

# 生活習慣を**変**える ためのワークショップ

参加費  
無料

体験型

生活習慣の改善を目指す書籍や健康教育プログラムは、既に無数にあります。  
それにもかかわらず、ダイエット本・運動グッズの購入や、スポーツジムの入会にお金を使っても、やる気も効果も続かない、そんな経験をしたことはないでしょうか？

このワークショップの主宰者は、既存の健康教育プログラムの問題点を理論的に検証した上で、米国カリフォルニア大学で教鞭を取りながら、新たな健康教育プログラムを開発しました。

この教育プログラムの大きな特徴は、参加者による即興です。他では経験できない、「お説教」ではなく「笑い」を通じて生活習慣の改善を目指す体験型ワークショップに、あなたも参加してみませんか？

## 生活習慣

(食事・運動習慣、飲酒・喫煙等)の  
改善に興味がある

医療従事者による

「お説教」では  
やる気が持続しない

つらい

ダイエット・禁煙・禁酒を  
一緒に伴走  
してくれる友人が欲しい

日程

2022年10月7日(金)

主宰者

俞炳匡

ゆうへいきょう  
YOO BYUNG KWANG

医師、医療経済学者  
神奈川県立保健福祉大学大学院  
ヘルスイノベーション研究科教授

時間

19:00 開始 (18:30開場)  
20:30 終了予定

場所

隣町珈琲 (東京都品川区中延3-8-7)  
地下鉄浅草線・東急大井町線 中延駅から徒歩7分  
☎ 03-6451-3943

対象者

生活習慣の改善に興味がある方

申込方法

Email([bk.yoo-7jv@kuhs.ac.jp](mailto:bk.yoo-7jv@kuhs.ac.jp))  
または右下の二次元コードから  
お申込みください。

このワークショップは、神奈川県立保健福祉大学・イノベーション政策研究センターの研究費を用いる研究の一環として実施されます。



主宰者略歴:  
1967年大阪府生まれ。北海道大学医学部卒業後、国立大阪病院で臨床研修。1995年に渡米。1997年ハーバード大学より修士号(医療政策・管理学)  
2002年ジョンズ・ホプキンス大学より博士号(PhD, 医療経済学)取得後、2002-04年スタンフォード大学医療政策センター研究員(2004年以降非常勤研究員)  
2004-06年米国疾病管理予防センター(CDC)エコノミスト。2006-11年ニューヨーク州ロチェスター大学医学部公衆衛生学助教授  
2011年から2020年3月までカリフォルニア大学デービス校医学部公衆衛生学(終身職)准教授として、医療経済学の研究と教育に従事。  
米国で25年間、医療経済学の研究・教育に従事した後、2020年3月に日本に帰国。2020年4月より現職。

参考文献:  
・俞炳匡、『日本再生のための「プランB」—医療経済学による所得倍増計画』(集英社新書、2021年)<https://www.amazon.co.jp/dp/4087211614/>  
・俞炳匡、『「プランB」をもっと知るための10通の手紙—個人と社会の多様性を豊かにするために』(北東亜州出版、2021年)<https://www.amazon.co.jp/dp/4991195012/>

申込はこちら↓

