

# 横山啓太郎 ユニークな新型人間ドックで、ライフデザインに革新をもたらす

文 高橋誠

Text by Mac Takahashi

学校法人慈恵大学広報推進室長  
医療・健康コミュニケーター

「平成」から「令和」へ。新しい天皇のもと、新時代への期待感、祝賀ムードのなか、自分も変わろう、何か新しいことを始めようという機運も盛り上がっています。「令和」は人生百年時代。80歳過ぎても元気に仕事、ゴルフ、旅行、趣味などをエンジョイしたい、定年後



慈恵医大晴海トリートメントクリニックは、2020年東京五輪選手村、マンション建設、豊洲市場などで賑わう湾岸エリアに立地。湾岸アーバンリゾートと既存下町との融合で魅力あるコミュニティが構築され、地域住民の健康意識も高い。

「能分析」を組み合わせ、運動習慣などの行動変容を促す日本初の新型人間ドックです。慈恵医大腎臓・高血圧内科内の行動変容外来診療医長でもある横山医師は2016年、大病院として日本初の生活習慣病に対して行動変容を促す「行動変容外来」を開設しました。患者の性格やライフスタイルに沿ってカスタマイズされた指導により健康寿命を延伸し、「健康を生命財産」として人生百年時代を乗り切るための外来です。

人生百年「令和」時代、80歳過ぎても元気でいるために

には地方に移住して専業農家になりたい、などライフデザインも夢が広がります。

2019年4月、慈恵医大晴海トリートメントクリニック所長に就任した横山啓太郎医師は超長寿社会の医療の在り方を模索、「ライフデザインドック」を立ち上げました。「性格分析」と「運動機

能分析」を組み合わせ、運動習慣などの行動変容を促す日本初の新型人間ドックです。慈恵医大腎臓・高血圧内科内の行動変容外来診療医長でもある横山医師は2016年、大病院として日本初の生活習慣病に対して行動変容を促す「行動変容外来」を開設しました。患者の性格やライフスタイルに沿ってカスタマイズされた指導により健康寿命を延伸し、「健康を生命財産」として人生百年時代を乗り切るための外来です。

「みのもんたみたいな面白い外来にして」と患者さんに言われるなど、2年余の外来実績から「行動を変えるためには患者に合わせた面白い助言が必要」と判断した横山医師は、「ウサギの血管が受動喫煙で狭くなる」映像を見せたり、「寝たきりになる」ではなく「80過ぎてゴルフができる」というポジティブな助言を心掛けるようにしました。「ライフデザインドック」は「行動変



## Profile

学校法人慈恵大学広報推進室長。医療・健康コミュニケーター。東京生まれ横浜育ち。慶應義塾大学経済学部卒。ミズノ広報宣伝部、リクルート宣伝企画部、米国印刷会社NewDesignConcepter(LA在住12年)、食品会社エグゼクティブPRアドバイザー、ゴルフ場経営など日米複数企業の広報・マーケティング職を経て、2004年より現職。「病院広報研究会」、「湾岸下町ライフデザイン戦略会議」、「経営戦略ユニット・海医会」主宰。ダイヤモンド・オンラインで連載コラム「森田療法式・心の健康法」を執筆中。趣味はゴルフ、ワイン(日本ソムリエ協会ワインエキスパート#58)。