

EIM Japan ニュースレター

EIMJ TOPICS

05

Inside This Issue

- ACSM / SMHS 報告
- 新パートナー紹介

- JAETP-EIMJ- 健康運動指導士養成大学全国連絡協議会合同企画 報告
「EIMを取り巻く現状と今後の方向」

EIM GLOBAL HIGHLIGHTS

国際会議参加報告

ACSM / SMHS



EIM Japan 理事

日浦 幹夫

青森大学
脳と健康科学研究センター
教授

EIM (Exercise is Medicine®)を主宰・運営するアメリカスポーツ医学会 (ACSM; American College of Sports Medicine) の年次総会 (2025ACSM、アトランタ、2025年5月27-30日)、ヨーロッパ諸国でEIMを実践する運営組織European Initiative for Exercise in Medicine (EIEIM) が後援するSports, Medicine and Health Summit (SMHS2025、ハンブルグ、2025年6月26-28日) に参加する機会を得ましたのでご報告いたします。

ACSM2025では各種演題、シンポジウムのほかにEIM National Center Directors Meeting、EIM On Campus Recognition Program、EIM International Socialなどの会合に出席し情報交換ができました。これらの活動を運営するEIM Global Centerは世界40カ国で構成されるネットワークを統括し、身体活動の評価と促進を臨床ケアの標準とする目標を掲げるイニシアチブを世界規模で開発、支援しています。

SMHS2025ではEIM Japanも参加するGlobal

Alliance 2025の報告がありました。Global Allianceは、EIEIMは国際オリンピック委員会、欧洲スポーツ医学協会(European Federation of Sports Medicine Associations: EFSMA)などの加盟組織と協力し、世界規模で運動処方の推進を強化するための施策を支援しています。関連して、EFSMAが提唱する行動変容と慢性疾患予防への多次元的で人を中心としたアプローチである “[The 10 Pillar Model](#)” が提示されました。

► [The 10 Pillar Model](#)



ACSM 2025 (Atlanta) EIM National Center Director Meeting



SMHS 2025 (Hamburg) Opening

EIM関連テーマについて国際的な情報交換や連携をご希望の際は、ご相談ください。

► EIM 国際連携に関する[お問い合わせフォーム](#)

“ EIM Japan公式パートナーに 株式会社カーブスジャパンが 参画されました

2025年10月、株式会社カーブスホールディングスの中核事業会社である株式会社カーブスジャパンが、EIM Japanの公式パートナーとして参画されました。カーブスジャパンは全国2,001店舗(2025年11月現在)・会員数91.5万人(2025年10月末現在)を有する女性専用フィットネス「カーブス」を展開しています。

「病気と介護の不安と孤独のない生きるエネルギーがあふれる社会」の実現を目指し、30分のサーキットトレーニングを通じて、エビデンスに基づく安全で効果的な運動習慣の普及に努めています。2018年には「メンズ・カーブス」も展開を開始し、超高齢社会における健康寿命延伸企業としての存在感を高めています。創業初期より「Exercise Is Medicine」の理念に共感し自社プログラムの科学的検証を重ねてこられた歩みは、今回のパートナーシップが目指す方向性とも深く合致しています。



ACSM
EXERCISE IS
MEDICINE
Japan

今後は、全国に広がる店舗網と『カーブス・マガジン』などの媒体を通じて、EIMの取り組みをより多くの人々に届けていただくことが期待されます。

今回のパートナーシップを通じて、EIM Japanとカーブスは、医療・フィットネス・地域コミュニティにおける運動の啓発・実践の普及をさらに推進してまいります。



カーブス公式HP
医療関係者の皆様へ



学術集会REPORT

第44回 日本臨床運動療法学会学術集会（2025年9月13～14日 順天堂大学本郷・お茶の水キャンパスで開催）において、EIM Japanは、[日本臨床運動療法学会](#)・[健康運動指導士養成大学全国連絡協議会](#)と共に、合同企画ジョイントセッション「EIMを取り巻く現状と今後の方向」を実施しました。

【座長：木村 穎先生（関西医科大学 健康科学センター） 真田 樹義先生（立命館大学 スポーツ健康科学部）】

【関連リンク（共催）】

日本臨床運動療法学会 [HP](#)



健康運動指導士養成大学
全国連絡協議会 [HP](#)



本セッションでは、EIM（Exercise is Medicine）の理念を医療・地域・教育へ広げていくために、医療者による身体活動評価・運動処方の推進、運動指導者の育成と継続支援、国際的な政策連携を含む多面的な視点から、現状と今後の方向性が議論されました。

※本報告は当日プログラムおよび抄録をもとに編集委員会で要点をまとめました。

EIM Japanからの報告

木村 穎（関西医科大学健康科学センター）

EIM Japanは日本臨床運動療法学会の下部組織として医師、運動専門家、政策面を含めて医療における運動療法を推進していることが紹介されました。医療者による身体活動評価・運動処方の活用に加え、大学や地域との連携、教育研修や政策提言を通じて、慢性疾患予防と健康寿命延伸に向けた取り組みを進めていく重要性が共有されました。



(次頁へ続く)

健康運動指導士養成大学全国連絡協議会
から

宮地 元彦 (早稲田大学スポーツ科学学術院)

健康運動指導士養成大学全国連絡協議会の歴史と役割、養成教育の現状が整理されました。資格保有者を取り巻く環境変化や人材育成の課題を踏まえ、社会の変化に対応し得る柔軟で実践的な教育プログラム構築が今後の重要なテーマであることが示され、学会との連携を含めた議論の必要性が提示されました。



臨床現場における運動継続を重視した運動指導スキルの必要性

黒瀬 聖司 (大阪産業大学スポーツ健康学部)

運動の有効性が広く示される一方で、臨床現場では「時間がない」「痛い」「やり方が分からない」「運動が嫌い」などの理由による継続支援の難しさが共有されました。個々の目標やライフスタイルに合わせた運動指導の工夫、安全管理、リスク層別化や日々の体調確認の重要性が強調されました。



EIEIM (European Initiative for Exercise in Medicine) から

日浦 幹夫 (青森大学脳と健康科学研究センター)

EIEIMの設立背景と国際政策への働きかけの役割が紹介されました。EIM Japanも参画するGlobal Allianceの動向に加え、Sports, Medicine and Health Summit (SMHS) 2025と並行して開催されたGlobal Alliance Day 2025など、国際機関・学術団体・政策立案者が連携して身体活動推進を強化する最新動向が共有されました。



TOPIC

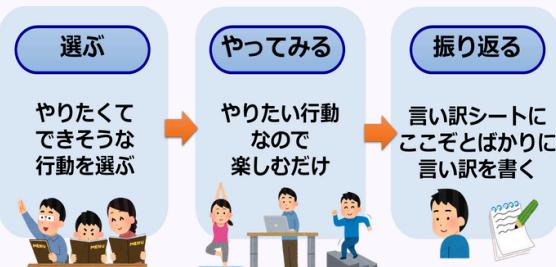
運動継続を支える「選べる行動」の視点

※本稿は黒瀬聖司先生よりご寄稿いただきました

臨床現場における運動継続を重視した運動指導スキルの必要性

臨床現場でガイドライン通りの画一的な運動指導を行っても、患者の継続につながらないことが多い。運動を実施しない理由として「時間がない」「痛みがある」「やり方がわからない」「運動が嫌い」が上位に挙げられ、患者の目標や希望を踏まえた個別性の高い指導が求められる。図に示すように、「できそう」「やりたい」活動を抽出し、その内容を基にプログラムを立案することが継続性向上に有効である。そのため運動指導者には、ガイドラインを適切に解釈し、個々の生活背景に合わせて運動をアレンジする能力が必要となる。また、安全・安心に運動を行うためには安全管理体制の整備が欠かせない。全症例に一律のメディカルチェックは推奨されないため、健康チェックシートなどを用いたリスク層別化と日々の体調確認が重要となる。

	やりたい	やりたくない
できそう	 エレベーターではなく階段を使う 歩数の確認	自宅で筋トレ 買い物で自転車を使う
できなさそう	 週3回のウォーキング ジムに通う	每朝のラジオ体操



できる、やりたいことから始める
自分で選ぶことがポイント

木村 究, 大学病院・肥満外来の教授が教える1日だけダイエット, p28-35, 2021