

健康づくりのやる気のスイッチON

Wellsmile[®]
promotion

＼ 実際の様子はWEBでチェック /



ホームページから実際の様子を
動画でご覧いただけます

ハタチのウェルスマイル

<http://www.hatachi-wellsmile.com>

新連携認定事業 健康生活支援を目指した[自立体力評価サービス事業]の全国展開

- 印刷工程上の関係で、実際の商品の色と異なる場合がございます。
- 規格および仕様等を改良のため予告なく変更する場合がございます。
- 価格はすべてメーカー希望小売価格です。表示価格は消費税込の価格で、()内は消費税抜き本体価格です。
- メーカー希望小売価格は素材の価格変動その他の事情により予告なしに変更する場合がございます。

- やむをえない事情により、価格の変更・生産完了となる場合がございます。
- **カタログ有効期限は2024.1～2024.12です。**
- **カタログ内の情報は、2023年12月時点での自社調査に基づきます。**

発行：2024.1



お問い合わせ

羽立工業株式会社

〒431-0421 静岡県湖西市新所3

TEL **053-578-1501**

受付時間／8:30～17:00(土・日・長期休暇除く)

羽立工業

<https://hatachi.jp>

健康づくりのやる気のスイッチON

Wellsmile[®]
promotion

7割の
健康無
関心層
の
攻略法

健康づくりの
やる気のスイッチ

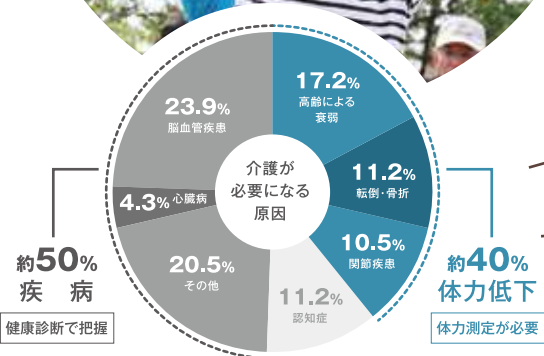
ON

健康増進支援サービス

健康づくりのやる気のスイッチON

Wellsmile®
promotion

思わず
笑顔に
なっちゃう



ウェルスマイル プロモーション

「Wellsmile promotion」とは？

「健康寿命」を延ばすためには、運動習慣や社会参加がとても大切です。ウェルスマイル・プロモーションは、「健康寿命」をテーマに、スマイルあふれる継続的で正しい生活習慣を身につけ、まちや会社を健康にする仕組みを提供するサービスです。

健康づくりのやる気のスイッチを入れる4つのしくみ

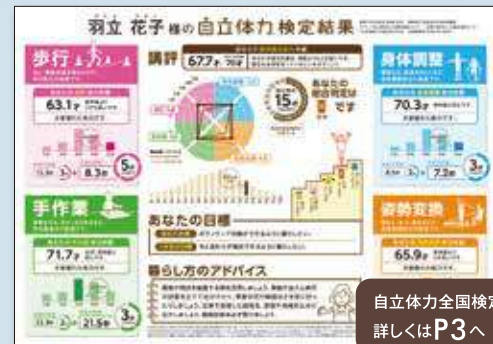
しくみ
1

現状を知る

体力・健康度の見える化

日常生活の体力と健康度を、客観的にチェックできる体力測定です。

健康診断だけでは分らない！
体力測定が必要です。



健康づくりの
やる気の
スイッチが
入る！

実現
できること



客観的に健康課題が把握できる

目指す成果

- ✓ 健康寿命延伸
- ✓ 社会保障費削減



かんたん！
わたしにも
できた♪

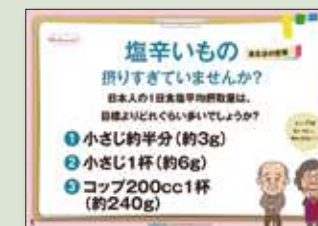


しくみ
2

ヘルスリテラシーの向上

健康知識の取得・活用

健康知識を楽しく提供し、行動変容をおこす健康教育ツールです。



健康知識が
自分事になる！

実現
できること



健康的な生活習慣が身につく



7割の健康無関心層に
攻略法

健康づくりの
やる気のスイッチ
ON

しくみ
3

推進役をつくる

健康づくりの伴走者の育成

健康づくりを推進しサポートできる、人材を育成します。

モチベーション
向上！



健康づくりトレーナー認定講座
詳しくはP7へ

実現
できること



伴走者の存在で、健康づくりが継続できる

しくみ
4

アクションにつなげる

健康ソリューションの活用

アタマ・ココロ・カラダを健康にする商品を多数ご用意しています。

アタマ・ココロ・カラダ
を健康に！



自立体カトレーニング
詳しくはP8へ

実現
できること



健康づくりにもっと取り組みたくなる

7割の健康無関心層に

HATACHI は健康づくりの
やる気のスイッチを入れます。

日本は2010年を境に人口減少が進んでおり、高齢化率26.7%（2015年）と高齢化が加速的に進んでいて、健康寿命延伸と社会保障費の削減が急務となっています。要介護の原因は、疾病が5割、体力低下が4割、認知症が1割。体力低下との因果関係が明らかになってきた認知症も含めると、体力の維持向上によって要介護認定者の半分は防止できる可能性があります。

HATACHIは、「健康寿命をのばそう!」をスローガンに、医療や介護にかかる前のアプローチとして、体力低下による要介護認定を少しでも遅らせる取り組みをしています。

Wellsmile® は羽立工業株式の登録商標です。
商標登録番号 第5958954号



自立体力®全国検定

「自立体力全国検定」とは？

4つの簡単なテストで日常生活の体力と健康度を客観的に測定できる体力測定です。

かんたんで
おもしろい！



家事をする、ボタンをはめる
などの能力を測定

手作業

歩く、横断歩道を渡る
などの能力を測定

歩行

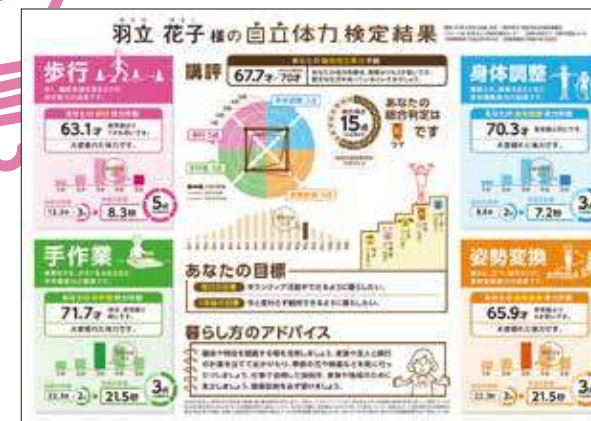


楽しい大人の
体力測定



体力年齢でチェック
やる気のスイッチが入ります

受検者個人へ提供する結果



体力診断結果



トレーニングメニュー



合格証書

スローガンは 健康寿命をのばそう

男女別寿命データ全国平均

※平均寿命は「令和3年簡易生命表」、健康寿命は「令和3年厚生労働省 発表」の結果を参考にしています。

男性

平均
寿命 **81.47**年

その差 **8.79**才

健康
寿命 **72.68**才



女性

平均
寿命 **87.57**年

その差 **12.19**才

健康
寿命 **75.38**才



こんなところで活用されています！

実施者数 **58,000**人

突破！



姿勢変換

起きる、立つ、座る
などの能力を測定

クロス分析で傾向や特徴を把握

体力データを活用できます



年齢×体力、地域×運動頻度など



地域や事業所ごとの
特色を把握できます

エビデンスに基づいたサービスです

開発・監修



静岡大学 名誉教授
なかの み え こ
中野 美恵子



静岡大学 名誉教授
よこやま よ し あり
横山 義昭

第三者評価

「自立体力テストの介護予防対象者への適用可能性の検討」報告書 要旨

自立体力テストは、**介護予防対象者に対して再現性があり、既存の運動指標との相関が見られ、構成概念妥当性があることが確認されました。**

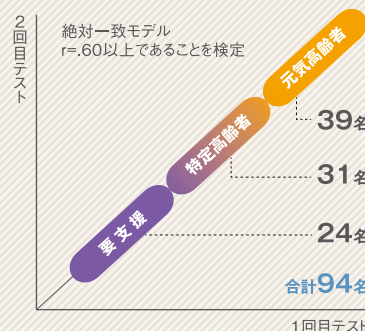
大淵修一・河合 恒・小島基永・三木明子
(東京都健康長寿医療センター) 2010年5月

対象と方法

再現性検証

2回測定の一
致度を検証する

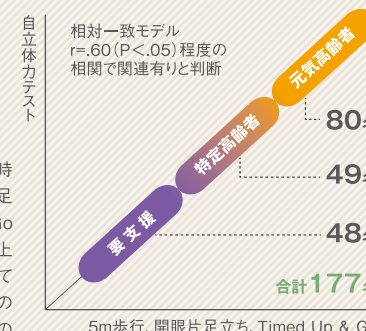
2週間の期間において2度自立体力テストを実施し、テスト・再テストの一致度を級内相関により検討しました(0.6を統計学的に有意に超えることを基準としました)。



妥当性検証

既存の指標との
関連を調べる

自立体力テストと、5m歩行時間(通常・最大)、開眼片足立ち時間、Timed Up & Goテスト(TUG:椅子から立ち上がって3m先のコーンを回って再び座るまでの時間)、などの他の運動機能評価項目との相関を調べました。



リスクアセスメント

被験者の自己申告ののちに、「測定を実施できたか」、「測定の実施に際して危ないと感じたか」を検者の判定に基づいて記録しました。実施できなかった理由も記録しました。

併せてリスク解析

厚生労働省基準指標・老研式活動能力指標
モーターフィットネススケール JKOM 転倒リスク尺度

結果

自立体力テストのテスト・再テスト間の級内相関は、0.75以上で、介護予防対象者に対して再現性があることがわかりました。自立体力テストは、歩行速度やTUGとは0.9、開眼片足立ち時間とは0.6の相関を示し、構成概念妥当性があることが確認されたことから信頼性の高いテストであると判断することができました。因子分析では、1つの成分が抽出され、身体的な理由により測定が難しい対象では、4能力のうちのいずれかで代替え可能と考えられました。リスクアセスメントでは、身体調整能力や姿勢変換能力について、特定高齢者や要支援高齢者で実施できない方がおられました。それらの理由は麻痺や痛みであり、虚弱高齢者に用いる場合には、補助者の配置や、測定しない項目の基準などを設ける必要が考えられました。

短期間で即戦力に

健康づくり トレーナー認定講座

健康づくりを推進しサポートできる
人材を育成する認定講座です。

学ぶ コト 2 自立体力検定の運営スキル

日常生活の体力と健康度を客観的にチェック。



学ぶ コト 1 健康教育スキル

健康かみしばいを使って健康知識を提供。



学ぶ コト 3 運動啓蒙スキル

簡単な運動の提供。



健康づくり教室が開催できるようになります



認定資格を発行

健康
寿命

認定証
健康づくりトレーナー
羽立花子

講座受講後、【認定資格】を
発行します。

健康づくりトレーナー 認定講座

地域で健康づくり・体力づくりの教室
が開催できる人材を育成しませんか？
体力評価と体力づくり啓蒙の方法を
学ぶ認定講座です。

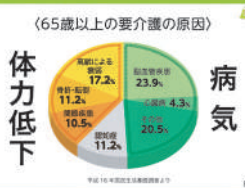
講座
内容

健康かみしばいを使って健康づくり教室を
運営するスキルを学びます。

講義1…超高齢社会における
健康づくりトレーナーの役割
講義2…自立体力テストと評価方法【実習】
講義3…健康づくりのための運動方法【実習】
講義4…健康づくりセミナーの運営方法【実習】

※本講座の全てのカリキュラムを修了した方に
「健康づくりトレーナー認定証」をお渡しします。

あなたのカラダ、
健康診断だけで
大丈夫？



健康
寿命

健康づくりに特化した
即戦力人材育成

資料請求は
こちらから▶



認定資格を
発行

開発・監修／静岡大学 中野美恵子 名誉教授 横山義昭 名誉教授

自立体カトレーニング [1日15分、週1回、3ヶ月間。今日から始める、簡単筋トレ]

▼ STEP1 基本コース【約7分】 これだけでも効果があります！



▼ STEP2 筋トレコース【約7分】 ここまで続けられるとよいですね！



今すぐ始められる 自立体カトレーニングスタートセット



自立体カトレーニング基本セット

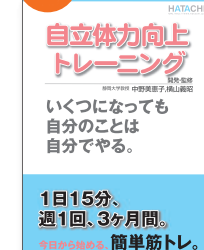
NH5903 ¥6,930 (本体価格 ¥6,300) ● 原産国：①③④台湾、②中国

ひとつひとつのトレーニングや
指導のポイントをわかりやすく解説。

自立体カトレーニング本

NH5910 ¥1,100
(本体価格 ¥1,000)

本



【開発・監修】
静岡大学
中野美恵子 名誉教授
横山義昭 名誉教授

■サイズ／A4版38ページ
● 原産国：日本

1日15分、
週1回、3ヶ月間。
今日から始める、簡単筋トレ。