

2022 年 6 月 20 日

■ 報道関係者各位 ■

一般社団法人日本リハビリ協会

「一般社団法人日本疲労学会と共同研究を開始」 休養・抗疲労行動の更なる社会実装モデルを構築へ 特別企画シンポジウム 6 月 12 日共同開催

一般社団法人日本リハビリ協会（事務局：神奈川県厚木市、代表理事：片野秀樹）は、2022 年 6 月 12 日に第 18 回日本疲労学会総会・学術集会～脳内ストレスと疲労科学：基礎と臨床の融合～（大会長：小山英則 兵庫医科大学 医学部 糖尿病内分泌・免疫内科学講座 主任教授）にて、特別企画シンポジウム 疲労からのリハビリと健康科学を、一般社団法人日本疲労学会（理事長：渡辺恭良）と共同開催しました。



※新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の影響が先行き不透明なことをふまえ、「現地とオンラインのハイブリッド」開催で実施いたしました。

一般社団法人日本疲労学会はこれまで生理的疲労、病的疲労、慢性疲労、産業疲労などの疲労全般を科学的に扱い、学術の発展や医療の質の向上に寄与することを目的として活動を展開しており、第 18 回学術集会を、ストレス社会・with コロナ下における人々の健康面向上に少しでも貢献できればという考えのもと開催されております。

一般社団法人日本リハビリ協会は、攻めの休養へのリテラシー向上及び、抗疲労ソリューション普及から休養市場を構築することを重要なテーマとして活動を行っています。今回は、2017 年から、全国 10～14 万人（男女各 5～7 万人）に対して行っている、健康及び生活状況に関する大規模調査「ココロ

の体力測定」を、2021 年は 11 月 15 日から 12 月 20 日に一般社団法人日本疲労学会と共同実施。その結果から「元気な人」、「疲れている人」を抜粋し「日本の疲労状況」の可視化を行い、情報発信を行うと共に、抗疲労ソリューションの普及を目指す、マーケティングモデルの研究をご紹介いたしました。日本の疲労状況は、疲労状況を 2017 年から 2021 年の推移でみると、2020 年は、2017 年の調査開始から「慢性的に疲れている人（疲れの頻度が多い人）」は 43.1%と、最も多い結果になっていたが、2021 年は 41.9%でやや回復していますが、2019 年の 36.6%の基準には戻っていないのが現状です。更に注視すべきは、2019 年と比較すると 2021 年の睡眠時間はやや増加している状況で、依然として疲労傾向が強く、コロナ禍の影響で新たな疲労の要因が推測されると共に、抗疲労への新たなアプローチに向き合っていく時代を向かえていると考えています。

新型コロナウイルスへの不安や在宅時間が増加したことを受けて、抗疲労ソリューションのトレンドも大きく変化しており、今後は生活様式の変化や健康投資意欲に応じた、抗疲労ソリューションの分析や提案を行っていくことが重要となります。まずは、10 万人データを活用した、休養・抗疲労ソリューションのポジショニングの可視化と分析から、抗疲労最大のソリューション睡眠と共存しながら、ポスト睡眠ビジネスを目指す、「活力行動モデル」の研究をご紹介しました。

今後、一般社団法人日本リカバリー協会は産官学の有識者による、さまざまな視点から休養・抗疲労のソリューションを研究し、一般社団法人日本疲労学会、一般企業と協力しながら社会の生産力の回復、成長に貢献することを目指します。

【特別企画シンポジウム 疲労からのリカバリーと健康科学】

<プログラム>

共催：一般社団法人日本疲労学会、日本リカバリー協会

日時：6 月 12 日（日） 15:00-16:00

会場：平成記念会館 講堂

座長：渡辺 恭良（理化学研究所 生命機能科学研究センター）

片野 秀樹（一般社団法人 日本リカバリー協会）

SS1 休養マネジメントのススメ

発表者：片野 秀樹（一般社団法人 日本リカバリー協会）

SS2 10 万人データからの日本の疲労状況の分析と抗疲労マーケティングモデルの構築

発表者：春木 完堂（一般社団法人日本リカバリー協会）

SS3 日本疲労学会の将来像と日本リカバリー協会との連携

発表者：渡辺 恭良（理化学研究所 生命機能科学研究センター / 大阪公立大学 健康科学イ

ノベーションセンター / 一般社団法人日本疲労学会 / 一般社団法人日本リカバリー協会

【一般社団法人日本リハビリ協会 概要】

所在地：神奈川県厚木市中町 4-4-13 浅岡ビル 4 階

会長：渡辺恭良

（理化学研究所生命機能科学研究センター チームリーダー、大阪市立大学大学院医学研究科 名誉教授）

副会長：水野敬

（理化学研究所生命機能科学研究センター ユニットリーダー、大阪市立大学健康科学イノベーションセンター センター副所長）

顧問：大谷泰夫（神奈川県立保健福祉大学 理事長、元内閣官房参与）

杉田正明（日本体育大学体育学部 教授、日本陸連 科学委員会委員長）

松木秀明（東海大学 名誉教授、健康評価施設査定機構 理事）

代表理事：片野秀樹 博士（医学）（日本未病総合研究所講師、Genki Vital Academy 顧問）

提携：ゲンキ・バイタルアカデミー（スイス）

URL：<https://www.recovery.or.jp/>

公式情報サイト「Recobal（リカバル）」URL：<https://recover-bar.jp/>

【一般社団法人日本疲労学会 概要】

「一般社団法人日本疲労学会（Japanese Society of Fatigue Science）」は、慢性疲労症候群（CFS）研究会、疲労研究会、文部科学省疲労研究班などが母体となり、疲労全般に関する研究発表、知識の交換の場として平成 17 年に発足いたしました。当学会では、生理的疲労、病的疲労、慢性疲労、産業疲労などの疲労全般を科学的に扱い、学術の発展や医療の質の向上に寄与することを目的と致しています。

理事長 渡辺恭良（理化学研究所生命機能科学研究センター チームリーダー、大阪市立大学 名誉教授）

URL：<http://www.hirougakkai.com/>

第 18 回日本疲労学会総会・学術集会

<https://www2.aeplan.co.jp/jsfs2022/outline.html>

<報道関係者お問い合わせ先>



一般社団法人日本リハビリ協会 広報事務局

担当：柴山 TEL：070 - 1389 - 0172

メール：shibayama@netamoto.co.jp