

# 第18期

## 健康気象アドバイザー

## 認定講座

# 2025

NPO法人  
バイオクリマ研究会

URL : <https://www.bio-clima.net/>

TEL : 045-593-7601

Mail : [bcrc\\_office\\_contact@bio-clima.net](mailto:bcrc_office_contact@bio-clima.net)

# 健康気象アドバイザー認定講座とは

## 病は「気象」から！健康と気象の関係を伝えるスペシャリストを養成します

お天気によって体調や気分が変わることはありませんか？昔から「天気が悪くなると古傷が痛む」などと言われるように、私たちの健康は日々の気象・気候に大きく左右されています。

「気象と健康には何らかの関係がある」ということは、多くの人が感じていたり、体験していると思われます。しかし、実際に「どんな気象条件の時にどんな症状が起こりやすいか」、「メカニズムはどうなっているのか」、「実際にどのような対策をとればよいか」ということを学ぶ機会はほとんどありません。

この講座では、これまで「なんとなく」としか捉えられていなかった健康と気象の関わりについて、メカニズムに基づく知識を身に付け、「気象情報を活用した健康対策」をわかりやすく伝えるスペシャリストである「健康気象アドバイザー」を広く世に輩出することを目的としています。近年重要度が増している予防医学の観点からも、生気象学に基づく病気の発症予防の知識を持った「健康気象アドバイザー」が求められています。



健康気象  
キーワード

### 「生気象学」「医学気象」「バイオウェザー」「健康予報」

気象・気候と、人間を含むあらゆる生物との関係を調べる学問を「生気象学」といいます。中でも気象と病気の関係は「医学気象」と呼ばれ、古くからドイツでは循環器疾患などを対象とした、医療機関向けの「医学気象予報」が行われていました。その後、予防医学の一環として、メディアを通じて「健康予報（バイオウェザー）」が一般に提供されるようになり、現在ではアメリカやオーストリア、イギリス、カナダでもバイオウェザー情報が利用されています。日本でも「花粉症予報」「熱中症予報」「紫外線予報」などがメディアでも幅広く取り入れられており、更なる健康予報の研究が進められています。

## 講座カリキュラム概要

### バイオクリマ概論

- 気象病・季節病のメカニズムを学びます。なぜ気象や季節の変化が体調に影響を及ぼすのか？症状悪化に特に関連の深い「気温・気圧・湿度」と身体を中心に、そのメカニズムに迫ります。

### 日々の暮らしと気象

- 気象・気候に合った日常の服装の素材選び、気象・気候で変化する食嗜好や肌のケア方法、気候風土に合った住まいの空間造りなど、生活と気象との深い関わりについて学びます。

### 季節病代表疾患

- 「バイオクリマ概論」の包括的な視点からさらに「夏の熱中症」、「春の花粉症」など、季節ごとの代表疾患について、各疾患の特徴や気象との関係、対策について学びます。

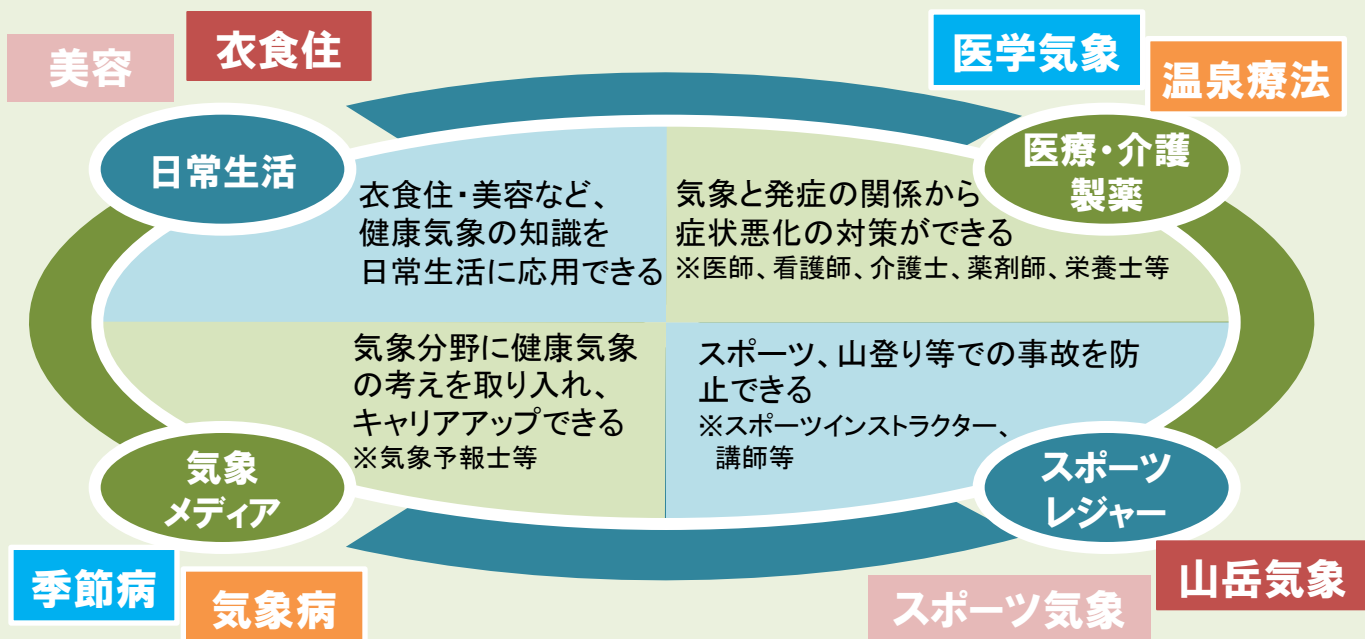
### レジャーと気象

- スポーツ、レジャーを安全に、気象や季節の変化に応じて楽しむため、「環境と運動」などの視点から、認知しておくべきことを学びます。

※講座構成は年によって変更することがございます。

## 講座修了後の活躍のフィールド

自己の健康管理はもとより、医療・介護・スポーツ・メディアなど、様々な分野において、多くの修了生が健康気象アドバイザーの先駆者としてご活躍されています！



## よくあるご質問

- Q** どんな方が受講していますか？受講資格はありますか？
- A** 気象に興味をお持ちの一般の方から、気象・医療・介護・建築・製薬・食品・スポーツ業界の方など様々です。年齢層も大学生から60歳以上の方まで幅広く受講されています。また、どなたでも受講頂けます。
- Q** どうすれば資格が認定されるのですか？難易度は？不合格になったらどうなるのですか？
- A** 全15講座中10講座以上の出席をされた方には認定考査及びレポートを提出頂き、一定の水準に達した方に認定証を発行します。講義にきちんと出席されれば難しいものではありません。なお、水準に達していないと判断された方には、認定考査及びレポートの再提出をお願いしています。
- Q** 講座はいつ、どこで開催されますか？受付期間はいつですか？
- A** 第18期については5月9日～8月8日オンデマンド方式で開講致します。開講予定が決まり次第、随時、当法人のHPにて告知等を更新させて頂きます。
- Q** 講義を視聴後に各講師に質問はできますか？
- A** メールで講師ごとに質問を事務局経由で送付できます。講師からの回答は、原則、事務局を経由して個別にお送りします。
- Q** 講師はどのような方ですか？
- A** 各分野をリードする著名な先生方に講師をお願いしています。
- Q** 認定された資格に、有効期限はありますか？
- A** 3年ごとに無料の更新確認をさせて頂きます。



| No. | 科目名                      | 内容                                                                                                                          |
|-----|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| —   | 開講<br>ガイダンス              | これから受講される皆様に、【健康気象】と【認定講座】について解説します。                                                                                        |
| 1   | バイオクリマ<br>概論A<br>(気候・地理) | 健康気象を学ぶ上で必須となる気候と人間の関係について、地理学的アプローチで解説し、後続の講座の基本となる知識を身につけます。                                                              |
| 2   | バイオクリマ<br>概論B<br>(生理・生活) | 健康気象を学ぶ上で必須となる身体の仕組みの基礎を学び、健康と気象・季節の関係について全般的な知識を身に付けます。また気温等の因子を取り上げ、その捉え方から人体に及ぼす影響まで、後続の講座の基本となる知識を身につけます。               |
| 3   | 入浴概論                     | 現代日本人の一般的な入浴様式である温水浴を話題の中心とし、四季を通じた入浴におけるリスク、恩恵となる様々な効果、そしてそれらの知見に依拠する入浴方法など、お風呂の活用方法についての正しい知識を学びます。                       |
| 4   | 循環器疾患                    | 循環器疾患と気象の関わりについて、心筋梗塞、脳梗塞などを中心に、疾病発症を引き起こす気象条件に関して、医学論文を基にした考察を行い、各疾病の特徴や発症のメカニズム、対策等について、医学的な観点から学びます。                     |
| 5   | 気象と花粉症<br>の関係            | 花粉症の主たる原因植物であるスギやヒノキの花粉が飛散する気象条件を学び、症状を軽減させる行動や知識を身につけます。また、花粉の観測方法も詳しく解説します。                                               |
| 6   | 天気痛                      | 気象と痛みとの関係については昔から経験的に知られています。気象の影響を受けて発症したり悪化したりする慢性の痛みを「天気痛」と呼んでいます。この天気痛について、特徴・関連要因などを動物実験結果や臨床事例を通して学びます。               |
| 7   | 気象と住まい                   | 動物にとっての巣は繁殖が主な目的ですが、人間にとっての住まいは体温調節が重要な目的です。四季の変化がある日本では、暑さも寒さも健康に大きく関わっています。快適で健康に住まう工夫などについて学びます。                         |
| 8   | 衣服と季節                    | 天気予報から「今日着る服」をチェック！気温や湿度は衣服の枚数や素材、組合せを決めるのに大きく関わります。気象条件に合った衣服の選択について理解を深め、毎日の服装選びを見直してみましょう。                               |
| 9   | スキンケアと<br>季節の過ごし方        | 季節によって変化する湿度などの影響で、肌の機能保持には意識的なケアを施すこともポイントとなります。皮膚の機能性や仕組み、そして季節環境の変化を踏まえたスキンケアについて学びます。                                   |
| 10  | 気候変動<br>と健康              | 気候変動は、健康の社会的、環境的決定要因であるきれいな空気、安全な飲み水、十分な食料、安全な住居などに影響を与えます。気候変動による健康影響と、その対策の一つであるグリーンインフラストラクチャーについて学びます。                  |
| 11  | 日本の気候と<br>薬膳             | 【薬膳】とは漢方(中国伝統医学)の教えを基に、健康維持や疾病治療を目的に提供される料理のことです。教えには各季節の体の特性や健やかに過ごす為の食材選び・調理法も多く含まれています。当講座では漢方・薬膳の基礎と日本の気候にあわせた食養生を学びます。 |
| 12  | 気象・気候と感 染<br>症の流行        | 冬の代表的な季節病であるインフルエンザを中心に、季節毎に流行しやすい感染症を取り上げ、症状の特徴や対策等について学びます。                                                               |
| 13  | 熱中症                      | 近年増加している熱中症について、症状の分類や対策、および、屋内外の高温環境下における熱中症発生のメカニズムについて学びます。熱中症予防の環境評価指標として広く普及している WBGTの測定方法や意義なども、詳しく解説します。             |
| 14  | 環境と運動                    | この講座では、温熱環境(高温環境、寒冷環境)及び気圧環境(高地環境、水中環境)における運動中の体への影響について学びます。                                                               |
| 15  | 気象と<br>食品市場動向            | 天候や季節の変化によって食嗜好は変わる傾向があります。天気と食の因果関係についてスーパーマーケットなどの食品販売実績の分析結果をもとにまとめ、考察を行います。                                             |

# 講師のご紹介

## 加賀美 雅弘

東京学芸大学 教授



担当

バイオクリマ  
概論A

## 紫藤 治

島根大学 名誉教授

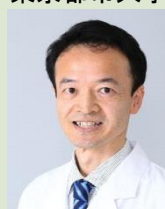


担当

バイオクリマ  
概論B

## 早坂 信哉

東京都市大学 教授



担当

入浴概論

## 福永 篤志

公立福生病院 脳神経外科



担当

循環器疾患

## 南 利幸

(株)南気象予報士事務所 代表取締役



担当

気象と花粉症  
の関係

## 櫻井 博紀

常葉大学 准教授



担当

天気痛

## 松原 斎樹

京都府立大学 特任教授



担当

気象と住まい

## 田村 照子

文化学園大学 名誉教授



担当

衣服と気候

## 岡田 ルリ子

聖カタリナ大学 教授



担当

スキンケアと  
季節の過ごし方

## 山口 隆子

法政大学 教授



担当

気候変動と健康

## 石田 よしみ

国際中医薬膳師、気象予報士



担当

日本の気候と  
薬膳

## 橋爪 真弘

東京大学大学院医学系研究科 教授



担当

気象・気候と感染  
症の流行

## 寄本 明

滋賀県立大学 名誉教授



担当

熱中症

## 田中 英登

松山大学 特任教授



担当

環境と運動

## 常盤 勝美

(株)True Data 流通気象コンサルタント



担当

気象と  
食品市場動向

## 林恭子さん(第1期認定) 民放テレビ局勤務



受講当時、私は天気予報の部署を担当していました。テレビで伝える天気予報をさらに面白いものにしたいと、以前から興味を持っていた「生気象」を学んでみようと思ったのがきっかけです。同じタイミングで同僚の気象予報士さんも受講していて、放送にこんな情報は盛り込めないかと、日々楽しく模索していました。現在は、その部署を離れてしまいましたが、今でも、一日の中で、または前日と比較して寒暖の差が激しい日などは、「こういう日は心筋梗塞などに注意が必要だったな」とあの時に学んだ知識を思い出し、家族や周囲の人に注意を促したりしています。また、日本の四季に伴う「食の知恵」なども学べた結果、私の実生活も豊かなものになりました。今後「生気象」の研究がさらに進むと、放送で伝えられる内容も増えてくるかもしれません。楽しみにしています。

## 石田よしみさん(第2期認定) 気象予報士・フードコーディネーター

私は以前、気象会社ライフビジネスウェザーの予報部に所属し、予報業務やキャスターなどの仕事をしていました。現在は、フードコーディネーターとして、食に携わる仕事をしています。寒くなったら鍋、暑い時期は酸味のきいた冷たいものを食べたいように、季節・気象変化と食には密接な関係があります。季節・気象と体の関係、健康のための勉強がしたく、講座を受講しました。

日本の風土と暮らしを研究されている先生方の講座や、医療の現場で患者さんの治療をしながら気象変化と痛みを研究されている先生のお話、季節・気象をもとにした食・流通が専門の先生のお話、衣服や住居を研究されている先生方の講座など、どれも興味深くとても勉強になりました。四季があり気象変化の早い日本で健康に暮らすためには、季節・気象変化に対応した対策が必要であると改めて感じました。

現在は、いであ(株)のWEBサイト『お天気レシピ』で、旬野菜をテーマにした料理と、季節の健康豆知識の連載をさせていただいています。今後は、季節や天気に合わせて食の提案ができるよう、健康と気象・食の勉強を続けていきたいと思っています。



お天気ママの  
家族がよろこぶおてがる薬膳  
<https://ameblo.jp/otennki-mama/>

## 五十嵐英隆さん(第3期認定) A.B.S整骨院 院長(柔道整復師・アスレティックトレーナー)



### Profile

オークランドA'sのマイナーリーグトレーナー。  
帰国後、井上康生、中村三兄弟(柔道)、中村真衣、田中雅美(水泳)、後藤郁代(マラソン)、志垣めぐみ(トライアスロン)など、数多くの日本代表選手をサポートし、高い評価を得る。  
来日する世界の柔道家からも絶大な信頼を得る。

本講座を受講したきっかけは、バイオクリマ研究会の監事である吉野先生からお話を頂いたことによるものです。以前から吉野先生は当院(A.B.S整骨院)の患者様として来院されており、大変親しくさせて頂いております。そういったご縁もあり、私が以前から非常に興味のあった分野の1つである健康と気象の関連性について、いろいろなお話を伺ったり、質問をさせて頂いたりしておりました。実際、来院される患者様とお話させて頂く際、天候の話題がよく出ます。私は柔道整復師ですが、それまでは天候とお天気痛との関連性についての知識が乏しく、患者様から「天気が悪いから膝が痛い」などのお話が出た際、「そういうこともありますよね。」という相槌が精一杯でした。

医療従事者の重要な役割の一つとして、患者様に対して正しい情報を提供し、理解して頂くということがあります。私は本講座を受講したことによって、多くの患者様にお天気痛と気圧の関連性についてきちんと説明ができるようになりました。また、お天気痛で悩んでいる方については佐藤先生の新聞記事をお伝えして、喜んで頂くことができました。さらに、健康気象アドバイザーとしての観点から熱中症等との対策を考えることで、アスレティックトレーナーとしての技術が向上しました。熱中症については、予防から対応処置までの一連のプロセスについて高度な知識が求められますが、この講座を受講したことは大変有意義でした。

医療従事者の方には、この資格の取得をぜひお勧めいたします。患者様への正しい情報提供は、信頼度を大幅にアップし、新規にロコミで来院される患者様が增多すること間違いありません。一般の方につきましても、気候・気圧による疾患等を知ることによってその予防や対策を考えた適切な対処ができるようになると思います。また、気候に合った日常の服装の素材選びなど、目から鱗の情報も満載です。

### 堀口亜季子さん(第4期認定) 日本大学文理学部地球システム科学科 地球物理学研究室

私は、気象予報士の勉強を教えて頂いている大学の卒業生に本講座を紹介してもらいました。ホームページや講座案内を拝見したところ、気象を学ぶ上で必要なことだと思い、受講を決めました。

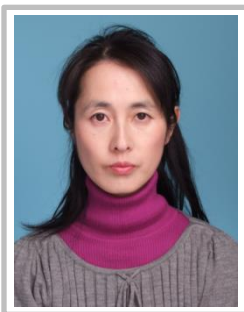
体調を天気に左右されることが少ない私は、健康と気象の関係を理解することが難しく、果たして資格が取得できるのだろうかと不安になる反面、とても興味を持ちました。この不安を取り除いて下さったのは、講師の方々と全講義です。本講座は気象や医療の知識を持っていない方にもわかりやすく、基本的なことから教えて頂けます。また、講義の終わりには必ず質疑応答の時間を設けているので、理解を深めるのにとっても助かりました。講師の方々は初歩的な質問にも快く答えて下さるので、しっかり学ぶことができます。

特に私が興味深かった講義は、7月の下旬に行われた「天気と被服」についてです。私は日本一の暑さを記録している埼玉県熊谷市出身なので、ジメジメ・ムシムシとした関東の夏を快適に過ごすには、どのような衣服を身に着けるべきかを学び、家族や近所の方をはじめ多くの方々に伝えてきました。8月はもちろん9月も残暑となり例年通りの暑さに加え、節電の夏になりましたが、衣服に気を付けるだけで快適な夏をおくれたという声も届きました。今後は、インフルエンザや花粉症が流行する時期になるので、講義で学んだことを活かしていければと思います。

私たちが美しい地球で生きている上で、気象は刻々と変化する欠くことができない現象です。その気象が健康に及ぼす影響を学び、快適かつ元気に過ごせることは幸せだと思います。



### 本間真理さん(第4期認定) 個別塾講師・放送大学履修生・主婦



健康気象アドバイザーの講座を受けようと思ったきっかけは、もともと自分自身が天気で体調や気分が左右されやすい体質だったからです。毎日暇さえあれば天気予報を見てチェックし、低気圧が来るときはもともと低い血圧がさらに下がるので、あまり無理のない予定を組んだり、自分で調整してきました。それがだんだん気象予報士という資格に興味湧いてきて、少しずつですが、気象予報士の勉強を始めました。それが昨年夏の事です。気象予報士の勉強は通信でやり始めましたが、ほぼ独学なので難しい用語など出てくると全くわからないこともありました。今もそんな状態です。昨年末には気象予報士の勉強から、放送大学で地学、数学、物理を学び直したいという気持ちが芽生え、今年度には放送大学に科目履修性として入学し、気象や地質学、物理、数学を学んでいます。放送大学で学ぼうと思った同じ頃、ネットでバイオクリマのHPを見て、健康気象アドバイザーの資格講座があることを知り、こちらも学んでみたいと思い、申し込みをさせていただきました。

実際に受講して大学の教授や様々な専門分野の方のお話を直接聞くことができ、自分の体調や気分の起伏、また塾で教えている生徒たちが天気や季節によってやる気の波ができることも分かり、とても参考になったと同時に、さらにもっと色々なことを学びたいくなりました。そして来年度からは放送大学の大学院の科目履修生として単位を少しずつ習得し、3年後には研究論文のテーマをはっきり決めて大学院に入学したいと考えるようになり、現在、入試に必要な物理、数学を勉強し始めています。もちろん気象予報士の資格も諦めたわけではありませんので、こちらも並行して勉強し来年1月のテストに臨みたいと思っています。

現在、気象予報士の資格勉強、放送大学の勉強、更には大学院入試に向けての勉強と研究課題の模索など、毎日が慌ただしく過ぎていきます。特に研究課題を模索していくに当たって、健康気象アドバイザーの講座を受講したことが大きなヒントになりそうです。

私は、気象、風土と健康(特に気持ちの健康)の関係にエンターテインメント(音楽、演劇、パフォーマンスなど)の効果を考えていきたいと思っています。これを大学院の研究課題につなげていけるよう、日々、挑戦と勉強を重ねて、3年後には論文が書けるように頑張っていきたいと思っています。そしていつか健康気象アドバイザーの資格に加えて気象予報士とのダブルライセンスで、何か世の中の役に立てれば良いなと思っています。

## 大友健さん(第2期認定) 学習塾勤務・温泉ソムリエ・睡眠指導士



私は学習塾の講師です。近年アレルギー症状の出やすい生徒、天気の変化に対応できない生徒など、体調を崩しやすい傾向の子どもが増えています。一方、親も指導者も健康気象の知識は乏しく、身につける機会もありません。しかし、何らかの肩書きがなければ、保護者などの聞き手に伝わりにくいのが現状です。

健康気象アドバイザーの資格を取得してから、これまで保護者会や生徒向けのガイダンスにおいて、『インフルエンザ』『熱中症』『睡眠』『肩こり』など、資料を配布すると同時に簡単に話をしています。幸い興味をもって聞き、実行して下さる家庭が多く、コンディション作りに役立っているようです。また、運動部のマネージャーになった生徒は、熱中症に興味を持ったようで、普段の活動に役立っているようです。これはほんの一例にすぎませんが、職場などで活用できるように、今後も知識を増やしていこうと思います。

## 市丸数馬さん(第3期認定) 気象予報士・アロマセラピスト



講座を受講したきっかけですが、私が『お天気アロマセラピスト』として始めた取り組みの1つに、〈お天気のイタズラをアロマでケア〉と題して立ち上げた講座があります。そこでは、“四季の天気図から覗くアロマテラピーライフ”のご提案ということで、天気図を眺めながら、季節の天気変化で起こる様々な心身のお悩みについて、アロマテラピーで優しくケアしていく方法を、アロマホームケアグッズ作りの実習を含めてご紹介しております。講座内では、専門的で難しい“健康と気象”についてのお話をさせていただくことは無いのですが、やはり生徒さんに講義する立場上、より多角的な視点、情報を身につけておく必要性を感じて、受講を決意いたしました。

実際に受講させていただいて、“健康と気象”と一言で言っても、その世界は実に広大な広がりをもつ事を思い知らされましたが、同時に、好奇心も掻き立てられる興味深い講義でもあったように感じます。それは、きっと各分野でご活躍なさっている講師の方々が、丁寧にお話くださるからなのでしょう。ボリューム満点な講座ですので、“食いしん坊”の方でも大満足していただける内容になっていると思います。

私たちの健全な心と身体は、毎日の天気変化と密接に繋がっています。私は、そんな心身とお天気との繋がりを、“香りの世界”において解釈を試みているわけですが、日々、様々な表情を浮かべる“健康と気象”は、まだまだ多様な世界に触手を伸ばしているように感じます。アイデア次第で多くの可能性が生まれ、新しい形に成長していくと思うのです。よって、“健康気象アドバイザー”の資格への注目度も、今後より大きくなるのではないのでしょうか。皆さんも是非、その広がる可能性にチャレンジする第一歩として、この資格の取得を目指してみたいかがででしょうか。

## 舟久保恵美さん(第1期認定) ミサワホーム健康保険組合 健康支援チーム



名古屋大学大学院医学系研究科にて、博士号(医学)取得  
低気圧によって片頭痛・慢性痛が悪化するメカニズムについて研究中

健康気象アドバイザー認定講座 第一期受講生です。気温・気圧の変動、天気の変わり目で症状が悪化する“天気痛”・・・交通事故後の私の母や知人、私自身も、天気が崩れる前に頭痛がしたり、傷が痛んだりして、日常生活に支障をきたしています。これを何としても解明したい！という思いを胸に、研究に取り組んでいます。この講座を受講したのは、研究に加え、健康と気象についてさらに幅広く学びたいと思ったからです。天気が人々の健康だけでなく、販売業のような生産活動(暑さ予報→熱中症対策グッズ、寒さ予報→防寒対策グッズなどの販売戦略が立てられる)など、日々の生活と密接に関わっていることを意識できるようになり、視野が広がりました。

資格を生かす場面がなかなか見つからなかったのですが、最近Twitterを始め、台風などのときに頭痛などの痛みを訴える方々が非常に多いこと、そして、そのツイートのなかに「低気圧のせい？」と悶々としている方々が多いことに驚きました。10年以上前から学会発表を行い、研究グループの成果も新聞・雑誌・テレビに採り上げられ、すでに広く行き渡っていると思っていましたが、「低気圧によって痛みが悪化することは科学的に実証されています」とツイートしたところ、「知りませんでした！」という声が多く寄せられました。私にはまだまだできることがあると考え、Twitterのプロフィールに「健康気象アドバイザー」と記すことにしました。痛みをもつ患者さんのなかには、外出もままならないため講演会に出かけて情報を得たりすることも難しく、家族にさえも自分の痛みを理解してもらえず、Twitterが唯一のコミュニケーション手段になっている方々がいることを知りました。いまこの時も、患者さん同士、Twitterで励まし合っています。今後、さらなる研究を進めながら、痛みに苦しむ方々の思いを受け止め、「痛みのわかる健康気象アドバイザー」として、人々の体調管理のお手伝いをしていきたいと思っています。

## 安西浩子さん(第4期認定) 気象予報士・ファスティングアドバイザー



私は日本気象協会では気象キャスターとして2011年3月までの9年間働かせていただきました。退職をきっかけに時間が出来たので念願だったこの講座を受けることができました。どの講座も、普段お目にかかれなような大学の教授や病院の先生などで、授業の内容は自分が想像していたものよりはるかに素晴らしかったです。

私は3歳の頃から喘息にかかり、中学生の頃までひどい発作に苦しみました。高校生になると喘息は良くなり出しましたが、今度は花粉症に悩まされる日々となりました。そんな経験から、小学生の頃から気象と健康には何か関係があるのだろうと感じていましたし、私の人生において大変興味深いテーマでした。その疑問が全て解決されるような内容で、毎回受講するのが楽しかったです。また、気象キャスターだった頃はラジオ放送で毎日気象トピックスをお話しますが、この講座を早くから受講していたら、ラジオ放送で提供する話題はもっと奥深く説得力のあるものになっていたのではないかと悔やまれます。今、キャスターを目指している人や実際に放送に関わるお仕事をしている方には、是非ともおすすめしたい講座です。

現在、私は、NGO「地球と女性の体を考える会」の会員で、健康にもたらす影響などを話すチャンスがあります。「健康気象アドバイザー」の資格があることで、聞き手にも信頼してもらえるように感じます。今後、この資格が生かされる場が多くなることや、その知識を生かし工夫して活動される方が増えることを期待しています。

## 資格認定について

この資格は、「健康と気象の関係を伝えるスペシャリスト」であることをNPO法人バイオクリマ研究会が認定するものです。

全15講座中10講座以上を受講し、当研究会所定の認定審査とレポート提出にて一定の水準に達した方に、「健康気象アドバイザー認定証」を発行いたします。

これまで540名以上の方が資格認定を受け、仕事、生活など、多くのシーンでお役立て頂いています。

### INFORMATION 第18期 健康気象アドバイザー認定講座 募集について

主催：NPO法人バイオクリマ研究会

後援：日本生気象学会

協賛：いであ（株）

開催：オンデマンド方式

（視聴URLはお申込み後にお知らせします）



受講料：全15講座一括申込50,000円

|                   |             |
|-------------------|-------------|
| 【学生】              | 一括 25,000円※ |
| 【健康気象アドバイザー認定者】   | 一括 25,000円※ |
| 【法人一括（5名以上）1名あたり】 | 一括 40,000円※ |
| 【当研究会会員・賛助会員】     | 一括 40,000円※ |

#### <ご注意>

オンデマンド方式のため、講師とはメール投稿による個別質問と質問回答返送のみのやり取りと成りますので、予めご了承ください。

※印にてお申込みの場合は、後日事務局より、その資格確認のためのご連絡をさせていただきますことをご了承ください。

※今回の認定講座の申し込みを機に、新規にバイオクリマ研究会の会員になられる方は、バイオクリマ研究会公式ホームページ内の「研究会について」をご確認いただいた上、事務局に年会費を事前にお支払いください。また、その場合は必ず、その旨を事務局あてにお電話かメールでお知らせください。

振込先：Peatix経由でのお申込み・入金をお願い致します。

<https://bio-clima-seminar2025.peatix.com>

お申込み・入金はこちら⇒



2025年度の講義は全てオンデマンド方式で行います。開催期間中、24時間好きな時間、好きな場所で講義を聴講することが可能となります。

お申し込みは健康気象アドバイザー認定講座HPで受け付けています。

<https://www.bio-clima.net/>

お問い合わせ先：NPO法人バイオクリマ研究会事務局

TEL:045-593-7601 / FAX:045-593-7621 /

e-mail : [bcrc\\_office\\_contact@bio-clima.net](mailto:bcrc_office_contact@bio-clima.net)

# 主催団体「NPO法人 バイオクリマ研究会」について

NPO法人 バイオクリマ研究会は、健康と気象の関係を解明し、研究成果の普及・推進を図り、皆様の病気予防や健康増進に役立てて頂くための活動をしています。

## こあいさつ

バイオクリマ研究会理事長 稲葉裕(順天堂大学 名誉教授)



気温や湿度の変化は、私達に快適である、あるいは不快であると感じさせるだけではなく、健康にも大きな影響を与えております。また、気候、気象の変化は、直接人体に影響を与えるだけではなく、今まではあまり見られなかった集中豪雨や、それによる洪水・泥流による被害、台風の大規模化など、直接的・間接的に人体や生態系に対し影響を与えております。

こうした状況は、地球の温暖化の更なる進行により、今後ますます強まっていく傾向にあります。気温・気候による健康被害を予防し、環境への影響を抑えるためには、気温・気候の変化と健康・環境への影響を調査・研究して行くと共に、より多くの方々に対して、気温・気候の変化と健康・環境への影響について知り、興味を持っていただく必要があります。

そこで私達は、広く一般市民に対し、気象・気候及び環境についての調査・研究及び情報の提供に関する事業、講演会・講習会の企画・開催に関する事業を行い、気温・気候の変化と健康・環境との影響、都市環境の変化とその影響について調査・研究し、多くの方々に、気温・気候の変化による疾病とその予防方法、環境への影響について普及・啓発活動を行い、社会教育と環境保全の推進を図ります。

また、健康気象アドバイザーの育成及び資格認定に関する事業を行い、健康で快適な生活を送るための最適な気温・気候等に対する的確な指導を行うことの出来る健康気象アドバイザーを育成し、資格認定を行うことによって、より多くの方々が安心して健康で快適な生活を送るための指導を受けることの出来る環境の整備をし、社会に貢献していきたいと考えております。

## 事業内容

- 1 医学気象予報の実用化を目的とした調査・研究
- 2 気象・気候及び環境についての研究発表会・講演会等の開催
- 3 健康気象アドバイザーの育成および資格認定

## 研究テーマ(抜粋)

- ・気管支喘息と気象との関係についての研究
- ・気象条件からの感染症流行モデル作成
- ・気象条件がうつ症状に与える影響
- ・季節病カレンダー作成と循環器疾患発症の予測可能性
- ・気象と慢性関節リウマチの関係、気象変化による症状予測
- ・脳血管疾患と気象の影響に関する研究



【理事長】 稲葉裕(順天堂大学 名誉教授)

【事務局】 いであ株式会社 バイオクリマ事業部内

URL : <https://www.bio-clima.net/>

お問合せ TEL:045-593-7601 FAX:045-593-7621 e-mail : bcrc\_office\_contact@bio-clima.net

# 病気と天気の不思議な関係

## 季節病と気象病

### 季節病とは...

特定の季節に多発したり、症状が悪化する病気

- 花粉症、心臓病、脳卒中、感染症、食中毒、気管支炎、肺炎...

### 気象病とは

気象の変化によって発病したり、症状が悪化する病気

- リウマチ、神経痛、ぜんそく、傷跡の痛み、心筋梗塞、脳溢血...

季節・天気と健康との間には  
深い関係がある！

- ・古傷や関節が疼くと天気が崩れる
- ・気温が下がると脳溢血や心臓発作で救急車の出動が多くなる
- ・低気圧が近付くと喘息発作が起きる
- ・冬にはインフルエンザ、春先には花粉症、夏には熱中症.....等々

気象病を引き起こす気象条件

- 気温、湿度、気温の変化、気圧の変化**など、またはこれらの組合せ
- 寒冷前線の通過**：風向きの急変、突風、気温の降下、気圧の変化など
- フェーン現象**：気温の上昇、気圧の変化、湿度の急変 ※季節病と気象病の性格を併せ持つものも多い

### 代表的な季節病

|             | 春 |   |   | 夏 |   |   | 秋 |    |    | 冬  |   |   |
|-------------|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|---|---|
|             | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 |
| うつ病         |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |   |   |
| 花粉症         |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |   |   |
| リウマチ        |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |   |   |
| 熱中症         |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |   |   |
| 食中毒(腸炎・ブドウ) |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |   |   |
| 感染症(手足口病)   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |   |   |
| ぜん息         |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |   |   |
| インフルエンザ     |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |   |   |
| 心筋梗塞        |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |   |   |
| 脳梗塞         |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |   |   |
| 脳溢血         |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |   |   |

### 健康予報の活用

| BioWeather service |  |                                                                                      |                                                                                     |                                                                                      | 健康&天気予報                                                                               |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
|--------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 今日・明日              |  |                                                                                      |                                                                                     |                                                                                      | 2011年12月21日 12時発表                                                                     |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| 札幌                 |  | 今日 12/21(水)                                                                          |                                                                                     |                                                                                      |                                                                                       | 明日 12/22(木)                                                                           |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| 時間帯                |  | 00-06                                                                                | 06-12                                                                               | 12-18                                                                                | 18-24                                                                                 | 00-06                                                                                 | 06-12                                                                                 | 12-18                                                                                 | 18-24                                                                                 |
| 心筋梗塞               |  |  |                                                                                     |                                                                                      |                                                                                       |  |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| お肌                 |  |   |  |  |  |  |  |  |  |
| 冷え性                |  |   |  |  |  |  |  |  |  |
| 天気                 |  |  |                                                                                     |                                                                                      |                                                                                       |  |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| 最高・最低気温            |  | 0℃/-10℃                                                                              |                                                                                     |                                                                                      |                                                                                       | 2℃/-6℃                                                                                |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| 降水確率               |  | 10%                                                                                  | 40%                                                                                 | 40%                                                                                  | 30%                                                                                   | 30%                                                                                   | 40%                                                                                   | 30%                                                                                   | 60%                                                                                   |
| 波                  |  | 波 1メートル                                                                              |                                                                                     |                                                                                      |                                                                                       | 波 1メートル 後 3メートル                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |

| 週間予報    |  |                                                                                     |                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
|---------|--|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 札幌      |  | 12/23(金)                                                                            | 12/24(土)                                                                             | 12/25(日)                                                                              | 12/26(月)                                                                              | 12/27(火)                                                                              |
| 心筋梗塞    |  |  |  |  |  |  |
| お肌      |  |  |  |  |  |  |
| 冷え性     |  |  |  |  |  |  |
| 天気      |  |  |                                                                                      |  |                                                                                       |  |
| 最高・最低気温 |  | 3℃/-2℃                                                                              | 0℃/-2℃                                                                               | 0℃/-2℃                                                                                | -1℃/-4℃                                                                               | -2℃/-5℃                                                                               |
| 降水確率    |  | 50%                                                                                 | 80%                                                                                  | 80%                                                                                   | 80%                                                                                   | 70%                                                                                   |

| 週間予報    |  |  |  |          |  |  |  |          |  |  |  |
|---------|--|--|--|----------|--|--|--|----------|--|--|--|
| 礼祝      |  |  |  | 12/23(金) |  |  |  | 12/24(土) |  |  |  |
|         |  |  |  | 12/25(日) |  |  |  | 12/26(月) |  |  |  |
|         |  |  |  | 12/27(火) |  |  |  |          |  |  |  |
| 心筋梗塞    |  |  |  |          |  |  |  |          |  |  |  |
| お肌      |  |  |  |          |  |  |  |          |  |  |  |
| 冷え性     |  |  |  |          |  |  |  |          |  |  |  |
| 天気      |  |  |  |          |  |  |  |          |  |  |  |
| 最高・最低気温 |  |  |  | 3℃/-2℃   |  |  |  | 0℃/-2℃   |  |  |  |
| 降水確率    |  |  |  | 50%      |  |  |  | 80%      |  |  |  |

### 医学気象予報(健康予報)の実現

#### 生気象学

- ・気象・気候と、生物との関係を研究する学問
- ・病気との関係 → **医学気象、健康気象**
- ・衣・食・住の関係
- ・都市気候・地球環境と人々の生活・健康との関わり

#### 医学気象、健康気象

「湿度が高いと関節痛が起こる」など、  
気象と病気との関係を解明

#### 気象予報

今日・明日の予報、  
週間予報、天気、  
気温、湿度、気圧、  
降水...

医学気象予  
報健康予報  
の実現