

# 医療痩身ニーズのリアルと理想の痩身方法

渋谷DSクリニック  
林博之院長

今も昔もニーズの高い痩身医療。脂肪吸引をはじめ、さまざまな痩身治療が登場するなか、2020年から続く外出自粛やリモートワークなどの生活の変化で、医療痩身のニーズは果たして高まっているのか。またこの状況下でのような痩身治療を提供しているのか。

開院以来16年間医療痩身に取り組み、現在もさまざまな場で痩身について発信されている、渋谷DSクリニックの林博之院長に語っていただいた。

## 現状のニーズは横ばい 経済的な理由も？

「去年から続く社会環境の変化で、痩身ニーズが顕在化してきたと考えます。＊がいかがでしょうか？」

まず生活が変化してからと、患者さんの総数が増えたという感じはしません。リモート出勤や外出自粛で太ったという話はよく聞きますが、では医療痩身を始めようという方はそこまではないのかもしれない。「不要」

クよりも安価なエステサロンへ行って痩身したいという人が増えているのではないかと\*1と思っています。

## この時代だからその医療痩身へのこだわり

「貴院では免疫力を落とさずに、健康に痩せるということを推奨されています。その方法やお勧めする施術などを教えてください。」

痩せたいのであれば、健康的に痩せなければいけません。急激なダイエットは必ずリバウンドするため行わないことを強調してお伝えしています。

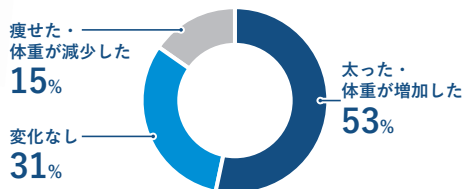
当院では、身体を冷やさないことを考えて血行促進目的で高周波治療を導入し、免疫力を落とさたくないという人にはオーダーメイドで漢方薬の提案を行います。これらの治療は、このコロナ禍では特に有効だと考えます。この状況下でのなかでファスティングや断食を行うと免疫力が下がってしまう、コロナに罹患する確率も高くなると考えています。

痩せるためには食事が大切であることから、クリニックには管理栄養士を3〜4人在席させ、患者様に合った食べ方や摂取カロリー、栄養バランスの問題などを含めて指導しています。それがリバウンドの少ないダイエットの本当のやり方だと思っています。痩身の正道ですね。

ではないけれど、痩せないと生活ができない訳ではないという「不急」だからかもしれません。

うちに来院される新規の患者さんは、女性が8割、男性が2割くらいで、どうしても自己流でダイエットできないという方が多い。年齢層も、もともと

## 外出自粛に伴うおうち時間増加で、体型や体重の変化を感じていますか？



「太った、体重が増加した」と回答した割合は、約半数を占めた。

## 重要なのは「習慣づけ」 複合的な医療痩身プランを提供

「その考え方が今日の複合的な治療につながっているのでしょうか。」

当院では総合的に「ダイエットしよ」という考え方の「医療痩身プラン」を提供しています。一時的で急激な減量ではなく、リバウンドを防ぎながら習慣を変える教育をどのように行っていくかをベースに考えています。例えば糖質制限をして、運動をして、体重を落とすということは手っ取り早いですが、なかなか続けれない。

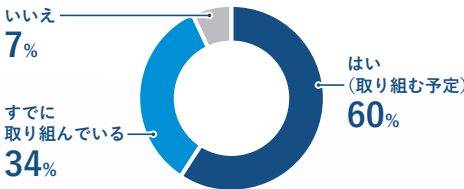
プランの中には、栄養指導のほか、多少内服薬を使いますが、脂肪燃焼点滴や漢方薬などを複合的に組み合わせています。期間は2カ月です。どんなに急に生活習慣を変えようとしても、やはり2カ月以上はかかります。

ここは塾みたいなものです、DS塾という(笑)。やはり何が大事かという食事と運動で、あとは毎日同じことをやっていけるような「習慣づけ」です。外科的な治療は行わず、ナチュラルに痩せていくというテーマになります。

幅広い年齢の方が来院されており、特に変化を感じてはいません。

医療痩身を受けた方はおそらく常にいらっしゃると思いますが、自由診療になってしまったため治療費の不安があると思います。給与が減っているという話も耳にしますし、やはり少し手

## おこもり太りを解消したいですか？



94%がダイエットやボディメイクに挑戦中・これから始めようとしている。  
(\*1)「コロナ禍におけるダイエット実態調査」(出典:FINCサポーターアンケート2020年6月実施 回答数:2770)FINC総研調べ

## 丁寧なフォロー体制でリピーターの獲得も

「そういった意味では、実績のある肥満治療ですね。」

「医療の力で生涯最後のダイエットを」という提案で、すでに15年以上という年月が経ちまして、老舗に足を突っ込んでいのではないかと思っています。今は健康的な減量をサポートすること、無理なく継続できること、あとはフォロー体制にも力を入れています。

プランが終わった患者さんにはメンテナンスを用意しており、月に1回、無償で身体測定を行っています。そ

が届かないのが現状だと思います。

そのため、身近でいける24時間営業のフィットネスジムや、美容クリニック

## 美容行動、増えた1位は「エステサロンでの痩身エステ」

	n	利用頻度が大幅に減った	利用頻度が少し減った	利用頻度が変わらない	利用頻度が少し増えた	利用頻度が大幅に増えた
美容院でのカット	1766	20.6%	27.9%	46.0%	3.2%	1.3%
美容院でのカラーリング	1137	23.8%	26.9%	41.1%	5.1%	3.0%
美容院でのパーマ	765	27.1%	20.4%	42.8%	5.9%	3.8%
エステサロンでの脱毛	466	27.9%	23.8%	30.0%	10.7%	8.4%
エステサロンでのフェイシャルエステ	441	31.3%	23.6%	30.1%	10.2%	4.8%
エステサロンでのボディエステ	373	30.6%	19.6%	30.5%	11.3%	8.0%
まつ毛エクステ	370	23.2%	20.3%	31.8%	12.2%	12.4%
ネイルサロンでのハンドネイル	364	26.4%	22.6%	26.9%	14.8%	9.6%
まつ毛パーマ	333	23.4%	20.7%	30.9%	16.5%	9.3%
エステサロンでの痩身エステ	309	23.0%	19.7%	28.8%	14.2%	14.2%
ネイルサロンでのフットネイル	307	25.4%	19.9%	30.2%	12.4%	12.1%

(\*2)「コロナ状況下の美容行動。2000人調査実施」(出典:アンケート1次調査2020年8月11日〜8月18日、2次調査19日〜21日実施 20〜59歳の全国の女性 回答数:1983)株式会社ナリス化粧品調べ

## 「渋谷DSクリニック」の集患法 無料の「痩身ドック」開設で初回来院の敷居を下げる

渋谷DSクリニックでは、通常3,300円(税込)で提供している痩身診断「痩身ドック」を2021年から無料で提供する取り組みを開始し、同時に遠方在住や外出を控えている人にオンラインの無料ダイエット相談窓口を開設しています。どちらもLINE公式アカウントのトークから申し込みが可能で、新たな患者の獲得を目指します。無料の「痩身ドック」は、詳細な肥満度測定で脂肪のつき方を特定し、ドクターが診断・アドバイスを行うというもの。診断で自分の脂肪の付き方などを客観的に評価し、効果的な脂肪の落とし方を提案します。説得の切り口として、現在はコロナ太りや新型コロナウイルスの重症化リスクについても併せて説明しています。



### ■無料「痩身ドック」

新規患者がLINEで友だち登録を行うと3,300円分の割引が可能に。この金額を使用することで「痩身ドック」が実質無料。通常の3D身体測定、超音波皮脂計などの測定のほか、脂肪の落とし方など医師によるアドバイスが加わる。

### ■無料オンラインダイエット相談

LINEで友だち登録を行うと、ダイエットの相談が可能に。ビデオ通話での遠隔診療で、郵送による痩身治療薬の処方も行。



▲記事完全版はQRよりアクセス

でまた太っているようだったら、どこがどう太ったかの分析や、生活習慣の改善についてのアドバイスをしています。リバウンドを抑えて、人生最後のダイエットをしていただきたいという気持ちでやらせてもらっています。

「一時的な肥満解消ではなく、長い目で『肥満しない生活習慣』をサポートする治療は、まさに「急がば回れ」の諺どおり。一見地道に見えますが、社会が変容しても来院数は減少せず、多くの人々に治療が支持されてきた証左であると言えます。」