

2024年9月4日

株式会社ディーエイチシー

## 茨城県境町との連携による地域住民の健康増進事業

### 「メタボサポートアッププロジェクト」2024年度のプログラムを開始

～3か月間のメタボ解消プログラムに約70名が挑戦。「参加型セミナー」も初開催～

株式会社ディーエイチシー（本社：東京都港区、代表取締役社長：宮崎緑、以下：DHC）は、包括連携協定を結ぶ茨城県境町（町長：橋本正裕 茨城県猿島郡境町）との連携による、町民を対象とした健康増進事業「メタボサポートアッププロジェクト」の2024年度プログラムを2024年8月末より開始しました。

本年度は初の試みとして、健康運動指導士の資格を持つDHCのトレーナーとともに、一人ひとりにあった“明日から実践できる”減量方法を考える受講者参加型セミナーを2024年9月3日（火）11時から境町保健センターにて実施しました。



本プロジェクトは、境町にお住まいで、応募時に20歳以上かつBMI25以上の方を対象に実施するパーソナルサポートプログラムです。参加者には、3か月間の「DHCプロテインダイエット」利用、DHCのトレーナーによるセミナーとWEB上でのパーソナルサポートによる減量プログラムを無料で提供します。

2017年に全国の自治体で初めて実施された境町との本プロジェクトは、これまで計7年に渡って実施<sup>※</sup>し、のべ379名の方の挑戦をサポートしてまいりました。昨年度は、61名が参加し、3か月終了時点で75%の方が目安となる3%以上の減量に成功、40%の方がBMI25未満になるなど、町民の健康増進に寄与しています。2024年度のプロジェクトには、約70名の地域住民から参加お申し込みをいただき、DHCサポートのもと、メタボリックシンドロームからの脱出を目指します。

※2020～22年はコロナ禍により中断

初開催となった受講者参加型セミナーでは、プロジェクト参加者の9名が来場し、DHCの健康運動指導士の指導のもと、明日からの減量方法を考える座学のセミナーをはじめ、体組成測定、エクササイズ指導を受講いただき、メタボリックシンドロームからの脱出に向けた3か月のプロジェクトをスタートさせました。

■ DHC オンラインショップお問い合わせページ ■

<https://www.dhc.co.jp/guide/link.jsp>

## 境町×DHC「メタボサポートアッププロジェクト」概要

- ・減量サポート期間：2024年8月26日（月）～11月22日（金）
- ・リバウンド防止サポート期間：2024年11月23日（土）～12月25日（水）
- ・対象：境町にお住まいで、応募時に20歳以上かつBMI25以上の方
- ・参加予定者数：69名
- ・参加費：無料
- ・サポート内容：

### ① 普段の食事とおきかえる「DHCプロテインダイエット」を提供

普段の食事とおきかえる減量ドリンク「DHC プロテインダイエット」を参加者全員にご提供します。1日3回の食事のうち、1食をおきかえるだけ。1食169kcal以下なのに必要な栄養素はしっかり摂れるので、健康的にメタボ脱出を目指すことが可能です。



### ② 減量方法を一緒に考える「参加型セミナー」

リバウンドしない食生活・生活習慣を身につけて、ずっと続く健康的な身体を手に入れるための「参加型セミナー」を開催。セミナーでは、参加者一人ひとりの普段の生活に寄り添い、“明日からできる減量方法”を一緒に考えます。また、セミナーに直接参加できない方のために動画もご用意。さらに減量に効果的なエクササイズも動画で配信します。

### ③ 手軽に楽しく続けられる WEB コンテンツ

減量に役立つ豆知識コラムや、どこでも手軽にできるエクササイズ動画の紹介など、楽しく取り組めるコンテンツをたくさんご用意しています。さらに、境町メタボ減量プログラム事務局より、健康トピックスなど、オリジナルコンテンツも配信。減量マイページ上で減量月間ランキングの発表などもあるので楽しく減量でき、モチベーションをキープいただけます。

### ④ 「腹部 CT スキャン」や「血液検査」で内側から健康状態を確認（希望者のみ）

ご自身の内臓脂肪のCTスキャン撮影、ならびに血液検査で健康値のBefore・Afterを測定いただきます。コレステロール値や血糖など、ご自身のからだを詳細に知ることで、減量とリバウンド防止のモチベーション向上に繋がります。

## <DHCと茨城県境町 その他の取り組み>

### ・オリジナル商品共同開発①/シニア向け葉酸サプリプロジェクト

認知症・脳卒中などの予防効果が期待され、関心を集めている“葉酸”。境町では、2017年から年間約1,000人以上のシニアに葉酸サプリメント1年分を配布することで健康長寿をサポートしています。2年目からは境町の特産品「さしま茶」から抽出した「カテキン」配合の「さしま茶+葉酸」サプリメントを共同開発し、住民に配布しています。2020年度以降は、健康長寿セミナーを収録したDVDとともに、65歳以上の希望者に配布しています。



### ・オリジナル商品共同開発②/オリジナルデザイン缶ビール

関東の富士見百景に認定されている境町。富士山の伏流水を活用したオリジナルデザイン缶ビールを2種類販売しています。「利根川大花火大会」や、「高瀬舟さかい丸」など、境町の魅力をイラストで盛り込んだパッケージも魅力的な同商品は、ふるさと納税の返礼品としても好評いただいております。



### ・歩活（あるかつ）プロジェクト

筋肉や骨の健康に必要な栄養素“ビタミンD”。境町では、2020年から転倒・骨折・免疫力などのリスク対策のため、60歳～79歳以上の住民約200名に「ビタミンD」サプリメント1年分と健康長寿セミナーを収録したDVDを配布しています。2年目からは境町の特産品「さしま茶」配合の「さしま茶+ビタミンD」サプリメントを共同開発し、住民に配布していました。今年度からは「DHC ビタミンD」を使用して実施をしております。



### ・妊婦さん向け葉酸サプリプロジェクト

胎児の健やかな成長と神経管閉鎖障害などの予防に重要な成分“葉酸”。厚生労働省は食品での葉酸摂取に加えてサプリメントなどでも摂取することを推奨しており、母子健康手帳にも記載されています。境町では母子健康手帳交付時や母子健康教室でオリジナル葉酸サプリメント「さしま茶+葉酸」をプレゼントし、産前から子育て支援を行っています。

### ・境町健幸マイレージ

「境町健幸マイレージ」は、日々の健康記録(体重・血圧・歩数・食事・運動・歯みがき等)や、各種健(検)診、イベントへの参加で健幸マイルが貯まり、貯めた健幸マイルは、境町の地産品やDHCの健康食品・化粧品などの景品と交換できるサービスです。町民の生活習慣病予防や健康寿命の延伸、医療費や介護費の抑制を目的とし、WEB版/アプリ版を提供しています。



### ・境町元気なからだ応援プロジェクト

女性の低栄養や男性のミネラル不足が全国的に顕著であることから、婚姻届提出時に「マルチビタミン」と「マルチミネラル」のサプリメントをプレゼントしています。

DHCは、ビューティとヘルスケア領域での取り組みを通じてウェルビーイング経営を目指し、お客様の健康と幸福に貢献することを使命とし、これからも安全で安心、品質にこだわった商品とサービスを提供してまいります。

DHC オンラインショップはこちらから：<https://www.dhc.co.jp/>