



健康生きがいづくりアドバイザーの交流誌

いきがい

季刊

Vol. 170

2026年4月10日発行

1・4・7・10月発刊

CONTENTS

財団事業の紹介・報告

2

令和8年度 健生財団の事業計画

「健康生きがい権」への理解を深め、「健康生きがいづくり」の体現者として全国各地で新たな地域ニーズに応える活動を推進しよう！

4

「人生100時代3ステージ・シニアライフ講座研究会」成果を書籍化決定！
100歳まで輝く人生の歩み方

～50歳からの準備、65歳からの本番、80歳からの挑戦～

6

「100歳大学」地域協議会・ADの取り組み状況

財団ねっとわーく

8

辻 哲夫（フレイル予防推進会議事務局長）論文の紹介

特別寄稿「フレイル予防のポピュレーションアプローチの展開について

10

地域協議会・ADだより

神奈川健生協議会が「創立30周年記念講演会・祝賀会」を開催

12

日産自動車・桐蔭横浜大学・北陸大学・新潟医療福祉大学による
産学連携共同研究に石川健生・神奈川健生が協力

「健康寿命延伸・運転技術向上への効果検証研究」結果の概要報告

14

・（一社）神奈川健康いきがいづくりアドバイザー協議会が名称を変更、
新ロゴも決定

財団TOPICS

15

・「QRコード」からの申し込みを活用していますか？

・ご覧になりましたか？

「健康生きがい学会第15回大会」「第32回AD全国大会」の講演録画

・「アドバイザー専用ページ」へのアクセス方法

16

・次回「第13回AD活動支援講座」は6月6日（土）開催

・引き続き「第2回ADオンラインコミュニティ」を開催

編集後記



巻頭言

「健康生きがい権」の意義について

「地域包括ケアシステム」は、『自助』『互助』『共助』『公助』の組合せから成ると言われている。その私なりの理解は、まず、本人が生きがいのある自分らしい生き方を選択し「住まい」の場で主体的に暮らす『自助』と、「介護予防（住民が励まし合うフレイル予防）」及び「生活支援（住民の助け合い）」が展開される地域の『互助』とが一体となり、併せて、医療保険・介護保険の「医療・介護」のサービスである『共助』と、生活保護等の福祉施策である『公助』が保障されるということである。

最新の政策である「医療介護総合確保促進法」においては、以上のような考え方の「地域包括ケアシステム」の実現により「国民が生きがいを持ち健康で安らかな生活を営むことができる地域社会の形成」を目的とする、という趣旨の規定がなされ、平成元年の改革で老人福祉法第2条に規定された「健康生きがい権」の理念が見事に姿を現している。

超高齢社会の究極の権利といえる「健康生きがい権」は、ただ単に与えられるものではない。それは、『自助・互助』という住民の主体的な生き方と、それを暮らしの場で途切れなく支援する『共助・公助』の公的サービスとの組み合わせで成り立つということを肝に銘じたい。

令和8年4月

一般財団法人 健康・生きがい開発財団
理事長 辻 哲夫

令和8年度 健生財団の事業計画

「健康生きがい権」への理解を深め、「健康生きがいづくり」の体現者として
全国各地で新たな地域ニーズに応える活動を推進しよう！

(一財) 健康・生きがい開発財団 常務理事 松浦 隆志

1. 健生財団の行動指針

健康生きがいづくりアドバイザー (AD) の皆様、全国各地での健康生きがいづくり活動に日々熱心に取り組んでいただきありがとうございます。

さて、令和8年(2026年)には後期高齢者の人口が2,000万人を超え、人生100年時代を如何に過ごしていくのかを問われるとともに、超高齢少子社会に突入した我が国には、多くの社会的、経済的な課題が山積しています。複雑さを増す社会環境の中で、われわれADの使命と役割も新しい社会のニーズに対応できるリテラシーを身につける必要があると考えます。

昨年11月15日に開催した「健康生きがい学会第15回大会」において、辻 哲夫学会長の講演「地域共生社会と『健康生きがい権』の展望について(京極高宣前学会長のビデオメッセージ「『健康生きがい権』提唱の経緯」を含む)」と、新たに「就労と健康生きがい」を加えた6分科会での発表・討議がおこなわれました。また、「第32回アドバイザー全国大会」では、「人生100年時代の健康生きがいの体現者としてのアドバイザー」をテーマに、近藤克則千葉大学名誉教授の特別講演「社会とのつながりと健康寿命」と、(一社)健康生きがいづくり神奈川と財団の共同研究「人生100年時代3ステージ・シニアライフ講座研究会」からの成果報告がおこなわれました。

この学会とAD全国大会を通して、「健康生きがい権」への理解を深め、地域共生社会における“健康生きがいづくりの体現者”として、2040年に向けてADの目指す方向が新たに提示されました。

ADの皆様には、財団HP(AD専用ページ)にアップしている昨年の「学会」「大会」の講演・報告の録画をぜひご覧いただきたいと思います。

2. 今年度の基本方針

辻理事長が提示する「2040年に向けての財団活動の展望」を長期的な行動指針と位置づけ、財団・協議会・健康生きがいづくりアドバイザーが三位一体となって、今年度新たに策定した3か年計画(以下、「新3か年計画」)に基づき、1年目の今期は下記の事項に取り組んでまいります。

【2040年に向けての財団活動の展望】

■ 活動の基本

各地の健康生きがいづくりアドバイザー協議会活動を基本に置き、各協議会が連携し日本の「健康生きがいづくり」のより良いあり方を追求しつつ前進する。

■ 活動の柱

- ①健康生きがいづくりアドバイザーの養成と協議会組織の強化
- ②フレイル予防の推進
- ③100歳大学の普及
- ④時代の変容を捉えた弛まざる研究活動

■ 留意点

各地域協議会が主体的に財政基盤の確立と活動力の強化に取り組む一方、財団の財政基盤確立を目指し「フレイル予防事業」の普及啓発及び「データ関連事業」のさらなる展開に取り組む必要がある。

(令和5年度「第30回AD全国大会」辻 哲夫理事長「講話」より)

(1) AD養成事業、フレイル予防事業、100歳大学普及事業、研究活動を重点事業としてすすめる。

上記の4事業を重点事業と位置づけ、AD(会員)拡大による財団と協議会の基盤強化に努める。特にAD養成事業は、今年度から(一社)健康生きがいづくり神奈川との業務提携(委託)により抜本的な事業強化を進める中で、「新3か年計画」の目標である、長期的に持続可能な“協議会を中心とする新しい組織運営体制”の確立に向けて取り組む。

(2) アドバイザーの知名度・認知度向上を目指す

AD(会員)拡大には、ADの知名度・認知度の向上が不可欠であり、新たなPR資料・出版物の制作、HPの閲覧回数増を目指した改良、「健康生きがい学会」「AD全国大会」、また「AD活動支援講座」等の講演・講座の録画公開な

どにより、財団、協議会、AD の各レベルでそれぞれの知名度・認知度向上に取り組む。今年度は、従来から関係のある団体、組織、個人などに対して超高齢少子社会における AD の社会的役割と意義、そして AD 活動の魅力を積極的に PR する。

(3)「フレイル予防推進会議」(辻 哲夫財団理事長が事務局長を務める)との連携強化

フレイル予防事業は、これまで東京大学高齢社会総合研究機構が推進する「フレイルチェック」の自治体への資材供給及びデータ処理受託事業を進めてきたが、今年度からフレイル予防推進会議が本格的に推進する“住民主体のフレイル測定”の普及啓発及び自治体への資材供給業務につき、一般財団法人 医療経済研究・社会保険福祉協会と業務委託契約を締結し新事業として取り組む。

(4)「100歳大学事例集」を制作しさらなる普及啓発に取り組む

100歳大学事業は、滋賀県栗東市で2015年に初めて開校以降、全国の地域協議会が地元自治体等との協議を通じて開設に取り組み、これまで約10の地域で特色を活かした大学や講座が実施されている。今年度は、卒業生の活動や自治体の評価などを“100歳大学事例集”としてまとめ、国、地方自治体、関係機関などへのPR強化に取り組む。

(5) AD による「研究活動」の充実と成果の発表

研究会活動は、人生100年時代の多様な社会的ニーズに応えるため、これまでAD活動支援講座、AD全国大会、季刊いきがい、財団HP等を通じて、全国のADの研究成果の発表及び最新の知識や実践的なスキルを学ぶ機会を提供してきたが、今年度は、「人生100年時代3ステージ・シニアライフ講座研究会」の研究成果を活用したオンライン講座の開発・出版等により、AD自身の社会的役割意識の向上とさらなる研究活動の活性化を目指す。

(6) 地域協議会の相互連携と AD 活動の活性化をすすめる

東日本・西日本協議会ブロック会議(6～7月開催)等を通じて、財団事業への理解と協力を求めるとともに、協議会活動の現状と課題についての意見交換を通じ、協議会の相互連携により前述の(1)にある4つの重点事業への取り組みをすすめる。

また、11月に同日開催する「健康生きがい学会第16回大会」の講演と6つの分科会討議を通じて「健康生きがい権」についての理解を深め、6分科会の各領域での理論と実践事例を学ぶ。また、「第33回AD全国大会」の外部講師による記念講演と研究会報告を通じて、“健康生きがいづくり活動”の体現者としての使命と役割の理解促進とさらなるAD活動の活性化に繋げる。

3. ADの皆様へのお願い

「2040年に向けての財団活動の展望」の『活動の基本』にある、「アドバイザー協議会活動を基本に置き、各協議会が連携し日本の『健康生きがいづくり』のより良いあり方を追求しつつ前進する」に沿い、「新3か年計画」の1年目の活動目標達成に向けてしっかり進めることで各地域協議会との連携強化を図り、将来にわたり持続可能な新しい組織体制を確立することで、皆様のAD活動を支援してまいります。

今後とも、財団の取り組みへのご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

※(一社)神奈川健康生きがいづくりアドバイザー協議会は、4月1日に(一社)健康生きがいづくり神奈川へ名称を変更しました。

令和8年度「健康生きがい学会第16回大会」「第33回アドバイザー全国大会」 11月7日(土)に開催決定！

- ・開催日 : 11月7日(土)に同日開催 午前中「健康生きがい学会第16回大会」、午後「第33回AD全国大会」
- ・会場 : 林野会館(東京都文京区大塚3-28-7) 最寄り駅: 地下鉄丸ノ内線「茗荷谷駅」徒歩7分
- ・開催方式: 対面参加+オンライン視聴を予定(遠方の方にもご視聴いただけるよう準備中です)

※詳細は本誌次号7月発行号にて発表いたします

財団と(一社)健康生きがいづくり神奈川の共同研究

「人生100年時代3ステージ・シニアライフ講座研究会」成果を書籍化決定!

100歳まで輝く人生の歩み方

5月発刊予定!

～ 50歳からの準備、65歳からの本番、80歳からの挑戦～

(一社)健康生きがいづくり神奈川

3ステージ・シニアライフ講座研究会 事務局 古沢 信之

(一財)健康・生きがい開発財団と(一社)健康生きがいづくり神奈川が、共同でシニアライフのあり方を探究する研究会として検討を積み重ねてきた成果を、昨年11月15日の「第32回アドバイザー全国大会」において発表いたしました。その成果を、書籍「100歳まで輝く人生の歩み方 ～50歳からの準備、65歳からの本番、80歳からの挑戦～」として、この5月に発刊することが決定したので、その概要を紹介します。



▲「第32回 AD 全国大会」での吉田隆幸
財団副理事長(左)と神奈川健康曲尾 実会長



▲ 左から、神奈川健康の富田、古沢、浅井、
仲谷、矢崎、関根、芳賀の各氏

1. シニアライフのあり方研究会」発足の経緯

「3ステージ・シニアライフ講座研究会」に至るまで、次のような段階を経て討議を重ねてきました。

(1) 2021年・・・「80歳からのシニアライフ生き方研究会」

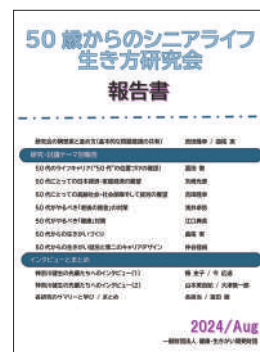
最初の研究会は、「各協議会で80代の会員が増えているが、何歳まで活動できるのか」という切実な問いから始まりました。議論を重ねる中で、多くのアドバイザーは老化と向き合いながらも、85歳前後までは十分に活躍できる可能性があるとの見通しが共有されました。その鍵となるのは、「生きがい」や「社会参加」など、気力を維持するための主体的な取り組みであることが明らかになりました。

(2) 2023年・・・「50歳からのシニアライフ生き方研究会」

次の段階では、高齢期への対応だけでなく、50代・60代といった次世代の参加促進が重要であるとの認識が共有されました。背景には、バブル崩壊以降の長期的な経済低迷や、2020年以降の若年人口減少があります。研究会では、50代が抱える将来不安に寄り添い、学びと具体的な解決策を提示することで、安心してアドバイザー・活動に参加できる環境づくりの必要性を確認しました。

(3) 2025年・・・「人生100年時代 3ステージ・シニアライフ講座研究会」

そして2025年には、「人生100歳時代の3ステージ構想」を掲げ、50歳から100歳超までを視野に入れた体系的な整理を行いました。世代ごとの課題と対策を明確化し、アドバイザー自身の実体験を交えながら、実践的な取り組み内容をまとめました。



2. 人生100年時代の「3ステージ」構想の考え方

(1)「3ステージ」分類の考え方

人生100年時代においては、従来の「現役」と「引退」という二分法では、長期化する人生設計に充分対応できない。本研究では、50歳以上の人生を図1に示す「3つのステージ」に区分し、それぞれの段階に応じた準備と実践を可能にする枠組みを提案しています。

図1 人生100年時代のシニアライフをどう生きるか



<大切なことは>

- ・自分の人生は自分で切り開く「**覚悟**」
- ・これまでのキャリアでの「**資産（つながり・能力・経験など）**」を活かすために活動すること
- ・これらを配慮した「**ライフプラン**」を作成すること

(2) 4つの視点と各ステージの課題とテーマ

充実したシニアライフを実現するために、本研究会では「健康」「家庭経済」「生きがい」「社会参加」という4つの視点を設定しました。

各ステージにおける課題とテーマについて、表1に示す初期仮説をもとに、実例を交えながら定例会議で検討を重ねてきました。書籍ではその成果を紹介します。各章の執筆者は、表2の通りです。

表1 各ステージにおける課題とテーマ

区分	ブロンズシニア	シルバーシニア	ゴールドシニア
年代 視点	50～64歳 準備	65～79歳 本番	80～100歳以上 挑戦
健康	・健康注意が大事 ・健康管理を継続	・運動の継続が大事 ・フレイル予防対策	・老化現象と折り合う ・介護、認知症対策
生きがい	・現役で仕事中心 ・余暇活動見直し	・生きがい就労の確保 ・地域活動を楽しむ	・就労からの引退 ・生きがい活動の挑戦
家庭経済	・就労収入で家計充足・運用 ・就労、生きがい就労の準備	・年金＋就労＋生きがい就労 ・資産運用、節約が大事	・年金収入が基本 ・預金取り崩し併用
社会参加	・仕事で忙しい時期 ・地域活動の学びと体験	・地域活動の開発、実践 ・仲間づくりの楽しさ	・地域活動支援型参加 ・仲間づくりへの挑戦

3. 本書の目指すところ

本書は神奈川健生のアドバイザーの率直な意見交換と実体験をもとに構成されています。書籍を通じて、多くの方に「健康生きがいづくりアドバイザー」の活動に関心を持っていただき、新たな仲間として参加いただければ幸いです。

「人生100年時代」とは、長い人生を如何に主体的に生きるかが問われる新たな挑戦です。本書が提示する「3ステージ」の考え方や具体的な実践例が、多くの方々にとっての人生設計の道標となり、シニアライフの豊かさと課題を考える契機となることを願っています。

100歳まで輝く人生の歩み方

～50歳からの準備、65歳からの本番、80歳からの挑戦～
予定価格（税込）紙版、電子版 未定

※出版コストを抑えるため、必要な部数だけを印刷するオンデマンド印刷（POD出版）を採用するなど、新しい取り組みをすすめています。また、より手に取りやすい価格でご利用いただける電子書籍の提供も準備中です。

表2 各章の執筆者

章	テーマ	執筆者
序章		吉田 隆幸
総論	50歳からの準備	富田 徹
	65歳からの本番	曲尾 実
	80歳からの挑戦	青木 羊耳
各論	健康	江口 典秀
	生きがい	曲尾 実
	家庭経済	浅井 卓弥
	就労・生きがい就労	仲谷 佳純
	社会参加Ⅰ	矢崎 光彦
	社会参加Ⅱ	関根 千佳
	事例紹介（まとめ）	芳賀 正保

100歳大学

財団が提唱する豊かなシニアライフ創造と地域共生社会の担い手養成プログラム

「100歳大学」 地域協議会・ADの取り組み状況

1月21日(水)「第8回100歳大学オンライン勉強会」を開催、各地での取組状況を報告

財団「100歳大学普及推進チーム」事務局長 大和 哲

1月21日(水)に開催した「第8回100歳大学オンライン勉強会」の様相を紹介するとともに、滋賀県栗東市と(一社)滋賀県健康生きがいづくり協議会の協働により、全国で初めて開設した「栗東100歳大学」スタートから10年、その間財団が提唱する事業として、開設の目的と意義・実施体制・開設のメリット等をまとめた手引書「100歳大学普及の手引」が完成して5年が経過しました。今回は、先の「勉強会」の様相をお伝えするとともに、これまでの100歳大学普及推進10年の歩みを紹介します。

■「第8回100歳大学普及に向けた勉強会」(1月21日(水) オンライン開催)の様相

参加協議会と個人は、和歌山、君津、長岡、健生北海道(集合参加)、神奈川の各地域協議会と、京都の関 弘武AD(京都上京区老人クラブ会長、同志社大学大学院生)で、初めに昨年11月15日開催『健康生きがい学会第15回大会』総括時の録画を視聴。続いて「100歳大学」開校状況及び開設へ向けた取組みの報告がおこなわれました。

参加協議会・個人	取組状況	成果及び目標
健生わかやま	「プレ100歳大学」(令和3年度)、「コンパクト100歳大学」(令和4～6年度)に続くものとして、令和7年度は「100歳時代を豊かに生きる(大学)」と題し3月21(土)・22日(日)に開講。	卒業生の地域の担い手人材育成を目標
健康・生きがい 君津	令和5年度に首都圏初の「君津いきいき100歳大学」が、君津市の後援で開校し継続開校中。令和8年度「第4期開校」を準備中。	卒業生を対象にした「健生アドバイザー養成講座・認定研修」を3月に実施
長岡健康生きがい 創生ネットワーク	長岡健生協力のもと、長岡造形大学が設立した(一社)長岡100歳大学大学院が運営する「長岡100歳大学大学院」が令和5年に開校。同大学から大学院進学の際の「学長面談」は、受講生の大きな励みとなっている。昨年7月の「大学院生活報告会」では、「食と農(おから)」「地域貢献(多世代ロボコン)」「農と福祉」「長岡三大啓哲」他といった7分野の研究発表がおこなわれた。	受講生の社会貢献意欲の向上に、開学の手応え感じている長岡健生では、今年11月に、創設10周年記念事業を計画
健生北海道	健生北海道の活動は、AD養成講座、地域交流会参加他会員自ら地域活動に励んでいる。現在、自治体や民間企業等からの3つの受託事業に取り組んでいる	来年協議会設立30周年、「北の大地」での100歳大学開校を目指している
京都府 関 弘武AD	「学ぶことで、後悔のない最期を迎える」「やりたいことをあきらめない」をコンセプトに、「100歳大学」開校を目指し準備中。生き方の新しい“文化”を京都から発信していきたい!	

【総評：國松権左衛門 財団副理事長】

100歳大学という「老いの学びの仕組みづくり」は健康長寿への道であり、取組みには各地域協議会の置かれている事情からそれぞれ特色があり、さまざまあるも目指す頂上は同じであると感じた。「100歳大学」創設への道のりは、世界で初めて長寿を実現した我が国が試行錯誤の中で生み、模索を繰り返しながら確立する「文化」と言える。そのパイオニアが、我々「健康生きがいづくりアドバイザーの使命であり役割」であるといえる。

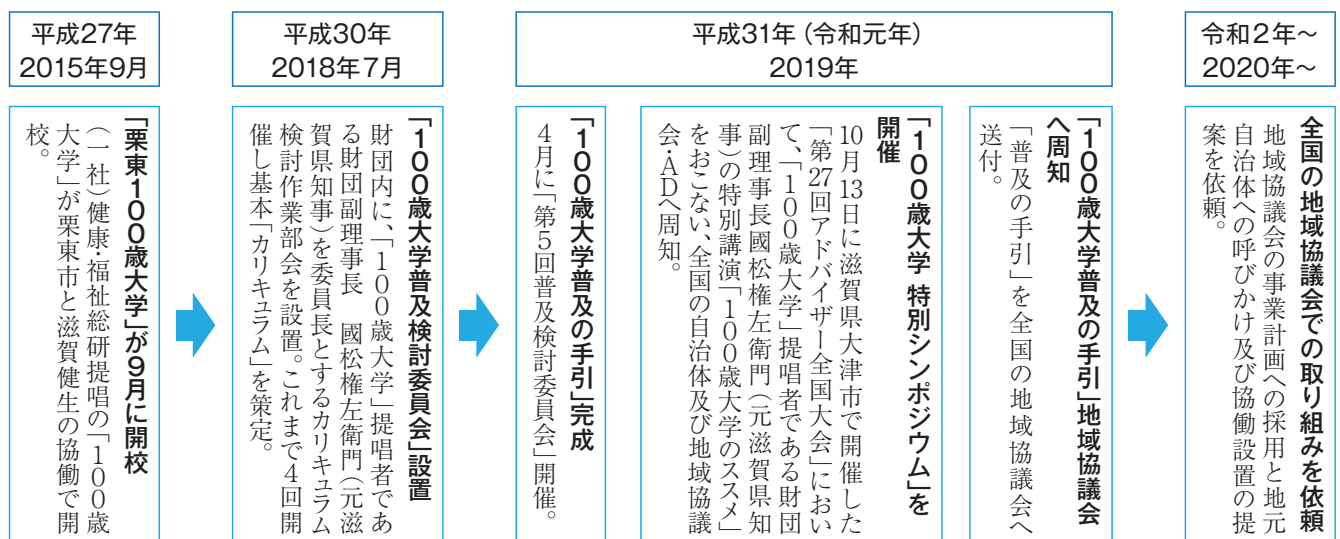
■「100歳大学」普及推進10年の振り返り

全国の自治体等での生涯学習に、人生の下り坂教育及び地域共生社会の担い手を養成するプログラム、「100歳大学」開設へ向けた財団及び地域協議会のこれまでの取り組みは以下の通りです。

- 2014年 11月 第22回健康生きがいづくりアドバイザー全国大会（会場：東京 ベルサール神保町）第2分科会「人生100歳時代のライフプラン」
國松権左衛門副理事長講演、以降各地で講演実施
- 2015年 9月 京都新聞の『健康生きがい高齢者の学び場』に、國松副理事長が代表を務める（一社）健康・福祉総研が「100歳大学」を提唱
➡その後、「栗東100歳大学」が開校
- 2015年 12月 栗東市の情報誌『ワンランク上のじぶん』に「世界初 栗東100歳大学」が掲載➡2020年1月の「栗東はつらつ100歳条例」の制定に結びつく
- 2016年 6月 読売新聞「健康づくりと生涯現役社会を考える首長懇談会」で、野村昌弘栗東市長が「老いを学ぶ100歳大学」として発表
- 2018年 7月 「100歳大学」普及に向け、財団主催「第1回普及検討委員会」発足、基本カリキュラムを策定
- 2019年 10月 「100歳大学普及の手引」完成、第27回健康生きがいづくりアドバイザー全国大会（会場：滋賀県）で全参加者に配付し広く周知。
その後11～12月にかけて全国の地域協議会へ郵送



▲栗東市の情報誌に紹介



■各地での取り組み状況

1. 行政が主体的に運営し開校中

- (1) 滋賀県栗東市「栗東100歳大学」 令和7年度 第9期継続開校
運営者を変更して、継続実施中
- (2) 滋賀県甲賀市「甲賀100歳大学」 令和7年度 第4期継続開校
- (3) 愛知県大治町「大治町100歳大学」 令和7年度 第1期開校。

2. 関連する講座及びセミナーを実施及び開設に向けて準備中

京都 SKY シニア大学、シニアライフ講座(川崎)、神奈川コミュニティカレッジ(神奈川)、三重県四日市市他3会場(三重県(一社)100歳大学)、また大阪府高槻市の三大市民カレッジ(大阪府民カレッジ・コミュニティカレッジ・たかつき市民カレッジ) 合同で『高槻100歳大学』(仮称) 開設に向け準備中です。



▲「高槻100歳大学」構想に関する情報

特別寄稿

「フレイル予防推進会議」事業（イベント・専門会議等）報告

辻 哲夫（フレイル予防推進会議事務局長）論文の紹介

フレイル予防のポピュレーションアプローチの展開について

辻 哲夫理事長が事務局長を務める「フレイル予防推進会議」によるフレイル予防のポピュレーションアプローチについて、「医療経済研究」誌に辻事務局長の特別寄稿が掲載されました。ここでは、フレイル予防の考え方と、今後何をを目指すのか。またそのアプローチの方向性について述べている特別寄稿の概要を紹介します。

なお、特別寄稿全文は国立研究開発法人科学技術振興機構（JST）が運営する「科学技術情報発信・流通総合システム」（J-STAGE）サイト <https://doi.org/10.24742/jjhep.2025.03> にて閲覧、ダウンロードできます。

■ フレイル予防のポピュレーションアプローチの重要性

我が国の高齢化率は、世界で最も高い水準で推移しており、2040年には85歳以上人口が1,000万人に達すると見込まれる。85歳以上の年齢層の現在の平均の要介護認定率は6割弱であり、このまま推移すれば介護保険財政や介護人材不足が深刻化し、医療にも影響が及ぶことが懸念される。

従来型の政策では対応が困難であり、早期の介護予防としてフレイル予防のポピュレーションアプローチ（元気な高齢者を含めた地域住民の集団に対し、予防についての広報啓発活動や環境整備を行う手法）を地域単位で展開する必要性が高まっている。

■ フレイルの概念と意義

「フレイル」は日本老年医学会が2014年に提唱した概念で、「健康な状態からプレフレイル、フレイルという中間的な状態を経て要介護に陥る」という認識の下で、「フレイル」の予防が重要であるとの見解が示された。身体的、精神的、心理的、社会的など多面的要因で進行するという「多面性」と、フレイルまでの段階であれば要介護状態よりもはるかに戻れる可能性が高いという「可逆性」が特徴である。

フレイルは病気ではなく治療薬はないので、その予防は地域住民一人ひとり自らの日々の取り組み（生活の工夫）に大きくかかっている。「フレイル」の概念の提唱は、フレイルまでの段階であれば要介護状態よりもはるかに戻れる可能性が高く、かつ、早い段階であれば専門職の手を借りず自らの生活の工夫だけで戻れたり遅らせたりすることができるということを、国民誰もが社会常識として学び、取り組めるという画期的なメッセージである。

<特別寄稿の構成>

1. フレイル予防のポピュレーションアプローチの重要性
2. フレイル及びフレイル予防の概念と意義
3. フレイル予防のポピュレーションアプローチの効果
4. フレイル予防のポピュレーションアプローチの体系の確立
 - (1) 厚生労働省における取組
 - (2) 「フレイル予防のポピュレーションアプローチに関する声明と提言」
5. フレイル予防のポピュレーションアプローチの推進体制ーフレイル予防推進会議の展開
 - (1) フレイル予防推進会議の設置準備と設立
 - (2) フレイル予防推進会議の活動
 - ①フレイル予防宣言の決定
 - ②フレイル予防推進会議事務局での調査研究の実施
 - ③フレイル予防推進会議活動の組織的展開
6. おわりにーフレイル予防のポピュレーションアプローチの深化を目指して

■ ポピュレーションアプローチの効果

予防政策はポピュレーションアプローチとハイリスクアプローチ（ハイリスクの人を特定し、それらの人に対して専門職により予防のための対応（介入）を行う手法）の組み合わせが最も効果的とされる。特にフレイル予防では、健常・プレフレイル段階での介入が将来の介護保険給付費を大幅に抑制する可能性が示されている。日本老年学的評価研究（JAGES）の9年間追跡調査では、フレイル群の給付費は健常・プレフレイル群に比べ6年後46.4倍、9年後86.5倍に増加していた。フレイルの早期の段階におけるポピュレーションアプローチの展開を、地域単位に継続的に行うことにより、将来の介護保険給付の適正化に大きな効果が生じることが示唆されている。

■ フレイル予防のポピュレーションアプローチの体系の確立

厚生労働省は2019年以降、保健事業と介護予防の一体的実施を推進し、2020年から市町村で本格的に行うとされた。行動指針として「栄養・身体活動・社会参加」の『三本柱』が普及している。さらに2022年に有識者委員会が最新知見を整理した「声明と提言」では、『三本柱』を複数組み合わせるほど効果が高いこと、また「社会性（社会とのかかわり）」の低下がフレイル進行の入口になりやすいことが新たな知見として示され、「住民主体のフレイル測定」が一次予防の新たな手法として提案された。

住民主体の「フレイル測定」は、ボランティアが主体となって住民とともにフレイルに関する一定の質問や計測項目の

測定を実施し、フレイルを「自分事化」することを目的とする。住民の主体的な自助・互助活動の展開の有効性を重視し、住民の主体性を尊重した行政側の側面的な支援が重要となるほか、行政だけでなく、産業界も側面的な支援を担うものとして重要な役割を果たすことが期待される。また、フレイル予防を意識していなくても「フレイル測定」に参加しやすい環境づくりを行う、「ゼロ次予防」の重要性も指摘されている。

「声明と提言」では、フレイル予防のポピュレーションアプローチの体系を、現在行われているフレイル予防のハイリスクアプローチに相当する事業に有機的に連携させ、介護予防の総合的な政策体系に発展させる考え方を提案している。

■ フレイル予防のポピュレーションアプローチの推進体制 – 「フレイル予防推進会議」の展開

2024年7月、地方自治体・企業・有識者が参加する「フレイル予防推進会議」が発足し、2024年11月に「フレイル予防啓発宣言」を決定した。宣言では、健常及びプレフレイル段階でのポピュレーションアプローチを重視すること、住民主体のフレイル測定の効果、通いの場等で一般介護予防事業として、「後期高齢者の15問の質問票」を活用した「住民主体のフレイル測定」による全国展開の可能性を明らかにし、さらに地域住民の日常生活に深くかかわる産業界の役割、都道府県の広域支援の重要性が強調された。

【今後の展望】

「フレイル予防推進会議」の目的は、フレイル予防のポピュレーションアプローチの全国への展開とその結果としての介護保険の運営の安定化である。このための当面の具体的戦略の柱として、「後期高齢者の15問の質問票を活用した住民主体のフレイル測定（後期高齢者の15問の質問票にBMI、握力、指輪っかテストの3項目の測定項目を付加した方式）」を「フレイル予防推進会議」構成員自身が取り組むことが最も適切であり、これを逐次全国に広めていくということを基本方針としている。

「後期高齢者質問票」を活用した住民主体の測定を全国に広げ、産業界との連携を強化し、2026年にはフレイル関連データを統一的に蓄積・解析する「新フレイル予防情報システム」を稼働させる予定である。これにより、地域差の可視化や政策評価が可能となり、介護予防政策の革新が期待される。

■ おわりに – フレイル予防のポピュレーションアプローチの深化を目指して

今後のフレイル予防のポピュレーションアプローチを効果的に推進するためには、介護予防に関する政策実施が、これまでの要介護、要支援の認定率の推移にどのような効果を発揮してきたかどうかについて各市町村及び都道府県ごとの行政の自己評価を行うためのデータ解析機能が必要である。

そのためには「新フレイル予防情報システム」によるAI解析を活用した、介護予防政策の手法を革新すること。そして、フレイルの概念を地域住民自らが学ぶことによる地域の変容、つまり“まちづくり”の営みが持つ大きな可能性について、地域住民の主体性の下で誰もがフレイルを「自分事化」して学ぶということであり、人は誰もが最終的には衰え、死を迎えるということを地域で学ぶということでもある。このことで、皆で楽しく元気に老いていこうという仲間づくりから始まり、自然に、仮に弱っても皆で自らの住む地域を皆が住みよいものにしていこうという“まちづくり”を考えるようになり、更には次世代をも含めた未来に向かって行動することに繋がっていくのではないかな。

今私たちはこのような大きな可能性に気付きつつあると認識している。

類型名	No	質問文	回答
健康状態	1	あなたの現在の健康状態はいかがですか	①よい ②まあよい ③ふつう ④あまりよくない ⑤よくない
心の健康状態	2	毎日の生活に満足していますか	①満足 ②やや満足 ③やや不満 ④不満
食習慣	3	1日3食きちんと食べていますか	①はい ②いいえ
口腔機能	4	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか ※さきいか、たくあんなど	①はい ②いいえ
	5	お茶や汁物等でむせることがありますか	①はい ②いいえ
体重変化	6	6カ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	①はい ②いいえ
運動・転倒	7	以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	①はい ②いいえ
	8	この1年間に転んだことがありますか	①はい ②いいえ
	9	ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか	①はい ②いいえ
認知機能	10	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされていますか	①はい ②いいえ
	11	今日が何月何日かわからない時がありますか	①はい ②いいえ
喫煙	12	あなたはたばこを吸いますか	①吸っている ②吸っていない ③やめた
社会参加	13	週に1回以上は外出していますか	①はい ②いいえ
	14	ふだんから家族や友人と付き合いがありますか	①はい ②いいえ
ソーシャルサポート	15	体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか	①はい ②いいえ

▲「後期高齢者の15問の質問票」厚労省「後期高齢者の質問票の解説と留意事項」より

神奈川健生協議会が「創立30周年記念講演会・祝賀会」を開催

(一社) 神奈川健康生きがいづくりアドバイザー協議会
「創立30周年記念行事」実行委員長 安場 良治

(一社) 神奈川健康生きがいづくりアドバイザー協議会(曲尾 実会長)は、昨年創立30周年を迎え、11月23日(日)横浜市関内の(公財)神奈川産業振興センターホールにて「創立30周年記念式典」を開催し、記念講演2題と祝賀会がおこなわれ、60名を超える会員が参加しました。記念講演ではアドバイザーとしての使命と役割を改めて認識するとともに、会員仲間と楽しい時間を共有しました。※(一社)神奈川健康生きがいづくり協議会は4月1日に(一社)健康生きがいづくり神奈川へ名称を変更しました。

1.「記念講演」2題は今後の活動の大きな指針に

午後1時開催のプログラムでは、曲尾 実会長の「開会挨拶」に続き登壇(オンライン参加)した(一財)健康・生きがい開発財団 辻 哲夫理事長((一財)医療経済研究・社会保険福祉協会理事長)から、『健康生きがい権』の展望と健康生きがいづくりアドバイザーへの期待』と題した講演がおこなわれ、続いて登壇した(一社)定年後研究所 池口武志所長から、演題「シニアこそ、強みを活かし、相互連携で社会変革の旗手となる」がおこなわれました。

両講演ともに、神奈川健生の新しい10年の幕開けに相応しい中身の濃いもので、今後の活動に極めて大きな示唆をいただきました。特に入会後まだ年数のたっていない会員が多く出席したこともあり、今後の活動の大きな指針になりました。



▲(一社)定年後研究所池口武志所長の講演



▲祝賀会で「南京玉すだれ」を披露する会員

2.「祝賀会」では会員による祝賀演芸で盛り上がる

「記念講演」終了後、場所を変え周 富輝氏がオーナーシェフの「広東料理生香園」新館5階の宴会場にて「祝賀会」を開催。講演いただいた池口武志所長にもご列席いただき、アドバイザーの方々とはくだけた雰囲気の中親密な交流を図ることが出来ました。

席上この10年の間に活躍いただいた井口正幸元会長・三浦紀子前会長他に挨拶をいただくとともに、心得のあるアドバイザーとそのお仲間 JTCA(日本伝統文化の会)会員による祝賀演芸『南京玉すだれ』の披露など、会は大いに盛り上がりました。

「記念講演会・祝賀会」を通じ、神奈川健生アドバイザーから選ばれた実行委員の方々がそれぞれの持ち場で能力をフルに発揮し、無事記念行事を終えることができました。コロナ禍の影響もあり順風満帆ではなかったこの10年間でしたが、今回の記念行事が新規加入会員の斬新な発想を柔軟に採り入れ、超高齢社会における地域共生社会の担い手団体としての新しい時代に相応しいアドバイザー協議会に向けて益々発展していく、その端緒となる行事であったと信じています。

なお、(一社)定年後研究所 池口武志所長に



▲「祝賀会」で全員揃っての集合写真(最前列中央が曲尾会長)

よる記念講演は、私たちアドバイザーへのエールとして元気の出る、また示唆に富む良い講演でしたので、ここに要旨を紹介します。

記念講演

シニアこそ、強みを活かし、相互連携で社会変革の旗手となる

講師 (一社) 定年後研究所 常務理事 所長 池口 武志

- ・1963年生まれ、1986年日本生命保険入社
- ・現在、(株) 星和ビジネスリンク専務執行役員、(一社) 定年後研究所常務理事所長
キャリアコンサルタント(国家資格)としても活躍中。著書に「定年 NEXT」廣済堂新書、
「人生の頂点は定年後」青春新書。



《本題前に質問3題》

- ・加齢と共に人の幸福感はどのようなカーブか？ → 世界共通での幸福感はU字カーブを描いている。
- ・60歳代以上への質問「人生に関する後悔で最も高いのは？」 → 「学び」が第一位である。
- ・人は潜在能力の●%を使っているのか？ → 10%以下。新たな人との出会いや、社会課題へのコミットで潜在能力は開花する。

《本題》

① 60～70歳代「人生・仕事満足度調査」から

- ・世界的にはU字カーブだが、日本は「定年」の影響でW字カーブとなっていて、エイジレスな活躍風土づくりが、会社でも社会全体でも肝要である。
- ・「60歳代前半」の「仕事満足度」「学びへの意欲」「知らない人との交流意欲」は突出して低い。一方で、「孤独感」は60歳代前半が高い。「仕事の目的」別の人生満足度は、「貢献・必要とされる」が「お金、時間」よりも大きく、「仕事を決める条件」別の人生満足度は、「やりがい」が「給与」よりも高い。➡「高齢期の仕事探しのネック」は、年齢要因だけで採用されないケースが多い

② 生涯現役時代の到来と課題

- ・「70歳雇用」企業の着実な増加とともに、中小企業・地方では「人手不足」から高齢者雇用が進展。
- ・人生100年時代、生涯現役時代が現実となり、個人事業主の引退希望年齢は「80歳～」が最多。
- ・終身雇用制での定年前後社員の漠然とした将来不安の多くは、「自社以外での活躍が想像できない」。
- ・企業も中高年社員のキャリア自律を促す施策に注力中である、但し副業解禁するも実施は僅少。

③ シニア人材の強みと期待・役割

- ・若手はデジタル・スピード感に、一方ベテランは経験・奉仕精神に強みがあり、業務改革やイノベーション促進に有効。固有の経験を持つシニアの強みを活かした「役割」の設定(生き字引、繋ぎ役)。

④ 企業の取り組み ～年功序列から人物本位へ(人的資本経営の推進の一環)

- ・シニア人材活用スタンスとして、福祉的雇用から戦力活用へ転換する企業が増加中である。
- (1) 役割：経験を活かした役割開発 (2) 役割に応じた「処遇」の設定
- (3) 役割発揮に向けた「支援策の実施」 (4) 経験・スキル豊かな外部シニア人材の取込み

⑤ 地域社会での多様な取り組み ～定年後の人材の地域との接点づくり～

- ・「地域活動」と「人生満足度」は相関関係にある ・定年後の孤立傾向は「男性」に強い
- ・定年後後期で「キャリアチェンジ」を果たし、その後イキイキしている人の共通点は？
- ・越境ロールモデルの紹介(企業経験を活かす、新しい世界へチャレンジ、仲間づくりも)

《結び》

「企業と地域をつなぐ定年準備教育」を展開していきたい。以下、3つの課題認識がある。

- ①定年後の居場所不安 ②老後資金の過度な不安(使わない) ③限られた教育機会

日産自動車・桐蔭横浜大学・北陸大学・新潟医療福祉大学による
産学連携共同研究に石川健生、神奈川健生が協力

横浜・金沢・新潟の3地域における 「健康寿命延伸・運転技能向上への効果検証研究」 結果の概要報告

(一財)健康・生きがい開発財団 主任研究員 小川 文男

1. 研究の目的と意義

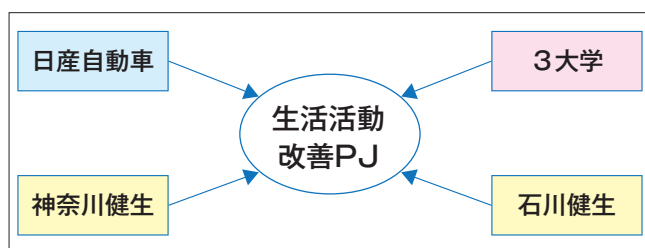
研究の目的は、地域在住の高齢者及び高齢ドライバーを対象に、日常生活の身体活動を増加させることで、高齢者の健康寿命延伸と運転技能に関与する身体機能や認知機能への改善効果を検証すること。

研究の意義は、シニアは20代に比べて筋肉量が約30%低下、歩行速度が約15%低下、75歳以上になると認知症リスクは65歳の約4倍になるといわれ、身体・認知機能の低下に伴うフレイル進行や交通事故の発生を防止することで、個人のウェルビーイングや健康リテラシーの向上に寄与し健康で自立した生きがいのある人生を目指すというものです。

2. 連携の仕組みと役割

日産自動車が2021年に産学連携のバーチャル研究所「交通安全未来創造ラボ」を設立し、その一環として昨年桐蔭横浜大学尾山裕介准教授をリーダーとする「生活活動改善プロジェクト」が発足、その仕組みと役割は次のとおりです。

(1) 仕組み



「交通安全未来創造ラボ」とは

日産自動車が、新潟大学、北里大学、相模女子大学、桐蔭横浜大学等と連携し、活動している産学連携バーチャル研究所。

交通死亡事故ゼロを目指し、高齢ドライバーや幼児・児童、訪日外国人、さらに過疎化による公共交通機関の縮小等で移動に不安や不自由を抱えている一人ひとりに寄り添いながら、誰一人取り残すことのない交通社会におけるダイバーシティ（多様性）の実現に向けた研究や社会実装を行っている。

(2) 主な役割

日産自動車
・交通安全啓発活動、生活活動や運転行動意識の改善研究、研究成果の普及活動（社会実装）、全体の取りまとめ
3大学 / 桐蔭横浜大学・北陸大学・新潟医療福祉大学
・身体機能・認知機能の測定および研究データの解析、生活改善プログラム策定
神奈川健生・石川健生
・日産自動車、大学、地域等をつなぐコーディネーター、健康増進意識の啓蒙
共通の役割
・講座の企画・運営、健康講座の講師など

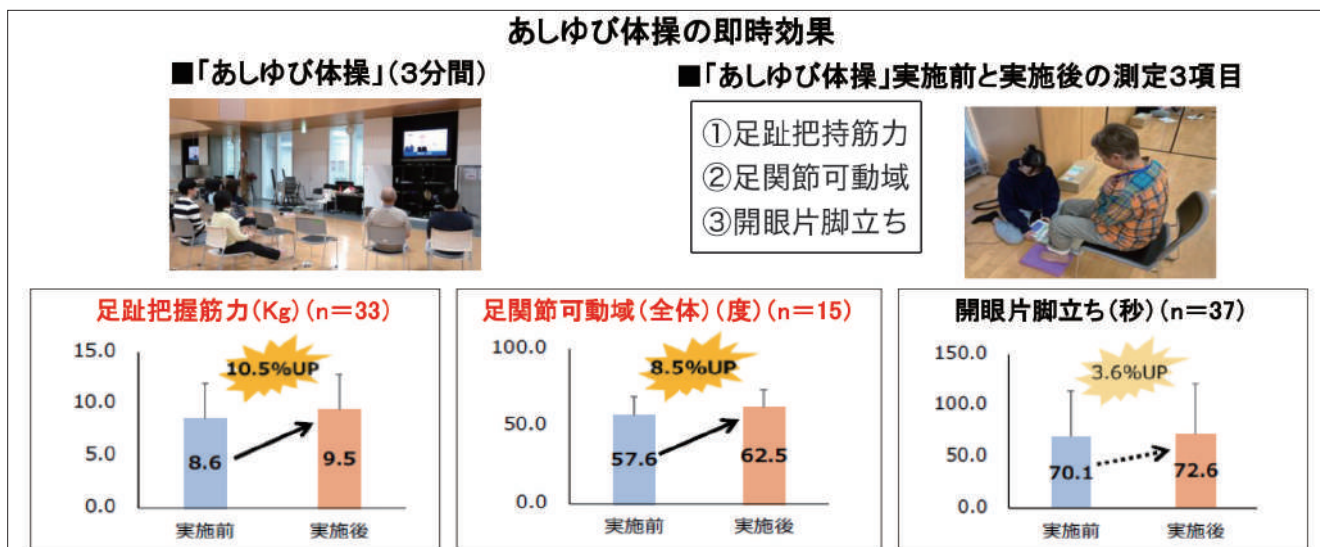
3. 共同研究の概要（対象者、期間、測定項目等）

- ・対象者：横浜市、金沢市、新潟市在住の高齢者47名（男性18名、女性29名、平均年齢72.2歳）
- ・期間：令和7年（2025年）9月～12月うち約2ヶ月間
- ・実施内容：2ヶ月間の「健康講座（健康講和や軽体操）」への参加
自宅での「生活活動改善（あしゆび体操、脳トレ散歩、草むしり等12項目）」の実施
- ・実施大学：桐蔭横浜大学尾山研究室、北陸大学坂口研究室、新潟医療福祉大学亀岡研究室
- ・検証項目：身体機能測定及び認知機能測定の下記9項目
- ・身体機能測定：足趾把持筋力（足の握力）、足関節可動域（足首の柔軟性）、開眼片脚立ち（バランス能力）、握力、椅子立ち上がりテスト、FRT（Functional Reach Test）、TUG（Timed Up & Go）、2ステップテスト
- ・認知機能測定：TMT（Trail Making Test）PART AとB（注意機能）

4. 「身体機能」及び「認知機能」の測定検証結果

(1) 「あしゆび体操」実施前と実施後の即時効果の結果

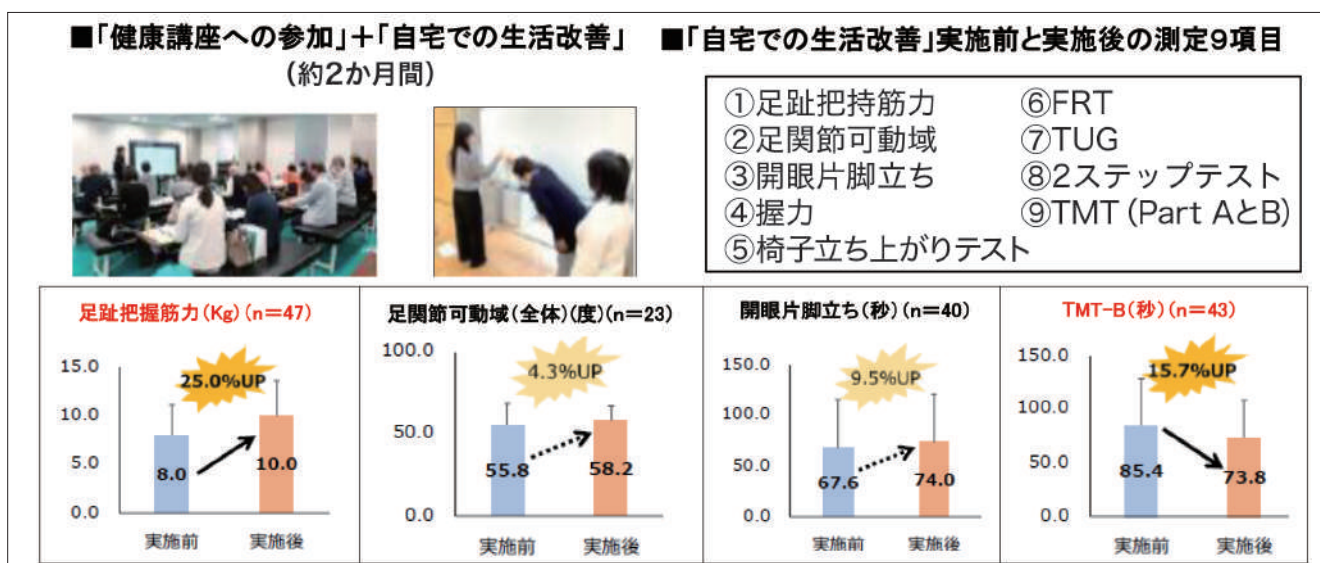
「足趾把持筋力 (kg)」は10.5%、「足関節可動域 (度)」は8.5%、「開眼片脚立ち (秒)」は3.6%、それぞれ向上という結果が得られました。



※赤字の項目は統計的に有意に向上、黒字は向上傾向を示す

(2) 2ヶ月間の継続的效果 (生活改善、あしゆび体操などの実施) の結果

「足趾把持筋力 (kg)」は25.0%、「足関節可動域 (度)」は4.3%、「開眼片脚立ち (秒)」は9.5%、「認知機能測定 (TMT-B) (秒)」は15.7%、それぞれ向上という結果が得られました。



※「グラフ」は桐蔭横浜大学尾山准教授作成

※赤字の項目は統計的に有意に向上、黒字は向上傾向を示す

(3) 検証結果のまとめ

足趾把持筋力、足関節可動域、開眼片脚立ち、TMT-Bのいずれも向上効果があることが分かり、高齢者の健康寿命延伸と運転技能に関与する「身体機能や認知機能への改善効果」が確認されました。

5. 今後の取り組み

今回の検証結果を踏まえ大学・企業及び地域との連携を強化し、産学連携共同研究と地域とをつなぐコーディネーターの役割を認識し、この役割をどう発展させていくか、「楽しい」「ワクワク」「つながり」をキーワードにして皆で協力して前にすすめていきたいと考えています。

※研究結果については、日産自動車のプレスリリースでも紹介されています。
プレスリリースへはこちらからアクセスできます。



(一社) 神奈川健康生きがいくりアドバイザー協議会が名称を変更 (一社) 健康生きがいくり神奈川へ、新ロゴも決定!

(一社) 神奈川健康生きがいくりアドバイザー協議会 (会長: 曲尾 実) は、4月1日に名称を変更するとともに、「新ロゴ」(これまでのロゴを一部修正) を発表しました。

平成7年(1995年) 設立以来の名称を変更した主な理由は、超高齢社会の到来に対応した健康生きがいくりアドバイザー団体としての新たな出発点とすること。また、一般の方にも呼びやすい名称とするという観点です。

- ・旧名称 一般社団法人 神奈川健康生きがいくりアドバイザー協議会
- ・新名称 一般社団法人 健康生きがいくり神奈川



ロゴの意味

- ・ジグソーパズルの一つのピースには通常4つの繋ぎ部分があります。健康生きがいくりアドバイザーには二人称から三人称へ繋ぐ手を持っています。人間型の二つのピースが繋がっているのを原形として、無限の拡がりをイメージして図案化したものです。
- ・多くのピースが繋がれば、やがて素敵な夢が現れてくることでしょう。
- ・配色は、緑を健康、赤は生きがい(燃える心)を表現しています。文字の色は、神奈川県と海をイメージして青としました。
- ・当法人会員が、このロゴに込めた思いを共有し、それぞれの活動を通じて「夢の構図への繋ぎ手」として活動することを願っています。

(平成16年創立10周年の記念事業として会員からの公募の結果制定されました)

一般社団法人 健康生きがいくり神奈川

- ・設立: 平成7年(1995年) 会長: 曲尾 実 会員数: 168人(男性120人、女性48人、2/16現在)
- ・事務所: 〒230-0012 神奈川県横浜市鶴見区下末吉4-10-1 ウッドハイム清和5階
- ・HP <https://kanagawa-kensei.com/> E-mail info@kanagawa-kensei.com

財団TOPICS

楽に申し込みができる! “QRコード”からの申し込みを活用していますか?

財団が主催する「健康生きがい学会」「AD 全国大会」「AD 活動支援講座」「AD オンラインコミュニティ」他、イベントのお知らせの際に、本誌のページやチラシには必ず申し込み用の“QRコード”を掲載しています。

スマホで“QRコード”を読み取ると、自動的に申し込みフォームにアクセスできます(申し込みフォームが表示されます)。そこで必要事項を入力すれば申し込み完了です。メールやFAXよりも時間短縮、楽に申し込みができます。(個人差があります)

“QRコード”から申し込んだことのない方は、ぜひチャレンジしてみてください。簡単さを体感いただけます。本誌P16のAD活動支援講座、オンラインコミュニティもQRコードからお申込みできます。

申し込み後の案内が届かなくなるので、メールアドレスの入力間違いにご注意ください。



申し込み手順

1. カメラを起動



カメラを起動しよう

2. QRコードにかざす



QRコードを読み取る

3. URLをタップして



リンクをタップ

4. フォームにアクセス



申込フォームにアクセス

※スマホの機種や生産時期等により多少表示が異なる場合がありますが、動作は概ね同じです

『健康生きがい権』の理念 理解へ向けて ご覧になりましたか？

「健康生きがい学会第15回大会」「第32回 AD 全国大会」の講演録画

財団HPの

アドバイザー専用ページ▶

からご覧いただけます

昨年11月15日(土)開催の「健康生きがい学会」「AD 全国大会」の講演録画、ご覧になりましたか？

辻 哲夫学会会長(財団理事長)と京極高宣前学会会長が提唱する、「健康生きがい権」について両氏から詳細に語られており、未だの方は是非ご視聴ください！

「健康生きがい権」とは、「自助、互助、共助、公助が組み合わされた『地域包括ケアシステム』が実現することにより保障される」もので、「歳をとっても、住まいにおいて、出来る限り自立(自律)が維持でき、たとえ弱っても最期までその人らしく、生きがいを持って生き切れることが保障される権利」と説き、健生アドバイザーは、「地域の場において自分事として考え、多面的に考究することを通じて、現在の私たち自身の課題と地域社会にある課題を皆で共有することが、今後の私たち高齢者のありたい生き方と、あるべき社会システムを実現することにつながるのではないかと問いかけています。

健生アドバイザーの使命と役割を共有し、今後の活動に活かしていきたいものです。

健康生きがい学会第15回大会

■講演「地域共生社会と『健康生きがい権』の展望について」

・辻 哲夫学会会長

■ビデオメッセージ

「『健康生きがい権』提唱の経緯」
・京極高宣 前学会会長 他

第32回アドバイザー全国大会

■特別講演「社会とのつながりと健康長寿～地域共生社会の担い手としてのアドバイザーへの期待～」

・近藤克則 千葉大学名誉教授、
医学博士、社会福祉学博士 他

「アドバイザー専用ページ」へのアクセス方法

①財団 HP 右上にある

アドバイザー専用ページ▶

をクリック

②パスワードを入力して

送信をクリック

※「パスワード」は、本誌
送付状に記載

③-1

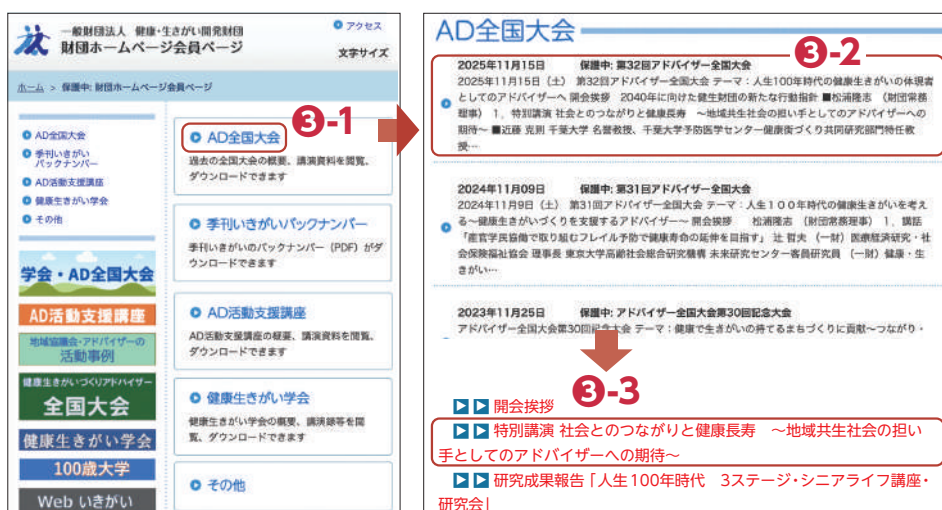
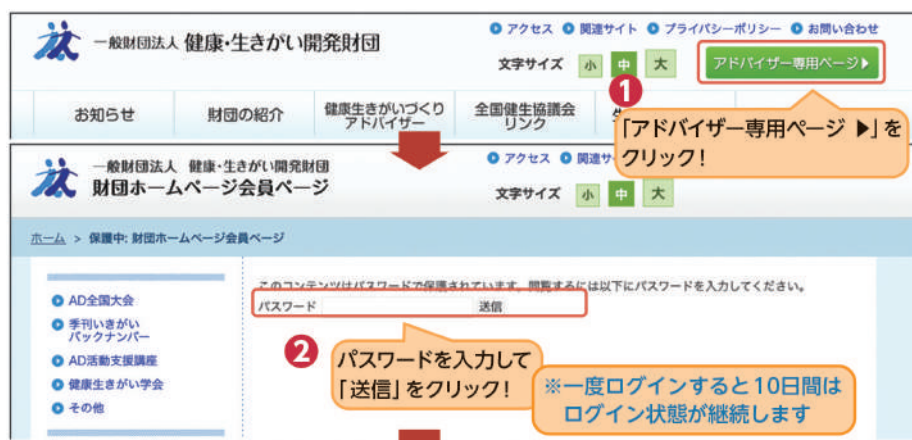
ご覧になりたいタイトルを
クリック (例) AD 全国大会

③-2

2025年11月15日
第32回アドバイザー全国
大会をクリック

③-3

▶特別講演 社会とのつながりと健康長寿～地域共生社会の担い手としてのアドバイザーへの期待～ をクリック



参加費無料!

次回 第13回 アドバイザー活動支援講座 は6月6日(土)の開催です

糖尿病と歯周病には大きな関連があるのをご存知ですか? 加齢とともに歯周病のリスクは増してきます。歯周病予防にはオーラルケアへの意識と生活習慣病予防が大切です。長年大手日用品メーカーで口腔ケア製品開発、歯科材料基礎研究に携わった講師が解説する、「オーラルフレイル予防」に向けた歯ブラシや歯磨き粉の選び方、義歯洗浄方法他を紹介します!

◆ 9:20 Zoom 入場開始

◆ 9:30~10:30 人生100年時代のフレイル予防

(質疑応答)

~**健口**なくして健康ナシ、**歯無し**にならない話し~

和田 啓二

(大手日用品メーカーで口腔ケア商品の開発に従事、神奈川県湘南地区ネット AD)

※歯ブラシを用意の上ご参加ください!

■ 申し込みは同封の「開催案内チラシ」、
または右の QR コードから



参加費無料!

「オンライン講座」終了後は、引き続き「第2回 ADオンラインコミュニティ」へ

「AD活動支援講座」終了後、10:45~12:15「第2回 ADオンラインコミュニティ」があります。お時間のある方は引き続きご参加ください。([「オンラインコミュニティ」]のみの参加も歓迎!)

- ・ AD 同士の情報交換・交流の場で、**途中参加・途中退室は自由!**
- ・ 普段会うことのできない他県の AD と緩やかにつながる
- ・ AD 同士なので気兼ねなく参加
- ・ 自宅に居ながら全国の AD と情報交換を!

■ 申し込みは同封のチラシ、または右の QR コードから

**事務所を移転しました**

一般財団法人健康・生きがい開発財団は、1月30日をもって下記住所へ移転しました。
なお、電話番号・FAX・メールアドレスの変更はありません。

【新事務所】〒107-0052 東京都港区赤坂2-21-2 第1村嶋ビル3階

TEL 03-3818-1451(変更なし) FAX 03-3818-3725(変更なし)

メールアドレス info@ikigai-zaidan.or.jp (変更なし)

**編集後記**

- 令和8年度「健康生きがい学会第15回大会」と「第33回アドバイザー全国大会」の開催が11月7日(土)に決定しました。昨年同様、午前中「学会」、午後「AD全国大会」の同日開催とし、遠方にお住まいの方にも参加いただけるよう対面参加+オンライン視聴を予定しています。年に1回の財団最大のイベントです。多くの方の参加(視聴)をお待ちしています。
- 財団HPから入る「AD専用ページ」には、「学会」「AD全国大会」、また「AD活動支援講座」の録画やスライドが閲覧・ダウンロードできます。本誌P15を参照いただき、ADだからこそその情報をゲットしてください。(木村)