

成長分野に注目！

浜松地域 Healthcare Industry

♥ヘルスケア産業

浜松商工会議所では、地域資源を活用して健康分野の商品開発に取り組む企業や健康に関わる産業群を「ヘルスケア産業」として支援しています。



女性のためのご機嫌エクササイズ 骨盤を中心に心と体のメンテナンス

「ヘルヴィス®」とは、呼吸法、全身調整、トーニング（整った体を定着させるための筋トレ）をヨガマット上で行うボディワーク。山崎久乃さんは、自身のスタジオを持たず、公共施設やスポーツジムなどでインストラクターとして活動している。「女性は家事や育児、介護、仕事、さらにはホルモンバランスの変化など、さまざまな要因で自分のケアを後回しにしがち。レッスンでは、そうした女性たちが自分の体を気にかけ、いたわり癒やすことで、心身ともに元気に日常を過ごせるよう、不調からの早期回復をサポートしています」

レッスン前には、参加者一人ひとりの体調を確認し、今の状態や季節に合ったケアを取り入れて実施。「無理なく参加できること」を大切に、チケット制にすることで、間があいても参加しやすいよう配慮している。

最近では、フェムテック*シニアエキスパートを取得。「今後も女性のあらゆるライフステージにおける健康美を発信し、輝く女性を増やしていくことを目指しています」

*フェムテック……女性の健康課題（月経・妊娠・出産・更年期など）をテクノロジーで解決する製品やサービスのこと

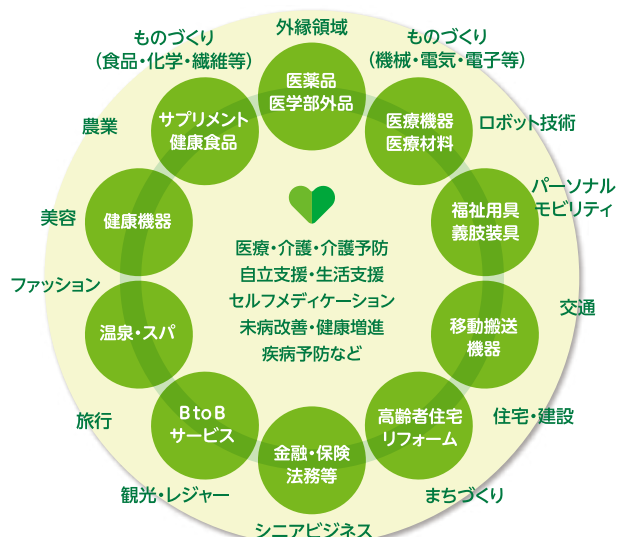
vol. 17

エクササイズ指導

健康美塾 FoGrace（フォグレス）

骨盤を中心に全身を整える自力整体の「ペルヴィス®」を中心に、14年前から女性が輝ける健康をサポート。現在、浜松市を中心にあいホールや協働センターをはじめ、スポーツジム、専門学校で講師を勤める。

国が進めるヘルスケア産業の関連産業群イメージ



参考：経済産業省ヘルスケア産業