

健康體適能產業之 實務與藍圖

→ 智慧生活的「U化」

(Ubiquitous)健康促進系統

雅柏斯健康事業公司 董事長
台灣健康運動聯盟 秘書長 張東洋
tony@agoss.net 0939-908168

一般國人運動健身現況



運動與健康促進市場

- 逾75%國人沒有規律運動習慣
- 80%為亞健康人口
- 98年平均每人使用健保卡16次
- 98年醫療總支出7885億
- (每人3.4萬)
- 學體育運動的人深感沒前途？

藍海市場？蠻荒市場？

- 50年前非洲人穿鞋子的不到一成
- 今天呢？
- 看好看壞一念間！
- 開創者？成王？成烈士？
- 跟隨者？

識時務者為俊傑！

- 機會不等人
- 唯開創者贏
- 熱情與愛心
- 看懂趨勢
- 追求卓越

台灣的健康產業

- 戰後數十年→拼經濟
- 以時間體力換金錢
- 今後呢→拼健康
- 以金錢換健康

IBM的世界產業觀

- 與經濟部合資於台美設立
「智慧生活前瞻研究中心」
- 推動運動、飲食、醫療
三大新服務產業
- 尋找Eco-System中的服務平台
- 雲端服務中的健康事業雲

已發展

將發展

健康醫療服務的服務整合與轉型



Exercise is Medicine

- Nov. 2007 ACSM及AMA開始推動
- 美國醫師須為病人開運動處方
- WHO與台灣積極推動健康城市
- 經濟部委託IBM研發Smarter Living



齡遐戴委主會委體

政府政策

- 衛生署：「瘦腰計畫」「婦女運動」
- 「健康100，台灣動起來」
- 「全台減重600噸」
- 勞委會：設立健康職場
- 體委會：運動產業發展條例
- 經濟部：健康產業→六大新興產業

台灣健康運動聯盟

- 宗旨 – 結合各界人士，推動健康促進與規律運動
- 願景 – 提升規律運動人口，讓台灣人民更健康
- 理事長 – 前衛生署長葉金川
- 理監事群 – 卸任部長x3、大學校長x8、媒體負責人x4、醫界領導x4、產業公會理事長x2、社團負責人x4



98年舉行「提升運動參與」論壇

書的力量

- 運動改造大腦-EQ和IQ大進步的關鍵
- 哈佛醫學院Dr. John Ratey著
- 哈佛大學推「全體學生跑半程馬拉松」
- 「運動可以提升學習力、治療憂鬱症」
- Dr. Ratey於去年10月來台訪問
- **多讀書，借力使力**



馬總統治國週記—

1000122馬英九總統治國週記:全民勤減重，過年不放鬆

今年國民健康局推出「健康100，臺灣動起來」的活動，揪團60萬人減重600公噸。總統提醒國人正確飲食及運動的重要性…

991127馬英九總統治國週記:全民運動要規律，活化大腦更...

總統邀哈佛大學副教授John Ratey醫生對談運動與大腦活化的關係。Ratey醫生的理論指出，運動有益身體健康還能活化大腦、治療心理疾病。總統以自身經驗籲請國人養成規律...



Vision of AGOSS



協助全民養成規律化的運動習慣
達到身心靈的健康平衡與富足

經營目標——

1. 設置以『**環狀運動**』為基礎的AGOSS健身便利館
2. 以會員制管理，有效協助與照顧
3. 提供完整量化管理的「**運動與健康數據**」
4. 客製化——「**健康目標管理**」與「**過程管理**」
5. 透過無所不在的平台分享愛與健康



運動紀錄與運動習慣

- 學習、工作、投資績效都有數字
- 運動比賽有數字，日常運動呢？
- 步數？心跳？
- 能有效顯示、記錄與分析否？
- 步頻與時間觀念

健康紀錄與運動習慣

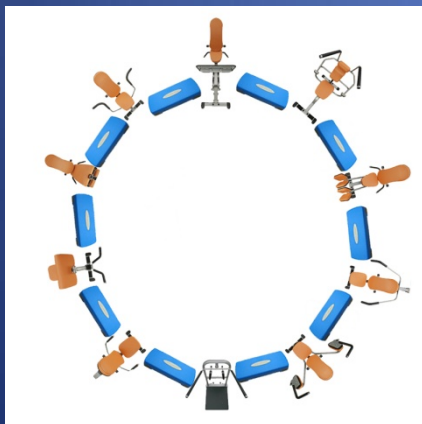
- 健檢/醫療有數字，日常健康呢？
- 體重？血壓？血糖？
- 量了就忘！
- 耐操的身軀→不見棺材不流淚！
- 無解嗎？

智慧健康科技服務系統

1. RFID會員身份辨識與服務
2. 體適能與健康生理檢測
3. 運動處方與運動指導
4. 運動量偵測與過程服務
5. 運動成果與健康生理追蹤
6. 健康目標管理

運動器材與運動模式

- 環狀運動：始於英國風行全球
- 三合一：肌力心肺伸展三運動
- 合適性：足量均衡省時簡單有效
- AGOSS軟硬體：領先全球精進技術

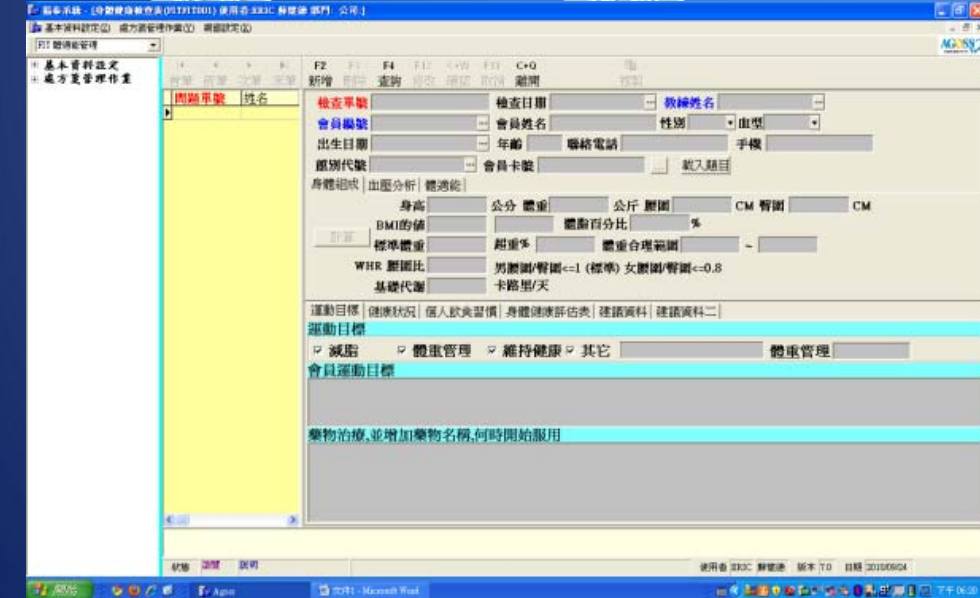


Health Promoting Total Solution

由『健康警訊』
形成『健康目標管理』



持續循環
規律運動



身體組成測量儀



USB血壓計



USB體重計



USB隨身碟式智慧量測組—

USB計步器



USB體重計



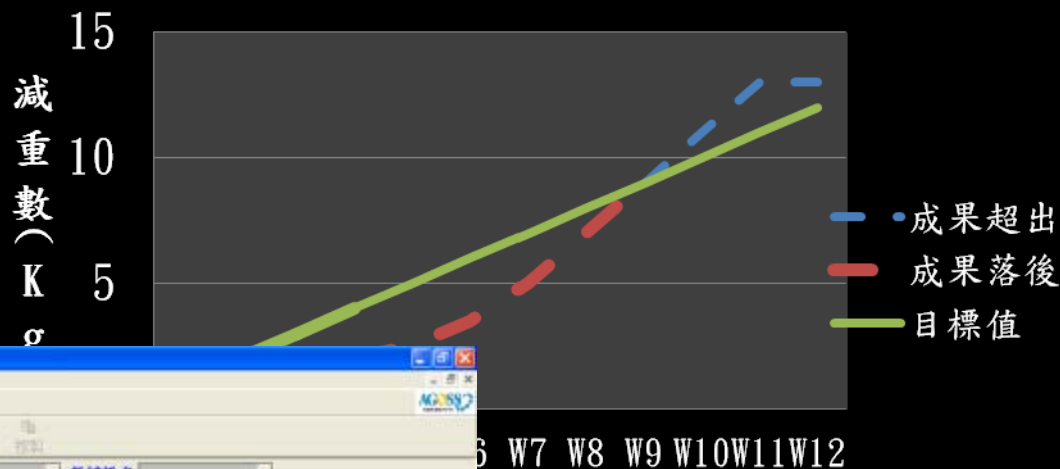
USB血壓計

個人、團體最佳健康管理工具



管理標的一
體重/腰圍/體脂肪/肌耐力/血壓/血糖/血脂

健康目標管理-體重



圖書系統 - [中興健康服務] 使用者: 333C 健康部 部門: 公司

基本資料設定 (G) 處方管理作業 (O) 開出設定 (O)

開出設定管理

基本資料設定
處方管理作業

開出單號	姓名

檢查單號 檢查日期 教練姓名

會員編號 會員姓名 性別 血型

出生日期 年齡 聯絡電話 手機

館別代號 會員卡號 載入題目

身體組成 血壓分析 體適能

身高 公分 體重 公斤 腰圍 CM 臀圍 CM

BMI的値 體脂百分比 %

標準體重 超重% 體重合理範圍 -

WHR 腰圍比 男腰圍/臀圍<=1 (標準) 女腰圍/臀圍<=0.8

基礎代謝 卡路里/天

運動目標 健康狀況 個人飲食習慣 身體健康評估表 建議資料 建議資料二

健康狀況

過去病史 目前症狀 家族病史

過去病史

項次	疾病名稱	是否參考值	注意事項	備註

狀態 說明

使用者: 333C 健康部 版本: 7.0 日期: 2010/06/04



環狀運動



皮拉提斯課程

個人指導課程

適能瑜珈課程

輔助運動設備



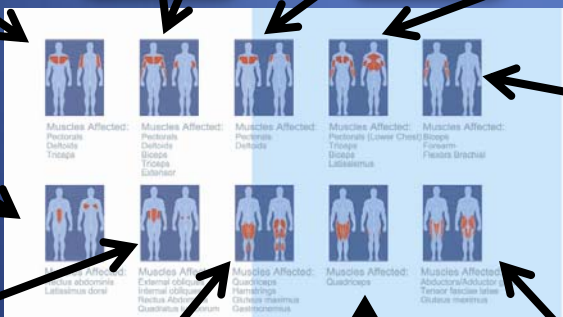
體適能檢測

健康目標設定

運動模式

運動器材

運動強度偵測





USB血壓計

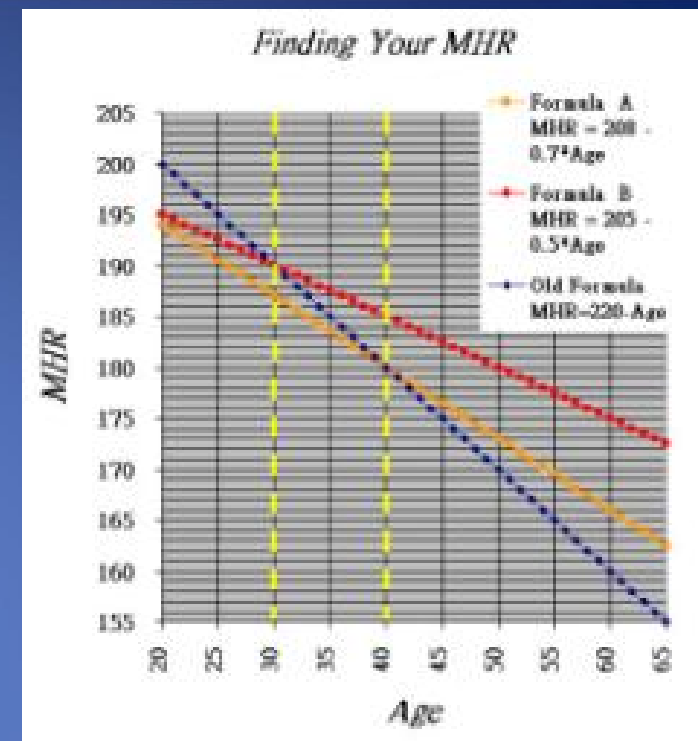
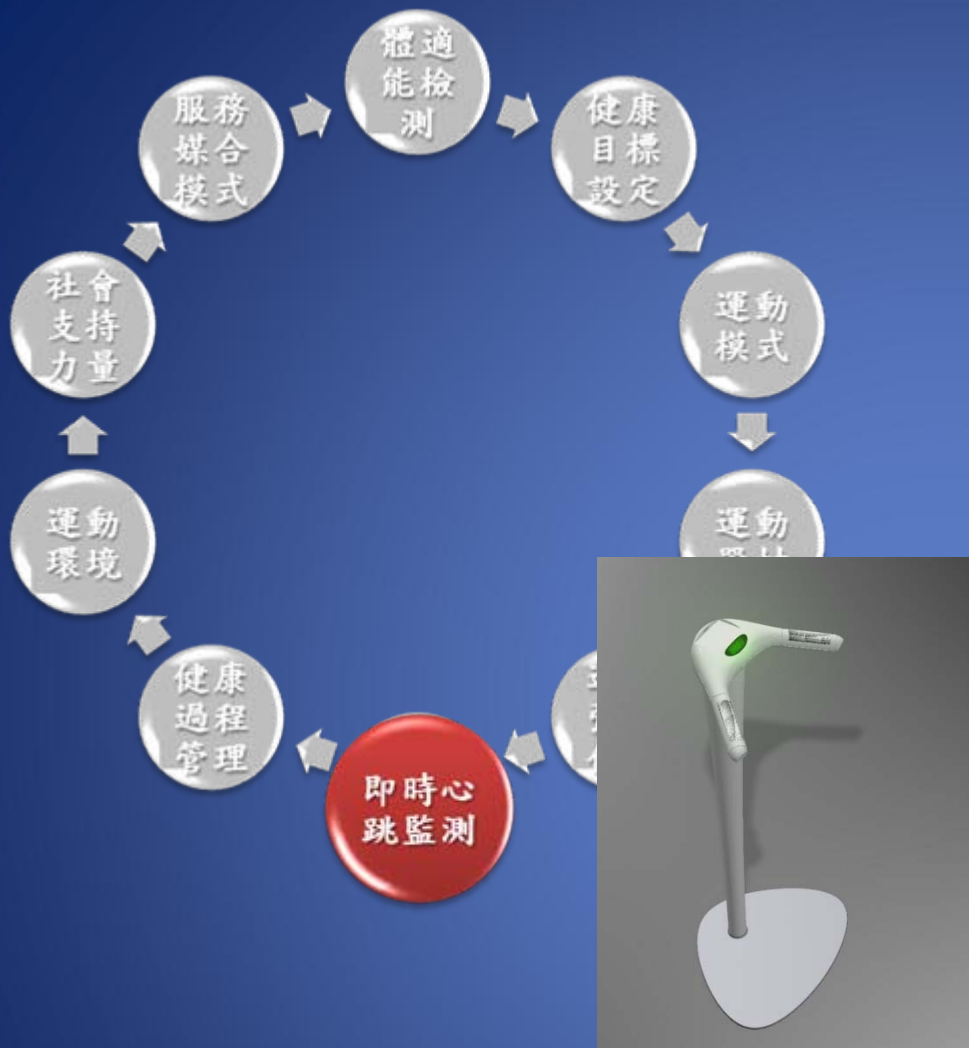


RFID運動強度感應裝置



感應式會員卡





運動安全監控



運動效能監控

U化健康促進管理系統畫面



AGOSS 會員管理系統

識別代碼	會員代號	會員名稱	性別	職業別	卡片編號	生日	會員類別	卡種類別	英文名稱	血型	最高學歷	興趣嗜好	婚姻狀況	宗教信仰
1	SJ001	886242010001	劉 宏	男		1950/12/0	創始會員	AGOSS-M					已婚	
2	SJ001	886242010002	陳 玉	女	237181874	1957/09/1	創始會員	AGOSS-M					已婚	
3	SJ001	886242010003	范 玉	女	237062130	1955/07/2	創始會員	AGOSS-M					已婚	
4	SJ001	886242010005	陳 玉	女	237004690	1953/06/2	創始會員	AGOSS-M					已婚	
5	SJ001	886242010006	阮 玉	女		1953/08/0	創始會員	AGOSS-M					已婚	

會員代號: 886242010001 會員類別: 創始會員 卡種類別: AGOSS-M(DUES) 建檔日期: 2008/11/23

會員名稱: 劉 宏 入會方式: 自行發現 識別代碼: SJ001

性別: 男 行業別: 出生日期: 19 12/04 入會日期: 2008/08/10

基本資料: 通訊資料 關係資料 匯款資料 照片

血型: 已婚 英文名: 配偶姓名: 興趣嗜好: 參加社團:

公司電話: 公司名稱: 電子郵件: 卡片編號: 發卡日期: 有效期限: 合約編號: 活力指數:

狀態: 編輯 說明



運動履歷

健康存摺

會員制管理 以服務協助養成習慣



身、心、靈課程
會員『愛的分享』

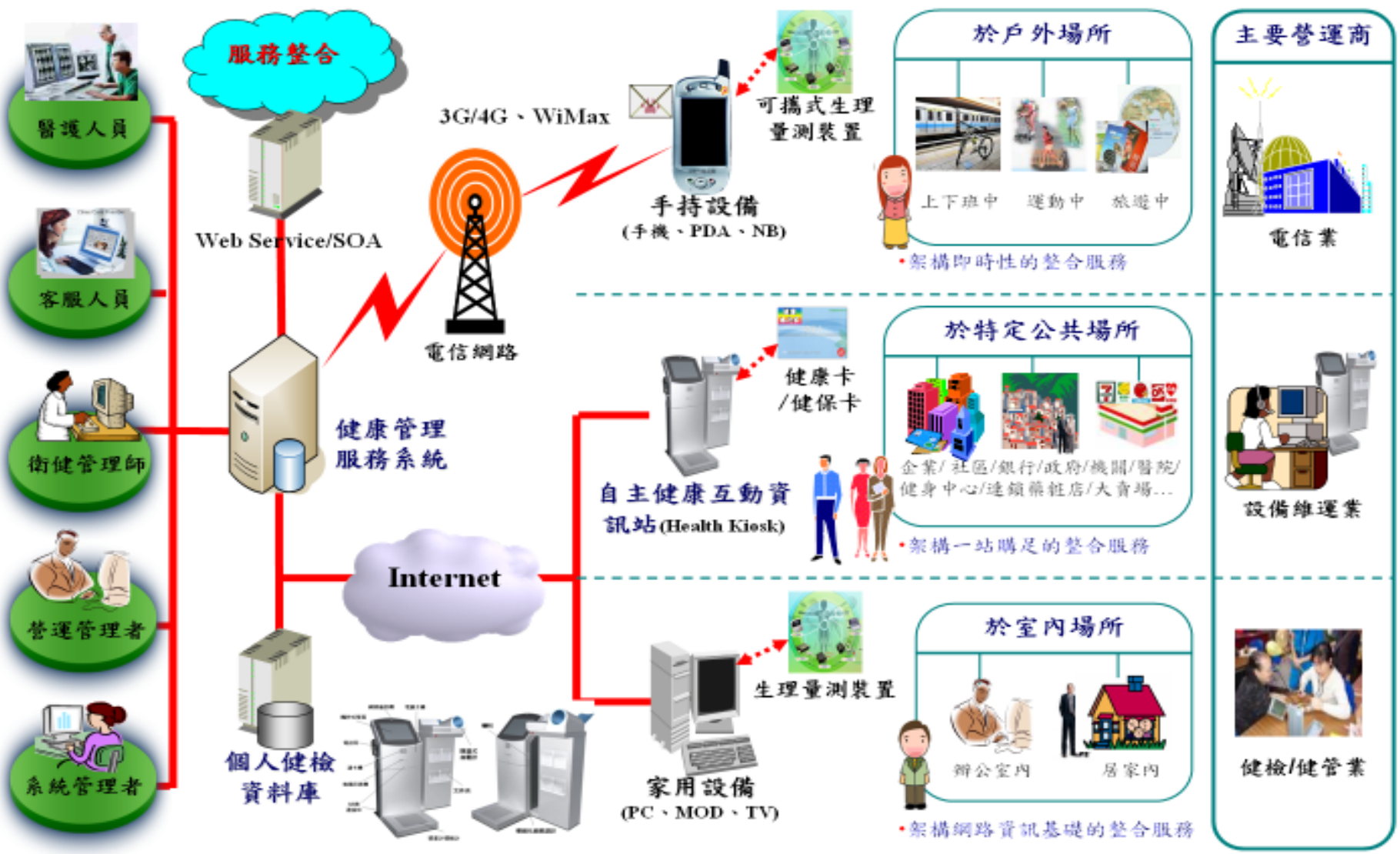


平台→運動、學習、聚會場所





打造健康國家



日常自我健康管理

- 以Blue tooth、RFID技術整合Sensor應用，配合自動化生理資訊量測與專家系統，並透過手機簡訊、Mail與電話主動通知建議

家庭成員



社區或機構



健康雲



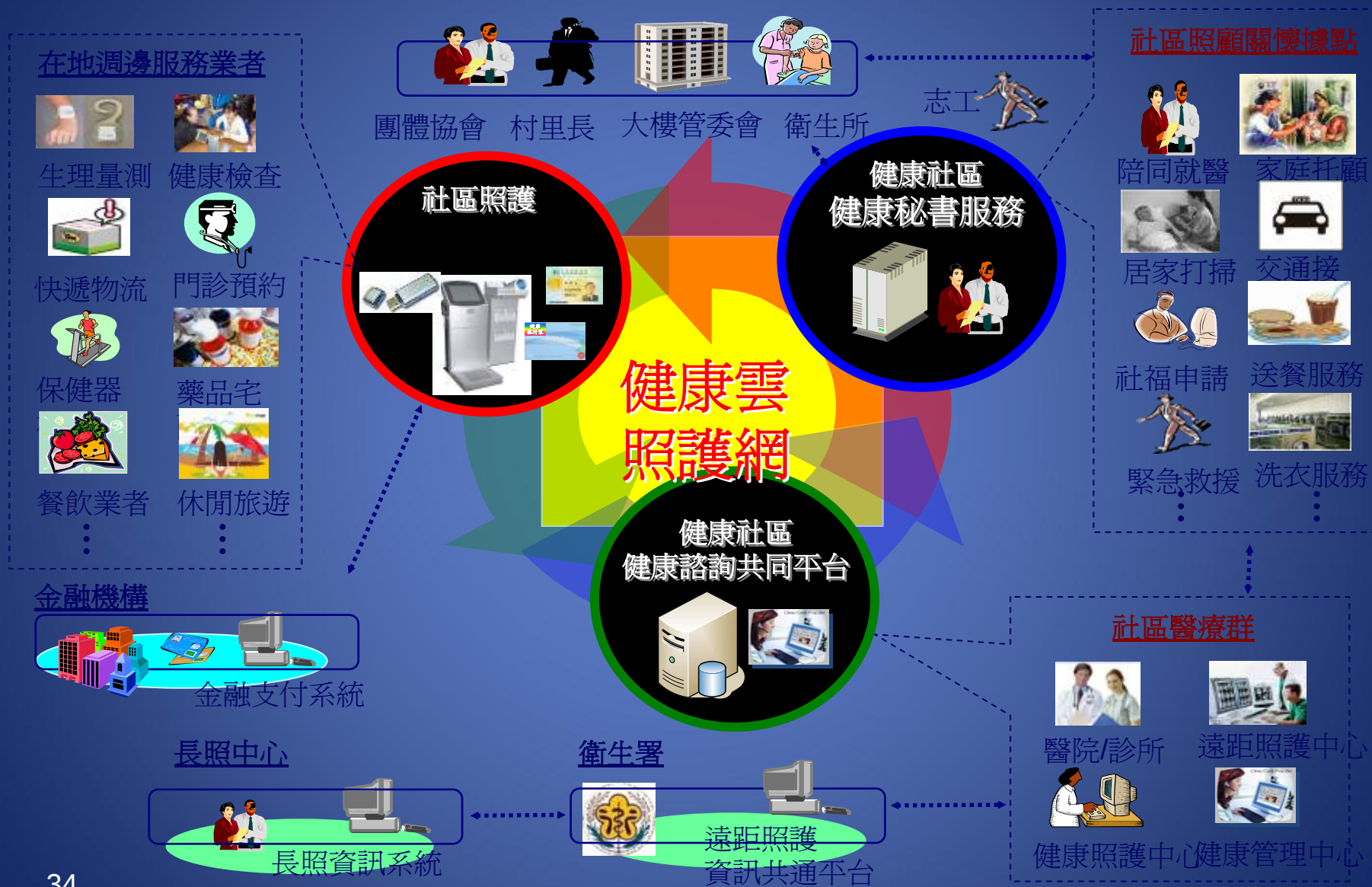
醫院健康中心 醫學院專家系統



健康管理顧問服務



串連健康服務鏈





U化健康促進服務系統



「E」化 + 「M」化 = 「U」化

成功案例與展示

- 2011運動促進3Q國際研討會
- ★十月在台舉行
- ★教育部衛生署體委會主辦
- ★美國衛生署長
- ★全球十位頂尖學者專家
- ★邀集台灣成功案例

Health Promoting Total Solution



透過專業服務模式
運動器材/方法/模式/情境、科技追蹤、人性互動
協助養成規律化運動習慣
促進身心健康
—完全解決方案

