

# 医師らの社団法人と連携プロジェクト

エフビー介護サービス（佐久市）

## ビジネス交差点

員にも取り組みを広げる予定だ。

佐久市立国保浅間総合病院の医師らが2020年6月に設立した一般社団法人「日本NASH（ナツシユ）研究所（佐久市）」と連携。

同研究所は、生活習慣病につながる脂肪肝の改善に取り組んでおり、これまで個人への健康指導を重ねてきたが、エフビーと初めて法人契約を結んだ。

減量を目指す5人は本社勤務や介護事業所の34〜56歳の男性。太り気味だった

介護施設運営のエフビー介護サービス（佐久市）は、従業員の健康管理を生産性向上などにつなげる「健康経営」の一環で、有志の従業員5人が一緒に減量を目指すプロジェクト「TEAM M5（チームファイブ）」を始めた。5人が食事の状況などを共有して励まし合いながら、3カ月間で5キロ痩せる計画。プロジェクトの成果を踏まえ、他の従業員にも取り組みを広げる予定だ。

## 従業員減量 腰痛予防に期待

り過去の健康診断で肝機能に関する数値が悪かったりしたという。

プロジェクトのキックオフミーティングを今月中旬に開催。同研究所の尾形哲



減量プロジェクトのキックオフミーティングで医師の説明を受ける参加者（手前）ら

野菜を増やす、清涼飲料水などに代えて水や茶を飲むといった減量策を説明した。また、毎日体重を手書きで記録し、毎食の写真を無料通信アプリのLINE（ライン）で参加者同士で共有するよう指導した。エフビーの柳沢美穂副社長は「（減量すれば）介護の仕事で起こりがちな腰痛などの予防にもつながる」と期待。既に減量効果が出た参加者もいるという。尾形代表理事は「5人がうまくいけば周囲も刺激を受ける。他の県内企業にも取り組みを広げたい」としている。

経済 信州発