

令和2年1月 23 日  
記者発表資料

## 県庁舎で未病改善のプロジェクトを試行！

階段や渡り廊下に仕掛けを施し、未病改善を促す取組みを実施します

誰もが笑って生き生きとくらせる神奈川の実現に向けて、横浜市立大学先端医科学研究センター コミュニケーション・デザイン・センター(YCU-CDC)の監修のもと、未病改善の取組みを推進しています。この度、YCU-CDC とのプロジェクトとして、県庁舎の来庁者や職員の健康行動につながるよう、庁舎を使った「仕掛け」を施した取組みを試行的に実施しますのでお知らせします。

### 1 企画第1弾：Office Climbers（オフィス クライマーズ）

#### (1) 概要

階段の壁や踊り場に登山をイメージさせる自然の風景写真を装飾し、登山感覚で階段を登る環境を創出することにより、エレベーターよりも階段を利用したくなる行動を引き出すことを目指します。



\*イメージ画

#### (2) 場所

新庁舎の本庁舎側階段（1階～4階）

#### (3) 実施期間（予定）

令和2年1月27日（月曜日）から3月27日（金曜日）

### 2 企画第2弾：Office Striders（オフィス ストライダーズ）

#### (1) 概要

廊下にデザイン化された歩幅などの装飾を施し、楽しみながら健康的な歩幅や速歩を体感できる環境を創出することにより、自然に健康的な歩き方につながるような取組みを実施します。



\*イメージ画

#### (2) 場所

本庁舎・新庁舎間の渡り廊下（4階）

#### (3) 実施期間（予定）

令和2年2月10日（月曜日）から2月28日（金曜日）

### 3 その他

実施結果を踏まえて、市町村や企業等と連携したさらなる未病改善の取組みにつなげていきます。

横浜市立大学先端医科学研究センターコミュニケーション・デザイン・センター

ヘルスケア分野のコミュニケーション課題解決を目指す、世界初の医科学研究機関におけるクリエイティブ研究拠点です。医科学研究の拠点においてクリエイティブ研究のための持続可能な開発体制を構築し、コミュニケーションの力を使って、ひとびとの健康や幸福に寄与すること、ひいては、超高齢社会に対応した新たな社会のあり方を提案することを目指しています。<http://y-cdc.org/>



ME-BYO (未病)とは

「未病」とは、健康と病気を二分論の概念で捉えるのではなく、心身の状態は健康と病気の間を連続的に変化するものとして捉え、この全ての変化の過程を表す概念です。



未病改善3つの取組み

未病改善の基本は「食」「運動」「社会参加」の3つの取組みです。

「食」は、毎日の食生活を見直し、健康的な食生活へ改善すること。オーラルフレイル※対策も重要です。

「運動」は、日常生活にスポーツや運動を取り入れること。質の良い睡眠も重要です。

「社会参加」は、ボランティアや趣味の活動等で他者と交流し、社会とのつながりを持つこと。



※ 心身の機能の低下につながる口腔機能の虚弱な状態

問合せ先

県の取組に関すること

神奈川県健康医療局保健医療部

未病対策担当課長

鎌倉

電話 045-210-4747

健康増進課未病対策グループ

采女

電話 045-210-4746

横浜市立大学コミュニケーションデザインセンターに関すること

横浜市立大学先端医科学研究センター

コミュニケーション・デザイン・センター 西井

電話 045-350-4760