fiber hypertrophy.	Muscle & Nerve 55 (2) , 274-276 (2016)	A14
概要	骨格筋への血流制限を伴った一過性のレジスタンス運動は筋損傷を誘発することなく筋タンパク質合成因子を活性化する。ゆえに、これらの運動様式を慢性的に負荷することによる影響を検証した。その結果、血流制限を伴ったレジスタンス運動は、単独の運動よりも骨格筋の顕著な肥大を誘発することが示された。		
藤井啓介、北濃成樹、神藤隆志、佐藤文音、國香想子、藤井悠也、大藏倫博	独居高齢者における地域活動への参加と抑うつとの関連性	理学療法科学 (印刷中)	A15
概要	本研究は、近年増加が顕著である独居高齢者に着目し、地域活動への参加と抑うつとの関連性を明らかにすることを目的に検討をおこなった。その結果、地域活動に参加している独居高齢者は参加していない独居高齢者に比べ、抑うつを有する可能性が有意に低く、非独居高齢者との間にも有意な差異を認めなかった。以上より、独居高齢者において地域活動に参加することは良好な心理的健康を保持することが示唆された。		
Osuka, Y., Fujita, S., Kitano, N., Kosaki, K., Seol, JH., Sawano, Y., Shi, HH., Fujii, Y., Maeda, S., Okura, T., Kobayashi, H., Tanaka, K.	Effects of aerobic and resistance training combined with fortified milk on muscle mass, muscle strength, and physical performance in older adults: a randomized controlled trial.	The Journal of Nutrition Health and Aging (in press)	A16
概要	高齢者を対象に、12 週間の運動直後の牛乳摂取が筋量、筋力、身体パフォーマンスに及ぼす影響について、有酸素性運動とレジスタンス運動を用いて RCT により比較検討した。対象者はレジスタンス運動 + 牛乳摂取群 (28 名) と有酸素性運動 + レジスタンス運動 + 牛乳摂取群 (28 名) に無作為に割り振られた。分析の結果、両群ともに筋力や身体パフォーマンスが向上したが、筋量が増加したのは有酸素性運動 + 牛乳摂取群のみであった。		

著者名	題名	掲載誌名・発行年	No.
Kanamori, S., Takamiya, T., Inoue, S., Kai, Y., Kawachi, I., Kondo, K.	Exercising alone versus with others and associations with subjective health status in older Japanese: The JAGES Cohort Study.	Scientific Reports 15, 39151 (2016)	A17
概要	高齢者が運動を1人でする場合と、家族や友人と一緒にする場合で、主観的健康感に違いがあるかと検証した。約2万人のデータを解析した結果、運動を家族や友人と一緒に運動している人は、1人でしている人と比べ、不健康と感じている人が少ないことが明らかになった。高齢者が家族や友人と一緒に運動することは、健康へのより大きな効果を期待できる可能性が示唆された。		
Suwabe, K., Hyodo, K., Byun, K., Ochi, G., Yassa, M.A., Soya, H.	Acute Moderate Exercise Improves Mnemonic Discrimination in Young Adults.	Hippocampus 27 (2), 229-234 (2016)	A18
概要	一過性の中強度運動が健常成人のパターンセパレーション機能（海馬歯状回が担う記憶機能で、類似記憶を識別する能力）に与える影響をランダム化比較試験で検証した。21人の健常成人が、10分間の中強度運動後に類似物体識別テストをおこなう条件と安静後にテストをおこなう条件を別日におこなった。安静条件に比べて、運動条件では類似物体識別テストの成績が高いことが明らかとなり、海馬歯状回が担うパターンセパレーション機能は一過性の中強度運動で高まることが示唆された。		
佐藤文音、神藤隆志、藤井啓介、辻 大士、北濃成樹、堀田和司、大藏倫博	高齢ボランティアが運営する運動サークルへの参加が地域在住女性高齢者の身体機能に与える影響 -自治体主催の専門家による運動教室修了後の検討-	日本プライマリ・ケア連 合学会誌 40 (1) , 9-15 (2017)	A19
概要	本研究は、自治体主催の専門家による運動教室を修了した女性高齢者が、高齢ボランティアが運営する運動サークルへ参加することで得る身体機能への効果を検討した。その結果、約1年間の運動サークルへの参加によって、女性高齢者の timed up and go の値に有意な短縮が認められた。高齢ボランティアが運営する運動サークルへの参加は、自治体主催の専門家による運動教室を修了した者の起居移動動作能力を向上させることが示唆された。		
永松俊哉、朽木 勤、角田憲治、小野寺由美子、山下陽子、須藤みず紀、加藤由華	女性勤労者のストレス反応、自律神経機能、および気分に至る軽運動の効果	体力研究 114, 30-34 (2016)	A20
概要	職域での実施が可能な軽運動プログラムを考案し、その一過性の実施が勤労者のストレス反応、自律神経機能、および気分に至る影響を検討した。その結果、本プログラムの実施により、頸肩部の痛みが緩和され、ストレス反応が軽減する効果が認められた。このことから、本プログラムを職域で実施することで勤労者のストレス・メンタルヘルスが改善されることが示唆された。		

著者名	題名	掲載誌名・発行年	No.
角田憲治、甲斐裕子、北濃成樹、内田賢、朽木勤、永松俊哉	活動的な集団における余暇活動と主観的健康感の関連 －集中型と分散型の実践で関連に違いがあるか?－	体力研究 114, 35-41 (2016)	A21
概要	成人における余暇身体活動頻度と主観的健康感との横断的関連性を検討した。2013年に都内健診施設を受診した10868名を分析対象とした。分析の結果、男性では、余暇身体活動量が高水準な者の中でも、週3日以上実践している者の方が、週2日以下の者よりも主観的健康感が高かった。一方、女性では余暇身体活動が高水準であることが高い主観的健康感と関連し、実践日数は関連しなかった。		
永松俊哉	からだのしくみの理解	社会福祉法人 全国社会福祉協議会 発達と老化の理解・こころとからだのしくみ 3月30日号, 80-93 (2016)	A22
概要	我々のからだは外部環境や身体内の変化に巧みに対応し、からだの内部の環境をほぼ一定に保つ機能を持っている。このような作用は恒常性(ホメオスタシス)とよばれ、この恒常性が大きく乱れたり破綻すると様々な病気や障害が生じる。恒常性は、生命を維持する重要なメカニズムであるため、様々な調整システムによって複雑にコントロールされており、恒常性によって調節される代表的な項目とその仕組みについて説明する。		
中原(権藤)雄一、角田憲治、藤本敏彦、永松俊哉	大学生における運動部活動参加の有無による精神的健康度の相違	体力研究 114, 42-46 (2016)	A23
概要	本研究では大学生を対象に、運動部所属の有無により体力および精神的健康度に違いが見られるかどうかについて検討した。その結果、運動部に所属している学生は運動部に所属していない学生に比べ体力が高く、精神的健康度が良好であることが示された。今後は縦断的に調査を進め、大学における運動部活動の影響を詳細に検討していく必要がある。		
永松俊哉	高齢者の心の健康 －運動を活用した対策－	一般社団法人 中高年齢者雇用福祉協会 ないすらいふ情報 5月1日号, 184-188(2016)	A24
概要	高齢者が健康を保持する上では、日頃からなるべく外出するよう心がけ、ストレッチのような軽運動を日課とすることが大切である。様々な研究成果を概観すると、狭小スペースで短時間に安全かつ気軽に実施できるストレッチは心の健康に有益ではないかと思われる。適度に体を動かす生活をより長く続けることが抑うつや認知症の予防には有効と思われる。		

著者名	題名	掲載誌名・発行年	No.
永松俊哉	運動とメンタルヘルス	株式会社法研 健康管理 63, 16-25 (2016)	A25
概要	中程度あるいは高強度の運動はメンタルヘルスに有効と思われるが、ストレッチのような軽運動でも効果があることが明らかになりつつある。特に、ストレスの多い人、低体力者、あるいは運動経験のない人などに軽運動は有用と思われる。安全面に留意した上で実施者が主体的に運動の習慣化を図ることが心の健康には重要と考えられる。		
永松俊哉	疲労とリカバリーのメカニズム	日本スポーツ企画出版 スマッシュ 10月号, 84-85 (2016)	A26
概要	テニスでは、サーブ、ストローク、ボレーといった瞬発的な筋収縮活動を駆使してポイントを奪いあい、ポイントが決まれば短いタイムオフ（休憩）がある。このように、動作の「オン」と「オフ」を繰り返す競技特性を持つ。テニスのトップアスリートが勝利を目指す上で、あるいはテニス愛好者が安全にテニスを楽しむために、「テニスの疲労」について考えてみることは重要と思われる。		
永松俊哉	高齢ドライバーの運転心得	朝日新聞出版 週刊朝日 12月2日号, 28-29 (2016)	A27
概要	高齢になると、複数の動作を同時にこなすことが難しくなる。車の運転に際しては、瞬時にこなす作業がいくつもあり、空間的な知覚のズレが生じやすくなると思われる。従って、高齢者の場合は、より慎重な行動が必要であり、車間距離も十分とる等の対処が事故防止には肝要である。		
小野寺由美子	運動処方に基づいたフィットネス指導 ～ACSMガイドラインの基礎解説～ 第4回 体脂肪測定法～精度と利便性～	HEALTH NETWORK (公社)日本フィットネス協会 7月号, 6-7 (2016)	A28
概要	主な体脂肪測定法の原理、利点、問題点に目を向け、アメリカスポーツ医学会(ACSM)の推奨する皮脂厚法を中心に解説をした。運動処方において身体組成を正しく評価することは重要となるが、体脂肪量の推定は必ず誤差が生じる。皮脂厚測定の誤差要因を理解して評価することが必要となる。		
小野寺由美子	運動処方に基づいたフィットネス指導 ～ACSMガイドラインの基礎解説～ 第5回 エネルギー計算をやってみよう! ～ウォーキングとジョギング～	HEALTH NETWORK (公社)日本フィットネス協会 8月号, 6-7 (2016)	A29
概要	アメリカスポーツ医学会(ACSM)の「運動処方の指針」に示されている有酸素運動のエネルギー消費量を求める方法を、ウォーキングとジョギングについて解説した。減量の運動処方を作成する際、設定した運動強度、時間、頻度によって確保できる運動量を求めることは、減量計画の目標達成のために必要な期間を設定するために必要である。		

著者名	題名	掲載誌名・発行年	No.
朽木 勤	運動処方に基づいたフィットネス指導 ～ ACSM ガイドラインの基礎解説～ 第9回 糖尿病の運動処方	HEALTH NETWORK (公社) 日本フィットネス 協会 12月号, 4-5 (2016)	A30
概要	糖尿病の運動処方について、アメリカスポーツ医学会 (ACSM) の「運動処方の指針」にそって解説をした。糖尿病は我が国でも増加傾向にあり、健康経営においても重症化予防の重点疾病と位置付けられている。ACSM は有酸素運動ならびにレジスタンス運動の FITT (頻度、強度、時間、種類) のガイドラインを示している。特に運動実施前の血糖値を測定し、その値に応じた対処が安全に運動を進めるために重要である。		
朽木 勤	運動処方に基づいたフィットネス指導 ～ ACSM ガイドラインの基礎解説～ 第10回 高血圧の運動処方	HEALTH NETWORK (公社) 日本フィットネス 協会 1,2月号, 12-13 (2017)	A31
概要	高血圧の運動処方について、アメリカスポーツ医学会 (ACSM) の「運動処方の指針」にそって解説をした。我が国でも医療費の中で高血圧は最も多いとされる。運動中は血圧が変動するため、運動負荷試験で血圧をチェックすることが重要である。ACSM は有酸素運動ならびにレジスタンス運動の FITT (頻度、強度、時間、種類) のガイドラインを示している。特に肥満を伴う場合や服薬者の運動実施時には配慮が必要である。		
Kamio, M.,Uchida, K.,Mimoto, R., Imawari, Y., Kato, K., Nogi, H., Kawase, K.,Toriumi, Y.,Onodera, Y.,Kuchiki, T., Takeyama, H.	Effect of Self-administered Exercise on Breast Cancer Patients'Quality of Life	Jikeikai Medical Journal 63 (4) , 79-85 (2015)	A32
概要	ガンを告知された患者は精神的に落ち込みやすい。乳癌術後の患者 28 人に対する中等度運動 (ウォーキングプログラム) が、患者の精神状態と QOL を改善するかを前向きに調査した。結果、介入による運動は、術後 1 か月、3 か月で患者の精神状態と QOL を改善する効果に寄与した。		

学会・研究会の発表

著者名	題名	学会・研究会・開催地・月	掲載誌名・発行年	No.
甲斐裕子、角田憲治、 金森 悟、鎌田真光、 荒井弘和	住民による運動の場づくり は地域全体の高齢者の身体 活動を増加させるか？ ～追跡5年目の評価～	第19回日本運動疫学会 東京 6月	第19回日本運動疫学会 学術総会プログラム 25 (2016)	B1
概要	身体活動促進のため、個人にアプローチする研究が数多く行われてきた。しかし、対象者数に限りがあるため、地域全体にアプローチする研究への注目が高まっている。そこで住民による地域での運動の場づくりが、地域全体の高齢者の身体活動に与える影響を検証した。その結果、住民による運動の場づくりは、地域全体の高齢者の身体活動を増加させ、その効果は介入終了3年後まで継続する可能性が示唆された。(最優秀演題賞受賞)			
Sudo, M., Komiya, T., Nagamatsu, T., Higaki, Y., Ishida, K., Katayama, K., Ando, S.	Cognitive Function And Affective States Following Exercise Under Severe Hypoxia.	63rd American College of Sports Medicine (ACSM) Boston Jun.	ACSM's 63rd Annual Meeting 48 (5) , S324 (2016)	B2
概要	低酸素曝露中における中強度運動が認知機能と感情に及ぼす影響について、運動実施前後に着目し検証した。その結果、低酸素曝露、及び運動終了直後における認知機能パフォーマンスが向上し、不安感情の抑制が示された。			
Komiyama, T., Katayama, K., Sudo, M., Ishida, K., Higaki, Y., Ando, S.	Reduction In Oxygen Delivery Under Severe Hypoxia Affects Cognitive Function During Moderate Exercise.	63rd American College of Sports Medicine (ACSM) Boston Jun.	ACSM's 63rd Annual Meeting 48 (5) , S323 (2016)	B3
概要	通常環境下および低酸素環境下における運動中の認知機能について検討を行った。通常環境下および低酸素環境下において認知機能の向上がみられた。一方で、低酸素環境下では動脈血酸素飽和度が低下した被験者では認知機能の向上がみられなかった。これは、動脈血酸素飽和度の低下が低酸素環境下での運動中の認知機能の向上を弱めることを示唆している。			
Tomiga, Y., Ito A., Maruyama, A., Sudo, M., Ando, S., Kawanaka, K., Tanaka, H., Higaki, Y.	Association Between Anxiety- like Behaviors and Neuronal Nitric Oxide Synthase in Old Mice Under Enriched Environment.	63rd American College of Sports Medicine (ACSM) Boston Jun.	ACSM's 63rd Annual Meeting 48 (5) , S661 (2016)	B4
概要	動物モデルを用いて、老齢期からの豊かな環境飼育が情動及び脳内の一酸化窒素合成酵素の発現に及ぼす影響を検証した。その結果、老齢期からの豊かな環境飼育は、不安感情様を低下させることが示唆された。さらに、一酸化窒素合成酵素の増加を示した。			

著者名	題名	学会・研究会・開催地・月	掲載誌名・発行年	No.
永松俊哉	テニスにおける疲労とリカバリーのメカニズム	第42回日本テニス・スポーツ研究会 東京 7月	第42回テニス・メディカルセミナープログラム 5 (2016)	B5
概要	テニスは運動と休憩を交互に行うスポーツであり、言い換えれば疲労と回復を繰り返すスポーツと言える。生涯にわたり怪我なく安全にテニスをするためにも、なぜ疲れるのか、どうしたら疲れにくくなるのか、疲労からどのように回復したらよいかといった点について知ることは大切と思われる。本セミナーでは、テニスの競技特性を踏まえた疲労の特徴や、効率のよい疲労回復策等について概説する。			
須藤みず紀、安藤創一、富賀裕貴、永松俊哉、田中宏暁、桧垣靖樹	2型糖尿病ラットにおけるダウンヒルトレーニングが海馬のBDNF産生に及ぼす影響	第24回運動生理学会大会 熊本 7月	Advances in Exercise and Sports Physiology (2016)	B6
概要	2型糖尿病の発症が認知機能を低下させることが指摘されている。そこで、2型糖尿病モデルラットを用いて、ダウンヒル運動の習慣化が、認知機能の制御に関連するBDNFタンパク質の産生に及ぼす影響を検証した。その結果、ダウンヒルトレーニングは、糖尿病発症モデルの海馬においてBDNFタンパク質産生を増加させることが示唆された。			
北濃成樹、角田憲治、甲斐裕子、内田賢、朽木勤、小野寺由美子、永松俊哉	首都圏勤労者における身体活動の種類と心理的ストレスとの関連性	第57回日本人間ドック学会学術大会 長野 7月	人間ドック 31 (2) , 186 (2016)	B7
概要	勤労者における身体活動のドメインと心理的ストレスとの横断的関連性を検討した。2013年に新宿健診センターを受診した勤労者9144人を対象とした。分析の結果、男女ともに週5 METs 時以上の余暇身体活動を実践している者は心理的ストレスが低かった。一方で、同じ活動量であっても、非余暇活動は心理的ストレスとポジティブな関連がみられなかった。			
須藤みず紀、安藤創一、富賀裕貴、永松俊哉	身体不活動者への一過性ストレッチ運動はメンタルヘルスと認知機能を向上させる	第71回日本体力医学会 岩手 9月	The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine 5 (6) , 418 (2016)	B8
概要	生活における身体活動量が低い成人男性を対象に一過性のストレッチ運動が認知機能と気分に及ぼす影響について検証した。その結果、認知機能の向上のみならずポジティブな心理状態を誘発することが示された。したがって、身体不活動者への軽運動は効果的であることが示唆された。			

著者名	題名	学会・研究会・開催地・月	掲載誌名・発行年	No.
永松俊哉、朽木 勤、 角田憲治、小野寺由美子、 山下陽子、須藤みず紀、 加藤由華	女性勤労者の認知パフォーマンス、自律神経機能、および気分にあぼす軽運動の影響	第71回日本体力医学会 岩手 9月	The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine 5 (6) , 520 (2016)	B9
概要	職域で実施可能な軽運動プログラムを考案し、その一過性の実施が女性勤労者の認知パフォーマンス、自律神経機能、気分にあぼす効果を検討した。その結果、軽運動プログラムの一過性実施によって副交感神経活動の亢進が示された。このことから、本研究にて考案した軽運動プログラムは、比較的短時間で女性勤労者における身体の緊張緩和に寄与する可能性が示唆された。			
北濃成樹、角田憲治、 甲斐裕子、内田 賢、 朽木 勤、永松俊哉	余暇活動の実践頻度の違いが勤労者の1年後の主観的睡眠感にあぼす影響	第71回日本体力医学会 岩手 9月	The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine 5 (6) , 532 (2016)	B10
概要	勤労者における余暇身体活動の頻度が1年後の主観的睡眠感にあぼす影響を検討した。2013年および2014年に連続で新宿健診センターを受診した勤労者3827名を対象とした。分析の結果、週3日以上実践し、週10 METs 時以上の余暇身体活動量を満たしている者は、非実践者に比して、1年後の睡眠感が不良となるリスクが低かった。勤労者が不眠予防を目指す際には、十分な余暇身体活動量だけでなく、頻繁・定期的な実践が重要であることが示唆された。			
甲斐裕子、角田憲治、 北濃成樹、内田 賢、 朽木 勤、永松俊哉	座位行動は勤労者の主観的幸福感に影響するか？	第71回日本体力医学会 岩手 9月	The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine 5 (6) , 533 (2016)	B11
概要	勤労者を対象に、座位行動がその後の主観的幸福感に与える影響を検証した。都内の健診センターの2013年度の受診者で、2015年度までに1回以上受診した者のうち、条件を満たす5,736名を対象に解析した。その結果、勤労者の座位行動はその後の主観的幸福感と関連していた。ただし、ドメインによって違いがあり、工作中的座位行動はネガティブに、余暇の非スクリーンタイムはポジティブな影響を及ぼす可能性が示唆された。			
富賀裕貴、吉村咲紀、 伊藤 愛、須藤みず紀、 安藤創一、江島弘晃、 田中宏暁、松垣靖樹	高脂肪食摂取及び運動介入が骨格筋 nNOS 発現と DNA メチル化にあぼす影響	第71回日本体力医学会 岩手 9月	The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine 5 (6) , 440 (2016)	B12
概要	肥満過程の運動介入における骨格筋の nNOS 発現に着目し、高脂肪食摂取マウスモデルの自発性ランニングが nNOS の DNA メチル化にあぼす影響を検証した。その結果、抗重力筋であるヒラメ筋において nNOS タンパク質発現は減少したが、メチル化レベルの関与は認められなかった。			

著者名	題名	学会・研究会・開催地・月	掲載誌名・発行年	No.
佐藤文音、北濃成樹、 國香想子、藤井啓介、 大藏倫博	長期的なスクエアステップ・ エクササイズの実践が女性 高齢者の身体機能に与える 影響	第71回日本体力医学会 岩手 9月	The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine 5 (6) , 488 (2016)	B13
概要	本研究は、4年間のスクエアステップ・エクササイズ(以下、SSE)の実践が、女性高齢者の身体機能に与える影響を検討することを目的とした。その結果、SSEを継続実践した女性高齢者は実践しない者に比して、ベースラインから2、3、4年後の5回椅子立ち上がり時間の値、ベースラインから3年後の全身選択反応時間の値が有意に優れていた。長期間のSSE実践は、女性高齢者の下肢筋力および反応性を向上させることが示唆された。			
越智元太、兵頭和樹、 諏訪部和也、征矢英昭	低酸素運動による認知疲労 とその脳機構	第71回日本体力医学会 岩手 9月	The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine 5 (6) , 496 (2016)	B14
概要	健常成人を対象に、低酸素下での一過性中強度運動が実行機能を低下させる脳内メカニズムを検証した。健常成人16名が、低酸素ガス(13%O ₂)を吸いながら、10分間の中強度自転車運動の前後に実行機能評価テストをおこなう条件と安静の前後にテストをおこなう条件を別日におこない、テスト中の前頭前野の脳活動を近赤外線分光法(fNIRS)で測定した。その結果、運動条件ではテスト成績が低下し、左脳の前頭前野背外側部の活動が低下した。この結果から、低酸素化での一過性中強度運動による実行機能低下には、左前頭前野背外側部の機能低下が関与することが示唆された。			
藤井悠也、宮部研人、 北濃成樹、薛 載勲、 藤井啓介、大藏倫博	高齢者における睡眠時間と 抑うつ度との関連 -個人が理想とする睡眠時 間に着目した検討-	第71回日本体力医学会 岩手 9月	The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine 5 (6) , 517 (2016)	B15
概要	高齢者における睡眠時間と抑うつ度との関連を個人が理想とする睡眠時間に着目して検討した。その結果、実睡眠時間と理想の睡眠時間に差のある者はない者に比して抑うつ度が高かった。また差のある者の中では短時間睡眠者の抑うつ度が高かったが、差のない者の中では実睡眠時間の群間で差はみられなかった。本研究より、睡眠時間と抑うつ度の関連においては、個人が理想と感じる睡眠時間を考慮する必要性が示唆された。			
薛 載勲、藤井悠也、 北濃成樹、大須賀洋祐、 田中喜代次、大藏倫博	身体活動の実践時間帯が高 齢者の睡眠に及ぼす影響	第71回日本体力医学会 岩手 9月	The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine 5 (6) , 521 (2016)	B16
概要	高齢者の日常生活における強度別身体活動の実践時間帯と睡眠の評価項目との関連性を検討した。その結果、夕方の低強度身体活動が多いほど、主観的な入眠潜時、睡眠満足感、PSQI総合得点が有意に良好値を示した。しかし、中高強度身体活動においてはいずれの時間帯において有意な関連性が見られなかった。運動にはその行動自体に目的がある反面、本研究は日常生活のなかで自然に行われた生活活動を検討しているため、中高強度活動では有意な関連性がみられなかった可能性がある。			

著者名	題名	学会・研究会・開催地・月	掲載誌名・発行年	No.
中原雄一、角田憲治、藤本敏彦、永松俊哉	大学生における運動部活動の参加は学生生活の不安を軽減させるか?～1年間の縦断研究からみた検討～	第71回日本体力医学会 岩手 9月	The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine 5 (6) , 522 (2016)	B17
概要	大学生における1年間の運動部活動参加が学生生活の不安を軽減させるか否かを検討した。大学生生活不安尺度は、運動群では1年次に比べ2年次において有意に改善したが、非運動群は変化がみられなかった。日常生活不安は、運動群でのみ有意な改善がみられた。以上より、大学生における運動部活動への参加は、学生生活の不安を軽減させる効果があることが示唆された。			
角田憲治、甲斐裕子、北濃成樹、相馬優樹、内田 賢、永松俊哉	首都圏在住高齢者の歩行移動および自転車移動と地理的環境との関連	第71回日本体力医学会 岩手 9月	The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine 5 (6) , 534 (2016)	B18
概要	首都圏在住高齢者の移動活動量と地理的環境との横断的関連性を検討した。都内健診施設を受診した65歳以上の高齢男性653名、高齢女性517名を対象とした。分析の結果、女性高齢者の歩行移動はスポーツ施設や文化施設へのアクセスが良い場合に活発になりやすいことが示唆された。また、自転車移動は駅から遠い場合に活発になりやすく、男女ともに、文化施設が近いことは自転車利用を促進する可能性がある。			
兵頭和樹、諏訪部和也、征矢英昭、永松俊哉	様式の異なる低強度運動が健常高齢者の気分・実行機能に与える影響 -自転車運動とスローエアロビクスの比較-	第9回脳・神経・内分泌系から運動の意義を考える会 岩手 9月	第9回脳・神経・内分泌系から運動の意義を考える会プログラム・予稿集 5 (2016)	B19
概要	低強度のリズム体操であるスローエアロビクスを作成し、健常高齢者の気分や実行機能に与える効果と同じスローテンポの低強度自転車運動と比較した。健常高齢者13人が、10分間のスローエアロビクス運動、低強度自転車運動、安静の前後に実行機能評価テストをそれぞれ別日におこなった。その結果、どちらの運動も実行機能の向上効果は見られなかったが、スローエアロビクス運動は自転車運動に比べて活性度・安定度・快適度が向上することが明らかとなった。			
永松俊哉	メンタルヘルス対策としての運動の効用	第24回日本産業ストレス学会 東京 11月	産業ストレス研究 24 (1) , 68 (2016)	B20
概要	海外では、職場のメンタルヘルス対策として運動・身体活動に着目し、その介入効果を検討したレビューが報告されているが、国内においては先行報告が少なく、勤労者のメンタルヘルス改善策としてどのような運動が実用的かつ有効か判断としない。そこで、本シンポジウムでは、著者らが実施してきた職域での観察研究および介入研究の内容を紹介しながら、メンタルヘルス不調の未然防止に向けた運動の効用について概説する。			

著者名	題名	学会・研究会・開催地・月	掲載誌名・発行年	No.
Jindo, T., Sriramatr, S., Maphong, R., Okura, T.	The effects of square-stepping exercise on the physical and cognitive function in older Thai adults.	The 6th ISPAH International Congress on Physical Activity and Public Health in Bangkok Bangkok Nov.	ISPAH Congress Program Book 75 (2016)	B21
概要	タイ王国において施設に在住する高齢者を対象に週2回、1回50分、8週間のスクエアステップ運動教室を開催し、身体・認知機能に与える効果を検討した。本運動教室の終了後、通常歩行速度は向上していたが、動的バランスを必要とする timed up and go は有意に低下していた。本運動教室では少数の基本的なステップパターンしか実践しなかったため、バランス能力や認知機能の向上にはつながらなかった可能性がある。			
甲斐裕子	身体活動・座位行動の疫学「メンタルヘルスの観点から」	九州大学リサーチコア講演会		B22
概要	身体活動と座位行動がメンタルヘルスに及ぼす研究について、国内外の動向を解説した。身体活動・運動がメンタルヘルス悪化の予防と改善に役立つことは、ほぼ確実であるが、最適な運動方法についてはさらに研究が必要である。座位行動については、メンタルヘルス悪化のリスクになる可能性はあるが、さらなる研究の蓄積が必要であること、さらに改善については、研究が始まったばかりである。			
北濃成樹、角田憲治、甲斐裕子、内田 賢、朽木 勤、小野寺由美子、薬師神道子、永松俊哉	睡眠と身体活動の組み合わせがメタボリックシンドローム発症に及ぼす影響：疫学的縦断研究	日本総合健診医学会第45回大会 千葉 1月	総合健診 44(1), 220 (2017)	B23
概要	成人における身体活動と睡眠の組み合わせがメタボリックシンドローム発症に及ぼす影響を検討した。新宿健診センターを受診した者のうち、1年以上の追跡データを持ち基準を満たす者10669人を対象とした。分析の結果、主観的睡眠の質と身体活動量の双方が良好な者や、身体活動量は乏しいが睡眠の質が高い者は、身体活動量および睡眠の質の双方が不良な者に比して、メタボリックシンドローム発症リスクが低いことが示唆された。			
金森 悟、甲斐裕子、楠本真理	事業場の産業看護職の有無と関連する企業の要因	第5回日本公衆衛生看護学会学術集会 宮城 1月	第5回日本公衆衛生看護学会学術集会講演集 171 (2017)	B24
概要	事業場に産業看護職がいることで、運動の促進など効果的な産業保健活動の展開ができると考えられているが、産業看護職はどのような企業にいるのかほとんど明らかにされていない。そこで全国の企業を対象に、郵送調査を行い、事業場の産業看護職の有無と関連する企業の要因について検討した。その結果、産業看護職の有無は企業の業種、全従業員数、健康づくりの会社方針の存在、産業医の勤務形態によって異なることが示唆された。			

著者名	題名	学会・研究会・開催地・月	掲載誌名・発行年	No.
神藤隆志、甲斐裕子、北濃成樹、永松俊哉、植木貴頼、青山健太、越智英輔、小山内弘和、鈴川一宏	青年期における特性的自己効力感と関連する運動・スポーツ活動の特徴	日本発育発達学会第15回大会 岐阜 3月	日本発育発達学会第15回大会プログラム・抄録集 P81	B25
概要	青年期において運動部・スポーツクラブに所属している者は所属していない者と比べて特性的自己効力感(GSE)に違いがあるかを明らかにし、GSEと関連する運動・スポーツ活動の特徴を検討した。その結果、運動・スポーツ活動に所属している者はGSEが高いことが明らかとなった。またGSEと関連する要因として、ソーシャルサポートが強い関連を示したことから、活動中のソーシャルサポートの充実が高いGSEにつながる可能性が示唆された。			
Sudo, M., Ando, S., Tomiga, Y., Nagamatsu, T., Kano, Y., Higaki, Y.	The effects of downhill running training on skeletal muscle and hippocampal BDNF expression in type II diabetic rat.	第94回日本生理学会大会 Shizuoka Mar.	The Journal of Physiological Sciences 67(1), S100 (2017)	B26
概要	2型糖尿病モデルラットを用いて、ダウンヒルトレーニングが骨格筋の適応と海馬のBDNFタンパク質発現に及ぼす影響を検証した。その結果、ダウンヒルトレーニングは、糖尿病性筋萎縮を抑制し、海馬のBDNF発現を増加させることが示唆された。			
Hyodo, K., Suwabe, K., Jindo, K., Soya, H., Nagamatsu, T.	The effect of slow aerobic dance on executive function in older adults.	ARIHHP ヒューマン・ハイ・パフォーマンスフォーラム2017 Ibaragi Mar.	ARIHHP ヒューマン・ハイ・パフォーマンスフォーラム2017 7 (2017)	B27
概要	低強度のリズム体操であるスローエアロビックをより動きやすいように改良し、高齢者の実行機能に与える効果を検証した。15人の健常高齢者が10分間のスローエアロビック運動、または低強度自転車漕ぎ運動の前後に実行機能評価テストをおこなった。その結果、どちらの運動も、運動前に比べて課題成績が向上することが明らかとなり、スローエアロビック運動は自転車運動と同様に高齢者の実行機能を高めることが示唆された。			
朽木 勤、小野寺由美子、加藤由華、北川瑛梨子、江夏直子、内田 賢、中田希代子、山下陽子、進藤 仁	身体的・精神的疲労度と肥満との関連	第57回日本人間ドック学会学術大会 長野 7月	人間ドック 31(2), 272 (2016)	B28
概要	人間ドック受診者を対象として、疲労度セルフチェックを実施し、抑うつや不安神経症と関連のある心の健康度および肥満度(BMI)との関連を検討した。その結果、疲労度は身体的・精神的ともに心の健康に関連した。また身体的な疲労が高い者では肥満傾向がみられたものの、精神的な疲労では肥満の違いが認められなかった。疲労の種類によって適切な対処法の必要性が示唆された。			

著者名	題名	学会・研究会・開催地・月	掲載誌名・発行年	No.
加藤由華、朽木 勤、 小野寺由美子、 北川瑛梨子、江夏直子、 三橋由美子、内田 賢、 中田希代子、山下陽子、 進藤 仁	身体的・精神的疲労度と睡眠との関連	第 57 回日本人間ドック 学会学術大会 長野 7月	人間ドック 31 (2) , 272 (2016)	B29
概要	人間ドック受診者を対象として、疲労度セルフチェックを実施し、睡眠状況を問診票にて調査した。その結果、入眠時間は身体的疲労との関連はみられず精神的疲労と関連した。また睡眠の質は身体的および精神的両方の疲労と関連した。疲労の種類に応じた適切な対処が良好な睡眠を得るために必要であることが示唆された。			
小野寺由美子、朽木 勤、 加藤由華、北川瑛梨子、 三橋由美子、内田 賢、 菊池美也子、町田修一	動脈硬化指標 CAVI の縦断的 10 年の変化	第 57 回日本人間ドック 学会学術大会 長野 7月	人間ドック 31 (2) , 261 (2016)	B30
概要	10 年前に運動教室に参加した中高年を対象に、動脈硬化指標 CAVI の縦断的 10 年の変化を検討した。10 年間での動脈硬化度の上昇は、横断的に研究された結果からみた加齢による上昇よりも小さく抑えられた。動脈硬化の本指標を 10 年間にわたって観察した縦断的研究は他にはなく、本研究の動脈硬化の抑制傾向の要因を検討することが動脈硬化予防に有益な資料となることが期待される。			
朽木 勤	パネルディスカッション 「介護者の運動療法」	第 35 回日本臨床運動 療法学会学術集会 横浜 9月	第 35 回日本運動療法学 会学術集会プログラム・ 抄録集 73, (2016)	B31
概要	運動療法の機会は、リハビリテーションの段階から急性期や回復期には医療機関で行われるものの、その後にくる維持期（生活期）では自宅や施設を利用して行い多くの時間が家族等に委ねられる。日常生活における近親者による世話は大きな負担となり、介護者の心身の健康維持向上という視点で運動を捉えることは、介護を受ける側の運動療法を効果的に遂行することに対しても有効であるものと考えられる。			
小野寺由美子	シンポジウム「高齢地域社会と運動処方」 地域における 10 年間の継続支援による高齢者の運動処方の取り組み	第 14 回日本運動処方学 会大会 兵庫 10月	第 14 回日本運動処方学 会大会予稿集 12, (2016)	B32
概要	神奈川県伊勢原市の住民に対して 10 年間にわたって継続実施してきた健康づくり支援の取り組みを紹介した。このプログラムは当初市が運営する運動施設の効果的な利用法として体力科学と行動科学を合わせた新しい考えのものであった。その時に導入した最新の動脈硬化測定を主に 10 年間の縦断的な測定結果をもとに一人ひとりに運動アドバイスをを行っている。当事業団、参加者そして自治体いずれもが恩恵を得ることができるものである。			

著者名	題名	学会・研究会・開催地・月	掲載誌名・発行年	No.
小野寺由美子、朽木 勤、 加藤由華、北川瑛梨子、 内田 賢、菊池美也子、 町田修一	運動実施状況と動脈硬化指 標 CAVI の縦断的 10 年の 変化	日本総合健診医学会第 45 回大会 千葉 1 月	総合健診 44 (1) , 157 (2017)	B33
概要	10 年前に運動教室に参加した中高年を対象に、動脈硬化指標 CAVI の縦断的 10 年の変化を検討したところ、10 年間での動脈硬化度の上昇は、横断的に研 究された結果からみた加齢による上昇よりも小さく抑えられたことを報告してき た。その動脈硬化の抑制要因を検討したところ、有酸素運動の運動実施総量(運 動頻度、時間、実施年数) の多寡にしたがって動脈硬化が抑制されることが示 唆された。			
内田 賢、中田希代子、 進藤 仁、山下陽子、 朽木 勤、堀内久美子、 菅野朱里、北濃成樹、 角田憲治、永松俊哉	マンモグラフィ高濃度乳腺の リスク因子の検討—アルコール 摂取は、高濃度乳腺と正 の相関—	第 57 回日本人間ドック 学会学術大会 長野 7 月	人間ドック 31 (2) , 211 (2016)	B34
概要	マンモグラフィ・高濃度乳腺は、独立した乳癌のリスク因子として、あるいはス クリーニング上の偽陰性のリスク因子として注目されている。高濃度マンモグラ フィに関与する因子について検討を行った。2014 年 4 月～2015 年 3 月の間でマ ンモグラフィによる乳癌検診を行った女性 2732 名を対象。年齢、BMI、出産、 閉経、脂肪摂取が、高濃度乳腺と負の関連を示し、1 日 1 合以上の飲酒が高 濃度乳腺と正の関連を示した。“飲酒が乳癌のバックグラウンドリスク因子”とい う疫学的な解析結果と一致した。			
山下陽子、芝田なおみ、 薬師神道子、萩原正宏、 江川賢一、朽木 勤、 中田希代子、進藤 仁、 内田 賢	当センターの健診で発見さ れた気胸症例について	第 57 回日本人間ドック 学会学術大会 長野 7 月	人間ドック 31 (2) , 178 (2016)	B35
概要	当センターの過去 5 年間の胸部 X 線検査で発見された気胸例の特徴および危険 因子について検討した。①罹患率は一般の罹患率と比較して低い。②気胸の 危険因子とされる「男性」以外は「若年令」、「高身長やせ形」、「喫煙」、「睡眠 不足」の該当者はむしろ少ない。③気胸を始め、COPD、結核等の呼吸器疾 患の既往歴のある例、また胸部 X 線上は胸膜癒着による非典型的な所見を呈 する例が目立つ。以上を X 線読影と判定時の注意喚起および迅速な対応に役 立てたいと考えた。			

著者名	題名	学会・研究会・開催地・月	掲載誌名・発行年	No.
内田 賢、大橋仁志、 神尾麻紀子、木下智樹、 武山 浩、川瀬和美	シンポジウム 乳癌発見率 向上と高濃度乳腺 - dense breast 頻度 40 歳代 71%、 50 歳代 52%、60 歳代 36%	第 26 回日本乳癌検診 学会 福岡 11 月	日本乳癌検診学会誌 25 (3) : 359-359 (2016)	B36
概要	2014 年 4 月～2016 年 3 月の 2 年間にマンモグラフィ検診を受けた 3,712 人 (53.1 ± 9 歳) を対象に、乳腺濃度と年齢について検討。年齢は乳腺濃度と強い負の関連を示した (p<0.001)。乳腺濃度は、脂肪性 2.4% (89 名)、乳腺散在性 41.6 % (1,548 名)、不均一高濃度 40.5% (1,506 名)、高濃度 15.5% (575 名) であった。<不均一高濃度と高濃度>は全体の 56%を占めた。年齢別の<不均一高濃度と高濃度>の頻度は、40 歳代 ; 72.5%、50 歳代 ; 52.6%、60 歳代 ; 36.3%、70 歳代 ; 36.9%であった。40, 50 歳代では、特に<高濃度>の頻度が 25%、13%を占め、false negative を引き起こすリスクが高い。受診者への告知と補助検査の対策が必要である。			

健康啓発活動実績

講演会・測定会

年	月	題 名	主 催	対象者
2016	4	運動健診～おすすめ運動強度と最適歩行～	民間企業	職員
2016	4	自律神経バランス測定	民間企業	職員
2016	4	自律神経バランスセミナー	民間企業	職員
2016	5	健康づくりのための運動実践のポイント	民間企業	職員
2016	6	身体活動量を見直そう	民間企業	職員
2016	6	トレーニング論I	公益法人	健康づくり指導者
2016	6	指導計画と安全管理	公益法人	健康づくり指導者
2016	6	スポーツ指導者に必要な医学的知識I	公益法人	健康づくり指導者
2016	6	ポジティブ脳に切り替えるテクニック	民間企業	職員
2016	7	メタボリックシンドローム対策の実際	学校法人	健康づくり指導者
2016	7	実はこわい!夏の血圧	民間企業	一般
2016	8	こころとからだの健康づくり	学校法人	健康づくり指導者
2016	8	リラクセーションの実際	学校法人	健康づくり指導者
2016	8	運動と疲労・ストレスの新常識	学校法人	健康づくり指導者
2016	8	健康づくりの継続ポイント	民間企業	職員
2016	8	健康リスク改善研修～運動～	民間企業	職員
2016	9	こころとからだの健康づくり	一般団体	会員
2016	9	" MCI (軽度認知障害) 対策! その場でできる簡単“脳トレ” "	民間企業	一般
2016	9	健康づくりの継続ポイント	民間企業	職員
2016	10	自律神経バランス・ストレス度測定	民間企業	職員
2016	10	リラックス&リフレッシュ体操	民間企業	職員
2016	10	" ACSM世界基準の運動処方技能習得講習会 ～肥満に対する運動処方指針～ "	公益法人	健康づくり指導者
2016	10	" ACSM世界基準の運動処方技能習得講習会 ～慢性疾患に対する運動処方指針～ "	公益法人	健康づくり指導者
2016	11	リラックス&リフレッシュ体操	民間企業	職員

年	月	題 名	主 催	対象者
2016	11	自律神経バランス測定	民間企業	職員
2016	11	自律神経バランス測定	民間企業	職員
2016	11	自律神経バランス測定	民間企業	職員
2016	11	ロコモティブシンドロームを防ごう!	民間企業	職員
2016	11	伸ばそう!健康寿命	民間企業	一般
2016	12	健康リスク改善研修～運動～	民間企業	職員
2016	12	動脈硬化度測定会	明治安田厚生事業団	地域住民
2016	12	自律神経バランス測定	民間企業	職員
2016	12	広域避難者交流会	社会福祉法人	避難者支援
2017	1	ストレスケアセミナー	明治安田厚生事業団	地域住民
2017	1	"今から始めても遅くない! 健康寿命のためのロコモ予防体操"	民間企業	一般
2017	1	"あなたは“高濃度乳腺”ですか? ～上手に乳がん検診を受けるために～"	明治安田厚生事業団	一般
2017	1	ポジティブ脳に切り替えるテクニック	公的機関	職員
2017	2	その場でわかるからだの衰えチェック	公的機関	職員
2017	2	座っていることのデメリット	明治安田厚生事業団	一般
2017	2	ロコモティブシンドロームを防ごう!	民間企業	職員
2017	2	"世界基準から学ぶ!運動処方 ～生活習慣病の運動処方～"	一般財団法人	健康づくり指導者
2017	2	"世界基準から学ぶ!運動処方 ～運動効果と安全管理～"	一般財団法人	健康づくり指導者
2017	3	健康リスク改善研修～運動～	民間企業	職員
2017	3	"健康寿命を延ばす! 足腰けんこう体操"	民間企業	一般
2017	3	"こころの健康づくり ～職場でできるリラックス&リフレッシュ体操～"	一般団体	会員
2017	3	体力測定及び評価	学校法人	健康づくり指導者
2017	3	MCI対策:動きながら頭を使う	明治安田厚生事業団	一般

MYヘルスセミナー

年	月	題 名	講 師
MYヘルスセミナー 2016			
2016	6	第一部 How to 認知症予防	医療法人社団創知会 メモリークリニック御茶ノ水 院長 朝田 隆
		第二部 男性も知ってほしい子宮の病気	独立行政法人地域医療機能推進機構 相模野病院 婦人科診療顧問 上坊 敏子
MYヘルスセミナー			
2017	1	第1回 あなたは“高濃度乳腺”ですか？ ～上手に乳がん検診を受けるために～	明治安田新宿健診センター 所長 内田 賢
2017	2	第2回 座っていることのデメリット	体力医学研究所 所長 永松俊哉
2017	3	第3回 MC I 対策：動きながら頭を使う	ウェルネス開発室 室長 朽木 勤
2017	3	健康啓発セミナー 乳がんの増加が止まらない	明治安田新宿健診センター 所長 内田 賢

健康づくりウォッチ

No.	年	月	題 名	執筆者名
1	2016	4	お腹の健康 ② お腹の健康のためには、「腸内細菌」のバランスを整える	進藤 仁
2	2016	5	寝る前 10 分のストレッチで更年期を乗り切ろう！	甲斐裕子
3	2016	6	Relax & Refresh ① 呼吸法で気分を楽にする	朽木 勤
4	2016	7	究極のスーパーノーマルに学ぼう	山下陽子
5	2016	7	Relax & Refresh ② 脱力で体も心もほぐす	小野寺由美子
6	2016	8	" 快適な気分で仕事の効率も UP! 多忙で運動不足の勤労者におススメの簡単ストレッチ運動 "	須藤みず紀
7	2016	9	Relax & Refresh ③ ツボ押しで心地よく刺激する	加藤由華
8	2016	9	脈は簡単にわかる健康のバロメーター	中田希代子
9	2016	10	お腹の健康 ③ 食物繊維で腸内細菌を増やす	進藤 仁
10	2016	11	仕事のペースアップには軽運動がおすすめ！	兵頭和樹
11	2016	12	あなたは“高濃度乳腺”？	内田 賢
12	2016	12	Relax & Refresh ④ のぼして、心身リフレッシュ	北川瑛梨子
13	2017	1	デスクワークに疲れたら休憩時間に軽い運動を！	永松俊哉
14	2017	1	Relax & Refresh ⑤ 体を“ゆらす”気功でリフレッシュ	朽木 勤
15	2017	1	睡眠時無呼吸症候群 (SAS) ではありませんか？	山下陽子
16	2017	2	働く世代は、こまめな運動で快眠を！	北濃成樹
17	2017	2	歯周病は全身疾患のもと	中田希代子
18	2017	3	活力ある生活を送るために運動・スポーツを！	神藤隆志
19	2017	3	Relax & Refresh ⑥ 軽く“たたく”だけですっきり	小野寺由美子
20	2017	3	乳がん検診は 3D マンモグラフィの時代に	内田 賢

Ⅲ. 理事会に関する事項

公益財団法人 明治安田厚生事業団

平成 28 年 6 月 13 日（月曜日）午後 5 時 30 分、東京都港区北青山 3-6-8 青山ダイヤモンドホールにおいて、理事会を開催

会 議 の 目 的 事 項

決議事項

- 第 1 号議案 理事長（代表理事）の選定の件
- 第 2 号議案 業務執行理事の選定の件
- 第 3 号議案 責任限定契約締結の件

報告事項

- 第 1 号報告 職務執行状況報告の件
- 第 2 号報告 中期経営計画の取組み状況の件
- 第 3 号報告 反社会的勢力への対応状況の件
- 第 4 号報告 規程類の改正の件

総理事数及び出席理事数

- (1) 総理事数 12 名
- (2) 出席理事数 12 名

出席理事

岡本美和子氏、恩田貴志氏、勝川史憲氏、加藤信夫氏、栗原 敏氏、萩裕美子氏、三宅占二氏、宮坂信之氏、池辺 洋氏、内田 賢氏、朽木 勤氏、中熊一仁氏

出席監事

鈴木竹夫氏、水野 剛氏

議 事

1. 開会に先立ち、池辺事務局長より、現在の総理事数 12 名のうち、本日の出席理事数は 12 名であり、定款第 33 条第 1 項の規定によって本日の理事会は有効に成立した旨を報告した。
2. 理事の互選により理事中熊一仁氏を議長に選任して、理事中熊一仁氏は、議長を務める旨を述べ全員の賛同を得て、開会を宣した。
3. 議長は、第 1 号議案「理事長（代表理事）の選定の件」を上議した。評議員会において理事に選任された中熊一仁氏を理事長（代表理事）として選定する旨を述べ、審議を求めたところ、質疑応答の後、全員異議なく賛成し承認可決された。

4. 議長は、第2号議案「業務執行理事の選定の件」を上議した。評議員会において理事に選任された内田賢氏、朽木勤氏、池辺洋氏を業務執行理事として選定する旨を述べ、審議を求めたところ、質疑応答の後、全員異議なく賛成し承認可決された。
5. 議長は、第3号議案「責任限定業務執行理事の選定の件」を上議し、審議を求めたところ、質疑応答の後、全員異議なく賛成し承認可決された。
6. 議長は、第1号報告「職務執行状況報告の件」を上議し資料配布して報告した。
7. 議長は、第2号報告「中期経営計画の取組み状況の件」を上議し資料配布して報告した。
8. 議長は、第3号報告「反社会的勢力への対応状況の件」を上議し、資料配布して報告した。
9. 議長は、第4号報告「諸規程の改正の件」を上議し、資料配布して報告した。

以上をもって議事を終了したので、午後6時00分、議長は閉会を宣した。

公益財団法人明治安田厚生事業団

みなし決議に関する理事会議事録

1. 理事会の決議があったものとみなされた日
平成 28 年 11 月 30 日
2. 理事会の決議があったものとみなされた事項の提案者
理事長 中熊一仁
3. 理事会の決議があったものとみなされた事項の内容
第 1 号議案 事業の一部譲渡の件
第 2 号議案 評議員会みなし決議の件
4. 理事総数 12 名
監事総数 2 名
5. 議事録の作成に係る職務を行った理事
理事長 中熊一仁

平成 28 年 11 月 14 日、理事長中熊一仁が理事の全員及び監事の全員に対して、理事会の決議の目的である事項について上記の内容の提案書を発し、当該提案につき平成 28 年 11 月 30 日までに理事の全員から書面により同意の意思表示を、監事の全員から書面により異議がないとの意思表示を得たので、一般社団法人及び一般財団法人に関する法律 96 条（定款第 33 条第 2 項）に基づく理事会の決議の省略の方法により、当該提案を承認可決する旨の理事会決議があったものとみなされた。

理 事 会 議 事 録

公益財団法人 明治安田厚生事業団

平成 29 年 3 月 7 日（火曜日）午前 11 時 30 分、東京都新宿区西新宿 1-9-1 明治安田生命新宿ビル 3F において、平成 29 年 3 月定例理事会を開催

会 議 の 目 的 事 項

決議事項

第 1 号議案 平成 29 年度（第 6 期）事業計画・収支予算の件

報告事項

第 1 号報告 職務執行状況の件

第 2 号報告 平成 29 年度研究助成の件

第 3 号報告 業務執行理事退任の件

総理事数及び出席理事数

(1) 総理事数 12 名

(2) 出席理事数 12 名

出席理事

岡本美和子氏、恩田貴志氏、勝川史憲氏、加藤信夫氏、栗原 敏氏、萩裕美子氏、三宅占二氏、宮坂信之氏、中熊一仁氏、池辺 洋氏、内田 賢氏、朽木 勤氏、

出席監事

鈴木竹夫氏、水野 剛氏

議 事

1. 開会に先立ち、池辺事務局長より、現在の総理事数 12 名のうち、本日の出席理事数は 12 名であり、定款第 33 条第 1 項の規定によって本日の理事会は有効に成立した旨を報告した。
2. 理事長中熊一仁氏は、定款第 32 条の規定により、議長を務める旨を述べて開会を宣した後、定款第 34 条の規定に従って、本理事会の議事録を作成のうえ、理事長及び監事が記名押印することを述べた。
3. 議長は、第 1 号議案「平成 29 年度（第 6 期）事業計画及び収支予算の件」を上議し、議長は、予算案を配付して、平成 29 年度の経営目標と実行計画について説明した。
議長は審議を求めたところ、質疑応答の後、全員異議なく賛成し、別紙のとおり承認可決された。
4. 議長は、第 1 号報告「職務執行状況の件」につき、資料配布して報告した。
5. 議長は、第 2 号報告「平成 29 年度研究助成の件」につき、資料配布して報告した。
6. 最後に議長は、第 3 号報告「業務執行理事退任の件」につき、資料配布して報告した。

以上をもって議事を終了したので、午後 0 時 30 分、議長は閉会を宣した。

IV. 評議員会に関する事項

評 議 員 会 議 事 録

公益財団法人 明治安田厚生事業団

平成 28 年 6 月 13 日（月曜日）午後 5 時、東京都港区北青山 3-6-8 青山ダイヤモンドホールにおいて、評議員会を開催

会 議 の 目 的 事 項

決議事項

- 第 1 号議案 第 4 期計算書類等の承認の件
- 第 2 号議案 評議員 11 名選任の件
- 第 3 号議案 理事 12 名選任の件
- 第 4 号議案 監事 2 名選任の件
- 第 5 号議案 内閣府からの是正要請への対応について

報告事項

- 第 1 号報告 第 4 期事業報告の内容報告の件

総評議員数及び出席評議員数

- (1) 総評議員数 11 名
- (2) 出席評議員数 11 名

出席評議員

勝村俊仁氏、北 一郎氏、阪本要一氏、柴田 博氏、芝山秀太郎氏、下門顯太郎氏、
上坊敏子氏、菅原弘子氏、関口憲一氏、松尾憲治氏、三好裕司氏

議 事

1. 定款 18 条の規定に従って、評議員の互選により評議員柴田 博氏を議長に選任し、議長は定款第 20 条の規定に従い、評議員芝山秀太郎氏及び評議員上坊敏子氏を議事録署名人に指名し、両氏はこれを承諾した。
- 2 議長は、第 1 号議案「第 4 期計算書類等の承認の件」、および第 1 号報告「第 4 期事業報告の内容報告の件」を上議し、まず第 4 期事業報告の内容報告につき、各事業別に主要業績を列挙して報告した。決算の内容については経常費用は減少して、健康調査事業収入が増収したため当期経常増減額は黒字となった旨を説明した。
次に、第 4 期決算に関し、議長は、貸借対照表、正味財産増減計算書、事業費明細書及び財産目録等の各案を各評議員に配付し、主要事項を中心に説明した。
議長は審議を求めたところ、質疑応答の後、全員異議なく賛成し、別紙のとおり承認可決した。

3. 議長は、第2号議案「評議員11名選任の件」につき、定款の規定により現評議員11名全員が本評議員会の終結をもって任期満了退任となるので改選の必要がある旨を説明した。これに伴い別紙評議員会第2号議案の記載のとおり鈴木政登氏、羽鳥裕氏、室山尚子氏の3名を新たに選任し、他の現評議員8名は再任させていただきたい旨を述べ、審議を求めたところ、質疑応答の後、全員異議なく賛成し、議案のとおり承認可決した。
4. 議長は、第3号議案「理事12名選任の件」につき、定款の規定により現理事12名全員が本評議員会の終結をもって任期満了退任となるので改選の必要がある旨を説明した。これに伴い別紙評議員会第3号議案の記載のとおり恩田貴志氏、中熊一仁氏、三宅占二氏の3名を新たに選任し、他の現理事9名は再任させていただきたい旨を述べ、審議を求めたところ、質疑応答の後、全員異議なく賛成し、議案のとおり承認可決した。
5. 議長は、第4号議案「監事2名選任の件」につき、定款の規定により現監事の全員が本評議員会の終結をもって任期満了退任となるので改選の必要がある旨を説明した。これに伴い別紙評議員会第4号議案の記載のとおり、現監事である鈴木竹夫氏、水野剛氏を再任させていただきたい旨を述べ、審議を求めたところ、質疑応答の後、全員異議なく賛成し、議案のとおり承認可決した。
6. 議長は、第5号議案「内閣府からの是正要請への対応について」につき、説明し、審議を求めたところ、質疑応答の後、全員異議なく賛成し、議案のとおり承認可決した。

以上をもって議事を終了したので、午後5時30分、議長は閉会を宣した。

公益財団法人明治安田厚生事業団

みなし決議に関する評議員会議事録

1. 評議員会の決議があったものとみなされた日
平成 29 年 2 月 15 日
2. 評議員会の決議があったものとみなされた事項の提案者
理事長 中熊一仁
3. 評議員会の決議があったものとみなされた事項の内容
第 1 号議案 定款一部変更の件
4. 評議員総数 11 名
5. 議事録の作成に係る職務を行った理事
理事長 中熊一仁

平成 29 年 1 月 30 日、理事長中熊一仁が評議員の全員に対して、評議員会の決議の目的である事項について上記の内容の提案書を発し、当該提案につき平成 29 年 2 月 15 日までに評議員の全員から書面により同意の意思表示を得たので、一般社団法人及び一般財団法人に関する法律 194 条（定款第 19 条第 4 項）に基づく評議員会の決議の省略の方法により、当該提案を承認可決する旨の評議員会決議があったものとみなされた。

V. 出版に関する事項

第5期刊行物一覧

刊行物名	号数 (タイトル)	刊行月	部数
体力研究	No.114	平成 28 年 4 月	1,000 部
若手研究者のための 健康科学研究助成 成果報告書	No.31	平成 28 年 4 月	1,200 部

VI. 寄附に関する事項

第5期は、明治安田生命保険相互会社から下記のとおり寄附を受けた。

受領年月日	金額 (円)
平成 28 年 5 月 23 日	100,000,000
平成 28 年 11 月 7 日	100,000,000

第 5 期 決 算 報 告

平成28年4月1日から平成29年3月31日まで

I. 貸借対照表

平成 29 年 3 月 31 日現在

(単位:円)

科 目	当 年 度	前 年 度	増 減
I 資 産 の 部			
1. 流 動 資 産			
現 金 預 金	195,391,743	271,093,037	- 75,701,294
未 収 金	49,869,852	48,049,896	1,819,956
前 払 金	2,682,388	11,147,223	- 8,464,835
貯 蔵 品	892,002	1,569,564	- 677,562
流 動 資 産 合 計	248,835,985	331,859,720	- 83,023,735
2. 固 定 資 産			
(1) 基本財産			
定 期 預 金	250,000,000	250,000,000	0
基 本 財 産 合 計	250,000,000	250,000,000	0
(2) 特定資産			
退 職 給 付 引 当 資 産	57,631,508	61,003,329	- 3,371,821
特 定 資 産 合 計	57,631,508	61,003,329	- 3,371,821
(3) その他固定資産			
建 物 附 属 設 備	29,422,034	33,021,513	- 3,599,479
什 器 備 品	84,317,382	60,344,920	23,972,462
ソ フ ト ウ ェ ア	26,093,089	34,338,360	- 8,245,271
電 話 加 入 権	863,700	863,700	0
長 期 預 託 金	15,510	15,510	0
そ の 他 固 定 資 産 合 計	140,711,715	128,584,003	12,127,712
固 定 資 産 合 計	448,343,223	439,587,332	8,755,891
資 産 合 計	697,179,208	771,447,052	- 74,267,844
II 負 債 の 部			
1. 流 動 負 債			
未 払 金	69,229,399	71,132,949	- 1,903,550
預 り 金	5,725,385	4,813,145	912,240
未 払 法 人 税 等	120,000	120,000	0
賞 与 引 当 金	21,320,213	19,985,952	1,334,261
流 動 負 債 合 計	96,394,997	96,052,046	342,951
2. 固 定 負 債			
退 職 給 付 引 当 金	57,631,508	61,003,329	- 3,371,821
固 定 負 債 合 計	57,631,508	61,003,329	- 3,371,821
負 債 合 計	154,026,505	157,055,375	- 3,028,870
III 正 味 財 産 の 部			
1. 指 定 正 味 財 産			
指 定 正 味 財 産 合 計	0	0	0
2. 一 般 正 味 財 産			
一 般 正 味 財 産 合 計	543,152,703	614,391,677	- 71,238,974
(うち基本財産への充当額)	(250,000,000)	(250,000,000)	0
正 味 財 産 合 計	543,152,703	614,391,677	- 71,238,974
負 債 及 び 正 味 財 産 合 計	697,179,208	771,447,052	- 74,267,844

貸借対照表内訳表

平成 29 年 3 月 31 日現在

(単位：円)

科 目	公益目的事業会計	収益事業等会計	法人会計	内部取引消去	合 計
I 資産の部					
1. 流動資産					
現金預金	53,019,922	64,679,504	77,692,317		195,391,743
未収金	238,140	49,631,712	0		49,869,852
前払金	2,676,172	0	6,216		2,682,388
貯蔵品	0	892,002	0		892,002
流動資産合計	55,934,234	115,203,218	77,698,533		248,835,985
2. 固定資産					
(1) 基本財産					
定期預金	250,000,000	0	0		250,000,000
基本財産合計	250,000,000	0	0		250,000,000
(2) 特定資産					
退職給付引当資産	19,409,657	14,595,189	23,626,662		57,631,508
特定資産合計	19,409,657	14,595,189	23,626,662		57,631,508
(3) その他固定資産					
建物附属設備	1,320,807	25,924,907	2,176,320		29,422,034
什器備品	5,007,352	76,720,210	2,589,820		84,317,382
ソフトウェア	2,299,816	23,760,506	32,767		26,093,089
電話加入権	0	0	863,700		863,700
長期預託金	15,510	0	0		15,510
その他固定資産合計	8,643,485	126,405,623	5,662,607		140,711,715
固定資産合計	278,053,142	141,000,812	29,289,269		448,343,223
資産合計	333,987,376	256,204,030	106,987,802		697,179,208
II 負債の部					
1. 流動負債					
未払金	1,928,396	59,899,629	7,401,374		69,229,399
預り金	0	0	5,725,385		5,725,385
未払法人税等	50,000	70,000	0		120,000
賞与引当金	9,557,825	9,616,985	2,145,403		21,320,213
流動負債合計	11,536,221	69,586,614	15,272,162		96,394,997
2. 固定負債					
退職給付引当金	19,409,657	14,595,189	23,626,662		57,631,508
固定負債合計	19,409,657	14,595,189	23,626,662		57,631,508
負債合計	30,945,878	84,181,803	38,898,824		154,026,505
III 正味財産の部					
1. 指定正味財産					
指定正味財産合計	0	0	0		0
2. 一般正味財産					
一般正味財産合計	303,041,498	172,022,227	68,088,978		543,152,703
(うち基本財産への充当額)	(250,000,000)				(250,000,000)
正味財産合計	303,041,498	172,022,227	68,088,978		543,152,703
負債及び正味財産合計	333,987,376	256,204,030	106,987,802		697,179,208

Ⅱ. 正味財産増減計算書

平成 28 年 4 月 1 日から平成 29 年 3 月 31 日まで

(単位：円)

科 目	当 年 度	前 年 度	増 減
I 一般正味財産増減の部			
1. 経常増減の部			
(1) 経常収益			
基本財産運用益	59,922	73,121	- 13,199
基本財産受取利息	59,922	73,121	- 13,199
特定資産運用益	3,407	64,927	- 61,520
特定資産受取利息	3,407	64,927	- 61,520
事業収益	530,487,108	540,648,579	- 10,161,471
体力医学研究事業収益	23,347	55,025	- 31,678
ウェルネス事業収益	1,493,111	993,308	499,803
健康調査事業収益	528,970,650	539,600,246	- 10,629,596
受取寄附金	200,000,000	276,000,000	- 76,000,000
受取寄附金	200,000,000	276,000,000	- 76,000,000
雑収益	737,036	1,132,756	- 395,720
雑収益	737,036	1,132,756	- 395,720
経常収益計	731,287,473	817,919,383	- 86,631,910
(2) 経常費用			
事業費	738,896,601	741,561,299	- 2,664,698
役員報酬	15,682,800	11,999,904	3,682,896
給料手当	316,154,653	301,043,358	15,111,295
法定福利費	38,007,120	35,743,321	2,263,799
臨時雇賃金	7,543,791	10,153,942	- 2,610,151
退職給付費用	3,387,375	2,988,426	398,949
福利厚生費	11,862,208	12,073,681	- 211,473
派遣経費	2,570,242	5,076,592	- 2,506,350
医薬品費	6,338,075	4,461,963	1,876,112
材料費	8,244,651	5,490,616	2,754,035
旅費交通費	1,527,401	1,614,079	- 86,678
通信運搬費	16,190,426	15,159,823	1,030,603
減価償却費	32,173,517	30,865,056	1,308,461
消耗什器備品費	3,884,702	3,816,606	68,096
消耗品費	7,204,943	9,133,081	- 1,928,138
修繕費	12,882,050	11,785,490	1,096,560
保守費	8,449,084	8,957,223	- 508,139
印刷製本費	9,256,008	9,237,045	18,963
研究調査費	8,916,208	9,394,586	- 478,378
燃料費	11,093	4,630	6,463
光熱水料費	8,950,701	8,066,151	884,550
リース料	3,735,596	7,594,691	- 3,859,095
賃借料	77,144,124	83,456,788	- 6,312,664
不動産管理費	43,461,824	43,782,420	- 320,596
保険料	262,210	270,200	- 7,990
租税公課	7,929,400	9,989,200	- 2,059,800
支払助成金	14,500,000	20,500,000	- 6,000,000
研究助成事業費	2,901,184	6,332,820	- 3,431,636

科 目	当 年 度	前 年 度	増 減
委 託 費	54,754,990	57,947,273	- 3,192,283
業 務 推 進 費	11,383,433	11,112,840	270,593
雑 費	3,586,792	3,509,494	77,298
管 理 費	63,439,928	50,524,093	12,915,835
役 員 報 酬	5,027,967	3,905,516	1,122,451
給 料 手 当	24,704,314	23,629,301	1,075,013
法 定 福 利 費	4,052,015	3,741,655	310,360
臨 時 雇 賃 金	541,183	128,571	412,612
退 職 給 付 費 用	4,764,704	1,278,855	3,485,849
福 利 厚 生 費	1,230,712	1,253,779	- 23,067
旅 費 交 通 費	109,635	107,033	2,602
会 議 費	1,055,746	751,876	303,870
通 信 運 搬 費	428,106	502,746	- 74,640
減 価 償 却 費	1,290,057	3,459,515	- 2,169,458
消 耗 什 器 備 品 費	128,871	0	128,871
消 耗 品 費	31,868	11,153	20,715
修 繕 費	108,567	241,244	- 132,677
保 守 費	1,258,188	634,973	623,215
印 刷 製 本 費	846,441	705,097	141,344
光 熱 水 料 費	327,013	266,704	60,309
リ ー ス 料	2,132,384	559,840	1,572,544
賃 借 料	2,972,016	2,781,082	190,934
不 動 産 管 理 費	1,964,508	1,671,912	292,596
保 険 料	410,550	565,350	- 154,800
諸 謝 金	1,730,831	1,876,848	- 146,017
租 税 公 課	1,028,622	1,097,622	- 69,000
支 払 寄 付 金	5,500,000	0	5,500,000
委 託 費	1,266,680	979,000	287,680
雑 費	528,950	374,421	154,529
経 常 費 用 計	802,336,529	792,085,392	10,251,137
当 期 経 常 増 減 額	- 71,049,056	25,833,991	- 96,883,047
2. 経常外増減の部			
(1) 経常外収益			
経 常 外 収 益 計	0	0	0
(2) 経常外費用			
什 器 備 品 除 却 損	69,918	106,204	- 36,286
経 常 外 費 用 計	69,918	106,204	- 36,286
当 期 経 常 外 増 減 額	- 69,918	- 106,204	36,286
税引前当期一般正味財産増減額	- 71,118,974	25,727,787	- 96,846,761
法人税、住民税及び事業税	120,000	120,000	0
当 期 一 般 正 味 財 産 増 減 額	- 71,238,974	25,607,787	- 96,846,761
一 般 正 味 財 産 期 首 残 高	614,391,677	588,783,890	25,607,787
一 般 正 味 財 産 期 末 残 高	543,152,703	614,391,677	- 71,238,974
II 指定正味財産増減の部			
当 期 指 定 正 味 財 産 増 減 額	0	0	0
指 定 正 味 財 産 期 首 残 高	0	0	0
指 定 正 味 財 産 期 末 残 高	0	0	0
III 正味財産期末残高	543,152,703	614,391,677	- 71,238,974

正味財産増減計算書内訳表

平成28年4月1日から平成29年3月31日まで

(単位：円)

科 目	公益目的事業会計	収益事業等会計	法人会計	内部取引消去	合 計
I 一般正味財産増減の部					
1. 経常増減の部					
(1) 経常収益					
基本財産運用益	59,922	0	0	0	59,922
基本財産受取利息	59,922	0	0	0	59,922
特定資産運用益	3,407	0	0	0	3,407
特定資産受取利息	3,407	0	0	0	3,407
事業収益	1,516,458	528,970,650	0	0	530,487,108
体力医学研究事業収益	23,347	0	0	0	23,347
ウェルネス事業収益	1,493,111	0	0	0	1,493,111
健康調査事業収益	0	528,970,650	0	0	528,970,650
受取寄附金	137,000,000	0	63,000,000	0	200,000,000
受取寄附金	137,000,000	0	63,000,000	0	200,000,000
雑収益	127,302	3,442	606,292	0	737,036
雑収益	127,302	3,442	606,292	0	737,036
経常収益計	138,707,089	528,974,092	63,606,292	0	731,287,473
(2) 経常費用					
事業費	212,321,076	526,575,525	0	0	738,896,601
役員報酬	8,458,440	7,224,360	0	0	15,682,800
給料手当	87,914,354	228,240,299	0	0	316,154,653
法定福利費	15,133,037	22,874,083	0	0	38,007,120
臨時雇賃金	2,740,876	4,802,915	0	0	7,543,791
退職給付費用	1,986,379	1,400,996	0	0	3,387,375
福利厚生費	4,198,585	7,663,623	0	0	11,862,208
派遣経費	0	2,570,242	0	0	2,570,242
医薬品費	0	6,338,075	0	0	6,338,075
材料費	0	8,244,651	0	0	8,244,651
旅費交通費	1,295,175	232,226	0	0	1,527,401
通信運搬費	983,053	15,207,373	0	0	16,190,426
減価償却費	4,511,716	27,661,801	0	0	32,173,517
消耗什器備品費	421,593	3,463,109	0	0	3,884,702
消耗品費	1,155,240	6,049,703	0	0	7,204,943
修繕費	870,707	12,011,343	0	0	12,882,050
保守費	701,268	7,747,816	0	0	8,449,084
印刷製本費	1,355,271	7,900,737	0	0	9,256,008
研究調査費	8,916,208	0	0	0	8,916,208
燃料費	11,093	0	0	0	11,093
光熱水料費	3,746,338	5,204,363	0	0	8,950,701
リース料	365,783	3,369,813	0	0	3,735,596
賃借料	30,020,952	47,123,172	0	0	77,144,124
不動産管理費	12,196,976	31,264,848	0	0	43,461,824
保険料	155,630	106,580	0	0	262,210
租税公課	7,096,282	833,118	0	0	7,929,400
支払助成金	14,500,000	0	0	0	14,500,000
研究助成事業費	2,901,184	0	0	0	2,901,184

科 目	公益目的事業会計	収益事業等会計	法人会計	内部取引消去	合 計
委託費	605,600	54,149,390	0	0	54,754,990
業務推進費	8,210	11,375,223	0	0	11,383,433
雑費	71,126	3,515,666	0	0	3,586,792
管理費	0	0	63,439,928	0	63,439,928
役員報酬	0	0	5,027,967	0	5,027,967
給料手当	0	0	24,704,314	0	24,704,314
法定福利費	0	0	4,052,015	0	4,052,015
臨時雇賃金	0	0	541,183	0	541,183
退職給付費用	0	0	4,764,704	0	4,764,704
福利厚生費	0	0	1,230,712	0	1,230,712
旅費交通費	0	0	109,635	0	109,635
会議費	0	0	1,055,746	0	1,055,746
通信運搬費	0	0	428,106	0	428,106
減価償却費	0	0	1,290,057	0	1,290,057
消耗什器備品費	0	0	128,871	0	128,871
消耗品費	0	0	31,868	0	31,868
修繕費	0	0	108,567	0	108,567
保守費	0	0	1,258,188	0	1,258,188
印刷製本費	0	0	846,441	0	846,441
光熱水料費	0	0	327,013	0	327,013
リース料	0	0	2,132,384	0	2,132,384
賃借料	0	0	2,972,016	0	2,972,016
不動産管理費	0	0	1,964,508	0	1,964,508
保険料	0	0	410,550	0	410,550
諸謝金	0	0	1,730,831	0	1,730,831
租税公課	0	0	1,028,622	0	1,028,622
支払寄付金	0	0	5,500,000	0	5,500,000
委託費	0	0	1,266,680	0	1,266,680
雑費	0	0	528,950	0	528,950
経常費用計	212,321,076	526,575,525	63,439,928	0	802,336,529
当期経常増減額	- 73,613,987	2,398,567	166,364	0	- 71,049,056
2. 経常外増減の部					
(1) 経常外収益					
経常外収益計	0	0	0	0	0
(2) 経常外費用					
什器備品除却損	0	69,914	4	0	69,918
経常外費用計	0	69,914	4	0	69,918
当期経常外増減額	0	- 69,914	- 4	0	- 69,918
他会計振替額					
税引前当期一般正味財産増減額	- 73,613,987	2,328,653	166,360	0	- 71,118,974
法人税、住民税及び事業税	50,000	70,000	0	0	120,000
当期一般正味財産増減額	- 73,663,987	2,258,653	166,360	0	- 71,238,974
一般正味財産期首残高	376,705,485	169,763,574	67,922,618	0	614,391,677
一般正味財産期末残高	303,041,498	172,022,227	68,088,978	0	543,152,703
II 指定正味財産増減の部					
当期指定正味財産増減額	0	0	0	0	0
指定正味財産期首残高	0	0	0	0	0
指定正味財産期末残高	0	0	0	0	0
III 正味財産期末残高	303,041,498	172,022,227	68,088,978	0	543,152,703

Ⅲ. 財務諸表に対する注記

1. この財務諸表は「公益法人会計基準」(平成20年4月11日 平成21年10月16日改正 内閣府公益認定等委員会)によって作成されています。

2. 重要な会計方針

(1) 棚卸資産の評価基準及び評価方法

貯蔵品は最終仕入原価法により期末評価を行っています。

(2) 固定資産の減価償却の方法

有形固定資産及び無形固定資産の減価償却の方法は定額法によっています。

(3) 賞与引当金の計上基準

従業員に対する賞与の支給に備えるため、支給見込額の当期負担分を計上しています。

(4) 退職給付引当金の計上基準

従業員に対する退職金の支給に備えるため、退職金規定に基づく期末要支給額を計上しています。

(5) 消費税等の会計処理

消費税等の会計処理は税抜方式によっています。

(6) リース取引の処理方法

リース物件の所有権が借主に移転すると認められるもの以外のファイナンス・リース取引については、リース会計基準を適用しています。

3. 基本財産及び特定資産の増減額及びその残高

基本財産及び特定資産の増減額及びその残高は、次のとおりです。

科目	前期末残高	当期増加額	当期減少額	当期末残高
	円	円	円	円
基本財産				
定期預金	250,000,000	0	0	250,000,000
小計	250,000,000	0	0	250,000,000
特定資産				
退職給付引当資産	61,003,329	8,152,079	11,523,900	57,631,508
小計	61,003,329	8,152,079	11,523,900	57,631,508
合計	311,003,329	8,152,079	11,523,900	307,631,508

4. 基本財産及び特定資産の財源等の内訳

基本財産及び特定資産の財源等の内訳は、次のとおりです。

科 目	当期末残高	(うち指定正味財 産からの充当額)	(うち一般正味財 産からの充当額)	(うち負債に対応 する額)
	円	円	円	円
基本財産				
定期預金	250,000,000	－	(250,000,000)	－
小 計	250,000,000	－	(250,000,000)	－
特定資産				
退職給付引当資産	57,631,508	－	－	(57,631,508)
小 計	57,631,508	－	－	(57,631,508)
合 計	307,631,508	－	(250,000,000)	(57,631,508)

5. 固定資産の取得価額、減価償却累計額及び当期末残高

固定資産の取得価額、減価償却累計額及び当期末残高は、次のとおりです。

科 目	取得価額	減価償却累計額	当期末残高
	円	円	円
建物附属設備	60,645,607	31,223,573	29,422,034
什器備品	377,668,583	293,351,201	84,317,382
合 計	438,314,190	324,574,774	113,739,416

6. 重要な後発事象

当法人の収益事業等会計に属していた事業は、平成29年4月1日をもって一般財団法人明治安田健康開発財団に譲渡されました。

IV. 附属明細書

1. 基本財産及び特定資産の明細

基本財産及び特定資産の明細については、「財務諸表に対する注記」に記載のとおりです。

2. 引当金の明細

(単位:円)

科 目	期首残高	当期増加額	当期減少額		期末残高
			目的使用	その他	
賞 与 引 当 金	19,985,952	21,320,213	19,985,952		21,320,213
退 職 給 付 引 当 金	61,003,329	8,152,079	11,523,900		57,631,508

V. 財産目録

平成 29 年 3 月 31 日現在

(単位:円)

貸借対照表科目		場所・物量等	使用目的等	金額	
(流動資産)	現金	手元保管	運転資金として	1,077,658	
	預金	普通預金	三菱東京UFJ銀行	運転資金として	194,314,085
		新宿中央支店			106,557,291
		三菱UFJ信託銀行			7,636,721
		本店			7,302,775
		三菱UFJ信託銀行			3,078,061
		新宿支店			78,527
		八十二銀行			7,826,214
		新宿支店			10,003,364
		三井住友銀行			2,828,732
		新宿西口支店			9,495,602
		三井住友銀行			3,167,819
		新宿通支店			1,234,674
		広島銀行			5,632,407
		東京支店			9,795,836
静岡銀行		9,691,106			
新宿支店		2,470,295			
横浜銀行		7,514,661			
新宿支店					
東日本銀行					
新宿支店					
肥後銀行					
東京支店					
スルガ銀行					
東京支店					
山梨中央銀行					
新宿支店					
みずほ銀行					
新宿新都心支店					
三菱東京UFJ銀行					
八王子中央支店					
三井住友信託銀行					
新宿西口支店					
未収金	健康調査事業に係る未収金等	健康調査事業に係る未収金等	49,869,852		
前払金	賃借料等の前払金	賃借料等の前払金	2,682,388		
貯蔵品	手元保管	医薬品等の貯蔵品	892,002		
流動資産合計				248,835,985	

貸借対照表科目		場所・物量等	使用目的等	金額
(固定資産)				
基本財産	預金	定期預金 三菱UFJ信託銀行 本店	公益目的保有財産であり、運用益を公益目的事業の財源として使用している。	250,000,000 250,000,000
特定資産	退職給付引当 資産	普通預金 三菱東京UFJ銀行 新宿中央支店	共用財産であり、退職金支払いの資金として管理されている預金	57,631,508 57,631,508
その他固定資産	建物附属設備 什器備品 ソフトウェア	東京都新宿区西新宿 1-8-3	共用財産であり、各事業の用に供している。	140,711,715 29,422,034 84,317,382 26,093,089
	電話加入権	電話加入権	電話加入権	863,700
	長期預託金	自動車等のリサイクル 預託金	自動車等のリサイクル預託金	15,510
固定資産合計				448,343,223
資産合計				697,179,208
(流動負債)				
	未払金 未払金 割賦未払金 未払消費税等	健診機器・システム 納入業者に対する未 払金等	各事業の用に供する什器備品・システム購入の未払い分等	69,229,399 49,946,295 15,360,904 3,922,200
	預り金	従業員等からの預り 金	従業員等から源泉徴収した社会保険料等の預り金	5,725,385
	賞与引当金	従業員に対するもの	従業員32名に対する賞与の支払いに備えたもの	21,320,213
	未払法人税等	未払法人税等	未払法人税等	120,000
流動負債合計				96,394,997
(固定負債)				
	退職給付引当金	従業員に対するもの	従業員21名に対する退職金の支払いに備えたもの	57,631,508
固定負債合計				57,631,508
負債合計				154,026,505
正味財産				543,152,703

VI. 監査報告書

独立監査人の監査報告書

平成 29 年 5 月 1 日

公益財団法人 明治安田厚生事業団

理事長 中 熊 一 仁 殿

川上公認会計士事務所

公認会計士

川上 泰江



白子公認会計士事務所

公認会計士

白子 和幸



〈財務諸表監査〉

私たちは、公益財団法人明治安田厚生事業団の平成 28 年 4 月 1 日から平成 29 年 3 月 31 日までの第 5 期事業年度の貸借対照表及び損益計算書（公益認定等ガイドライン I - 5 (1) の定めによる「正味財産増減計算書」をいう。）並びにその附属明細書並びに財務諸表に対する注記について監査し、併せて、貸借対照表内訳表及び正味財産増減計算書内訳表（以下、これらの監査の対象書類を「財務諸表等」という。）について監査を行った。

財務諸表等に対する理事者の責任

理事者の責任は、我が国において一般に公正妥当と認められる公益法人会計の基準に準拠して財務諸表等を作成し適正に表示することにある。これには、不正又は誤謬による重要な虚偽表示のない財務諸表等を作成し適正に表示するために理事者が必要と判断した内部統制を整備及び運用することが含まれる。

監査人の責任

私たちの責任は、私たちが実施した監査に基づいて、独立の立場から財務諸表等に対する意見を表明することにある。私たちは、我が国において一般に公正妥当と認められる監査の基準に準拠して監査を行った。監査の基準は、私たちに財務諸表等に重要な虚偽表示がないかどうかについて合理的な保証を得るために、監査計画を策定し、これに基づき監査を実施することを求めている。

監査においては、財務諸表等の金額及び開示について監査証拠を入手するための手続が実施される。監査手続は、私たちの判断により、不正又は誤謬による財務諸表等の重要な虚偽表示のリスクの評価に基づいて選択及び適用される。財務諸表監査の目的は、内部統制の有効性について意見表明するためのものではないが、私たちは、リスク評価の実施に際して、状況に応じた適切な監査手続を立案するために、財務諸表等の作成と適正な表示に関連する内部統制を検討する。また、監査には、理事者が採用した会計方針及びその適用方法並びに理事者によって行われた見積りの評価も含め全体としての財務諸表等の表示を検討することが含まれる。

私たちは、意見表明の基礎となる十分かつ適切な監査証拠を入手したと判断している。

監査意見

私たちは、上記の財務諸表等が、我が国において一般に公正妥当と認められる公益法人会計の基準に準拠して、当該財務諸表等に係る期間の財産、損益（正味財産増減）の状況をすべての重要な点において適正に表示しているものと認める。

〈財産目録に対する意見〉

私たちは、公益財団法人明治安田厚生事業団の平成29年3月31日現在の第5期事業年度の財産目録（「貸借対照表科目」、「金額」及び「使用目的等」の欄に限る。以下同じ。）について監査を行った。

財産目録に対する理事者の責任

理事者の責任は、財産目録を、我が国において一般に公正妥当と認められる公益法人会計の基準に準拠するとともに、公益認定関係書類と整合して作成することにある。

監査人の責任

私たちの責任は、財産目録が、我が国において一般に公正妥当と認められる公益法人会計の基準に準拠しており、公益認定関係書類と整合して作成されているかについて意見を表明することにある。

財産目録に対する監査意見

私たちは、上記の財産目録が、我が国において一般に公正妥当と認められる公益法人会計の基準に準拠しており、公益認定関係書類と整合して作成されているものと認める。

利害関係

公益財団法人明治安田厚生事業団と私たちとの間には、公認会計士法の規定により記載すべき利害関係はない。

以 上

監査報告書

平成 29 年 5 月 9 日

公益財団法人 明治安田厚生事業団

理事長 中 熊 一 仁 殿

監事 鈴木 竹夫 

監事 水野 剛 

私たち監事は、当事業団の平成 28 年 4 月 1 日から平成 29 年 3 月 31 日までの第 5 期事業年度の理事の職務の執行について監査を行いましたので、一般社団法人及び一般財団法人に関する法律第 99 条第 1 項（同法 197 条において準用する第 99 条第 1 項）並びに公益社団法人及び公益財団法人の認定等に関する法律施行規則第 33 条第 2 項の規定に基づき本監査報告書を作成し、以下のとおり報告いたします。

1 監査の方法及びその内容

私たち監事は、理事及び使用人等と意思疎通を図り、情報の収集及び監査の環境の整備に努めるとともに、理事会その他重要な会議に出席し、理事等からその職務の執行について報告を受け、重要な決裁書類等を閲覧し、当事業団の事務所において業務及び財産の状況を調査しました。

以上の方法によって、当事業年度に係る事業報告を監査しました。

さらに、会計帳簿又はこれに関する資料の調査を行い、当事業年度に係る計算書類及びその附属明細書並びに財産目録について監査しました。

2 監査の結果

(1) 事業報告等の監査結果

- ① 事業報告は、法令及び定款に従い、当事業団の状況を正しく示しているものと認めます。
- ② 理事の職務の執行に関する不正の行為又は法令若しくは定款に違反する重大な事実は認められません。

(2) 計算書類及びその附属明細書並びに財産目録の監査結果

計算書類及びその附属明細書並びに財産目録は、当事業団の財産及び損益の状況をすべての重要な点において適正に表示しているものと認めます。

以 上

第 6 期 事 業 計 画

平成 29 年 4 月 1 日から平成 30 年 3 月 31 日まで

I. 基本方針

平成 29 年度は、公益財団法人としての使命に基づき、体力医学研究事業およびウェルネス事業が互いに連携しながら、広く一般の健康づくりに関する調査研究、実践指導、情報提供を実施し、エビデンスに基づく健康増進支援サービスを充実させるとともに健康づくりコンサルタント活動を推進することによって社会の福祉に貢献する。

1. 体力医学研究事業

体力医学研究事業では、運動が心身の健康に及ぼす効果について学術成果の獲得を目指して基礎実験研究ならびに応用実践研究を推進し、学会発表および論文作成を行う。基礎実験研究では、運動効果の発現メカニズムの解明に向けて、運動・身体活動が脳機能やメンタルヘルスに及ぼす影響について介入研究・動物実験を実施する。応用実践研究では、注意・集中力および労働生産性の向上に向けた運動・身体活動のあり方を検討するために、性、年齢、日常生活状況を踏まえた観察・介入研究に着手する。研究助成事業については、採用枠を一部見直した上で継続実施し、健康科学に携わる若手の研究者の活動を支援する。

2. ウェルネス事業

ウェルネス事業では、一人ひとりが身近に実践可能な健康づくりをサポートするプログラムを開発し、提供する。プログラムの成果は学会発表・論文などによって公表するとともに、自治体や企業、団体等における講演会や講習会、測定会等を通じて紹介することによって、社会に貢献できる健康づくりの普及啓発活動を行なう。体力医学研究事業と連携して、科学的な根拠に基づいた健康づくりを提案し、とくに最近注目される健康経営に関して健康づくりの専門的な立場から身体活動・運動を導入する企業への支援についても積極的に取り組む。

Ⅱ. 実行計画

1. 体力医学研究事業

①学術成果の獲得

- ア. 基礎実験研究：「運動・身体活動が脳機能、ストレス反応、睡眠に影響を及ぼす仕組み」の検討
- イ. 応用実践研究：「日常生活における運動・身体活動状況が注意・集中力、労働生産性に及ぼす影響」に関する研究の推進

②学術成果の普及啓発

- ア. 学術成果のメディア掲載
- イ. ウェブサイトでの情報発信

③研究助成の認知度向上

- ア. 健康科学・公衆衛生学、およびその関連の課程を有する大学、新設学部、地方の単科大学、健康科学に従事する研究機関等、新規公募先を発掘し助成制度の情報を提供
- イ. ユニーク且つ斬新な研究テーマの特別採用枠の設置（ポスター・ホームページ等による告知）

2. ウェルネス事業

①健康づくりプログラムの開発・提供

- ア. 個別の健康度を維持向上する支援・測定・運動プログラムの提供
- イ. 健康経営で期待される健康づくりプログラムの開発、実施

②健康づくりプログラムの導入促進

- ア. 健康経営に関連する団体・企業等との連携強化
- イ. 都内避難者に対する被災者支援活動の継続実施

③健康づくりプログラム成果の普及啓発

- ア. 運動や健診関連学会での報告
- イ. 健康づくり講演会・講習会・測定会等の開催および講師派遣
- ウ. ウェブサイトや媒体による情報発信

Ⅲ. 収支予算書

平成 29 年 4 月 1 日から平成 30 年 3 月 31 日まで

(単位：千円)

科 目	公益目的事業会計	法人会計	内部取引消去	合 計
I 一般正味財産増減の部				
1. 経常増減の部				
(1) 経常収益				
基本財産運用益	0	64		64
基本財産受取利息	0	64		64
特定資産運用益	0	71		71
特定資産受取利息	0	71		71
事業収益	1,014	0		1,014
体力医学研究事業収益	138	0		138
ウェルネス事業収益	877	0		877
受取寄付金	66,000	53,000		119,000
受取寄附金	66,000	53,000		119,000
雑収益	0	0		0
雑収益	0	0		0
経常収益計	67,014	53,134	0	120,149
(2) 経常費用				
事業費用	184,107			184,107
役員報酬	8,041			8,041
給料手当	67,380			67,380
法定福利費	9,389			9,389
臨時雇賃金	2,614			2,614
退職給付費用	8,121			8,121
福利厚生費	2,417			2,417
派遣経費	0			0
医薬品費	3			3
材料費	0			0
旅費交通費	1,237			1,237
通信運搬費	1,026			1,026
減価償却費	5,137			5,137
消耗什器備品費	721			721
消耗品費	812			812
修繕費	959			959
保守費	857			857
印刷製本費	1,456			1,456
研究調査費	8,004			8,004
燃料費	16			16
光熱水料費	2,603			2,603
リース料	360			360
賃借料	30,206			30,206
不動産管理費	12,334			12,334
保険料	162			162
租税公課	88			88
支払助成金	15,000			15,000
研究助成事業費	4,292			4,292
被災者支援	0			0

科 目	公益目的事業会計	法人会計	内部取引消去	合 計
委託費	553			553
業務推進費	133			133
嘱託医関係費	0			0
雑費	187			187
管理費		53,204		53,204
役員報酬		5,618		5,618
給料手当		11,145		11,145
法定福利費		1,319		1,319
退職給付費用		4		4
福利厚生費		0		0
旅費交通費		0		0
会議費		783		783
通信運搬費		0		0
減価償却費		0		0
消耗什器備品費		0		0
消耗品費		0		0
修繕費		0		0
保守費		0		0
印刷製本費		396		396
研究調査費		0		0
光熱水料		0		0
リース料		0		0
賃借料		0		0
不動産管理費		0		0
保険料		0		0
諸謝金		1,949		1,949
租税公課		8,664		8,664
委託費		22,738		22,738
雑費		587		587
経常費用計	184,107	53,204	0	237,311
当期経常増減額	- 117,092	- 70	0	- 117,162
2. 経常外増減の部				
(1) 経常外収益				
経常外収益計	0	0	0	0
(2) 経常外費用				
経常外費用計	0	0	0	0
当期経常外増減額	0	0	0	0
他会計振替額	0	0	0	0
当期一般正味財産増減額	- 117,092	- 70	0	- 117,162
一般正味財産期首残高	458,687	82,704	0	541,392
一般正味財産期末残高	341,595	82,634	0	424,229
II 指定正味財産増減の部				
当期指定正味財産増減額	0	0	0	0
指定正味財産期首残高	0	0	0	0
指定正味財産期末残高	0	0	0	0
III 正味財産期末残高	341,595	82,634	0	424,229

役員・評議員名簿

役員名簿

理事長	中熊一仁	
理事	岡本美和子	日本体育大学教授
	恩田貴志	北里大学教授
	勝川史憲	慶應義塾大学教授
	加藤信夫	医療法人社団亮正会理事長
	栗原敏	学校法人慈恵大学理事長
	萩裕美子	東海大学体育学研究科長
	三宅占二	キリンホールディングス株式会社名誉相談役
	宮坂信之	東京医科歯科大学名誉教授
	池辺洋	
	内田賢	
	朽木勤	
監事	鈴木竹夫	公認会計士・税理士
	水野剛	明治安田生命保険相互会社執行役

評 議 員 名 簿

勝 村 俊 仁	東京医科大学名誉教授
北 一 郎	首都大学東京教授
阪 本 要 一	東京慈恵会医科大学客員教授
下 門 顯太郎	東京医科歯科大学名誉教授
上 坊 敏 子	独立行政法人地域医療機能推進機構相模野病院 婦人科診療顧問 北里大学医学部客員教授
菅 原 弘 子	一般社団法人福祉自治体ユニット事務局長
鈴 木 政 登	東京慈恵会医科大学客員教授
羽 鳥 裕	医療法人社団はとりクリニック理事長
関 口 憲 一	明治安田生命保険相互会社特別顧問
松 尾 憲 治	明治安田生命保険相互会社特別顧問
室 山 尚 子	明治安田生命東京診療所所長

