

人・企業・まちの健康づくりのために

地域の力を引き出すクアオルト健康ウォーキングの効果

令和6年度 第3回 いわてクアオルトネットワーク研究会
with ILC草の根勉強会2025

2025年1月24日(金)

13:30 ~ 16:40【受付開始 13:00】



いわて県民情報交流センター（アイーナ）8階 会議室 804A
〒020-0045 岩手県盛岡市盛岡駅西通 1-7-1



プログラム（予定） 13:30 ~ 開会



13:35 ~ イントロダクション

講師：大城 孝幸 氏 / (株)日本クアオルト研究所 代表取締役

13:50 ~ 健康ウォーキングとセロトニン活性

講師：有田 秀穂 氏 / 東邦大学 名誉教授

14:35 ~ 日本型クアオルトで地域振興 -心身の健康を目指し、交流人口を拡大-

講師：小関 信行 氏 / クアオルト研究室 代表

15:20 ~ 働きやすい環境づくり -健康経営事例紹介-

講師：小田島 直樹 氏 / (株)小田島組 代表取締役

15:45 ~ パネルディスカッション

-岩手県におけるクアオルト健康ウォーキングの取り組み-

ファシリテーター

(株)日本クアオルト研究所 代表取締役

大城 孝幸 氏

パネリスト

KEK 名誉教授
岩手大学 / 岩手県立大学 客員教授
(一社)国際経済政策調査会 代表理事

吉岡 正和 氏

(株)近藤設備 代表取締役

近藤 正彦 氏

いわてクアオルトネットワーク研究会 所属

滝沢市

いわてクアオルトネットワーク研究会 所属

岩手町

いわてクアオルトネットワーク研究会 所属

一戸町

\\ がんばらないウォーキング / クアオルト健康ウォーキングとは？

個人の体力に合わせた運動



歩きながら心拍数を計測し、
個人の最適な運動負荷でウ
ォーキングを行います。

自然を感じながら心身の健康増進



自然の野山を歩きながら、
空気、風を感じ、日光を浴
びることで質の良い睡眠へ導
きます。

健康寿命の延伸に寄与



メンタルヘルス
の対策

認知機能
ロコモ
予防・改善

生活習慣病
の予防・改善

[主催] いわてクアオルトネットワーク研究会

お問い合わせ先

岩手県ふるさと振興部
県北・沿岸振興室

☎ 019-629-5211

✉ AB0016@pref.iwate.jp

講師紹介



東邦大学 名誉教授

有田 秀穂 氏

1948年東京生まれ。東京大学医学部卒業後、東海大学病院で臨床に、筑波大学基礎医学系で脳神経系の基礎研究に従事。その間、米国ニューヨーク州立大学に留学。東邦大学医学部統合生理学で坐禅とセロトニン神経・前頭前野について研究、2013年に退職、名誉教授となる。各界から注目を集める「セロトニン研究」の第一人者。メンタルヘルスケアをマネジメントするセロトニン Dojo の代表。

「脳からストレスを消す技術」は 20 万部を超えるベストセラー。主な著書に、「脳からストレスを消す技術」（サンマーク出版）、「ストレスすっきり！脳活習慣」（徳間書店）、「セロトニン欠乏脳」（NHK 生活人新書）他著書 50 冊以上。「エチカの鏡」（フジテレビ）、「朝イチ」、「チコちゃんに叱られる！」（NHK）などテレビ出演多数。



クアオルト研究室 代表

小関 信行 氏

芸術工学博士、健康運動指導士、ドイツ気候療法士、日本体力医学会 健康科学アドバイザー

クアオルト研究室 代表／日本クアオルト研究機構 事務局長
上山市温泉クアオルト協議会、日本クアオルト協議会、
（株）日本クアオルト研究所 アドバイザー

日本初のクアオルト（療養地・健康保養地）学研究者。ドイツのクアオルト鑑定者ミュンヘン大学アンゲラ・シュー教授（退官）より、日本における気候療法・気候性地形療法の指導・普及に関する全権を委任される。全国で日本型クアオルトを公共政策として推進。



KEK 名誉教授
岩手大学／岩手県立大学 客員教授
（一社）国際経済政策調査会 代表理事

吉岡 正和 氏

TRISTAN、KEKB、J-PARC 等、大型加速器計画の建設マネージメント、運用コーディネーターを歴任。また、1980年代よりリニアコライダー開発研究に従事。2010年 KEK 退職とともに、小型陽子リニアックをベースとしたホウ素中性子捕捉療法施設の開発を筑波大学病院や沖縄科学技術大学院大学などと産官学共同で開始。並行して東北大学、岩手大学、岩手県立大学において地元自治体、企業などと協力して国際リニアコライダー計画の北上候補サイト立地課題を研究。2016年からは活動拠点を東北に移し地元密着の活動を展開している。2022年4月からは44年の歴史を持つ国際経済政策調査会代表理事に就任し学術・行政・政界・産業界・地域の5つのセクターを横断し、ILCとデジタル田園都市国家構想の実現を目指した活動を展開している。特に前者に関わる活動はグローバル化を目指す。



（株）日本クアオルト研究所
代表取締役

大城 孝幸 氏

日本体力医学会健康科学アドバイザー®
ドイツ気候療法士

2度の心臓手術の後に、ドイツで公的な医療保険が適用され、心臓のリハビリに使われていた運動療法（気候性地形療法／日本ではクアオルト健康ウォーキングという運動指導としている）に巡り合う。気候性地形療法を開発したミュンヘン大学医学部のアンゲラ・シュー教授の研修を直接受け、日本クアオルト研究所を設立。これまでに120を超える自治体を訪問して啓蒙普及に東奔西走。地方創生と健康寿命延伸を軸に、自治体と民間を結ぶ公民連携で活躍する。山形県上山市の「第2期上山型温泉クアオルトビジョン（令和6年～令和13年）」作成にも関わり、自治体の健康施策の策定委員やクアオルト推進協議会の理事として多数の自治体と関わる。2016年からクアオルト健康ウォーキングアワードを主催し、現在に至る。（特別協賛太陽生命）。