



I 私たちが暮らす未来に向けて

「健康寿命」とは 「未病」とは



1

健康寿命が延びることはなぜ重要なのかをグループで話し合い、その内容を書きましょう。

明確に区別できるものではない

健康

病気

健康と病気の間を連続的に変化する状態が「未病」

健康

未病

病気

← 未病の改善