

報道関係各位

2016年11月16日

慶應義塾大学 SFC 研究所

毎日つけたくなるオシャレな健康手帳で 女子中学生・高校生・大学生の健康リテラシー向上を目指す

慶應義塾大学 SFC 研究所（所在地：神奈川県藤沢市、所長：飯盛義徳、以下 SFC 研究所）渡辺賢治研究室では、女子中学生・高校生・大学生の健康リテラシーの向上を目的に、女性のカラダのバロメーターである基礎体温について知り、基礎体温を計測、手帳につけていくことで女性の未病予防を促進する取り組みを実施します。将来的には、健康教育プログラムとして実施することも目指しており、健康状態の早期の把握により、月経困難症治療率の向上、早期発見による子宮内膜症患者の減少等が期待されます。この取組みは株式会社ベス企画、オムロンヘルスケア株式会社、産科婦人科館出張 佐藤病院の協力を得て実施します。

1. 女子中学生・高校生・大学生向け健康手帳 **BEAUTY & HEALTH DIARY** について
現在日本では月経困難症の患者が 800 万人以上いると推定されていますが、治療をしているのはそのうち約 10%とされています。早いうちに基礎体温や食事内容、体重等について手帳に記載し、健康リテラシーを高めることで、やせすぎの防止、月経異常や体調不調の早期発見・保健室等への相談など行動変容につなげます。

手帳の項目：食事内容（たんぱく質、野菜、炭水化物等の量を色で塗ることで表示）
基礎体温・体重・経血量等の健康記録ページ、基礎体温チェック方法、ダイアリー、
コラムなど（全 84 ページの予定）

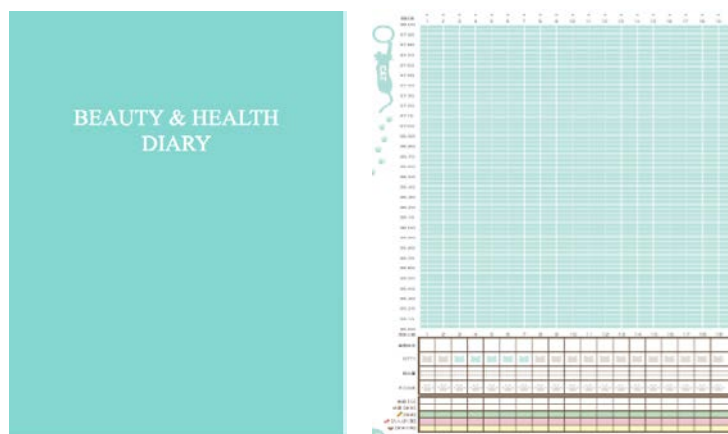


図 1 : BEAUTY & HEALTH DIARY イメージ

2. 将来的な展望について

将来的には、10 代からの基礎体温計測や手帳の有効性を検証して、高校や大学での健康教育への導入を目指します。さらには神奈川県が実施するお薬情報や健康情報等をパソコンやスマートフォンを通じて閲覧できるアプリケーションである「マイME・BYO（みびょう）カルテ」との連携、女性ホルモンを中心とした女子中学生・高校生・大学生向けの健康情報をオンラインを通じて発信していく予定です。

3. 研究発表イベント Open Research Forum 2016 での健康手帳の発表について

健康手帳 BEAUTY & HEALTH DIARY は、慶應義塾大学湘南藤沢キャンパス (SFC) が 11 月 18 日 (金)、19 日 (土) の 2 日間に実施する、『SFC Open Research Forum 2016 (ORF2016)』で実物をご覧いただくことができます。

SFC Open Research Forum 2016

開催日程・場所：11 月 18 日(金)～19 日(土) @ 東京ミッドタウン

11 月 18 日(金) 【展示会場 ブース番号 A12】

10:00-20:15 (9:30 開場) @ 東京ミッドタウン・イースト B1F ホール

11 月 19 日(土) 【展示会場 ブース番号 A12】

10:00-18:00 (9:30 開場) @ 東京ミッドタウン・イースト B1F ホール

詳細は、ORF2016 ウェブサイト <http://orf.sfc.keio.ac.jp/2016/> でご確認ください。

〈BEAUTY & HEALTH DIARY Face Book ページ〉

<https://www.facebook.com/BH-DIARY-1713404905577964/>



4. 協力

株式会社ベス企画 (BEAUTY & HEALTH DIARY デザイン協力)

<http://www.bes-planning.tokyo/>

オムロン ヘルスケア株式会社 (婦人用電子体温計 MC-683L の提供)

<http://www.healthcare.omron.co.jp/>

産科婦人科館出張 佐藤病院 (婦人科監修および指導)

<http://www.sato-hospital.gr.jp/>

〈研究に関するお問合せ先〉

慶應義塾大学渡辺賢治研究室 本田由佳

TEL 0466-49-3463

E-mail : yukahon@sfc.keio.ac.jp

〈配信元〉

慶應義塾大学 湘南藤沢事務室学術研究支援担当

TEL 0466-49-3436

E-mail: kri-pr@sfc.keio.ac.jp