

青木晃の アンチエイジング & QOL Quality of Life



最終回

これからのエステティック

見た目のきれいさを追求するエステから
医学的なバックボーンをもった
内面からのアプローチができる新しいエステへ。
最終回は、次世代のエステについて考えてみましょう。



医療と美容を 結びつけた アンチエイジング

今より少しでも美しくなりたい、若く見せたい、しなやかな体と張りのある肌になりたい……エステに訪れる人の希望は、さまざまです。それに対応すべく、エステ業界はこれまでさまざまな施術やプログラムを開発、展開してきました。昨今の主流である「アンチエイジング」もそうした発想から生まれたアプローチのひとつだと思いますが、この「アンチエイジング」こそが、これまでは別々のフィールドにいた医学と美容を結びつけることになったキーワードなのです。

疾病を治療するだけでなく、予防にも積極的に関わっていくという観点から始まったのが、アンチエイジング医療。ただし、医学的というアンチエイジングは、見た目ではなく、体の内面からのブラッシュアップが目標。細胞レベルでの予防を試みることによって心身の健康と美を手に入れることにつながるからです。

エイジングの人工的な抑制ではなく、最良のエイジングのための調整——これが、アンチエイジング医療の目指すところ。

QOLチェックで 「エステ力」のある サロンへ

その発想から生まれたのがアンチエイジング医療の「QOLドッグ」。病変を見つける人間ドッグではなく、その人の健康状態、エイジング状態を、体脂肪や筋肉量、基礎代謝量、ホルモン年齢、血管年齢、ストレス度などさまざまな検査

によってQOL（生活の質）を診断し、アドバイスを行います。

これをより簡便化して、エステにおけるカウンセリングとアドバイスに活用できるようにしたものが、「QOLチェック」です。

食、運動、自律神経、代謝、デトックス、の5つの観点からみたQOLの状態を、わかりやすい問診方式から導き出せるようにしました。これにより、施術者は客観的な物差しで、その人の状態やウィークポイントが一目でわかる形で提示できるようになるため、非常に説得力のあるカウンセリングが可能になります。サロンのメニューの中からその人に最適なものをスムーズに選ぶこともできずし、Before/Afterも確認しやすくなります。データベースとして蓄積できるのも大きな強み。

最近では、メタボリックシンドローム対策に代表されるように、予防医学に厚労省が非常に力を入れています。健康やアンチエイジング志向の需要は、今後ますます増加の方向に動くのは間違いありません。今でも、男性向けのエステはありますが、QOLチェックのような科学的なアプローチができれば、美と健康の両方を提供できるサロンとして、ターゲットになる層が広がるため、新たな顧客開拓も可能です。

これまでエステで語られてきた「美」は、主観や雰囲気、顧客の満足度といったあいまいなところが基準になっていました。それに加えて、医学的、科学的なバックボーンとデータを伴った「美」の客観的判断基準を持っているサロンは、「エステ力」が違ってきます。

アンチエイジングやQOLチェックの発想は、これからの時代に必須の要素。ぜひ取り入れてみてほしいと思います。

BEAUTY WORLD JAPAN 2007

青木 晃先生 講演のご案内

東京ビッグサイト（東京国際展示場）で行われるBEAUTY WORLD JAPAN 2007にて、青木晃先生による講演会が行われます。エステ業界におけるQOLチェックと超音波皮脂肪測定（瘦身新指数BFI）の重要性について他、最新の発表を予定しています。ぜひご来場ください。

●講演スケジュール

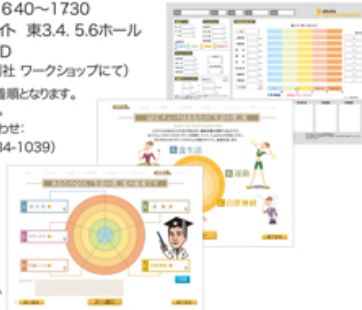
講演日：5月8日（火）16:40～17:30

会場：東京ビッグサイト 東3.4.5.6ホール
クラスルームD
（株式会社誠綱社 ワークショップにて）

※講演会へのご入場は先着順となります。
あらかじめご了承ください。

（講演についてのお問い合わせ：
株式会社誠綱社 03-3234-1039）

QOLチェック システム
（株式会社誠綱社製）



これからの新ダイエット指数「BFI」

「BFI」とは青木氏の提唱する部分脂肪チェックのこと。肥満度のチェックには、よくBMI（体格指数・体重（kg）÷身長（m）÷身長（m））が使われるが、身長と体重だけでは、一番の問題である体脂肪率がわからない。しかし、BFI（body fat index）では、全身8か所の皮下脂肪の厚さを超音波皮脂肪計で計測できるため、具体的に自分のどこに一番脂肪がついているか一目瞭然。そして正確な体脂肪も測定でき、皮下脂肪厚-体脂肪-BMIすべてにおいて相関がある新たな指数と言える。また、目標値を設定することでダイエット後の自分の体型をイメージできるため、より詳細なカウンセリングが可能となる。



青木氏監修の超音波皮脂肪計（SM306）（株）誠綱社 BFIチェックシート

profile

青木 晃（あおき あきら）

恵比寿アンチエイジングクリニック院長
アンチエイジングアカデミー校長 / マリールシアガーデンクリニック抗加齢医療センター長 / 日本抗加齢医学会評議員 / 日本内科学会認定内科医 / 日本糖尿病学会専門医

1961年生まれ、防衛医科大学を卒業後、防衛医大付属病院、東大医学部付属病院などにて、内分泌・代謝内科を研究。病気を治すだけでなくとどまった医療ではなく、健康のQOL（Quality of Life）アップさせ、プチ病をなくするための全く新しい医療を提案し、代替補完医療を取り入れた統合医療によるアンチエイジングに携わる。その独創的なプロフェッショナルセンスには定評があり、アンチエイジングスペシャリストとしてTV・雑誌等マスコミに多数出演。著書『若返り』の食と生活、「青木 晃式 モナリザダイエット」他。