

*-Bangkok Edition-*

# HEALTHY LIFESTYLE

ヘルシーライフスタイル | バンコク版

## はじめに

ASEAN 各国の経済発展が進む中、所得の向上、ライフスタイルの変化とともに、糖尿病など生活習慣病が拡大し、健康に対する意識も高まっている。また、高齢化の度合は国ごとに差があるが、平均寿命が上昇し、高齢化への対応は国にとっても、個人にとっても重要な課題となってきた。特にタイは、日本よりも早いスピードで高齢化が進展しており、早ければ 2022 年に高齢社会（人口の 14% が 65 歳以上）を迎えることが予想される。タイ政府は高齢化への対応を進める一方、企業も高齢社会を見据えた新たな事業参入を活性化させている。

「ヘルシー・ライフスタイル」は、こうした健康や高齢化に係るタイの市場に対して関心を持つ日本企業の皆様へ、ヘルスケア分野でのビジネス展開に必要な情報エッセンスをわかりやすく提供することを目的に作成した。健康や高齢化に係る事情から社会保障政策・制度、医療や介護、スポーツ、美容、食などの幅広い健康市場のトレンド、さらにアンケート調査や座談会を通じて浮き彫りとなった健康や退職後に対する消費者の意識、健康管理・増進に向けたアクティビティなど多くのトピックを盛り込んでいる。

本著がヘルスケア産業で活躍される皆様にとり、今後のタイでのビジネス展開、販路開拓の一助となれば幸甚である。さらに、健康長寿実現に資する日本発の製品・サービスが今後、タイをはじめ、広くアジアが直面する健康課題の解決に実際に役立てられていくことを祈念している。

2018 年 3 月

日本貿易振興機構（JETRO）  
バンコク事務所  
シンガポール事務所  
サービス産業部



-Bangkok Edition-

# HEALTHY LIFESTYLE

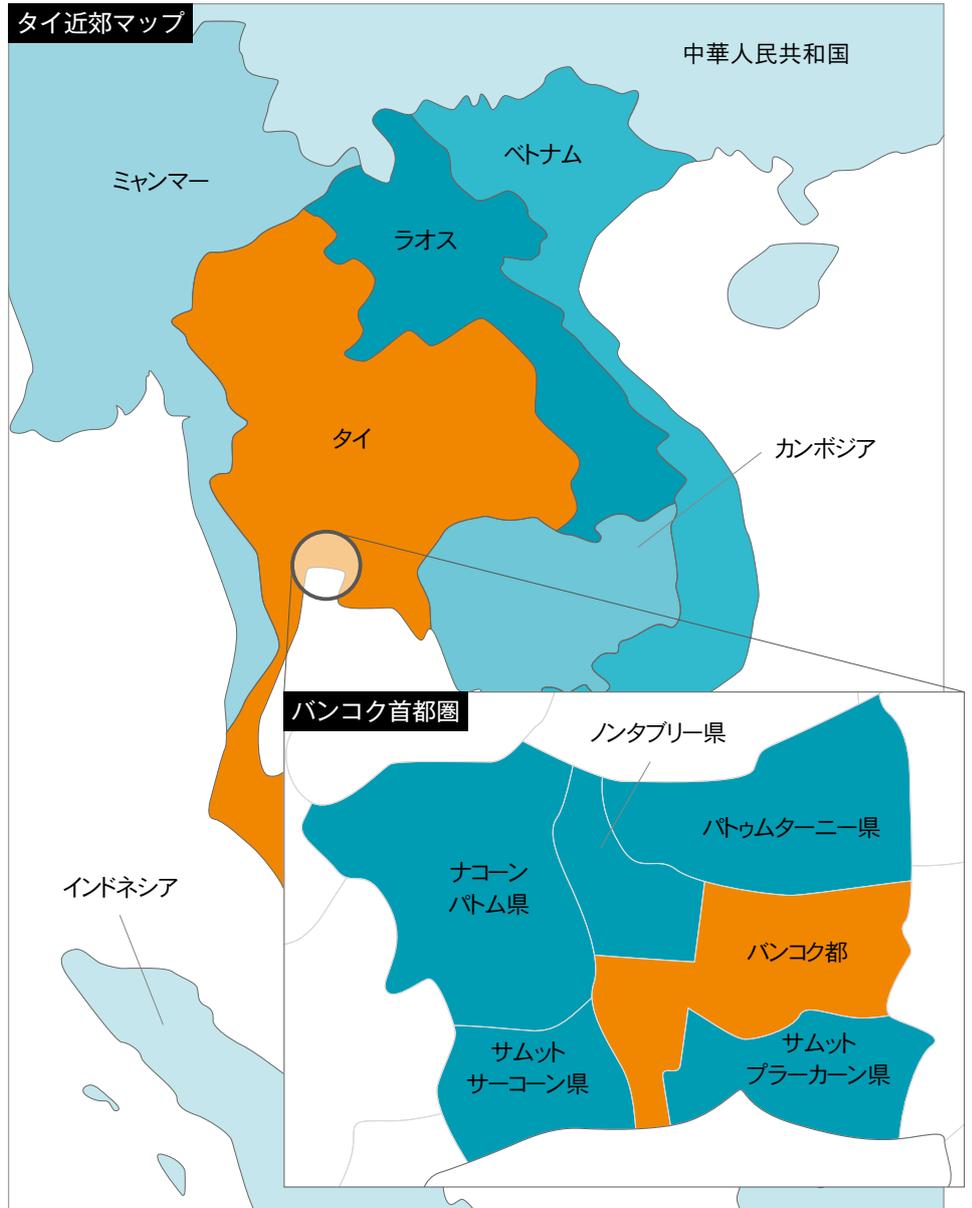
バンコクの概況	04
バンコクの位置、全体図	08
<b>01 ヘルスケア基礎データ</b>	<b>11</b>
人口構成／平均寿命／合計特殊出生率	12
死因と生活習慣病リスク	13
<b>02 ヘルスケア関連政策・制度</b>	<b>15</b>
医療・介護等、社会保障制度の概要	16
関連施設	18
民間保険の普及状況	19
非感染症疾患（生活習慣病）	19
<b>03 各ヘルスケア分野の特徴と傾向</b>	<b>21</b>
医療	22
介護	27
予防・健康管理	32
スポーツ	34
レクリエーション	38
美容	40
<b>04 健康や老後に対する意識・活動実態</b>	<b>43</b>
健康管理・増進の意識調査	44
退職後に対する意識調査	46
座談会 20～30代	48
座談会 40～50代	50
座談会 60代以上	52

## 社会的・地理的要素

### 【バンコク都の概況】

バンコク都の面積は約 1,568 平方キロメートル、人口は約 863 万人を擁し、行政区は 50 の区で構成される。タイの人口の約 13% を占めるタイの首都である。

このバンコク都とタイ中部の隣接 5 県（ノンタブリー県、サムットプラカーン県、パトゥムターニー県、サムットサーコーン県、ナコーンパトム県）を含め、「バンコク首都圏」と言われる（面積 7,761.6km<sup>2</sup>）。人口 1400 万人を超える東南アジアを代表する大都市圏が形成されている。



### 【気候】

バンコクは熱帯モンスーン気候に属し、雨期（6月～10月）と乾期（11月～5月）に大別される。タイ気象庁（Thai Meteorological Department）によると、年間平均気温は 28.6 度（平均最高気温 33.3 度、平均最低気温 24.9 度）で年間を通じて高温である。しかしオフィスや商業施設をはじめ、室内のエアコンの設定温度が極端に低く、外では上着を脱ぎ、室内では一枚羽織るといった人も多い。

#### バンコクの気候（1981年～2010年平均）

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
平均最高気温 (°C)	32.5	33.3	34.3	35.4	34.4	33.6	33.2	32.9	32.8	32.6	32.4	31.7
平均最低気温 (°C)	22.6	24.4	25.9	26.9	26.3	26.1	25.7	25.5	25.0	24.8	23.9	22.0
平均気温 (°C)	27.0	28.3	29.5	30.5	29.9	29.5	29.0	28.8	28.3	28.1	27.8	26.5
平均雨量 (mm)	13.3	20.0	42.1	91.4	247.7	157.1	175.1	219.3	334.3	292.1	49.5	6.3

出所：Thai Meteorological Department

## 地下鉄、高架鉄道路線図

### 【交通手段】

バンコク及び首都圏に広がる公共交通機関は、長らく路線バスや水上バスが主流であったが、1999年12月に開通したBTS（高架鉄道）を皮切りに、2004年にMRT（地下鉄）、2010年にBRT（バス高速輸送システム）が運行を開始し、首都圏（特に都心部）における移動手段として利用されるようになった。BTSやMRTの主要駅では駐車場も整備され、「都心前までは自家用車で、都心は公共交通で」というパーク&ライドスタイルも確立されつつある。



### 【宗教等】

タイ国民の95%が仏教を信仰しており、イスラム教徒は3.8%、キリスト教徒は0.8%、ヒンズー教徒は0.1%となっている。タイの仏教は上座部仏教（テーラワーダ仏教）で、スコタイ王朝時代（1238-1438年）にインドから南方ルートで伝わったとされている。国民の大多数が仏教徒であることから、黄衣に身を包んだ僧侶をいたるところで見かけることができる。都市化されたバンコクでも、早朝には托鉢に廻る僧侶に食事や金銭を寄進するタイ人の姿を見ることができる。また、オフィスや工場の開所式では、僧侶を招いて儀式をすることが一般的である。仏教寺院はどんな小さな農村にもあり、僧侶が修行する場所、祈りを捧げる場所としてだけでなく、地域の集会場や学校<sup>注</sup>としての役割を果たすなど、タイ人の生活に密接に関わっている。

注：寺院で子どもたちに読み書きを教えていた名残で、寺院に隣接した小中学校は現在も多い。



## マクロ経済

### 【経済・経済成長率】

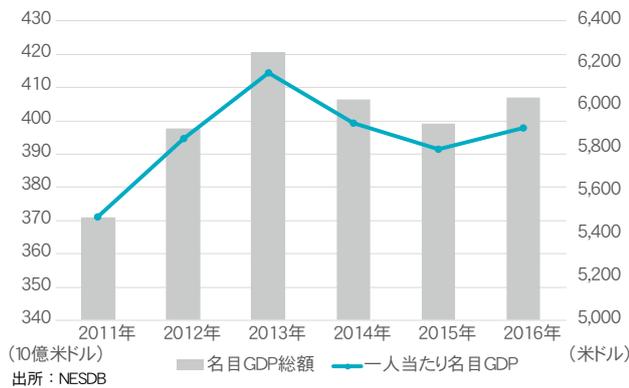
2017年のタイの実質国内総生産(GDP)成長率は3.9%となる見通し<sup>注</sup>。2015年の2.9%、2016年の3.2%から成長が加速しており、堅調な世界経済を受けて2018年も3.6～4.6%の高成長を維持する見込みである。

2016年の名目GDPは約4,060億ドル<sup>注</sup>で、ASEAN諸国ではインドネシアに次いで2番目の規模を誇る。また、同年

の一人当たり名目GDPは5,899ドルとなっている。ユーロモニターによれば、一人当たりGDPをバンコク都に絞ってみると14,972ドル(2015年)と、全国値の2.5倍の水準となっている。

注：国家経済社会開発庁(NESDB)

#### 名目GDPおよび一人当たりGDPの推移



#### 実質GDP成長率の推移



#### 為替レート (1米ドルにつき、バーツ、期中平均)

年	2011年	2012年	2013年	2014年	2015年	2016年
為替レート	30.49	31.08	30.73	32.48	34.25	35.30

出所：タイ中央銀行



### 【物価】

タイの消費者物価は、IMFの消費者物価指数に基づく、1992年からの25年間で約2倍に上昇している。

#### 消費者物価上昇率 (2007年～2016年)

年	2007年	2008年	2009年	2010年	2011年	2012年	2013年	2014年	2015年	2016年
消費者物価上昇率 (%)	2.3	5.5	▲0.9	3.3	3.8	3.0	2.2	1.9	▲0.9	0.2

出所：タイ中央銀行

単位=%

### 【所得層と所得水準】

2017年上半期のタイの世帯所得は全国平均で月額約2万7,000バーツと、2000年の約1万2,000バーツから2倍以上に増加している。バンコク都市圏<sup>注</sup>に目を向けると、2017年で約4万1,000バーツとなっており、全国平均の約1.5倍の水準である。

注：タイ国家統計局はバンコク都、ノンタブリー県、バトゥムターニー県、サムットプラークン県の4都県をあわせて、バンコク「都市圏」のデータを公表している。  
前出のバンコク「首都圏」は国家経済社会開発庁(NESDB)による定義のため注意。

#### タイの世帯所得 (2017年上半期)

	全国	バンコク都市圏	中部	北部	東北部	南部
家計所得	26,973	41,335	26,700	19,843	20,570	26,133
一人当たり	9,392	15,179	9,607	7,332	6,743	8,301

出所：タイ国家統計局

単位=バーツ/月

#### タイの世帯所得別割合

	月額平均世帯所得 (バーツ)	2010年		2013年		2015年	
		全国	バンコク都市圏	全国	バンコク都市圏	全国	バンコク都市圏
低所得層	10,000未満	52.6	17.9	25.4	6.5	20.9	5.9
ローワースト	10,001~30,000	37.3	52.9	51.1	47.5	52.4	47.1
	30,001~50,000	6.4	16.3	13.7	22.4	15.6	23.6
アッパーミドル	50,001~100,000	3.1	9.5	7.5	16.8	8.9	17.8
富裕層	100,001以上	0.7	3.4	2.2	6.8	2.3	5.7

出所：タイ国家統計局

単位=%

### 【進出日系企業数と在留邦人】

ジェトロバンコク事務所が実施した調査<sup>注</sup>によると、2017年5月時点で確認された日系企業は5,444社で、3年前の調査に比べ877社増加した。非製造業の割合は前回調査から4%増の53%と初めて過半数を超えた。また、大企業出資の比率は初めて過半数を割り49%となった。中小企業出資の比率は約40%と引き続き高い水準となっている（大企業、中小企業以外の残り約10%は個人）。

また、タイの在留邦人数は70,337人（2016年10月現在。日本外務省）で世界で4番目に在留邦人数の多い国となっている。

注：タイ日系企業進出動向調査 2017年

### タイ日系企業の業種別企業数と構成比

業種			社数	比率				
農業、林業			10	0.18%				
漁業			2	0.04%				
鉱業、採石業、砂利採取業			5	0.09%				
建設業			150	2.76%				
製造業	食料品製造業	135	2.48%	2,346	43.09%			
	飲料、たばこ、飼料製造業	16	0.29%					
	繊維工業	87	1.60%					
	木材・木製品製造業	8	0.15%					
	家具・装飾品製造業	16	0.29%					
	パルプ・紙・紙加工品製造業	33	0.61%					
	印刷・同関連業	36	0.66%					
	化学工業	128	2.35%					
	石油製品・石炭製品製造業	9	0.17%					
	プラスチック製品製造業	203	3.73%					
	ゴム製品製造業	69	1.27%					
	窯業・土石製品製造業	38	0.70%					
	金属製造・加工業	515	9.46%					
	一般機械製造業	222	4.08%					
	電気機器製造業	215	3.95%					
	情報通信機械器具	56	1.03%					
	輸送用機械器具製造業	430	7.90%					
その他製造業	130	2.39%						
情報通信業	情報通信業	136	2.50%	191	3.51%			
	映像・音声・文字情報制作業	55	1.01%					
運輸業、郵便業			204	3.75%				
卸売業・小売業	各種商品卸売業	1,278	23.48%	1,360	24.98%			
	各種商品小売業	82	1.51%					
金融業・保険業			95	1.75%				
不動産業、物品賃貸業			100	1.84%				
非製造業	サービス業	広告業	31	0.57%	896	16.46%		
		飲食店	147	2.70%				
		教育、学習支援業	44	0.81%				
		医療、福祉	17	0.31%				
		マッサージ・スパ・エステ	22	0.40%				
		洗濯・理容・美容・浴場業	16	0.29%				
		旅行・観光・宿泊業	80	1.47%				
		専門サービス業 <sup>注</sup>	256	4.70%				
		技術サービス業	153	2.81%				
		その他のサービス業	130	2.39%				
		電気・ガス・熱供給・水道業					26	0.48%
		学術研究、専門・技術サービス業					18	0.33%
		分類不能の産業					41	0.75%
合計			5,444	100%				

出所：ジェトロバンコク事務所「タイ日系企業進出動向調査 2017年」

注：専門サービス業：コンサルタント、会計事務所、法律事務所、職業斡旋、労働者派遣など

### 【日本企業にとってのバンコク市場の重要性】

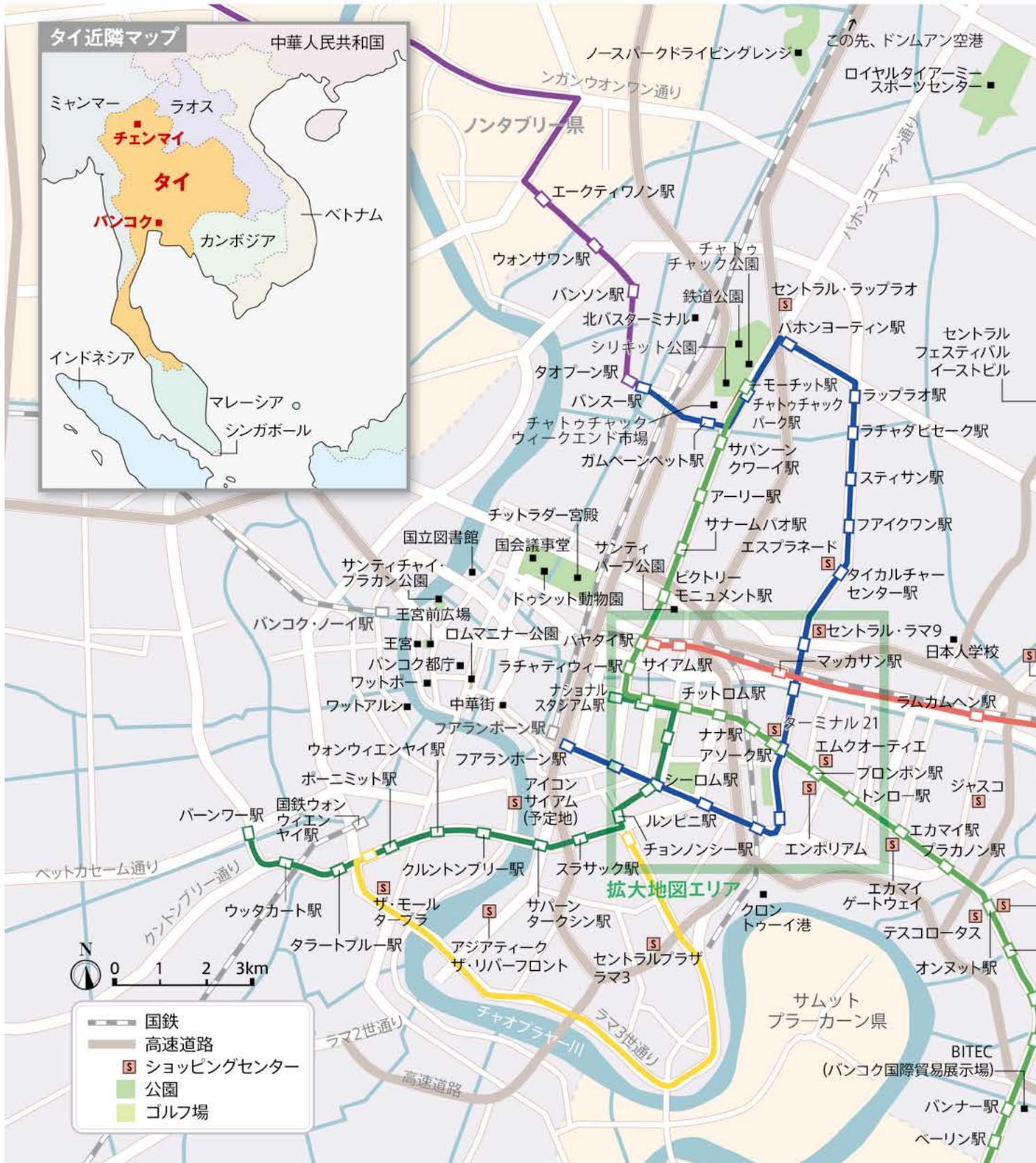
1980年代以降の製造業の進出から、近年のサービス産業の進出に至るまで、多くの日本企業がタイ及びバンコクに着目するには様々な背景がある。整備されたインフラやサプライチェーンの充実、そして外資優遇政策や自由貿易協定は、製造拠点として進出する企業にとって、魅力ある投資先としてのタイの姿を浮かび上がらせる。また、長年の進出の歴史により、日系企業に対する公的機関の各種サービスも充実している。タイを市場として捉える日本企業にとっても、一人あたりGDPが6,000ドルに迫り、中進国のトップ集団を走るまでに成長した市場は魅力となるであろう。自動車や家電だけでなく、食品、化粧品、ファッションなど、日本ブランドへの高い評価・信頼感も見逃せない。また、バンコクはメコン地域の中心地であり、バンコク市場でプレゼンスを拡大できれば周辺国への波及効果も期待できるメリットもある。

### 【日本・タイ間の観光客数とコネクティビティ】

日本からタイへの観光客数は100万人以上で推移しており、2015年は約135万人になった。タイから日本への観光客数は、短期滞在ビザ免除になった2013年7月以降急激に増加し、2017年は約99万人と100万人に迫る勢いを見せている。また、日本とタイを結ぶ主な直行便は、日本航空、全日本空輸、タイ国際航空をはじめ、バンコクエアウェイズ、エアアジア、ピーチ航空、オリエントタイ航空、ノックエアなどのLCC航空会社も直行便を就航させている。



# バンコクの位置、全体図





- BTSシーロム線
- BTSスカンビット線
- MRTブルーライン (地下鉄)
- MRTパープルライン
- エアポートリンク
- BRT (高速交通バス)





# ヘルスケア 基礎データ

- 人口構成
- 平均寿命
- 合計特殊出生率
- 死因と生活習慣病リスク

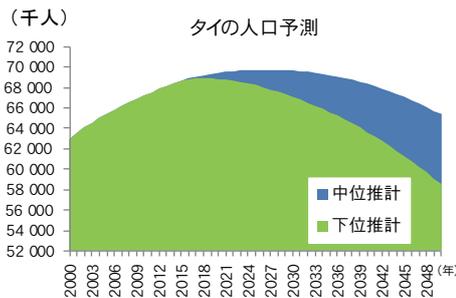


# ヘルスケア 基礎データ

## 人口構成

タイ国家統計局によると、2015年のタイの総人口は6,723万人で、15歳未満の人口は17.8%、60歳以上の人口は15.5%とほぼ近い数字である。65歳以上の人口も既に10.4%となっており、高齢化社会の基準とされる7%を超えている。

国連世界人口予測(2017年改訂版)によると、低位推計の場合で2018年に6,887万人、中位推計の場合で2027年に6,970万人でピークを迎え、人口減少に転じると見られている。



出所：国連世界人口予測(2017年改訂版)

## 平均寿命

2015年の世界銀行の統計によると、平均寿命は75.1歳(男性71.4歳、女性79.0歳)である。

また、タイ国家経済社会開発庁(NESDB)によると、2040年には、男性75歳、女性82歳まで延伸すると推計されている。

## 合計特殊出生率

世界銀行によれば、2015年の合計特殊出生率は1.5人。少子高齢化の影響を受け、若年層の構成比は低下し、現在のタイの人口構成で最も多い年齢層は30代、40代となった。

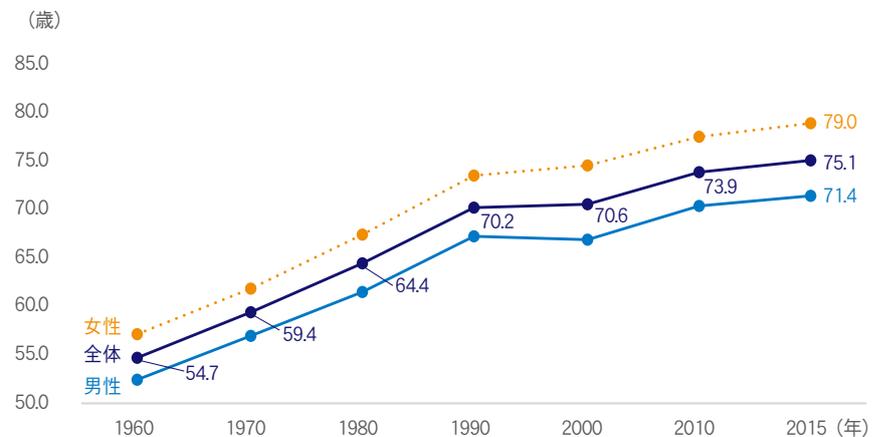
## タイとバンコクの人口構成 (2015年)

年齢	バンコク			全国		
	合計	男性	女性	合計	男性	女性
合計	8,625,230	4,182,726	4,442,504	67,228,562	32,832,687	34,395,875
0 - 4	498,038	253,751	244,287	3,797,869	1,941,109	1,856,760
5 - 9	306,843	158,439	148,404	3,898,789	1,995,744	1,903,045
10 - 14	330,210	169,751	160,459	4,269,608	2,177,900	2,091,708
15 - 19	422,834	210,589	212,245	4,688,583	2,373,539	2,315,044
20 - 24	689,537	346,332	343,205	4,945,708	2,487,373	2,458,335
25 - 29	909,671	429,273	480,398	4,754,945	2,390,981	2,363,964
30 - 34	925,195	444,914	480,281	4,870,147	2,426,726	2,443,421
35 - 39	904,714	444,160	460,554	5,304,555	2,603,704	2,700,851
40 - 44	808,916	403,609	405,307	5,382,089	2,616,885	2,765,204
45 - 49	736,013	360,413	375,600	5,538,937	2,667,704	2,871,233
50 - 54	610,800	294,238	316,562	5,051,874	2,416,248	2,635,626
55 - 59	488,602	231,861	256,741	4,287,825	2,034,108	2,253,717
60 - 64	359,964	167,085	192,879	3,476,160	1,637,133	1,839,027
65 - 69	234,271	105,035	129,236	2,452,262	1,139,536	1,312,726
70 - 74	159,310	68,362	90,948	1,804,949	814,089	990,860
75 - 79	115,273	47,747	67,526	1,275,909	549,304	726,605
80 - 84	76,987	32,287	44,700	849,818	352,508	497,310
85 - 89	31,698	11,230	20,468	416,090	157,103	258,988
90 - 94	12,074	3,369	8,705	122,816	41,361	81,454
95~	4,280	281	3,999	39,629	9,632	29,997

出所：タイ国家統計局

単位=人

## タイの平均寿命



出所：世界銀行

ASEAN 各国の人口、少子高齢化関連指標 (2015年)<sup>注</sup>

国名	①人口 (千人)	②平均年齢	③15歳未満の割合 (%)	④65歳以上の割合 (%)	⑤平均寿命全体 (歳)	⑥合計特殊出生率 (人)
シンガポール	5,535	40.0	15.5	11.7	82.6	1.2
タイ	68,658	37.8	18.0	10.6	75.1	1.5
ベトナム	93,572	30.4	23.1	6.7	75.9	2.0
マレーシア	30,723	27.7	25.0	5.9	75.2	2.1
ミャンマー	52,404	27.7	27.9	5.3	66.4	2.2
インドネシア	258,162	28.0	27.9	5.1	69.0	2.4
フィリピン	101,716	24.1	32.2	4.6	69.0	3.0
カンボジア	15,518	24.0	31.6	4.1	68.5	2.6
ブルネイ	418	30.0	23.7	4.1	77.1	1.9
ラオス	6,664	22.7	33.7	3.9	66.3	2.8
(参照) 日本	127,975	46.3	13.0	26.0	83.8	1.5

出所：①～④は国連世界人口予測 (2017年改訂版)、⑤⑥は世界銀行

注：表は「④65歳以上の割合 (%)」が高い順。また、タイについてはタイ国家統計局の統計に基づく左の「人口構成」の数字と差があるが、これは出所の違いによるもの。

## 死因と生活習慣病リスク

タイ人の死亡の主な原因 (2012年) は、動脈硬化に由来する虚血性心疾患が 13.7% で 1 位、脳卒中が 10.3% で 2 位、また 7 位に糖尿病 (4.1%) になるなど、先進国と同様、生活習慣病に起因するものが上位を占めるようになった。タイ政府は年々増加する肥満人口、高血圧、糖尿病等の生活習慣病を防ぐため、健康増進や疾病予防に関する啓蒙活動を積極的に行っている。

## タイの死因上位 10 位 (2012年)

第 1 位	虚血性心疾患 68.8千人 (13.7%)
第 2 位	脳卒中 51.8 千人 (10.3%)
第 3 位	下気道感染 46.8千人 (9.4%)
第 4 位	交通事故 24.9千人 (5.0%)
第 5 位	慢性閉塞性肺疾患 23.6千人 (4.7%)
第 6 位	HIV/AIDS 20.7千人 (4.1%)
第 7 位	糖尿病 20.7千人 (4.1%)
第 8 位	肝がん 18.8千人 (3.8%)
第 9 位	気管支、気管、肺がん 17.4千人 (3.5%)
第 10 位	腎疾患 12.7千人 (2.5%)

出所：WHO 「Statistical profile」



## 高血圧人口の割合

	1990年	1995年	2000年	2005年	2010年	2015年
男性	19.1	20.6	22.3	23.3	24.8	26.2
女性	16.3	17.7	19.0	20.4	22.2	23.8

出所：Global Health Observatory, WHO (<http://apps.who.int/gho/data/node.main.A875?lang=en>)  
注：18歳以上、収縮期血圧 $\geq 140$ 又は拡張期血圧 $\geq 90$

## 高血糖症人口の割合

	1990年	1995年	2000年	2005年	2010年	2014年
男性	4.6	5.3	6.1	6.9	7.7	8.3
女性	6.2	6.7	7.3	7.9	8.4	8.8

出所：Global Health Observatory, WHO (<http://apps.who.int/gho/data/view.main.NCDRGLUCA?lang=en>)  
注：18歳以上、空腹時血中グルコース濃度 $\geq 7.0$ mmol/L ( $\geq 126$  mg/dL)

## 過体重・肥満人口の割合

		1990年	1995年	2000年	2005年	2010年	2016年
過体重 (BMI $\geq 25$ )	男性	10.8	12.7	15.0	18.1	22.8	29.2
	女性	17.2	19.8	22.5	26.0	30.3	35.6
肥満 (BMI $\geq 30$ )	男性	1.0	1.4	2.0	2.9	4.4	7.0
	女性	3.2	4.2	5.3	7.0	9.3	12.7

出所：Global Health Observatory, WHO  
<http://apps.who.int/gho/data/view.main.CTRY2430A?lang=en>  
<http://apps.who.int/gho/data/view.main.CTRY2450A?lang=en>  
注：18歳以上



# ヘルスケア 関連政策・制度



- ・ 医療・介護等、社会保障制度の概要
- ・ 関連施設
- ・ 民間保険の普及状況
- ・ 非感染症疾患（生活習慣病）



# ヘルスケア 関連政策 ・ 制度

## 医療・介護等、社会保障制度の概要

### 公的医療保障制度

タイの公的医療保障制度は、対象者別に3つある。公務員のための「公務員医療給付制度（Civil Servant Medical Benefits Scheme：CSMBS）」、民間被用者が加入する「社会保険制度（Social Security Scheme：SSS）」、これらの制度が適用されない自営業者などを対象とする「国民医療保障制度（Universal Coverage Scheme：UCS）」の3制度である。これらにより制度上は全ての国民が公的医療保障の対象となっている。ただし、国民医療保障制度は任意加入であるため、公的医療保障制度を必要としない富裕層などの未加入者が存在している。

なお、本章執筆にあたっては、タイ政府関係省庁・機関のウェブサイトやヒアリングから得た情報に加え、厚生労働省「東南アジア地域にみる厚生労働施策の概要と最近の動向—第6節・タイ王国(2)社会保障施策（2016年海外情勢報告）」と経済産業省「医療国際展開カントリーレポート・タイ編（2016年3月）」を主に参考とした。

#### ①公務員医療給付制度

加入者は公的医療機関を受診できる。退職後も適用される保障は手厚く、外来では上限なし。

#### ②社会保険制度

加入者は公的医療機関、民間医療機関どちらでも受診できるが、事前登録が必要となる。出産時（別途、出産給付あり）

### タイの公的医療保障制度

制度	公務員医療給付制度	社会保険制度	国民医療保障制度
	CSMBS	SSS	UCS
対象者	公務員及びその家族	民間被用者本人のみ	左以外のタイ国民
加入数	474万人	1,163万人	4,833万人
受療可能医療機関（注）	制限無し	事前登録医療機関	事前登録医療機関
保険料負担	無し（税財源）	賃金の10% （上限1500バーツ/月。 労使折半で各々5%ずつ負担 3%分が傷病、出産、障害 および死亡のための保険料	無し（税財源）
所管省庁	財務省	労働省社会保障事務局	国民医療保障事務局
根拠法	公務員法 （Bureaucrat Act）	社会保険法 （Social Security Act）	国民医療保障法 （National Health Security Act）

出所：公務員法、社会保険法、国民医療保障法。ただし、加入数（2016年）は、国民医療保障事務局（NHSO）のウェブサイトを参照。  
注：救急時は最寄りの医療機関が利用可能

を除き、一定の限度額を超えるまでは受診時の自己負担はない。社会保険制度の保険料は月額1,500バーツを上限に、賃金の10%を労使折半（各々5%）で負担する。この10%のうち3%分が傷病、出産、障害および死亡の保障に当てられている（残り6%分が老齢給付および児童手当、1%分が失業の保障）。また、政府も被用者賃金の2.75%（傷病、出産、障害および死亡1.5%、老齢および児童手当1%、失業0.25%）を追加拠出している。

#### ③国民医療保障制度

公務員の医療給付や民間被用者の社会保険制度が適用されない自営業者などを対象に2002年に全面施行された。加

入者数は約4,800万人で国民の約4分の3に達する。国民医療保障制度に加入する際は、事前に保健センターで受診する医療機関を登録することとされており、受診できる医療機関はほとんどが国立病院である。1回の外来や入院につき30バーツの自己負担<sup>注1</sup>を徴収しているため、「30バーツ医療」の通称で知られる。保険適用となる疾病・治療法は包括的で、心臓切開手術や化学療法といった費用のかかる治療も保険適用となっており、政策的な配慮からエイズ患者の治療などにも給付対象が拡大されている。また、定期的な健康診断など、疾病予防のための活動も給付対象にされている。国民医療保障制度は社会保険ではなく、税を財源とする制度である。国民医療保障事務局から各医療機関に対して当該医療機関が対象としている登録者（患者）1人当たり年間予算に患者数を掛け合わせた額を限度とした予算制が採用されている。2018年の予算は一人当たり3,197.32バーツで、2015年の2,895.09バーツから10.4%増加している<sup>注2</sup>。

注1：低所得者は無料で受診可能。  
注2：国民医療保障事務局



## 公的年金制度

公的年金制度として、政府に勤務する公務員には政府年金及び政府年金基金（GPF）があり、民間被用者には社会保険制度（SSS）の老齢給付がある。農民、自営業者、無業者については、これまで公的年金制度はなく、税を財源とした老齢福祉手当が給付されてきた。しかし、給付水準が充分でないため、2015年から新たに貯蓄型の国民貯蓄基金（NSF）が開始されている。

### ①政府年金

1951年に成立した政府年金法（前身の制度は1902年から）に基づき、政府に勤務する公務員を強制加入の対象とする。確定給付型の無拠出年金として実施されていたが、政府年金基金の設立（1997年3月）に伴い、政府年金への残留、政府年金基金への移行（拠出型・無拠出型）を選択できるようになっている。

### ②政府年金基金

1996年に成立した政府年金基金法に基づき、政府年金基金の設立以後に政府に勤務する公務員となった者を強制加入の対象とし、その前に政府に勤務する公務員となった者を任意加入の対象とする。原則として労使（公務員及び政府）の拠出により実施されており、確定拠出型の退職一時金の給付等が行われる仕組みとなっている。

### ③社会保険制度老齢給付

社会保険制度（SSS）のうち、老齢給付が民間被用者向けの公的年金制度に相当する。確定給付型・報酬比例型の給付が行われる仕組みとなっている。

### ④老齢福祉手当

公務員であった者を除く60歳以上の高齢者を対象に、年齢に応じて月額600～1000バーツが給付される。主に農民、自営業者、無業者を対象とした制度。2009年4月から実施。

### ⑤国民貯蓄基金

2015年8月から開始。政府年金基金、民間企業の社会保険制度に加入していない自営業者（農民、商人、タクシードライバー、日雇い労働者等）や無業者、15歳から60歳までの約3,000万人が

対象となる。加入者は年間50バーツ以上13,200バーツ以内で積立を行う。政府は、15～30歳には年間600バーツ以内で、加入者の積立金に対して50%を拠出、30～50歳には960バーツ以内で80%を拠出、50歳以上には1,200バーツ以内で同100%を拠出することとなっている。

## 高齢者施策

高齢者支援は主に家族とコミュニティが担っているが、タイ政府は2016年11月の閣議決定にて、具体的な高齢社会対策として以下の4指針を示した。

ただし、以下のうち高齢者施設整備以外の3つの指針については、2018年3月現在、実行されていない。

### ・高齢者雇用支援

60歳以上の労働者で給付が15,000バーツを超えない労働者を雇用している場合、企業に対し賃金の200%を控除対象と認める税優遇措置。

### ・高齢者施設整備

チョンブリ県、ナコーンナヨック県、チェンマイ県、チェンライ県の国有地を活用した、住宅、医療施設、娯楽施設等からなる「シニア・コンプレックス」の開発。

### ・リバースモーゲージ

自宅を担保にした老後資金の融資。

### ・退職金積立基金（PVD）義務化

現在民間企業で任意加入としている退職金積立基金（PVD、企業年金）を、従業員数100人以上の企業から順次義務化。

## 介護制度

タイには公的な介護保障の仕組みはない。介護は基本的に家族を中心にコミュニティが担っている（コミュニティケア）。在宅介護は病院や保健センターの看護師、政府が養成する健康ボランティア及び高齢者ボランティア等のボランティア介護者、家族が行い、地域で支え合っている。

## 介護士

タイの高齢者介護の現場で働く介護士はナースエイド（NA）と呼ばれる。ナースエイドは准看護師（アシスタントナース）や看護師（ナース）とは違い、国家資格では無く、専門学校の修了証書をもっている者と一般に認定されている。2011年の私立医療機関に勤務するナースエイドは1万8,286人<sup>注</sup>である。

注：The 2012 Private Hospital Survey

## ケア・ワーカー

タイ保健省は地方における要介護高齢者の10%にあたる10万人の介護を目標に、地域レベルでの介護人材の養成に乗り出している。保健省は介護にあたる人材として、ケア・マネージャー（Care manager）とケア・ギバー（Care Giver）の育成プログラムを策定。2016年までにケア・マネージャー3,802名、ケア・ギバー2万7,696名を育成した<sup>注</sup>。ケア・ギバー1名につき、高齢者7名から10名が割り当てられ、ケア・マネージャー1名がケア・ギバー4名から5名を管理するシステムである。

注：Situation of The Thai Elderly 2016（タイ語）、p.86



# 関連施設

## 病院

タイの病院は1,337カ所で、このうち公立病院が76%を占めている。中央病院（Central Hospital）は三次医療を担う高度医療機関であり、平均病床数はタイの病院の中で最も多い。総合病院（General Hospital）はほぼ各県に1カ所の割合で設置されている医療機関である。中央病院とともに三次医療を担っているが、病床数が少ない一部の病院は二次医療機関となっている。地域病院（Community Hospital）は公立病院の中で最も多く、公立病院全体の77%を占めている。保健省管轄以外の病院では、大学病院（教育省）、軍病院、警察病院、

バンコク都立病院などがある。

保健省管轄の病院は全国を12のエリアに区分し、A・S・M1-2・F1-3にランク付けされている。リファラルシステム（患者紹介システム）に基づき、一次から三次医療機関を整備し、エリア内の患者搬送を実施している。

私立病院は326病院あり、厳密な分類では病院261カ所、診療所65カ所である。このうちバンコク都内には100病院あり、全体の30%を占めている。100床以上の大型病院（Large General Hospital）は110病院あり、このうち約半数の52病院がバンコク都内に集中、バンコク首都圏まで広がると72病院がある。

入院設備を持たない医療機関として

は、民間のクリニックが12,716カ所あり、このうち約22%がバンコク都に集中している。村健康促進病院（Sub-District Health Promotion Hospital）は保健省傘下の郡健康促進センターが運営している。

### その他の医療機関(入院設備無し)

分類	カ所
民間クリニック	12,716
村健康促進病院	9,777

出所：タイ保健省  
注：2014年時点

### 保健省傘下の公立医療機関ランク

ランク	対象	病床数
A	中央病院 (Central Hospital)	指定無し
S	総合病院 (General Hospital)	指定無し
M1	総合病院 (General Hospital)	指定無し
M2	地域病院 (Community Hospital)	120床超
F1	地域病院 (Community Hospital)	90~120床
F2	地域病院 (Community Hospital)	30~90床
F3	地域病院 (Community Hospital)	30床未満

出所：タイ保健省  
注：総合病院は、規模に応じてSとM1の二つのランクがある。

### タイ国内の医療機関数

	管轄	分類	病院数	病床数	平均病床数
公立	保健省	中央病院	28	21,106	753
	保健省	総合病院	88	28,601	325
	保健省	地域病院	780	38,065	48
	軍・警察・教育省等	大学病院等	115	21,129	196
	公立合計			1,011	108,901
私立	民間	病院	261	32,171	123
	民間	診療所 <sup>注</sup>	65	1,527	23
	私立合計			326	33,698
合計			1,337	142,599	107

出所：タイ保健省、Alpha Research社「Thailand Public Health 2016-2017」

注：公立：2015年10月時点（ただし、公立のうち軍・警察・教育省等は2014年時点）、私立：2013年6月時点

注：診療所とは、病床数30以下の私立病院を指す。タイ語は「サターン・バヤバーン」で病院とは区別されているものの、英語名称はHospitalとなっている。公立の場合、30床以下でも病院とされているため、ここでは同様に病院として扱う。

## 介護施設

公的な施設サービスは社会開発・人間の安全保障省管轄の高齢者社会福祉開発センター（12カ所<sup>注1</sup>）、自治体管轄の老人ホーム（12カ所）がある。また、デイケア施設として、村健康促進病院内<sup>注2</sup>に高齢者社会サービスセンター（19カ所）があり、在宅の高齢者を対象に保健医療上の指導、理学療法、デイサービスを実施している。

一方、民間介護施設に目を向けると、介護施設の登録制度や認証制度は確立されていないが、既に多くの高齢者介護施設（Nursing Home）が存在している。規模が大ききところでは、私立病院のクリアルイナムタイ病院やセントラル・ジェ

ネラル病院が先行事例として知られている。ジェットロバンコクの調査では、バンコク首都圏内の高齢者介護施設（Nursing Home）は145カ所あり、このうち99カ所がバンコク都内に集中している。ベッド数は平均33床である。21施設が訪問介護（介護士派遣）に対応している。入居料は月額2万から3万5,000バーツが最多で、ハイエンドでは5万から7万バーツとなっている。なお、介護施設としての登録制度が無いため、現在営業している民間介護施設は、「スパ事業」または「サービスアパートメント」としての商業登録が一般的である。

注1：うち、1カ所（コンケン県）はデイケアサービスのみ。

注2：Sub District Health Promoting Hospital



# 民間保険の普及状況

民間医療保険料は2012年の約58億バーツから、2016年には約77億バーツへ32%増加している。個人保険の契約数は2016年に約2,057万件となり、2012年から22%増加した。商品別シェアを見ると、貯蓄性の高い養老保険と保

障性の高い終身保険で90%以上を占めている。

## 民間医療保険料の推移

2012年	2013年	2014年	2015年	2016年
5,796	6,155	7,051	7,563	7,682

出所：The Thai Life Assurance Association  
注：生命保険付帯は除く。単位=百万バーツ

## 個人保険契約数推移（普通保険）

(単位：件)

種類	2012年	2013年	2014年	2015年	2016年
普通保険合計	16,914,464	18,267,324	19,284,813	20,062,737	20,572,656
終身	6,247,557	6,922,041	7,409,289	7,786,471	7,977,590
養老	9,548,653	10,076,944	10,538,670	10,836,623	11,059,346
定期	1,111,426	1,257,569	1,336,091	1,436,220	1,535,406
その他	6,828	10,770	763	3,423	314

出所：The Thai Life Assurance Association

# 非感染性疾患（生活習慣病）の現状と注目すべき政策動向

## 国家健康開発計画

第12次国家経済社会開発計画(2016-2020)<sup>注1</sup>の下、2016年12月9日、第12次国家健康開発計画(2016-2020)<sup>注2</sup>が採択された。第12次国家健康開発計画は以下の4つの基本戦略で構成されている。

- ①タイ国民の健康促進に積極的なキャンペーンの展開
- ②医療における公平性確保と格差の縮小
- ③医療従事者管理の効率化
- ④公衆衛生におけるガバナンスの強化

## タイ健康ライフスタイル戦略計画（2011-2020）

タイ保健省はタイ健康ライフスタイル戦略計画（2011-2020）<sup>注3</sup>を策定している。この計画では生活習慣病に着目し、基本リスク要因の分析と関係各省庁に対する改善のための指針を示している。具体的目標として、5大生活習慣病（糖尿病、高血圧、心臓病、脳卒中、癌）のリスクを低減するとしている。

## 生活習慣病の低減に向けた取り組み

### 非感染性疾患低減目標

タイ保健省疾病予防局非感染症課<sup>注4</sup>は、2025年を目標に非感染性疾患の減

少において、以下の具体的目標を定めている<sup>注5</sup>。

- ・アルコール摂取量を10%低減
- ・喫煙量の30%低減
- ・高血圧症の25%低減
- ・虚血性心疾患リスク者に対する投薬及びコンサルティング50%増加
- ・運動不足の10%低減
- ・塩分摂取量の30%低減
- ・高血糖値及び肥満の解消
- ・非感染症による早期死亡の25%低減

### 運動の促進

タイ保健省では全国の地方保健局に対し、運動促進の呼びかけを指示<sup>注6</sup>。その中で、11歳以上のタイ人約5,700万人のうち、4,300万人が日常的に運動をしていないと指摘されている。同省では、1回あたり最低30分間の運動を週3回すること、エレベーターの代わりに階段を使用すること、自動車通勤の代わりに徒歩や自転車を利用することを推奨している。

### 糖分・脂肪分・塩分の摂取低減

タイ健康促進財団(ThaiHealth Promotion Foundation)は、糖分・脂肪分・塩分の摂取量低減のため、全国4カ所の病院と共同で健康促進モデル病院プロジェクト<sup>注7</sup>を推進している。病院利用者と医療従事者を対象に、糖分・脂肪分・塩分低減のモデルを構築している。開発の主な目標は、重大な生活習慣病（高血圧、心臓病、脳卒中、及び慢性腎臓疾患）の低減とし、病気の発生低減、合併症の低減、死亡率の低減、費用負担の低減に取り組む。モデルとなる病院は、ラーマーティバディー病院（中

部）、スラターニー病院（南部）、パヤオ病院（北部）、及びスリン病院（東北部）である。

### 物品税改正

タイ政府は2017年9月の物品税改正に伴い、砂糖を含む飲料については課税方法を変更し、これまでの物品税に代わり飲料の糖分に応じて税を課す砂糖税を導入した<sup>注8</sup>。税率は最大で20%。タイは、国民1人1日当たり砂糖摂取量が約115グラム（ティースプーン28杯）とされ、世界保健機関（WHO）が推奨する約25グラム（同6杯）の4倍以上とされる。タイ保健省食品医薬局は、砂糖の過剰摂取に関連する肥満や生活習慣病による生産性低下や医療費増加などによる経済損失が年間1,985億バーツに上り、GDPの2.2%に相当すると分析している。

### ヘルシニア・チョイス

保健省健康局は、2015年から「ヘルシニア・チョイス」という健康食品の表示に係る制度を導入している。100ml中の砂糖の含有量が6gより少ない等の基準を満たす製品に対し、ロゴを貼付することが可能となっている。

注1: 12th National Economy and Society Development Plan (2016-2020)

注2: 12th National Health Development Plan (2016-2020)

注3: Thailand Healthy Lifestyle Strategy Plan (2011-2020)

注4: Bureau of Non Communicable Disease

注5: Annual Report 2015, Bureau of Non Communicable Disease, Ministry of Public Health

注6: ThaiHealth Promotion Foundationの記事(2015年2月15日)

注7: ThaiHealth Promotion Foundationの記事(2017年1月17日)

注8: 飲料メーカー各社には、税改正から2年間の猶予期間が与えられる。





# 各ヘルスケア 分野の特徴と傾向

- ・ 医療
- ・ 介護
- ・ 予防・健康管理
- ・ スポーツ
- ・ レクリエーション
- ・ 美容



# 各ヘルスケア分野の 特徴と傾向

## 医療

### タイの医療費総支出と国民一人あたりの医療費

	1994年	1995年	1996年	1997年	1998年	1999年	2000年	2001年	2002年	2003年
医療費総支出 (百万バーツ)	127,655	147,837	177,103	189,143	172,811	162,124	167,147	170,203	201,679	211,957
私立医療機関の支出割合 (%)	55	53	53	46	45	45	44	44	37	36
公立医療機関の支出割合 (%)	45	47	47	54	55	55	56	56	63	64
国民一人あたりの医療費 (バーツ / 人)	2,160	2,486	2,946	3,110	2,811	2,629	2,701	2,732	3,211	3,354

	2004年	2005年	2006年	2007年	2008年	2009年	2010年	2011年	2012年	2013年
医療費総支出 (百万バーツ)	228,041	251,693	274,055	303,853	356,275	371,832	384,902	434,237	474,301	476,430
私立医療機関の支出割合 (%)	35	36	28	24	24	26	26	23	22	23
公立医療機関の支出割合 (%)	65	64	72	76	76	74	74	77	78	77
国民一人あたりの医療費 (バーツ / 人)	3,680	4,032	4,362	4,820	5,620	5,853	6,026	6,777	7,358	7,354

出所：Thai National Health Account 2015, International Health Policy Program (IHPP), タイ保健省

2013年のタイの医療費総支出は約4,764億バーツとなり、1994年から約3.7倍に増大している。このうち、公的医療支出は全体の77%を占めている。医療費の急激な増大は、2002年に導入された国民医療保障制度（UCS）が背景にある。また、公的医療機関においても先端医療の導入・拡大が進められており、北部ピサヌローク県のプッタチンナラート病院（Buddhachinaraj Hospital）では、2015年に約1億2,000万バーツを投資しガン治療センターを開設している<sup>注1</sup>。

### 主な私立医療機関グループ（病院経営グループ）

グループ名	病院数	備考
Bangkok Dusit Medical Services Group	45	バンコク病院、サミティベート病院、パヤタイ病院、パオロ病院、ロイヤルバンコク病院（カンボジア）、BNH病院等。
Thonburi Health Care Group	15	トンブリ病院（バンコク）に加え、地方の病院を展開。中国、ミャンマーにも進出。
Bangkok Chain Hospital Group	13	カセムラード病院、ワールドメディカル病院、カルンヴェート病院等、バンコク首都圏中心。
Bangpakok Hospital Group	6	バンパコック病院、ピヤウェート病院等、バンコク首都圏中心。

出所：各グループの年次レポートまたはウェブサイト

## 私立病院

タイの私立病院のほとんどは株式会社として経営しており、タイ証券取引所に上場している私立医療機関は21社<sup>注2</sup>にのぼる。また、私立病院ではグループ化が進んでおり、タイ全国に45病院を運営するBDMS<sup>注3</sup>グループを筆頭に、トンブリ・ヘルスケア・グループ、バンコク・チェーングループ、バンパコックグループなどが、複数の病院を展開している。いずれも企業としての顧客満足を追求し、「お客様に利用して頂く」という顧

客サービスの拡充に重きを置いている。自由診療が基本となっており、診察費（Doctor Fee）に関しても病院もしくは医師の裁量で決定される。また、バムルンラード病院（Bumrungrad Hospital）が2002年にタイで初めてJCI<sup>注4</sup>認証を受けて以来、2018年1月までに43<sup>注5</sup>の私立病院がJCI認証を受けている。

- 注1： タイ保健省 [http://pr.moph.go.th/prg/include/admin\\_hotnew/show\\_hotnew.php?id\\_hot\\_new=66479](http://pr.moph.go.th/prg/include/admin_hotnew/show_hotnew.php?id_hot_new=66479)
- 注2： タイ証券取引所（SET）上場企業リスト（サービス産業、ヘルスケアサービス分野）  
[https://www.set.or.th/dat/eod/listedcompany/static/listedCompanies\\_en\\_US.xls](https://www.set.or.th/dat/eod/listedcompany/static/listedCompanies_en_US.xls)
- 注3： Bangkok Dusit Medical Service
- 注4： Joint Commission International：医療施設および医療プログラムに対して認証を行っている米国の非営利団体。
- 注5： 2018年1月JCIレポート  
<https://www.jointcommissioninternational.org/about-jci/jci-accreditedorganizations/?c=Thailand&a=Hospital%20Program>

## バンコクの主な私立病院（251床以上）

名称	病床数	診療科数	登録医師数 <sup>注</sup>	外来患者数
Bumrungrad International Hospital	538	39	1072	110万人/年
Ramkhamhaeng Hospital	486	19	250	1,800-2,500人/日
Thonburi Hospital	435	25	350	n/a
Saint Louis Hospital	412	18	280	n/a
Bangkok Hospital	403	12	365	1,800人/日
Yarhee Hospital	400	38	153	n/a
Kasemrad Prachachuen Hospital	373	22	164	12万人/年
Phayathai Hospital 1	350	39	280	48万人/年
Hua Chiew Hospital	338	26	200	50万人/年
Kasemrad Bangkae Hospital	317	30	161	2000人/日
Synphaet Hospital	287	18	n/a	n/a
Samitivej Hospital	275	29	680	2,000人/日
Paolo Phaholyothin Hospital	267	17	n/a	n/a
Vejthani Hospital	263	44	300	800人/日
Phayathai Hospital 2	260	38	481	60万人/年

出所：タイ保健省、電話ヒアリング、各病院ホームページ等

注：医師数は登録ベース。公立病院と私立病院を掛け持ちしていたり、病院に勤務しながらクリニックを経営していたりする医師も多い。

## Bumrungrad International Hospital

1980年設立で、アジアで最初にJCI認証（2002年）を受けた病院である。バンコク都内中心部に立地し、主にタイ人富裕層や在住外国人、メディカル・ツーリズムで来訪する外国人を対象に診断、治療を行っている。同院ウェブサイトによれば、患者の約47%が外国人である。医師をはじめ看護師や受付スタッフも英語対応が可能で、日本語、アラビア語、中国語、ドイツ語、ロシア語など18言語の通訳を常駐させている。世界22カ国にオフィスを構え、メディカル・ツーリズム患者の受け入れに注力している。

## パッケージ例

	料金（パーツ）	備考
健康診断	5,670~38,750	
出産パッケージ（自然分娩/帝王切開）	91,000 / 144,700	2泊 / 3泊
入院費（個室部屋代+サービスチャージ+食事）	12,280~36,720	34 ~ 146 平米

出所：Bumrungrad International Hospital ウェブサイト



## Bangkok Hospital

1972年設立。タイ最大の病院グループBDMS（Bangkok Dusit Medical Services Group）が経営する、同グループ最大のフラッグシップ病院である。JCI認証は2007年。同病院もメディカル・ツーリズムの拠点となっており、日本人専用病棟やアラブ人専用病棟を設けているなど、世界から患者を受け入れている。

## パッケージ例

	料金（パーツ）	備考
健康診断	3,700~26,700	
出産パッケージ（自然分娩/帝王切開）	68,000 / 98,200	2泊 / 3泊
入院費（個室部屋代+サービスチャージ+食事）	11,300~22,300	

出所：Bangkok Hospital ウェブサイト



## メディカル・ツーリズム

東南アジア屈指の観光大国であるタイは、メディカル・ツーリズムの拠点としても存在感を高めている。民間病院が提供する高水準の医療と魅力的な観光資源の組み合わせが売りだ。欧米はもとよりシンガポール等より安価に治療・検査が受けられる。2015年のメディカル・ツーリズム市場規模は約1,050億バーツで、前年比15%の伸びとなった<sup>注</sup>。BDMSグループが海外患者のために新たに300床を増やすなど、メディカル・ツーリズムに力を入れている大手私立病院では、受け入れへの投資が盛んとなっている。

注：タイ投資委員会（BO）  
「Thailand Investment Review, April 2017」

### 参考

タイ政府によるメディカル・ツーリズムへの取り組みは古く、1997年の通貨危機で影響を受けた医療関連産業を立ち直らせるため、メディカル・ツーリズムという概念を持ち込み、最新の機器導入や外国人患者の受け入れ体制の確立を指導した<sup>注1</sup>。2003年にはアジアにおけるメディカル・ハブ5カ年計画<sup>注2</sup>を、2009年には世界クラスの医療プロバイダー5カ年計画<sup>注3</sup>も打ち出している。最新の計画は「Medical Hub 2017-2026」<sup>注4</sup>である。

注1：International Trade and Health Services

注2：Thailand: The Excellent Medical Hub of Asia 2004-2008

注3：Thailand as World Class Health Care Provider 2010-2014

注4：http://hss.moph.go.th/show\_topic.php?id=765

## 日系医療機器の主な参入事例

### 日系医療機器の主な参入事例

社名（日本）	主要製品
ニプロ株式会社	腎臓関連、カテーテル・注射器関連
川澄化学工業株式会社	人工透析、血液、輸液関連のディスプレイ医療機器
テルモ株式会社	総合病院向け機器、自動採血システム
オリンパス株式会社	内視鏡、活性内視鏡用処置具
日機装株式会社	透析装置、使い捨て医療部材
ミズホ株式会社	多目的電動油圧手術台
オムロン株式会社	ホームヘルスケア製品
パラマウントベッド株式会社	医療用ベッド
大塚製薬株式会社	輸液・輸血セット、各種チューブセット
株式会社堀場製作所	血液関連
カーン光学株式会社	顕微鏡

出所：ジェトロ・タイ日系企業進出動向調査 2017年



# INTERVIEW

Bangkok Dusit Medical Services PCL.  
病院「Bangkok Hospital (Bangkok Rehabilitation Center)」運営

設立 1971年  
国籍 地場  
<https://www.bangkokhospital.com>

## リハビリセンターの概要

バンコクリハビリセンターは身体に障害を持つ患者のために、評価、予防、リハビリの総合サービスを提供しています。26名のリハビリ診察医 (physiatrist) のもと、188名の理学療法士 (physical therapist)、23名の作業療法士 (occupational therapist)、2名の言語聴覚療法士 (speech therapist) が勤務しています。患者の約70%が入院患者で、外国人が多くなっています。1日約200名の外来患者があり、タイ人が60%を占めています。

## 障害の種類やリハビリの内容

神経疾患、脳疾患、心臓疾患、呼吸器疾患、脊椎疾患などを起因とした、運動機能障害や日常生活動作障害、コミュニケーション障害を持つ患者の機能回復・改善を目的としたリハビリを行っています。設立から47年を迎えますが、リハビリ施設の拡大に伴ってこの20年で患者数は増加しており、特に高齢者の転倒による骨折等の怪我が増えています。このため、転倒防止などを指導するスタビリティ・クリニックの患者数が増加しています。



水中歩行リハビリ器具

## リハビリが必要となる疾患で多いものは何でしょうか？

リハビリが必要となり障害が残しやすい疾患では、脳卒中、外傷性脳損傷 (TBI)、筋膜性疼痛症候群、変形性膝関節症、腰痛、冠動脈閉塞症、心筋梗塞、大動脈瘤、肺炎、慢性閉塞性肺疾患、気管支喘息などがあります。これは日本など他国の状況と同様です。

## 最近のリハビリ現場の特徴

20年ほど前までは、歩けなくなった高齢者がリハビリを行うことは稀でした。現在、リハビリに取り組み機能回復・改善をはかる高齢者の数は年々増加しています。これは、機能回復におけるリハビリの重要性について、一般にも広く知られるようになり、患者の認識が向上してきたためと考えられます。

## センター外での活動は？

様々な取り組みを行っています。高齢者向けには転倒防止イベント「Walk No Fall」(転ばずに歩く)を開催し、2日間で200名以上の参加がありました。病院内に歩行訓練用のステップを設置し、転ばないように歩くためのアドバイスを行っています。また、理学療法を学ぶ学生のためのセミナーや講習会の開催をはじめ、全国から実務研修生を受け入れる活動にも積極的に取り組んでいます。また、患者の家族を対象に、家庭でのリハビリ講習会も開催しています。

## タイにおいて日本のリハビリ・介護器具の導入可能性は？

センターとして購入するポイントは、商品の使いやすさ、メンテナンスサポートがしっかりとしているか、患者が必要としているものかの3点となります。リハビリ・介護器具は患者には紹介はしますが、直接販売はしていません。例えば、車いすが必要な患者に日本の製品を紹介することもあり、希望者へ販売代理店の連絡先を伝えています。実際、タイ人の患者の間では、日本製品は品質が良いということで評判が良いです。



正面外観



スチーラ・ジサロジット医師  
Medical Director, Rehabilitation Center

ただ、日本の製品全般に言えることですが、アジア人向けのサイズのため、体格の大きい外国人患者には使いづらいという側面もあります。当センターを運営するバンコク病院をはじめ私立大手病院では、メディカル・ツーリズムの普及により世界各国から患者が訪れます。一般的に欧米人やアラブ人は体格が大きく、小さく軽い日本人向けに開発された製品は、このような医療現場の備品として使用するには難点があります。また、私立病院に勤務する医師のほとんどが欧米で医療を学んでいます。そのため、医療機器に関する知識はどうしても欧米ブランドに偏りがちです。日本製品に触れる機会も少ないため、選択肢として挙げるのは、タイにオフィスや代理店のある会社に限られてきます。

## リハビリや介護の現場で需要がある製品は？

タイは高齢化が進んでおり、在宅介護や介護サービス付き高齢者住宅のニーズが高まっています。当センターもタイの住宅設備企業SCGと共に、様々な製品を開発しています。車いす利用者のための家庭内バリアフリー化や、トイレやバスルームを高齢者向けにするといったことです。日本は高齢者向けのイノベーション製品が豊富なので、このような家庭向けの製品に需要があるのではと思います。

# INTERVIEW

Ishii & Partners (Thailand) Co., Ltd.

理学療法クリニック「Ishii Life Support Physiotherapy Clinic」運営

設立 2017年  
国籍 日系・合併  
http://ishii-lifesupport.com/th/



リハビリテーションスペース

## 事業概要

当院は医療法人石井会（群馬県）の関連法人（Ishii International Investment Ltd）の現地法人で、リハビリ・機能回復を目的とした理学療法クリニックです。リハビリ治療を行うタイ人理学療法士は3名で、これに日本人の理学療法士が指導に当たります。手術後や骨折治癒後に肩・腰・膝の機能回復を目的として来院されるケースが多くなっています。また、中枢神経疾患や脳梗塞後で通院することが困難な患者の場合、理学療法士を派遣して自宅でリハビリプログラムを実施する事例もあります。

## 主な患者層

10代から高齢者まで幅広くご利用頂いていますが、50代から60代の経済的に余裕のある層が中心となっています。若い人や中間層は少々具合が悪くてもマッサージでごまかしてしまう傾向がありますが、年配の方は専門的なリハビリが必要になるケースが多いためです。国籍別ではタイ人が40%、日本人が20%、その他外国人が40%となっています。



治療ルーム

## クリニックの特徴は？

日本のリハビリの概念を取り入れていることです。タイのリハビリは怪我や病気など症状だけに着目した方法が多く見受けられます。当院の方針は患者の生活に対するアプローチで、個々の生活スタイルを見極めてプログラムを立てています。このため、普段の生活、既往症、回復後に望む機能など、事前の問診に力を入れています。

## 進出の経緯

医療法人石井会は、群馬県伊勢崎市で188床の病院をはじめ、クリニックや特別養護老人ホームを運営しています。日本の医療は点数方式で、サービスに重点を置いた経営は難しいのが現状です。そこで自由診療が可能な東南アジアに目をつけ、当初は医療施設の展開を検討しました。その後、老人ホームの進出を前提に現地市場調査を実施しました。その中で特に市場性を感じたのがタイです。数多くのホー

ムを視察しましたが、理学療法士を常駐させ高齢者の機能回復に力を入れている施設はほとんどありませんでした。タイの高齢者介護の現場では、機能回復が欠けているピースだと感じました。そこで最終的には老人ホームを設立することを前提に、まずは理学療法士の派遣から事業の可能性を探りました。しかし、派遣業だけでは認可が下りないことが分かり、クリニックの設立から始めたという経緯です。

## 事業を開始してから直面した問題

日本では病院から患者を紹介されることが一般的ですが、タイの大手病院はリハビリ施設を備えていることもあり、患者の紹介が受けられませんでした。病院経由の患者獲得に期待していただけに、大きな見込み違いとなってしまいました。

## 現在の集客方法は？

雑誌等への有料掲載広告、チラシ配付、SNSを主な媒体として告知しています。有料広告からの誘導は全体の1割程度で、店舗の看板を見た患者が来院されるケースが最も多いです。

## 人材面での難しさ

立上げ時こそ理学療法士の確保に難しさを感じましたが、現在は毎週面接希望の連絡があるほどになっています。新卒者からの問い合わせが多く、給与は1万8,000バーツから2万2,000バーツの水準です。理学療法士の数自体に問題は無いのですが、定着率の悪さが課題となっています。また、タイの理学療法士は大卒ですから知識も豊富でプロ意識がある反面、理学療法士という先生であるというプライドが高く、患者の立場に沿った指導やサポートなどのサービス精神が欠けているように見えます。専門家としての彼らの意見を取り入れながら、当院のサービスを理解してもらうという難しいバランス感覚が求められます。

## 高齢者を取り込むための施策は？

高齢者のリハビリに対して、タイの社会ではまだまだ否

定的なイメージが多いのが実情です。「歳をとってまで、なぜつらいことをさせるのか？」という声をよく聞きます。自分で歩けるようになったり、食事ができるようになったりすることが、本人の幸福に繋がるということを理解してもらう必要があります。タイ人の意識改革を促すことが必要ですが、当院だけではなかなか認知が進みません。医療に携わる日本の多くの事業者がタイへ進出し、日本式の医療サービスという市場を構築することが不可欠だと考えています。

## 参入を検討している日本企業へのアドバイス

パートナー探しには、最も時間をかけて検討することが大切です。当院は複数のタイ人投資家を得ることができましたが、いずれも医療の経験が無い方々です。このため、クリニックの方針に関しては完全に任せてもらっていますが、患者を紹介し合ったり共有したりといったメリットは受けられません。ただ、同業者のパートナーですと、業務面での意見の相違が出ることも予想されます。事業を進める上で、どちらが良いかを見極めることが必要になります。

## 山田 大輔氏

CEO



# 介護

## バンコクの民間高齢者介護施設（老人ホーム）

介護施設の登録制度や認証制度は確立されていないが、既に多くの介護施設（Nursing Home）が存在している。規模が大ききところでは、私立病院のクアイナムタイ病院やセントラル・ジェネラル病院が先行事例として認知されている。ジェットロバンコクの調査では、バンコク首都圏内の民間介護施設は145カ所<sup>注</sup>あり、このうち99カ所がバンコク都内に集中している。

また、高齢者向け住居やシニア・コンプレックスの開発も進んでいる。ビレッジ内に医療施設を備えた物件や、24時間看護師常駐のコンドミニウムなどが既に分譲されている。

注：病院を除く。

### 民間介護施設のベッド数

ベッド数	施設数
100以上	6
50~99	14
20~49	66
20未満	48
不明	11
合計	145

出所：ジェットロバンコク事務所による調査（2018年1月）

### 民間開発の高齢者向け住宅事例

物件名称	所在県	タイプ	高齢者向け設備・サービス
ウェルネス・シティ	アユタヤ	戸建	病院、リハビリ施設
リム・リビング	コラート	コンドミニウム	24時間看護師常駐
ヴィラ・ミースック	チェンマイ	戸建、コンドミニウム	24時間ヘルパー常駐

出所：各社ウェブサイトから作成

## 参入事例

### 医療介護施設

名称	Kluaynamthai 2 Hospital (Elderly Care Center)
設立	1996年
ベッド数	120
サービス	長期介護サービス (Long Term Care) 短期介護サービス (Short Term Care) 在宅介護 (Home Care)
料金	月額：25,000 バーツ～ 日額：1,100 バーツ～
認証	JCI (Long-Term Care, Home Care)
URL	<a href="http://www.kluaynamthai2.com/">http://www.kluaynamthai2.com/</a>

クアイナムタイ2病院は高齢者医療専門の病院である。グループは一般医療のクアイナムタイ病院をはじめ、都内13のクリニック、看護師・介護士養成学校などからなる。2014年に長期介護・在宅介護の医療介護機関としてJCIの認証を受けている。昨今増えている民間介護施設とは違い、医療機関としてタイ保健省の認可を受けている。2017年から

様々なメディアで宣伝をしており、個室完全介護で月額8万バーツ～15万バーツという富裕層向けの高級介護施設として認知されている。入居者の70%はタイ人富裕層で、残りは日本、米国、中東などの外国人である。短期介護は手術後の一時的なケア、長期介護は糖尿病や心臓病などの患者、アルツハイマー患者などであり、末期癌患者等の終末期医療も担っている。

### シニアタウン

トンブリ病院 (Thonburi Hospital) を運営するトンブリ・ヘルスケア・グループは、タイ国内最大規模となる高齢者向け複合住宅施設「ジン・ウェルビーイング (Jin Wellbeing)」の建設を開始している。プロジェクト全体の開発期間は5年、投資額は100億バーツになる見込み。第一フェーズ（44億バーツ）では既に100戸以上が販売済みで、2018年末の完成を目指している。第一フェーズの開発では、7階建てコンドミニウムを13棟と、病院や介護福祉施設、コミュニティモール（ショッピングセンター）などを併設する予定。

## 介護器具・設備参入事例

社名（日本）	取扱製品（代表例）
株式会社松永製作所	車いす
株式会社テクノスジャパン	離床センサー
パラマウントベッド株式会社	介護用ベッド
株式会社フレンド	介護・福祉器具
株式会社ランダルコーポレーション	介護ベッド、福祉用具
原田産業株式会社	車いす
株式会社カワムラサイクル	車いす
三貴ホールディングス株式会社	車いす

出所：ジェットロバンコク事務所による調査



# INTERVIEW

ThaiHealth Promotion Foundation  
健康で幸福な生活の普及啓蒙を行う政府機関

設立 2001年  
国籍 地場  
<http://en.thaihealth.or.th>

## ThaiHealth Promotion Foundation について

ThaiHealth Promotion Foundation (タイヘルス) は 2001 年に設立された首相の管理監督下にある政府機関で、保健省、労働省、教育省、国家経済社会開発庁など 9 つの省庁に加え、8 つの独立した専門家から構成されたガバナンス委員会が運営しています。タイにおける健康増進と生活の質の向上を目的とした「Well-being (幸福・安寧)」を追求すべく、民間企業や NPO を含む約 3,400 の団体と連携しながら、政策の推進、教育啓蒙、ネットワーク構築に取り組んでいます。具体的な施策としては、禁煙や禁酒の奨励、健康リスクの知識向上、交通事故・災害への備え、障害者・高齢者の健康促進、家族計画、コミュニティの育成などを通じ、「生まれてから亡くなるまで」の健康で幸福な生活への啓蒙を行っています。

## 高齢者向け介護施設の現状

タイ人にとって老人介護施設は一時的に利用するための存在で、寿命を迎えるまでの生活の場とはなっていません。家族を施設に預けることは親不孝という考えが支配的で、社会的な理解を得ることも進んでいないのが現状です。30 年ほど前に赤十字がバンコク郊外に老人ホームを設立しましたが、当時は全く利用が進みませんでした。この 10 年でタイ人の意識もかなり変わりましたが、都市部に住み経済的に余裕がある家庭での話に留まっています。全体の価値観が変わるには、もう少し時間がかかると思います。

## 高齢者介護市場の動向は?

ほとんどの高齢者は、安心して老後の生活を送るための準備ができていません。特に地方在住者や低所得者層でその傾向が強く、老後は家族や親戚だけでなく、最後は国が面倒を見てくれると考えています。公的年金制度はありますが、老齢福祉手当の月額 600 バーツでは健康的な生活を維持できる給付水準とは言えません。政府においても国家高齢者委員会を設立し、高齢者の福利厚生や公営介護施設の建設検討を行っています。介護施設を定義する法制度も整備が進んでいないのが実情です。タイでは 60 歳以上を高齢者と定義しており、その人口は全国で約 1,000 万人にもなります。しかし、積極的に介護施設を利用したり、介護器具を購入したりできる人口は全体の 10% 程度と見ています。この 10% にあたる 100 万人の高齢者が、事業ベースでの高齢者市場と言えるでしょう。

## 高齢者市場で求められるサービスや商品とは?

老人介護施設で使用される設備や機器に関しては、まだ規制や認証が定められていません。このため、どうしても安い製品や手作りの器具で代用されてしまわれがちです。政府による認証制度や規制に関する法整備が進まない限りは、一般的な介護施設において海外の高価な設備・機器が求められる可能性は低いと思われます。他方、在宅介護や在宅リハビリのニーズは年々高まっています。車いす対応のドアや敷居、足腰が不自由な方向けのバスルームやトイレなど、高齢者向けに家屋のバリアフリー化商品を開発しているタイの大手企業も出てきました。このような自宅向けの商品やサービスには需要があると思います。



チャンウィット・ワサンタナラット 医師  
Director

## 日本の製品はいかがでしょうか?

日本は高齢社会の先進国で、その経験を活かした様々な商品やノウハウがあります。例えば、高齢者向けの食事を開発しているタイの企業の場合、健康を意識して過度な薄味になってしまいがちです。しかし、高齢者の中には、老化が進むにつれ味覚が鈍感になり、より濃い味付けを求めるようになる人もいます。日本の企業には、塩分を控えながら高齢者が満足できる食事の開発ノウハウもあるでしょう。また、高齢者向けの着脱が容易な衣類や転倒しにくい靴など、数多くのアイデア製品があります。このように、自宅や日常生活で使用できる商品やサービスであれば、潜在的な需要はあると思います。

## タイの高齢者に日本の製品を使ってもらうには?

日本の高齢者向けブランドには優れたものが数多くありますが、なぜその製品を使うのか、どのような背景で開発されたのかが見えてこない印象を受けます。せっかくタイで販売することができても、実際に売場で対応するスタッフがしっかりと説明ができていないこともあるでしょう。タイの高齢者市場は今まさに拡大を迎えようとしている時期ですので、今後 3 年から 5 年は、商品やサービスの良さや必要性をアピールし、タイの高齢者やその家族に対して教育する時期と捉えたマーケティングが重要となります。



外観

# INTERVIEW

Pro Health Med Co., Ltd  
高齢者介護施設「Elcare Nursing Home」運営

設立 2006年  
国籍 地場  
<http://ellicare.net>



## Elcare について

当施設は滞在型老人ホームで、設立 12 年目を迎えます。24 時間の介護、食事補助、リハビリ、看護サービスを提供しています。ベッド数は 30 床。現在、日本人 3 名を含む約 20 名が入居しています。スイス人やドイツ人の入居実績もあります。入居料は食事代も含まれており、相部屋が月 2 万 7,000 バーツ、個室が月 3 万 5,000 バーツです。但し、流動食や医薬品・医療費は別途かかります。近隣のブミボン病院から経験豊富な看護師が派遣されており、現場のリーダーとして施設全体を監督しています。栄養士による食事管理や、理学療法士 (PT) による定期的なリハビリも提供しています。介護士 1 名あたりの担当患者数は約 3 名です。私自身が個別の介護方針を決め、看護師、看護助手、介護士、理学療法士、栄養士がチーム一体となって、患者の介護にあたっています。

## 設立の経緯

タイの大手私立病院であるバンコク病院の医師として、長年に渡り高齢者医療にも携わってきました。高齢者の場合、治療後や退院後に自宅でのケアが万全でない場合が多く、また病院へ逆戻りするという事例を数多く見てきました。病院から出た後の継続的なケアやサポートが高齢者にとって必要だと感じ、想いを同じくするバンコク病院の医師 20 名が出資して、高齢者介

護施設のモデルケースとして設立しました。建物は元々病院だったところを改装して使用しています。周囲には提携先となるブミボン病院があることも決め手となりました。

## 一日のスケジュール

自分で食事ができる患者の場合、食事は 7 時、11 時、16 時の 3 回です。朝食後は自由時間で、昼食前に認知症予防のためのゲームなどを行っています。午後は約 45 分間の軽い運動を指導しています。流動食患者の場合は、食事は一日 4 回。6 時、12 時、18 時、22 時です。

## 入居者の募集方法

元々、介護のモデルケースとして利益度外視で設立したため、積極的な案内はしていません。入居者のほとんどは、クチコミによる評判を聞きつけた方々です。

## 経営上の課題・問題点

介護の現場で活躍する介護士の離職率が高いことが課題です。介護の仕事は老人の面倒見が良いとされているタイ人でもつらい内容です。その上、中卒で月約 1 万 2,000 バーツ、高卒で月約 1 万 5,000 バーツと低い給与水準です。また、介護士を目指す若者も地方出身者ばかりで、都会の若者はこの職業には就きたくない傾向があります。介護はマンツーマンになりがちのため、IoT 等を活用して複数の患者をケアできるようにしないと、いずれ需要に追いつかなくなると見えています。また、介護サービスの質を維持するには、経験豊富な看護師の存在が必須となります。看護師の給与は 8 時間で 1,200 バーツ以上と高いため、施設全体のサービス水準を維持するにはコストがかかります。また、消耗品のコストは入居料に含まれているため経営を圧迫しています。完全介護の場合のオムツ代は月に 5,000 バーツ以上となっています。

## 介護士を定着させるための施策は？

介護士のための専門学校は多くが地方にあります。6 カ月間のカリキュラムの内、最後の 2 カ月間は OJT で現場研修することが一般的です。当施設ではこの OJT を受け入れ、その中で介護の現場に適した人材を見極めていきます。

## 訪問介護や介護士派遣の需要は？

中間層以上の家庭では訪問介護や在宅介護の需要は非常に高いものの、人材供給が追いついていないのが現状です。派遣介護士にとっては肉体的にもつらい仕事なことに加え、患者に対する責任が重くのしかかるため定着率が悪くなっています。介護士の多くは中卒や高卒ですが、大卒の初任給と同等以上の給与でないと引き受け手がいないのが実情です。このため、簡単な介護トレーニングを受けさせただけのメイドが、介護要員 (Care Giver) となっているケースが目立っています。

## デイケアの可能性

交通渋滞の激しいバンコク首都圏では、デイケアのサービスは成り立ちにくいと考えられます。渋滞を避けるとなると、早朝 5 時から 6 時の迎え、送りは夜 8 時過ぎになってしまいます。現状ではこのようなサービスを提供できる施設は無く、患者家族が送迎するにしても相当の負担がかかるでしょう。地方は渋滞の問題はありませんが、まだ大家族で生活していることや、全国に数千カ所ある保健所が日中のデイケアを受け入れ始めていることから、施設自体の需要が少ないと思われます。

## 日本企業、日本製品の需要

高齢者が日常生活をより快適にするためのサポート器具に需要があると思います。特に日本製品は高齢社会先行事例としてのノウハウが活かされています。タイ人は自宅で両親の面倒を見たいという傾向が強く、本人も施設への抵抗感が強いのです。そのため、在宅介護用品の需要は年々高まっています。家庭で取り組めるリハビリや機能回復グッズ、手が不自由な高齢者向けの食事サポートグッズ等は需要が高いと思います。

## 今後の事業計画

2018 年中に、新たな介護施設「Serene Hospital」を開業します。12 年に渡る Elcare の運営で得たノウハウを元に、中間層から富裕層向けの介護施設とする計画です。



レヌー・ウボン 医師

Founder

# INTERVIEW

My Home by A. Kae  
高齢者介護施設運営

設立 2017年  
国籍 地場  
<https://pk-home.weebly.com>



コテージタイプの居室

## My Home の事業・サービス内容について

当施設はリゾート型の高齢者向け介護施設です。中庭を囲んだ敷地内に、独立したコテージタイプの居室を構えています。居室は個室6棟、相部屋10棟、ツイン1棟で、ナースルーム、オープンエア食堂、室内食堂、リハビリルームなどで構成されています。ベッド数は合計60床。オープンから5カ月ですが、現在26名が入居しています。

## 設立の経緯

高齢者介護施設の運営は2009年から行っています。私立病院のピヤミン病院とウィパラムチャイプラガン病院内で、介護センターを運営してきました。高齢者の多くは病院の施設に入れられると、気持ちが落ち込む傾向があります。しかし、仕事を持つ家族はどうしても施設に預けざるを得ません。そこで、高齢者がリラックスできる環境で、高水準の介護サービスを提供するためにMy Homeを設立しました。

## 料金体系

入居料金は個室が月6万5,000バーツ、相部屋が月3万5,000バーツです。相場よりも高めの設定ですが、医療費と医薬品以外の追加費用が一切かからないのも特徴です。クチコミで入居希望者が増えており、近々定員に達する見込みです。

## 顧客層

上位中間層から富裕層で、病院の介護施設を経験した方々が当施設の客層となっています。仕事などの都合でどうしても施設を利用せざるを得ない家庭では、病院の介護施設を利用することが多いですが、患者本人の元気がなくなったり、自宅に帰りたと言ったりすることが多いようです。このような方々が当施設を視察すると、かなりの確率で入居が決まります。

## My Home の特徴

広い中庭を囲むリゾート風の環境とスタッフの充実です。広い敷地に戸建てコテージ風の居室があり、病院とは違う緑豊かな環境の中で生活することができます。病院の施設から移ってきた患者の家族からは、患者が以前よりも穏やかで優しくなったという声が多く聞かれます。また、看護師5名と准看護師15名が中心に介護しており、これに介護士がサポートするという体制です。医師は週1回診察に訪れ、理学療法士が週1回リハビリを行っています。理学療法士は2名のアシスタントがいるため、患者全員に対して必要なリハビリを提供することが可能です。

## 経営上の課題や問題点は？

人材確保が一番の課題です。2年間の専門学校を出た看護師は、介護施設で働くことを恥ずかしいと捉えがちです。このため、病院よりも月1万バーツ余計に払わないと、人材が集まらないのが現状です。病院勤務の看護師の給与は月2万5,000バーツ程度です

が、介護施設勤務の場合、月3万バーツ以上が相場となっています。また、介護士の供給も足りていない状況です。雇ってもすぐに辞めてしまうことが多く、外国人（ミャンマー人やラオス人）を非正規の介護従事者（ケアギバー）として採用している施設もあるほどです。

## My Home ではどのように人材の問題を克服していますか？

病院の介護施設を運営している頃から、介護の現場に従事する人材不足には悩まされてきました。そのため、介護士と准看護師の専門学校を設立しています。奨学金制度を設けて、卒業後は2年間私たちの施設で働くことを義務づけています。

## 日本のサービスや製品に関して

現在、タイの老人介護施設の法整備はまだ進んでいません。当施設も商業登録は「スバ施設」としての登記になっています。このため、施設内の設備に規制が無く、介護施設向けの器具が市場に出回っていません。当施設でも歩行リハビリの平行棒や階段は自作です。ただ、近い将来法整備が進み、施設内に設置する器具に対しても何らかの規制や認証制度が導入されることが予想されます。日本には多くのリハビリツールや介護機器があるので、今のうちからタイへ参入する方が良いでしょう。当施設でもかつて、日本人理学療法士を招いて、スタッフのトレーニングを実施したことがあります。

## これから参入を検討する日本企業へのアドバイス

タイ人にとって介護施設は終の住処ではありません。どの患者もある程度回復することを目的に入居してきます。このため、健康を取り戻す環境整備と、リハビリへの取り組みが必要となります。



入居者に付き添い歩く、アシスタントナース

プームナン・  
ルンランクン医師

Founder

# INTERVIEW

設立 2016年  
国籍 日系・合併  
http://www.riei-thai.com

THAI RIEI & ELDERLY CARE RECRUITMENT Co., Ltd.  
高齢者介護施設「Riei Nursing Home」・訪問介護サービス運営



ワンフロアに5つの個室がある。

## リエイの事業概要

当社は株式会社リエイ（千葉県）のタイ現地法人として、高齢者向け介護サービスを提供しています。施設介護だけでなく介護士を派遣する在宅介護にも対応しています。

## 事業開始の経緯

タイ進出は2003年と早く、今年7月で15年目を迎えます。当初は、日タイ経済連携協定（EPA）への機運や介護人材不足を見据え、タイ人介護士を育成して日本に送り出すことが目的でした。しかし、EPAが進まず事業を再編する中で、タイでも近年少子高齢化が加速したこと、経済成長に伴う女性の社会進出など環境変化が起き、2010年に現地の高齢者への介護サービスへ対象を変更しました。2012年に訪問介護事業を開始。そして2016年に介護施設の運営をスタートしました。

## 介護施設の概要

ベッド数は20床で現在10名（2018年1月現在）が入居しています。全室個室ですが、ご夫婦で入居された方の希望で広めの部屋にツインベッドを入れているケースもあります。建物は6階建てで、1階に調理室、2階に共用スペース（ダイニングルーム）とシャワールーム、3階から5階が居室になっています。フィリピン人看護師が1名常駐しており、専門学校を出たナースエイド6名がシフト制で介護にあたっています。入居料金は月3万5,000バーツからとなっています。

## 施設内の一日のスケジュール

6時から7時にモーニングケアとして起床や着衣の補助を行います。食事は8時、12時、17時の3回で、食間におやつがあります。午後は比較的ゆったりと過ごしてもらいますが、午前中はリハビリやレクリエーションを行います。頭や手を使ったテーブルゲームが中心です。大きめのダイニングルームがあり、食後は皆さん団らんされてい

ることが多いです。リハビリを外部の理学療法士が週2回行っています。

## 介護士の派遣は？

タイはメイドを使う文化があり、在宅介護のための介護士需要は高いと感じています。当社では約20名のナースエイドを派遣しています。住み込み勤務の場合が多く、月に2万5,000バーツから3万バーツの料金です。派遣する介護士の事前研修はもちろんですが、准看護師の責任者が毎月ご家庭を訪問し、ご家族と介護に問題が発生していないかを話し合う機会を設けています。私自身もこの訪問に立ち会うこともあります。

## ビジネス上の障壁は？

やはり、人件費の高騰が一番の問題となっており、介護士の給与は手当込み・在宅介護で月1万8,000バーツ、施設介護で月1万2,000バーツほどです。バンコク市内には100カ所以上の介護施設があり、都内の採用は難しくなっています。

## 人材確保の施策

バンコク首都圏の介護士専門学校は、大手病院と提携しているところが多く、介護施設まで人材が廻ってきません。当社では北部のチェンマイや東部のウボンラチャタニの介護専門学校から採用しています。2018年1月にも5名の研修生を受け入れました。研修を通じて当社の介護を学んでもらい、パーソナリティにも優れた人材を確保しています。また、年末には全スタッフにプレゼントを配っています。介護の仕事はつらいことが多く、田舎から出てきた若者にとって小さなプレゼントでも嬉しいものだからです。中にはSNSでプレゼントを披露するスタッフもいました。小さなことですがスタッフの心を掴み、繋がりを構築することが定着率アップの方法だと思います。

## 日本の介護現場との違い

日本では「終の住処」となることが多い介護施設ですが、タイでは施設で亡くなるケースはほとんどありません。入居者の入れ替わりも激しく、新たな入居者への対応を続けて行くこととなります。また、



正面外観

日本の介護は自立支援に重点を置いていますが、タイでは「お金を払っているのだからやってくれ」というスタンスで臨まれるご家族が多く見られます。患者が自分でできるようになるのが本人の為だと理解してもらうことは非常に難しいと感じます。

## 宗教上の留意点はありますか？

多くのタイ人は仏教徒ですので、特に注意することはありません。しかし、患者の中には僧侶もいますので、この場合は女性が触れることはできないケースがあります。

## 導入を検討している日本企業へのアドバイス

タイの介護市場に参入する日系企業の場合、日本で実績がある場合が多いと思います。この国の文化を尊重し、現地に馴染むことは大切ですが、介護の根本部分は日本のやり方で習得させ、生活習慣などその他の部分はタイ人のやり方に合わせていくことが大切です。



木本 亮氏  
Managing Director

# 予 防 ・ 健 康 管 理



## 健康サプリメント市場ブランド別シェア

ブランド	主力商品	シェア
BRAND'S	チキンエキス（飲料）、ツバメの巣（飲料）	51%
Nutriite（アムウェイ）	各種サプリメント	16%
SCOTCH	ツバメの巣（飲料）	12%
VITA	各種ベリー系ビタミン（飲料）	4%
Lifepak（ニュースキン）	各種サプリメント	4%
その他		13%

出所：National Food Institute（元資料はEuromonitor International, Vitamins and Dietary Supplements in Thailand November 2015）

タイ政府<sup>注1</sup>による健康促進や疾病予防に関する啓蒙活動の成果もあり、健康に対するタイ人の意識は確実に高まりを見せている。健康のための食事メニュー、効果的なサプリメント、運動の勧め、健康器具の紹介などは、テレビ番組や新聞・雑誌、インターネットのコンテンツとして頻繁に採り上げられている。また、生活習慣病予防のための企業従業員向けコンサルティングや各種ヘルスケア商品などの分野において、日本企業をはじめとした市場参入が始まっている。

## 健康サプリメント

タイでは「伝統医薬（サムプライ）」を使い、治療や健康維持が行われていた歴史がある。サムプライには、ハーブ、植物、動物の骨・牙、鉱物などが使用され、サムプライとタイ式マッサージを組み合わせ、病気治療や回復を図るのがタイ伝統の方法である。またタイでは「衣・食・住・薬」が、生きるために必要な4つの要素とされ、元来、国民性として薬やサプリメント、健康補助食品に対する関心が高い傾向にある。健康サプリメント市場は2017年に前年比11.5%の約600億バーツと成長産業となっている<sup>注2</sup>。

健康サプリメント市場のブランド別シェアでは、チキンエキス等が主力のBRAND'Sが過半数を占めている。同社はサントリーの傘下企業で、チキンエキス飲料市場で90%、ツバメの巣飲料市場で60%のシェアを持つ。3位のSCOTCHもツバメの巣飲料が主力、4位のVITAはベリー系のビタミン飲料である。これらのブランドが上位を占めている背景には、コンビニ、スーパーマーケットを含むほとんどのチャネルで販売されていることが挙げられる。

他には、アムウェイ、ニュースキンといったMLM<sup>注3</sup>も健康サプリメント市場のシェアが高い。

## 野菜

ThaiHealth Promotion Foundation では、健康維持に理想的な食事として、炭水化物、肉魚、野菜・果物の摂取割合を「1：1：2」にすることを推奨している。また、野菜・果物の推奨摂取量を1日400グラム（うち、240グラムを野菜、160グラムを果物）としている。このような政府の取り組みもあり、消費者の目も野菜に向いてきている。特に近年スーパーマーケットで増えているのはオーガニック野菜である。トップス（TOPS）やグルメマーケット（Gourmet Market）といったアッパーミドル層から富裕層向けのスーパーマーケットだけでなく、ビッグC（BigC）やテスコロータス（Tesco Lotus）といった庶民向けの量販店（ハイパーマーケット）でも、

無農薬や有機栽培の野菜や果物の棚が増加している。

## 予防・健康維持分野の製品・サービス

日常生活の中で健康管理に役立つ製品として、日本企業の進出も進んでいる。タニタは現地代理店を通じ体脂肪計の販売を行っており、大手百貨店などで広く販売されている。オムロンは血圧計、血糖測定器、吸入器、体脂肪計などのホームヘルスケア製品を、現地法人を通して販売している。これらのホームヘルス製品は、百貨店をはじめ、ドラッグストアでも販売されており、近年では日系のマツモトキヨシやツルハドラッグなどの進出も目覚ましい。また、富士フィルムは、血液検査サービスを開始した。

注1：保健省および ThaiHealth Promotion Foundation（p.19 参照）

注2：経済紙「プラチャーチャート」2017年7月14日記事

注3：マルチレベルマーケティング



ThaiHealth Promotion Foundation の啓蒙ポスター。左は、炭水化物、肉魚、野菜・果物の摂取割合を「1：1：2」にすることを推奨、右は野菜・果物の摂取量を一日400グラムとすることを推奨している。

# INTERVIEW

Marimo5 Co., Ltd.

法人向け健康管理サービスの提供

設立 2013年(サービス開始2014年)  
国籍 日系・合併  
https://www.marimo5.com

## 事業・サービスについて

企業向けに保健指導をはじめとした「データヘルス」支援サービスを行う会社です。従業員に対して食育などの保健指導を通して肥満、糖尿病、高血圧などの生活習慣病リスクを低減することが目的です。企業側にとっては、医療費増加、慢性疾患等による従業員の作業効率の低下、欠勤者の増加等の経営リスクを抑えるというメリットが期待できます。従業員向けにはワークショップ型の保健指導を行っています。テーマは食育基礎をはじめ、便秘予防、野菜摂取の重要性など、個別ニーズに対応するカリキュラムを用意しています。また、企業の社員食堂の評価・改善サービスでは、食堂スタッフへの教育、ヘルシーメニューの開発などを実施しています。その他、業務用体組成計や血圧計を用いた簡易健康リスクアセスメントや、健康に関するセミナー・会議の企画運営等も行っています。

## 事業参入経緯

元々、タイに5年間駐在しており、企業における持続可能な成長とは何かについて考えていました。従業員が健康で長く働くことが企業の成長に重要ですが、タイの健康意識はまだ低く、予防という概念自体が普及していませんでした。これを個人に求めることは困難ですが、企業にはインセンティブがあります。そこで、特に大切な生活習慣病の予防にフォーカスし、企業向けの健康教育サービスを開始しました。

## 顧客層

サービス開始後の3年間で、約60社の実績があります。お客様の従業員数規模は数十名から数千名まで幅広く、製造業だけでなくサービス業にも利用いただいています。顧客の8割超は日系企業ですが、外資系やタイ財閥系企業でも利用いただいた実績があります。

2017年11月に主催した世界糖尿病デーセミナーの集合写真。  
約60名の在タイ日系企業の経営層や人事責任者等が参加



## ユーザーの反応

タイ人の多くは学校で健康教育を受けておらず、健康に対する意識が漠然としています。サービスを受けた方々からは、食事を通じた健康管理の具体的な方法を知ることができたという反応を得ています。実際、当社のカリキュラムのもと、肥満が解消され健康状態が良くなっている事例も多くあります。人事や総務といった雇用側からも、従業員全体の肥満率が下がり、実際に医療費が減少したという評価を得ています。

## Marimo5の強みとは?

基本的なプログラムは半年から一年かけて行うため、病院が実施するような単発の健康セミナーとは違いが出来ます。特に体脂肪レベル等でハイリスクと分類されたグループに対しては、対面式の保健指導や必要に応じてLINEなどを活用したフォローアップも行います。

当社サービスを通して得られた経験やデータ分析結果を用いて説明するように心がけていますので、経営者や人事総務責任者にもご理解いただけることが多いです。

## 課題や問題点

社会全体の課題点としては、従業員の健康管理に注力する企業はまだ限られている点が挙げられます。しかしながら、従業員の生活習慣病などの「健康リスク」を「経営リスク」と捉える企業も増加傾向にあると感じています。創業時から継続しているパートナー企業などとの定期的なセミナーなどを通じた情報発信を続けていきます。2017年にはタイ健康促進財団(政府機関)との共同で、「11月14日世界糖尿病デーセミナー」を開催しました。今後の課題としては、サービスの汎用化が挙げられます。従業員数千人以上の場合、ハイリスクグループ向け対面式の保健指導サービスに加え、既存サービスをデジタル化する事でより多くのミドル・ローリスクグループ向けに保健指導やカウンセリングをできる仕組み作りを進めていきます。

## 人材確保の難しさは?

当社ではタイの管理栄養士などのヘルスケア人材をフルタイム・パートタイム含めて8名雇用しています。日本の食育や保健指導のノウハウをタイ人に理解しやすいように落とし込むには、彼らの専門知識が必須となります。このため、経営コストに占める人件費の割合は高いですが、サービス水準維持には欠かせないコストと考えています。タイで健康科学や栄養学をしっかりと学んでいる学



大和 茂氏  
CEO

生は少なく、国立マヒドン大学公衆衛生学科や国立チュラロンコン大学応用健康科学で年間30名~40名の卒業生しかいません。タイにも日本の管理栄養士相当の資格がありますが、それを取得した人材となると、更に絞られてくるのが実情です。

## 高齢者市場を取り込むための施策

多くの企業と接する中で、定年後の健康的な生活を維持するための指導に需要があるという感触を得ています。企業では、定年予定者向けにアフター・リタイアメント講習などを実施しているようですが、老後の生活資金に重点が置かれ、健康に対する指導には至っていないようです。このような「近く定年を迎える」従業員向けのサービスを提供することを視野に入れていきます。また、介護施設からも、介護士向けに食育のトレーニングをやってほしいという要望があります。

## 進出を検討している日本企業へのアドバイス

健康・高齢者市場は確かに拡大していますが、ヘルスケアという漠然としたサービスでは市場で生き残ることは難しいと思います。医療、予防、介護、美容など、様々な専門分野でターゲットを絞ることが大切だと考えます。他には真似できないサービスや商品で、その分野のパイオニアやプロフェッショナルになることが、タイ市場で受け入れられる条件になるでしょう。また、タイには少数ですがイスラム教徒がいます。食に関する取り組みでは、ムスリムに対する配慮も必要になります。

# スポーツ

国民の健康志向が高まるタイでは、ジョギング、エアロビクス、ヨガ、太極拳、球技、自転車などの運動に励む人が増えている。タイ国家統計局の調査<sup>注1</sup>では、2015年のタイ全国のスポーツ人口は約1,290万人で人口比23.4%となり、2011年の16%から著しく増加。バンコクのスポーツ人口は224万人で、バンコクの約3人に1人が何らかの運動をしていることが判明している。



女性専用 30分フィットネスのカーブス内での様子

## フィットネスクラブ

都市化が進むバンコクでは、フィットネスクラブ（以下、フィットネス）の利用者が増加している。2016年のフィットネス会員数は約7万人で、毎年10%の増加が見込まれている<sup>注2</sup>。フィットネスが人気の理由は、健康志向が高まっていることに加え、バンコクの環境も影響している。タイは高温、多雨、交通渋滞により、屋外で快適にスポーツを楽しむ環境とはほど遠く、バンコクの人口一人当たりの公園面積は約5平方メートル<sup>注3</sup>やロンドン（約32平方メートル）に比べ極端に低い水準にあるためだ。

このような背景のもと、気軽に運動ができるフィットネスに人気が集まっている。2016年のフィットネスの市場規模は少なくとも90億バーツと見られており、前年から15%～20%拡大している<sup>注4</sup>。現在、海外の大手フィットネスでは英国系フィットネス・ファースト（Fitness First）と同ヴァージン・アクティブ（Virgin Active）、地場系ではウィー・フィットネス・ソサエティ（WE Fitness Society）が支店数を増やしている。



ヴァージン・アクティブ内でのトレーニングの様子

最近の大型フィットネスの特徴は、自由参加型の様々な無料クラスを提供していることである。ヨガ、ピラティス、バイク、ボディーバランス、ボクシングなどを取り入れ、参加しやすい45分から60分のクラス設定が一般的である。過去に、多くのマシンを設置してとにかく会員数を増やすというビジネスモデルが見受けられたが、現在は会員がエクササイズを続けやすい配慮がなされている。ヴァージン・アクティブによれば、会員の年齢層は20代前半から40歳までが中心で、女性会員の比率が高い。健康維持・増進よりも、ダイエットなど体形維持が主な目的となっている。

注1: The 2015 Physical Activity Survey

注2: 経済紙「クルテブ・トゥラキット」(2017年1月2日)、  
<http://www.bangkokbiznews.com/news/detail/734269>

注3: Economic Intelligence Center, Siam Commercial Bank,  
<https://www.sceic.com/th/detail/product/1347>

注4: Mr. Porn Srpongswan, Marketing Director, WE Fitness Society

### Fitness First

Fitness Firstは英国系フィットネスクラブで、世界19カ国に360店舗を展開している。早朝6時30分から夜9時まで、各店舗1日平均35のクラスが開催されており、どの時間帯に行っても必ず参加できるクラスがある。

本部	イギリス
設立	2002年
支店数	28(バンコク首都圏内25)
クラス	ヨガ、体幹トレーニング、ダンス、ムエタイ等
会員数	7万8,000人
URL	<a href="https://www.fitnessfirst.co.th">https://www.fitnessfirst.co.th</a>

#### 料金 (バーツ)

	一般5カ月契約	一般12カ月契約
入会金	499	0
事務費 (入会時)	1,600	1,600
月会費	2,555	2,155

出所: 電話ヒアリングの回答に基づく

### Virgin Active

Virgin Activeは英国系フィットネスクラブで、世界10カ国に243店舗を展開している。高級ショッピングセンターや都心オフィスビルに入居しており、競合に比べ高い会費設定が特徴。エアロビクス、アスレチック、アクア、ボクシング、ダンス、バイク、

本部	イギリス
設立	2014年
支店数	7(バンコク都内6)
クラス	ヨガ、バイク、体幹トレーニング、ダンス、ムエタイ等
会員数	2万人(2017年累計)
URL	<a href="https://www.virginactive.co.th">https://www.virginactive.co.th</a>

ピラティスなど、各店舗で100を超えるクラスを用意している。2017年のTrue Fitnessの閉鎖の際には、1カ月限定でTrue Fitness会員に対して無料開放し、会員数を大幅に増加させた。

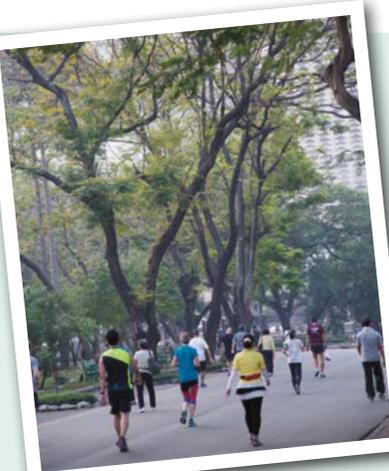
#### 料金 (バーツ)

	ミニマム(4週間)	一般6カ月契約	一般12カ月契約
入会金	3,000	2,000	1,000
週会費	895	825	745

出所: 電話ヒアリングの回答に基づく

## 複合スポーツ施設

ダイエットやシェイプアップが主な動機であるフィットネスとは違い、純粹にスポーツを楽しみたいというタイ人に人気なのが複合型のスポーツ施設である。特に人気がある種目はフットサルとバドミントンで、これらにトレーニングジムやプール、ボクシングジムを併設した施設が人気となっている。特にバドミントンは少ない人数でも楽しめ、天候に左右されない屋内コートであるため人気が高い。



### Lynx Arena

Lynx Arena は 2016 年にオープンした複合スポーツ施設で、屋内バドミントン・コート8面、屋根付きフットサル・コート2面に加え、ボクシングジムとウェイトトレーニングを有している。客層はオフィスで働く 20 代から 30 代の男女で、夕方から夜にかけてと週末が混み合っている。



- 設立** 2016 年
- 所在地** バトゥムターニー県 (バンコク隣接)
- 施設** フットサル2面、バドミントン 8 面、ボクシング、ウェイトトレーニング
- 会員数** 600 名
- URL** <http://www.lynxarena.com/>

#### 料金 (パーツ)

フットサル・バドミントン		
	10:00~17:00	17:00~24:00
フットサル	500パーツ/時間/コート	800パーツ時間/コート
バドミントン	120パーツ/時間/コート	150パーツ時間/コート
ボクシング・ウェイトトレーニング		
	ビジター	メンバー(月会費)
ボクシング	450パーツ/時間	4,000パーツ/月
ウェイトトレーニング	150 パーツ/日	1,500 パーツ/月

出所：電話ヒアリングの回答に基づく

## バドミントンを楽しむ タイ人のコメント

### バドミントン

はサッカーとセパタクローに次いでタイで人気のスポーツ。気軽に女性でも楽しめると言えばバドミントン。

### 職場の仲間と

毎週土曜日の夕方にプレイしている。2時間ほど汗をかいた後、皆で食事に行く。お酒は飲まない。

40代の男性グループ



# INTERVIEW

## Winner Club Co., Ltd

総合スポーツコンプレックス「Winner Sports Avenue」運営

### Winner Sports Avenue の概要

当施設は総合スポーツコンプレックスです。30年前にバドミントンクラブ「Winner Club」として設立し、2016年の全面改装に伴い、フィットネスクラブ「Fit-D」、タイボクシングジム「Cheeks Thai Boxing Club」、スパ「Erth」を併設しました。バドミントンは自社管理ですが、他は全て外部の専門事業者との共同運営です。会員数は約600名です。

### 総合スポーツコンプレックスになった経緯

Winner Clubは私の父が設立しましたが、事業を引き継ぐと同時に全面改装することで、新たな取り組みを模索していました。既存顧客がどのようなアクティビティに興味があるか調査し、最もリクエストの多かった3部門の開設に至りました。バドミントンだけだった頃と変わり、家族で当施設を利用されるメンバーが増えました。長年当クラブの会員だった50代の男性で、本人はバ

設立 1989年  
国籍 地場  
http://www.winnerclub.co.th

ドミントン、息子はフィットネス、娘はボクシング、奥様はスパを利用するようになったご家族もいます。

### タイでバドミントンは人気のスポーツでしょうか？

一般的に人気のスポーツと言えばサッカーでしょう。しかし、実際にプレイを楽しむのは若い男性のみです。バドミントンは老若男女が楽しめ、室内競技のためタイの不気な気候を気にする必要はありません。このため、学生やオフィスで働くタイ人を中心に、人気のスポーツとなっています。実際、地下鉄ではラケットを持って通勤している方々を良く見かけます。

### バドミントンの設備や客層は？

コートは全7面あり、専用シューズや道具のレンタルもしています。学生から高齢者まで幅広い年代がプレイしており、60歳以上

の会員が10%近くを占めています。料金は1コート1時間280バーツです。プロのコachingは1時間600バーツとなっています。

### フィットネスの特徴

「Fit-D」は米国、英国、オーストラリアなどの資格を持つ、プロのインストラクターが多数在籍していることが特徴です。メンバーはオフィスで働く30代から40代が中心ですが、ヨガやピラティスといった年配の方が取り組みやすいコースも用意しています。年会費は1万4,000バーツ、パーソナルトレーニングは12セッションで6,000バーツです。



7面あるバドミントンコート

### ボクシングの特徴

「Cheeks Thai Boxing Club」はエクササイズやダイエットを目的とした、ムエタイ（タイボクシング）クラブです。トレーナーは14名全員がタイムエタイ協会のトレーナー資格を持っています。メンバーは女性が多く、大学を卒業したばかりのオフィスワーカーに人気です。料金は月額2,999バーツで、一般的なフィットネスよりも高めですが会員数は増加しています。



マッサージ・スパも併設

### ビジネスコスト

コーチの人件費と設備導入費が事業コストのかなりの部分を占めています。エクササイズやフィットネスの分野は競合も多く、常に最新の機器を導入する必要があります。また、より高度で専門的な助言を求めるユーザーが増えたため、トレーニングにあたるコーチ陣はプロレベルの技量に加え、サービス業としての姿勢も求められます。

### 参入を検討している外国企業へのアドバイス

経済的に余裕があるタイの消費者は、アクティビティや趣味の分野でも本物を求めています。このため、実際に顧客と接するトレーナーの水準を高く保つことが重要です。また、消費者の好みも変わりやすいことにも注意が必要です。単なる流行としてのスポーツと、根付くスポーツを見極めることが大切でしょう。海外から鳴り物入りで参入したスポーツやアクティビティが、一過性のブームで終わった事例は数多くあります。他方、サイクリングのようにこの5年で完全にタイ人社会に根付いたスポーツもあります。



## エカポン・ウォンパタラクン氏

Managing Director

# INTERVIEW

設立 2013年  
国籍 日系・合併  
http://curves.co.th

Curves (Thailand) Co., Ltd.  
女性専用 30分フィットネス「Curves」運営



ポイントで買える特製グッズ



平日の利用者は、会社を終えた夕方 6時半が多い

## 参入後に直面した問題は？

タイのアパートやコンドミニウムには、ほとんど無料のフィットネスルームやプールが備えられています。タイ人にとって、フィットネスは無料で身近すぎる存在であるため、単に器具を置いただけのフィットネスでは顧客獲得が困難となります。欧米の大手フィットネスが撤退しているのも、このあたりに原因があるかもしれません。フィットネスに通うモチベーションを高めるため、コミュニティの形成や他とは違う差別化が生き残る条件と言えます。例えば、当社では、来店 100 回を超えた会員に記念 T シャツを配ったり、期間中にどれだけやせられたかを表彰するコンテストを開いたりしています。

## 人材面での問題は？

タイ人のインストラクターは 9 名おり、大半が体育学校の卒業生です。カーブス独自の指導マニュアルがあり、リーダーとなる人材も育っています。会員獲得によるインセンティブは採用しておらず、勤続年数に応じて昇給させる仕組みです。離職率は比較的 low、同業への転職はありません。退職する場合も、学校の先生や政府機関勤務など前向きな理由がほとんどです。

## 参入を検討している日本企業へのアドバイス

タイで新たなサービスを展開するには、スタートダッシュがとても大切です。日本人のマーケティングは着実に一步一步進める特性があります。しかし、タイ人は新たに参入する海外のサービスや商品にはとても敏感です。スタート時にどれだけ知名度を上げ、最初のパイを確保できるかが重要だと言えます。



鹿島 隆太郎氏

Managing Director

## カーブスの事業概要

カーブスインターナショナルは米国に本部を置くフィットネスクラブです。会員は女性限定で、1回 30 分間で気軽に通えることが特徴です。カーブスインターナショナルからタイのマスター FC 権を取得し、バンコク中心部に直営店 2 店舗を運営しています。また、バンコクから車で 90 分ほどの東部シラチャには、フランチャイズ店が 1 店舗あります。カーブスのプログラムはインストラクターが指導する方式ですので、初心者や運動が苦手な方でも安心して始められます。

## 参入までの経緯

親会社の三鮮商事（静岡県）は鮮魚販売をはじめ、外食事業、学習塾などを運営する企業です。フィットネス事業ではカーブスジャパンとの FC 契約により、神奈川県内で 16 店舗を展開しています。ただ、カーブスは日本国内に 1,800 店舗あり、徐々に出店場所が無くなってきたことから海外進出を模索していました。海外進出にあたり、カーブスインターナショナルと直接交渉する中で、ASEAN 主要国で唯一カーブスの進出が無かったタイのマスター FC 権を購入しないかという提案を得ました。

## パートナーの選定や参入形態は？

現地パートナーには在タイの日系企業とタイ人の個人投資家を得ています。元同僚がタイにおり、その縁でパートナーを探すことができました。三鮮商事の出資比率は 49% ですが、役員 4 名のうち 3 名を日本人にしておき、実質的な経営の主導権を握っています。

## 料金設定や会員数

料金は月額 1,500 バーツと、日本の 6,000 円に比べ若干安めの設定をしています。他に入会金が 4,500 バーツかかります。1 店舗あたりの会員数は 200 名程度です。

## 顧客層

当初は月収 2 万から 3 万バーツのミドル層をターゲットに設定していましたが、実際にオープンしてみると月収 5 万から 10 万バーツの富裕層が中心となりました。また、日本では 50 代から 60 代がコアメンバーですがタイの平均年齢は 36 歳です。

## 他に日本との違いはありますか？

会員の年齢層が低いため、健康目的よりも美容・ダイエット目的で入会される方がほとんどです。競合は他のフィットネスクラブだけではなく、エステや痩身サロンなどの美容産業全般になります。顧客の多くが短期間の成果を期待しますので、退会率は日本よりも高いです。このため、恒常的なプロモーションを実施し、常に新規会員を獲得する必要があります。また、店舗立地も日本とは大きく違います。日本の顧客層は主婦が中心ですので、スーパーに近いなど住宅街に立地しています。タイではオフィスで働く OL が中心ですので、会社帰りに立ち寄りやすいビジネス街に出店しています。

## タイの年配層は運動に関心がないのでしょうか？

タイでも健康に対する意識は上がっていますが、50 歳を超えると外出しない傾向が強くなります。また、自分のためにお金を使うかどうかは、45 歳くらいを境に個人差が出てきます。タイの年配層も健康には興味があり、公園ではエアロビやジョギングをする年配層を目にすることができます。しかし、これは無料であるという前提があります。年配層は家族のためにお金を使うため、自分の健康への出費は後回しになりがちです。

## 参考

2015年8月には、シリキット王妃(当時、現ラーマ9世紀)の誕生日を記念して「Bike for Mom」という自転車でバンコク都内を走るイベントが開催された。ワチラロンコン皇太子殿下(現国王陛下)とともに14万6,000人が参加した大規模イベントとなった。また、毎年11月には「Car Free Day<sup>注</sup>」という渋滞解消のイベントも開催されている。

注: <http://www.thaicycling.com/carfreeday2017/thai.php>

# レクリエーション

ゴルフ、釣り、カラオケはタイ人の趣味やレクリエーションとして長く親しまれてきた。近年、海外のライフスタイルの情報流入や所得の向上と共に、趣味も多様化してきている。特に体を動かす活動の人气が高まっており、キャンプ(トレッキング)や自転車は、既にタイ人に定着したレクリエーションと言えよう。また、多様化の例として、スキーやロッククライミング、サーフィン等、昔は外国人ばかりが楽しんでいた分野にも、タイ人が積極的に参加し始めている。

## 自転車(サイクリング)

一昔前までバンコクで自転車を楽しんでいるのは一握りの外国人ばかりで、タイ人にとっての自転車は疲れるもの、不快なもの、低所得者の移動手段というイメージであった。2009年頃から若者や海外居住経験者の間で自転車がブームとなり、次第に富裕層を中心に浸透していった。2013年にはタイ初の本格的な自転車展示会「International Bangkok Bike」が開催され、約12万人が来場し、7,400万パーツを売り上げた<sup>注</sup>。ブームは趣味やアクティビティとして定着し、2017年の自転車人口は約45万人、2018年の自転車の市場規模は75億パーツになると見込まれている<sup>注</sup>。

注: N.C.C. Exhibition Organizer Co., Ltd.



## SKYLANE(スカイレーン)

自転車ブームの本格化に伴い、2015年末バンコク都内に自転車専用のレーン「SKYLANE」がオープンした。スワンナプーム国際空港の敷地を利用し、タイ空港公社(AOT)とタイ商業銀行(SCB)が運営するこの施設は、1周23.5キロの自転車専用コースと1.6キロのジョギングコースに加え、更衣室やシャワー、軽食レストランを備え、駐車場は1,600台の本格的な施設となっている。食事以外は全て無料。事前に国民登録証(又はパスポート)の登録が必要。



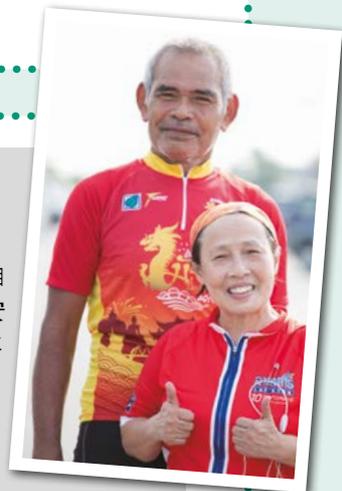
## 年配ご夫婦(60代)

### 自転車のきっかけは?

昔はジョギングをしていたが、膝を痛めてからは自転車に。自転車を始めてから高かった血圧も安定した。国内のツーリング大会にも参加し、昨年はラオスの大会にも夫婦で出場した。旅行気分で行くので、リタイア後の趣味としては最高。

### なぜ SkyLane へ?

東南アジアで最も設備の整った自転車レーンだから。自動車が行っていないので気持ちが良い。



## スキー

SKI365はタイ国内唯一の室内スキー練習場で、2015年11月のオープン以来、延べ約1万人に利用されている。幅6m長さ11mのトレーニングスロープが3面あり、14度の傾斜角度、スキルに応じて2~22キロまでのスピード調節が可能。客の90%がタイ人で、家族連れが多く、40%は15歳以下の子もだ。北海道などへのスキー旅行の前に練習する目的や、海外でおぼえたスキーを忘れないために利用されている。日本のプリンスホテルやクラブメッドとも提携し、北海道スキーツアーも主催している。

施設名	SKI 365
所在地	ZPELL at Future park, 94 Paholyothin Rd, Prachathipat, Thunyaburi, Pathumthani 12130 (バンコク郊外)
営業開始	2015年11月
料金	ビジター: 1,000 バーツ~/時間 (2名以上で利用の場合)
URL	<a href="http://ski365.net">http://ski365.net</a>



## Mr. Peter Kirby Dolma (59歳)

カナダ出身・北海道ニセコに5年在住の元スキーレーサー

### スキー練習場をはじめたきっかけは?

北海道のニセコでスキーのコーチをしていたが、アジアからの観光客が多く、その半数がタイ人だった。タイ人もスキーに興味があることが分かり、丁度ニセコを訪れていた現在のオーナーから誘われて、共同でオープンした。

### この場所(郊外)を選んだのは?

地元のタイ人に来て欲しかったから。都心だと外国人が多いので、雪やスキーは帰国すれば楽しめる。わざわざ練習には来ないでしょう。



カナダ出身のピーター氏、共同でSKI365をオープン

## クライミング (ボルダリング)

Climb Central Bangkok はシンガポールに本社を置くボルダリング教室で、シンガポールとマニラに次いで、2017年にバンコクにオープンした。メンバーは約200人で、平日は50～100人、休日は100～200人が利用する。客層はタイ人が60%で、残りはバンコク在住の欧米人。バンコクには「ラケットクラブ」や「ロックドメイン」といったボルダリング教室があるが、最新の設備を導入しているため、欧米人の利用者が増えている。エアコンが効いた室内で楽しめるスポーツなので、女性や子どもの利用者も多い。

施設名	Climb Central Bangkok
所在地	10/2 Kallapraphruek Rd. Bangkae, Bangkok
営業開始	2017年4月
料金	下記
URL	<a href="http://climbcentral.co.th">http://climbcentral.co.th</a>

### 料金

	初回	2回目以降
大人 600 パーツ		450 パーツ
13～17歳 500 パーツ		350 パーツ
大人+こども 1人 700 パーツ		550 パーツ
大人+こども 2人 1,070 パーツ		子ども1人追加ごとに250 パーツ



### Mr. Kraissak Boontip (51歳)

オーナー

#### なぜボルダリング教室を?

80年代にイタリアに住んでいた頃から、ロッククライミングを始めた。タイに帰国後、シンガポールのClimb Centralからの誘いを受け、まだボルダリング教室が無かったトンブリ地区にオープンすることになった。

#### タイのボルダリング (ロッククライミング) 人口は?

タイ人ではまだまだ少なく、全国でも500人程度。そのため、室内のボルダリング場はバンコクの3カ所しかない。

#### 利用者の目的は?

欧米人は自国でロッククライミングを純粋に楽しんでた人という印象があるが、タイ人の多くはフィットネスの一環として取り組んでいる人が多い。体幹が鍛えられるスポーツなので、基礎体力を付けるために始めた人もいる。この10年でタイ人の生活は一変したと感じている。しっかり働き、お金も使う。ヨガ、自転車など、スポーツへの関心も高くなった。



## サーフィン

SURFSET Thailand はサーフィンのバランス感覚を取り入れたフィットネス。1回(60分)のレッスンは700パーツからと一般的なフィットネスに比べ高い料金だが、現在メンバーは300人、累計4,000人が利用している。メンバーの90%はタイ人女性で、海外でサーフィンに親しんだ経験者が多い。コーチは6名。パタヤへのサーフツアーも企画。

施設名	SURFSET Thailand
所在地	Prommitr Place, 7/2 Soi Prommitr Sukhumvit 39, KlongTan Nue, Bangkok
営業開始	2015年6月
料金	700 パーツ (ビクター1時間) ~
URL	<a href="http://surfsetthailand.com">http://surfsetthailand.com</a>

### 料金

サーフセット・グループレッスン  
ビクター1回(60分):700パーツ  
メンバー(1ヵ月):7,000パーツ



### Ms. Chatnlin Fah Wiratrachasiri (40歳)

オーナー

#### きっかけは?

オーストラリアでサーフィンを始めたが、バンコクに住んでいるとなかなか海にはいけない。サーフィンの技術や感覚も忘れがちになってしまうので、同じようなサーフィン愛好家の需要があると考えた。また、サーフィンのバランス感覚は体幹を鍛えるもので、エクササイズとしても楽しんでもらえと思った。機材は米国から直輸入している。

#### 客の反応は?

サーフィン経験者からは、仕事帰りに練習ができるというので評価を得ている。エクササイズ目的の客からは、楽しみながらダイエットや美容に取り組めるという好意的な意見が多い。最近のタイ人は単なるフィットネスでは満足しない層が出てきており、サーフィン自体に興味を持つ女性も多くなる。



# 美容



タイ化粧品製造業者協会<sup>注1</sup>によると、2016年の化粧品市場は約2,800億バーツ<sup>注2</sup>で、前年から約10%拡大した。また、美容産業が盛んなタイでは、スキンケアやメイクだけでなく、美容クリニック、美容整形、マッサージやスパなど、ウェルネス産業も発達している。2016年の美容クリニック市場は250億から300億バーツ<sup>注3</sup>と見られている。美容整形の市場規模は2016年に300億バーツとなり、2017年は前年比20%増の拡大が見込まれている<sup>注4</sup>。また、タイスパ協会<sup>注5</sup>によると、タイ国内のスパ産業の市場規模は約474億バーツで、前年から15%拡大している<sup>注6</sup>。

注1：Thai Cosmetic Manufacturers Association  
 注2：一般紙「カオソッド」（2017年2月15日）  
 注3：一般紙「マティジョン」（2016年9月21日）  
 注4：韓国系美容整形クリニック「WONJIN Thailand」  
 注5：The Thai Spa Association  
 注6：経済紙「ターンセタキッ」（2015年9月26日）

## 美容クリニック

タイの美容クリニック業界は大手クリニックチェーン、独立系クリニック、病院内のクリニックからなる。チェーン展開する大手美容クリニックでは、ウティサック（Wuttisak）、ラジャテウィー（Rajdhevee）、ニティポン（NITIPON）が有名で、痩身に特化したクリニックとしては、ボディ・シェイプ（Body Shape）やスリムアップセンター（Slim Up Center）などがある。

### Wuttisak Clinic

ウティサックは2002年に設立され、ニティポンと並んで国内100店舗以上を展開する美容クリニック大手である。200名以上の医師を雇用しており、施術ではなく治療を提供できる。近年では周辺国への進出も盛んで、ミャンマー、ラオス、カンボジアなどで店舗展開している。また、自社ブランドのスキンケア商品の開発販売も行っている。

施設名	Wuttisak Clinic
設立	2002年
店舗数	122（国内）
料金例	ニキビ治療：750バーツ～/回 美白トリートメント：2,700バーツ～/回
URL	<a href="https://www.wuttisakclinic.com">https://www.wuttisakclinic.com</a>

出所：電話ヒアリング及びウェブサイト

### Slim Up Center

スリムアップセンターは痩身美容クリニック最大手で、国内に52店舗を展開する。イタリアの痩身大手サウナ・イタリアからフランチャイズ権を獲得し、2003年に事業開始。中間層から富裕層が利用する百貨店やショッピングセンターに出店している。

施設名	Slim Up Center
設立	2003年
店舗数	52
料金例	5,500バーツ～
URL	<a href="http://www.slimupcenter.co.th/">http://www.slimupcenter.co.th/</a>

出所：電話ヒアリング及びウェブサイト

## スパ

古式マッサージが浸透しているタイでは、スパを利用することは特別なことではなく、美容やリラクゼーションの手段として一般にも認知されている。また、

スパの技術水準は世界的に見てもトップレベルであり、重要な観光資源にもなっている。観光地のリゾート型スパをはじめ、バンコク市内にも数多くのシティ・

スパが営業している。都内で人気が高いスパでは、ヘルスランド（Health Land）、ラリンジンダ（Rarinjinda）などがあり、日本経営のスパも多く展開している。

### Health Land

ヘルスランドはタイ古式マッサージから事業を開始し、現在は最大の店舗数を誇るスパである。リゾート型高級スパに比べ低めの料金設定が人気の理由と言える。バンコクを中心に展開しているが、2015年には観光地パタヤにも店舗をオープンし、外国人観光客にも利用されている。

施設名	Health Land
設立	1999
店舗数	10
料金例	タイ古式マッサージ：600バーツ（120分） アロマテラピー・ボディーマッサージ：1,300バーツ（120分）

URL <http://www.healthlandspa.com/>

出所：電話ヒアリング及びウェブサイト

### Asia Herb Association

アジア・ハーブ・アソシエーションは2002年に設立された日系スパである。2013年にロート製薬が資本参加している。タイ国内7店舗に加え、カンボジアにも進出している。有機ハーブ農園の経営も行っている。タイのハーブと伝統的なスパ施術に、日本式おもてなしを加えたサービスで、在住の日本人はもとより、様々な国の観光客にも利用されている。

施設名	Asia Herb Association
設立	2002年
店舗数	7（タイ国内）
料金例	古式マッサージ&ハーバルボール：1,300バーツ（90分）～ アロマオイルマッサージ：1,100バーツ（60分）～

URL <http://asiaherbassociation.com>

出所：電話ヒアリング及びウェブサイト









# 健康や老後に対する 意識・活動実態

- ・ アンケート調査
- ・ 世代別座談会



# 健康 に対する

## 意識・活動実態

### 健康管理・増進の意識調査

ジェトロは、バンコク都民の健康増進および退職後の生活等に関する意識調査を実施した。バンコク都民の健康意識は総じて高く、特に若い世代は健康増進にかかる活動や支出には積極的だ。退職後の生活については、楽観的な人が多い一方で健康の維持と金銭面に対する不安を抱える人が多いことが分かった。

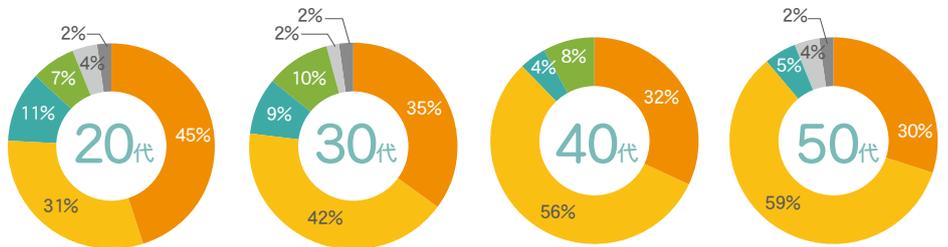
#### 「バンコク都民の健康長寿意識」調査

アンケート調査は、バンコク都在住の男女各 200 名（合計 400 名）を対象とし、2017 年 12 月に YCP Southeast Asia 社が実施。20 代、30 代、40 代、50 代の各年齢層からそれぞれ 100 名（男女各 50 名）が回答。

### ① 生活における最重要要素

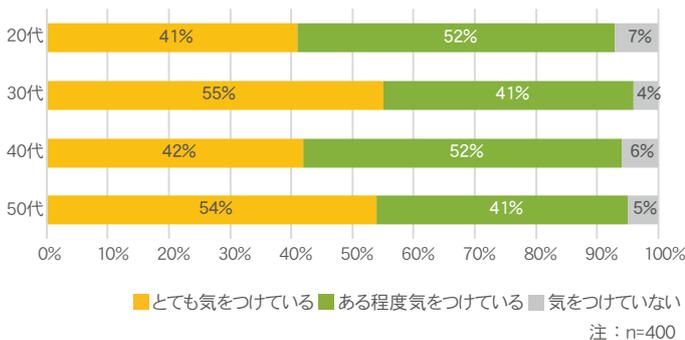
20 代にとって「家族」は生活における最も重要な要素であるが、30 代以降は「健康」が「家族」を逆転する。「家族」の優先度は年代が上がるにつれて減少するが、「健康」は年代の上昇とともに増加し、20 代と 50 代では 28 ポイントの開きがある。

■ 家族 ■ 健康 ■ キャリア  
■ 資産形成 ■ 宗教 ■ 自己表現 注：n=400



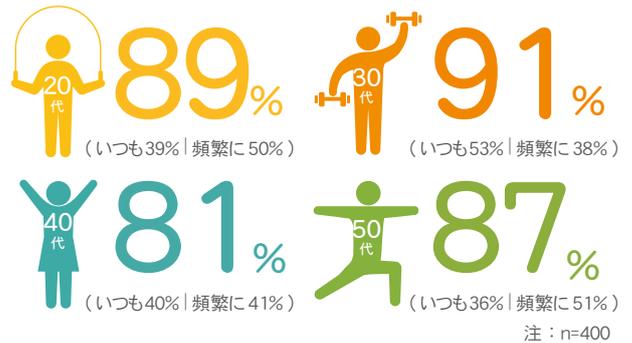
### ② どの程度健康に気を配っているか

健康に気を使っている人の割合は、すべての年代で 90% 以上と国民の健康意識は非常に高い。「とても気をつけている」の割合は 30 代と 50 代で、それぞれ 55%、54% と他の年代と比べ 10 ポイント以上高い。



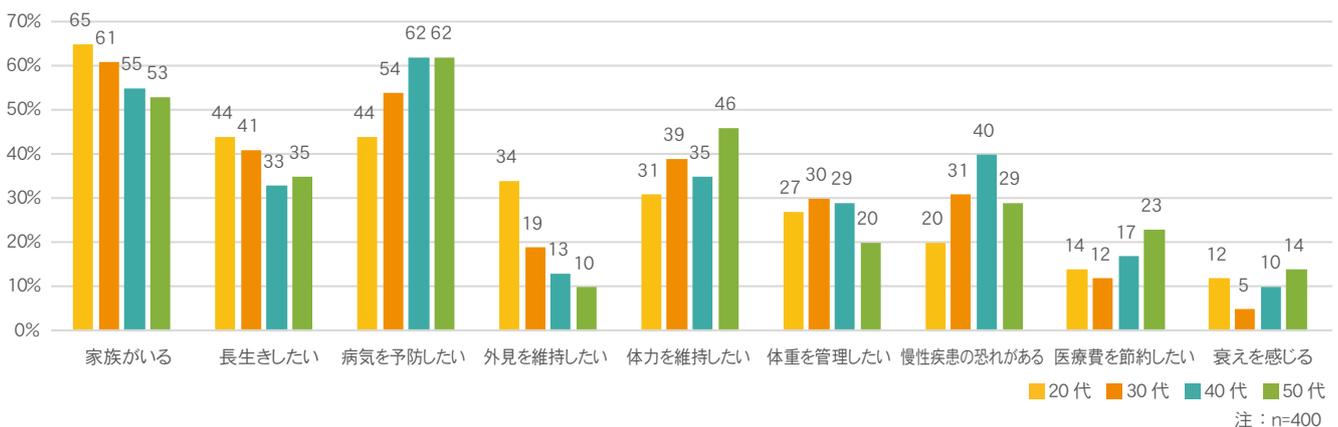
### ③ 健康増進に取り組む頻度

日常的に健康増進活動を行なっている人の割合は、どの年代においても 8～9 割と多くの人々が健康増進に取り組んでいる。特に、30 代の「いつも」と回答した人の割合は 50% 以上と、他の世代と比較し 10 ポイント以上高いことが特徴。



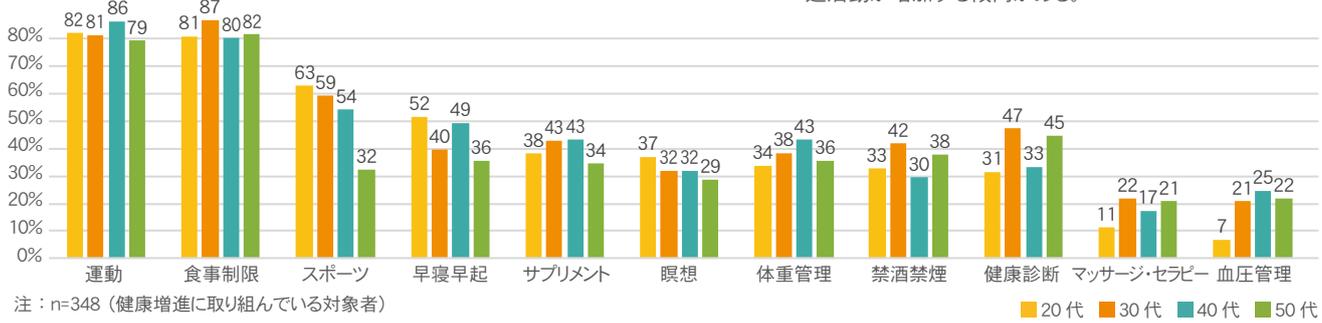
### ④ 健康を意識する理由

20～30 代にとって、家族の存在が健康を意識する最大の動機である一方、40～50 代は「病気の予防」が最大の動機となっている。また、年代が上昇するにつれ、体力の維持、医療費の節約などの動機が強くなる。

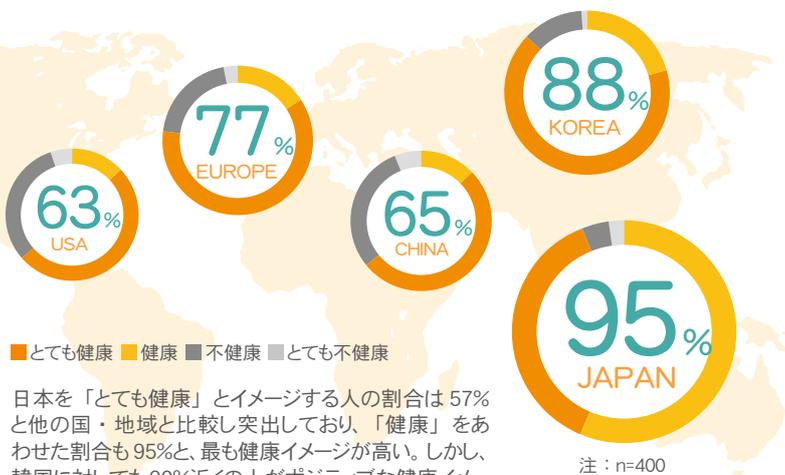


## 5 健康増進のために取り組んでいること

年代を問わず、「運動」と「食事制限」が健康増進の2大活動となっている。また、年代の上昇とともにない、健康診断、マッサージ・セラピー、血压管理など、体を激しく動かさない健康増進活動が増加する傾向がある。



## 6 健康イメージの国別比較 (数字は「とても健康」「健康」と回答した割合)

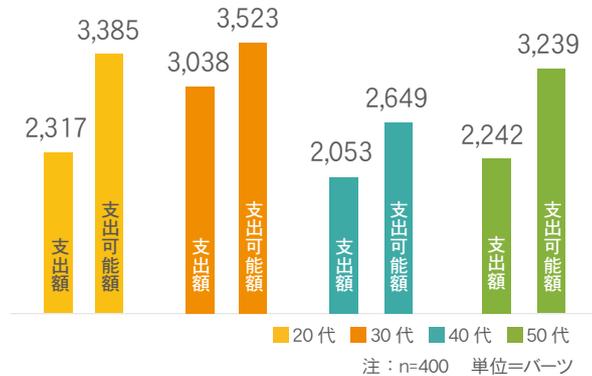


■とても健康 ■健康 ■不健康 ■とても不健康

日本を「とても健康」とイメージする人の割合は57%と他の国・地域と比較し突出しており、「健康」を合わせた割合も95%と、最も健康イメージが高い。しかし、韓国に対しても90%近くの人がポジティブな健康イメージを持っており、健康ブランドの浸透において日本の強い競合相手となっている。

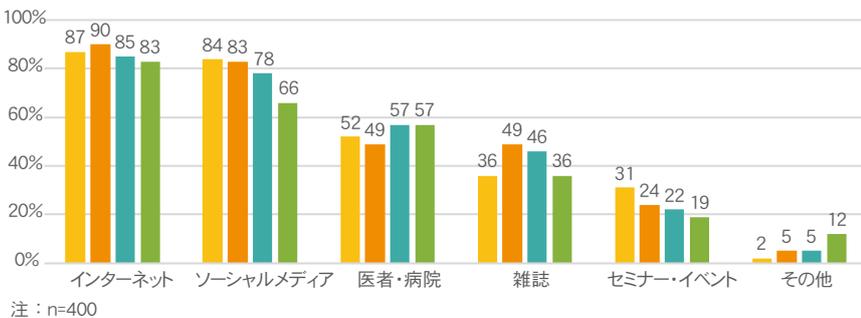
## 7 健康増進に対する支出額と支出可能額 (月額平均)

支出額・支出可能額ともに30代が最も高い。20代も30代に続き支出額・支出可能額が高く、若い世代の支出意欲が高いことがうかがえる。一方で、50代および20代は支出額と支出可能額の差が約1,000パートと大きく、潜在的な消費意欲が高い年代であることが分かる。



## 8 健康増進に関する情報源

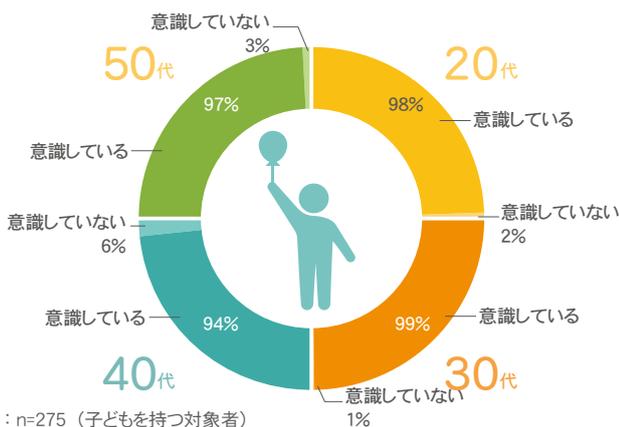
年代を問わず、「インターネット」と「ソーシャルメディア」からの情報収集が中心であるが、年代が上がるにつれて活用頻度は低くなる。対症的に、「医者・病院」からの情報入手は、年代の上昇とともにやや増加する傾向にある。



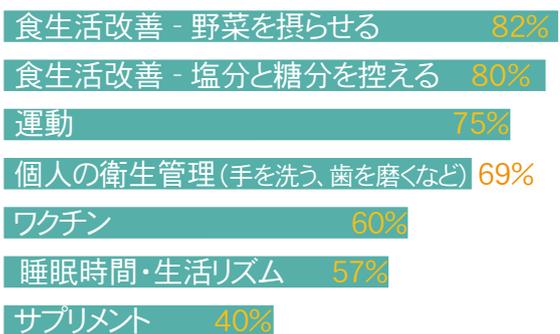
## 9 子どもの健康増進

年代を問わず、総じて子どもの健康増進への意識は高い。具体的には、積極的な野菜の摂取や塩分・糖分を避けるなど、食事の中で健康を意識する家庭が多い。しかし、「ワクチン」や「サプリメント」もそれぞれ60%と40%と、利用は多い。

### - 子どもの健康増進を意識しているか -



### - 子どもの健康増進のためにやっていること -



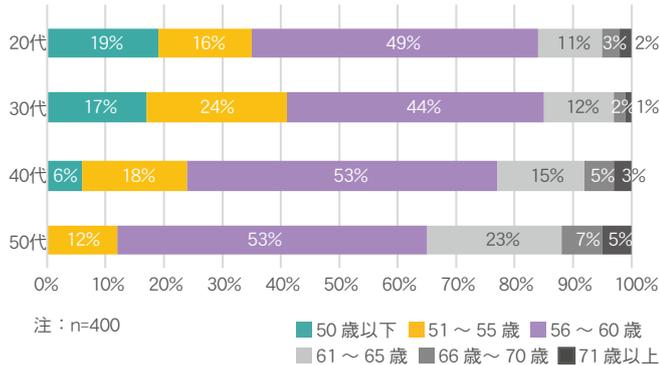
注：n=267 (子どもを持ち、かつ子どもの健康増進に関心がある対象者)

# 老後 に対する 意識・活動実態

## 退職後に対する意識調査

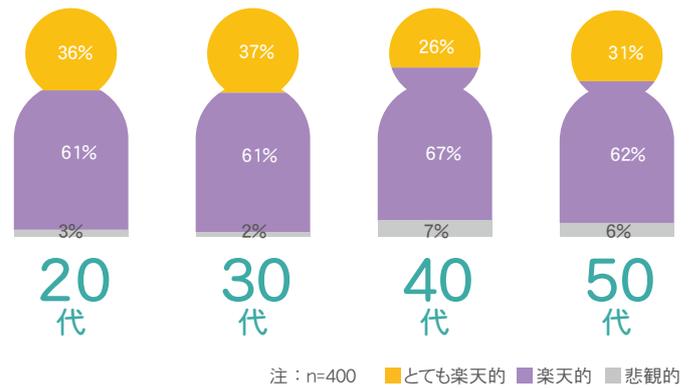
### ① 退職したいタイミング

世代が高くなるにつれ退職したい年齢も上昇する傾向にあり、経済的な問題などにより現実的な回答をする人が増えたためと考えられる。特に、60歳を境に年代間の意識の差が大きく、60歳までに退職したい割合は20～30代で85%前後であるのに対し、50代は65%と20ポイント程の大きな開きがある。



### ② 退職後の生活へのイメージ

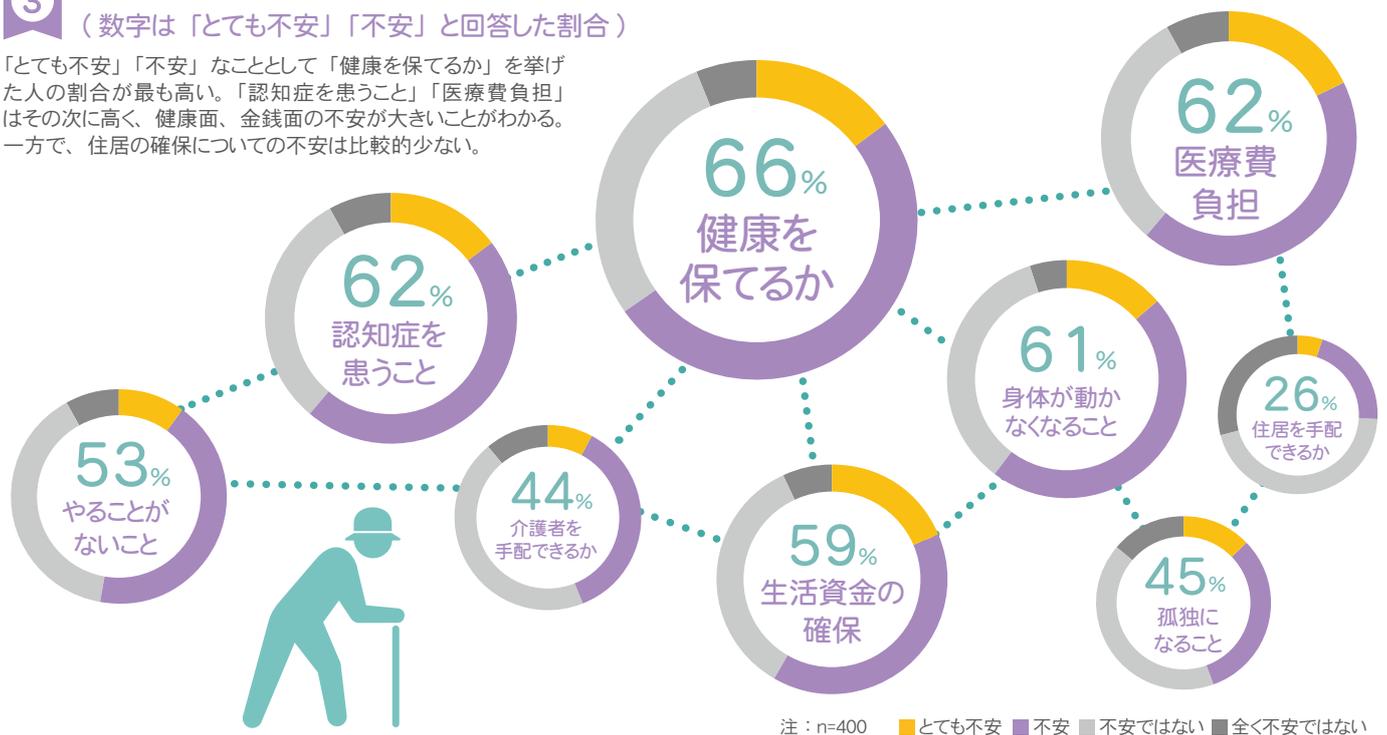
年代を問わず、退職後の生活について比較的楽観的に考えている人は90%を超える。ただし、その割合は40代を境にやや減少する傾向にある。



### ③ 退職後の生活に対する不安要素

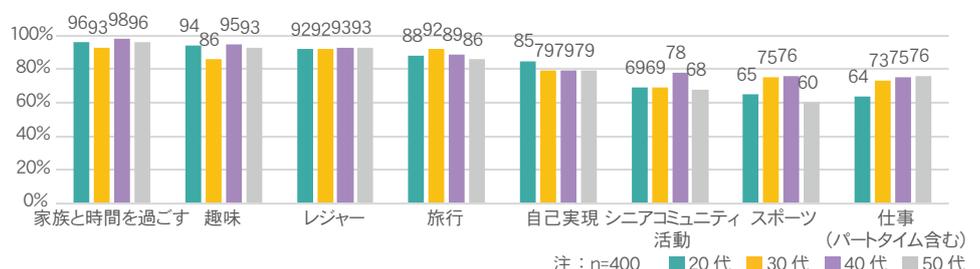
(数字は「とても不安」「不安」と回答した割合)

「とても不安」「不安」なこととして「健康を保てるか」を挙げた人の割合が最も高い。「認知症を患うこと」「医療費負担」はその次に高く、健康面、金銭面の不安が大きいことがわかる。一方で、住居の確保についての不安は比較的少ない。



### ④ 退職後にやりたいこと

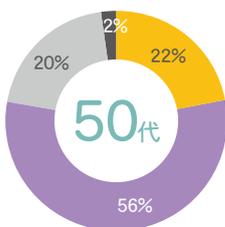
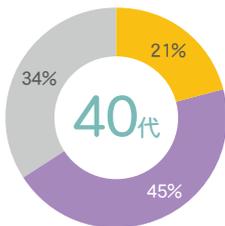
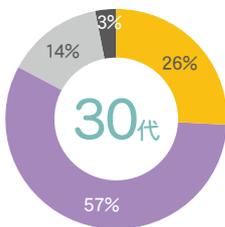
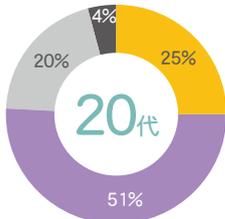
年代を問わず、「家族と時間を過ごす」と「レジャー」が90%以上と高い割合になっている。一方で、年代が上がるにつれ仕事への参画意欲が上昇しており、前述3の退職後の金銭面での不安が表れていると考えられる。



## 5 退職後の生活への準備状況

40代を除くと、何かしら退職後の準備をしている人の割合は80%前後と、大半の人が退職後に向けた準備を進めていることが分かる。準備をしている人の割合は30代が83%と最も高く、若い世代も退職後の意識が高いことがうかがえる。

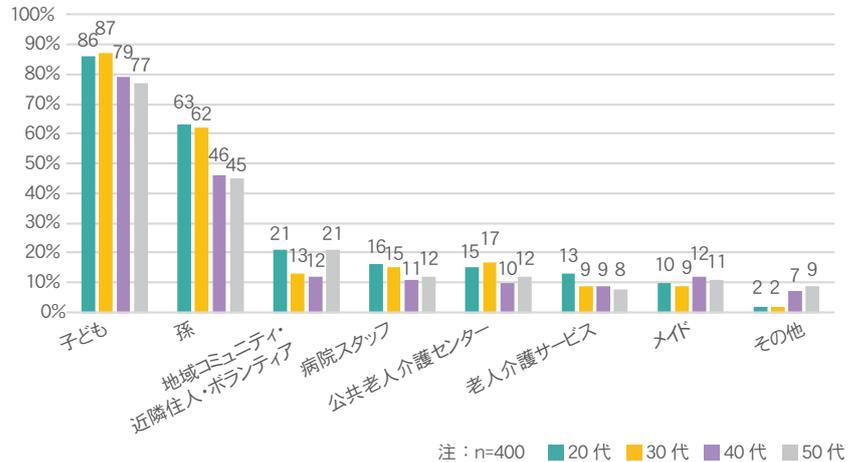
■かなり準備している ■それなりに準備している  
■あまり準備していない ■全く準備していない  
注：n=400



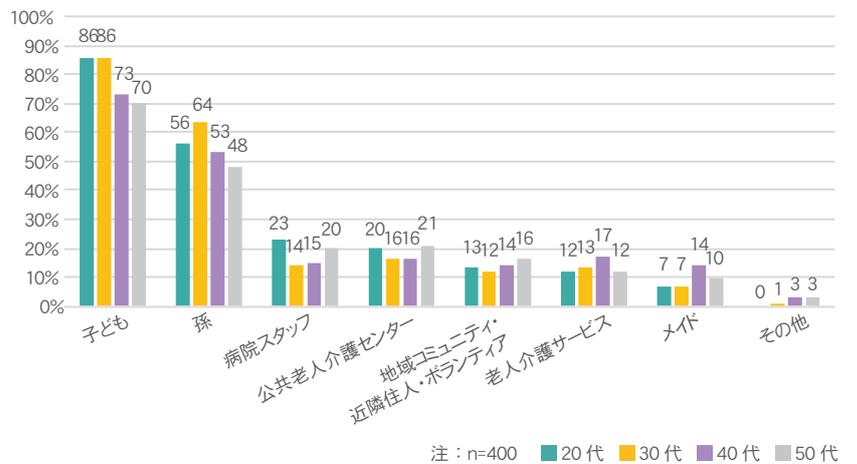
## 6 要介護者のケア

年代を問わず、介護の担い手は「子ども」と考える人が最も多いが、年代が上昇するにつれ割合はやや減少する。「自分自身は誰に介護してもらいたいか」という設問でも、「子ども」と回答した人の割合は年代の上昇とともに減少する。年齢の上昇とともに、「地域コミュニティ・近隣住民・ボランティア」や「老人介護サービス」などの割合は若干上昇するものの、全体的には「子ども」や「孫」など身近な人にケアしてもらいたいと思う人が大半である。

### - 家庭内の要介護者を誰がケアすべきか -

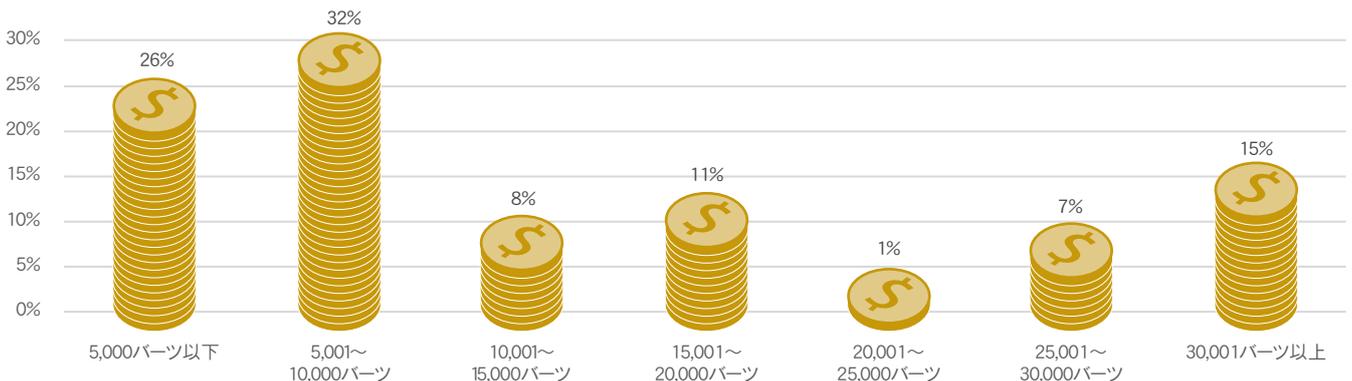


### - 自身が要介護者になった時、誰にケアしてほしいか -



## 7 退職後の必要生活費

退職後の必要な生活費を10,000円以下と回答した人の割合は58%と半数以上を占める。一方で、30,001円以上と回答した人の割合も15%と一定程度存在しており、退職後の生活費については個人差が大きいことがうかがえる。



為替レート：100円＝29.4087バーツ（2017年12月1日の平均値）（タイ中央銀行）  
注：n=353（異常値除外）

オーガニック  
野菜は  
王室プロジェクトの  
ものです

運動と食事で  
健康管理をしています

カルシウムなど  
のサプリメントを  
服用しています。

子どもを産んでから  
ダイエット目的で自転車に  
乗っています

街中では  
健康志向の商品や情報が  
目に入ります

老後資金を作る  
資産運用は重要な  
ポイントです

人気の運動はジョギング。サプリメントは有名ブランドが安心

# 20 30 代 座談会

## ＼質問①／

健康を意識して日頃取り組んでいることはありますか？

**トップ:**公園でジョギング、水泳、フィットネスなどをやっています。28歳の時、健康診断でコレステロールが高いことを指摘され、それ以来5年ほど欠かさず運動しています。この2年ほどは体を動かすことが楽しくなり、食事にも気を使うようになりました。

**ヘンリー:**フィットネスに通ったこともありますが、この3年ほどは公園でジョギングすることが多いです。平日に2回、ルンピニ公園で5キロ程走っています。フィットネスに比べてお金がかからず、雨さえ降らなければ快適です。

**サオ:**私は自転車が好きで、週3回は乗っています。普段はスワンナブーム国際空港が運営しているスカイレーン（38ページ参照）を利用することが多いです。休日には地方へツーリングに行くこともあります。自転車を始めたのは2年ほど前で、会社の健康診断でコレステロール値が高いと指摘されたことがきっかけです。自転車を始めてから、子どもの頃からの喘息も良くなり、同好会の仲間との交

流も楽しんでいます。

**ジ:**平日は職場の敷地内を、週2～3回、2キロほどジョギングしています。血圧が高めだったことがきっかけです。職場の保健省は広大な敷地が緑地になっており、運動するには最適の環境です。休日はルンピニ公園で早朝にジョギングすることが多いです。仕事柄、食事にも気を使っています。オーガニック野菜を多く摂り、食品添加物は極力避けています。オーガニック野菜は、王室プロジェクトの商品を購入しています。

**オー:**私も自宅の周辺をジョギングしていますが、健康のためというよりストレス解消やリフレッシュが目的です。2年前に夫に誘われて始めましたが、今では楽しんでいます。

**レイ:**私はダイエット目的で自転車に乗っています。二人目の子どもを産んでから体重が戻らなくなったのがきっかけです。自転車はジョギングと比べ足を痛めないですし、負荷もかかりません。自分のペースで走れるので気持ちもリフレッシュできます。

## ＼質問②／

健康維持のためにサプリメントは飲んでますか？

**ヘンリー:**ビタミンBミックスとビタミンCを、4年間欠かさず飲んでます。また、DHCのコエンザイムQ10も飲みます。DHCが良いという情報は、インターネットの「Pantip」という掲示板サイトで知りました。体に入れるものなので、信頼できるブランドであることが条件です。

**オー:**私もカルシウムなどのサプリメントを服用しています。また、髪の毛が痛んでいるので、医者に勧められた亜鉛のサプリメントを飲んでます。

**トップ:**私はビタミンBとC、カルシウム、DHA(ドコサヘキサエン酸)を常服しています。健康を意識するようになってから、運動、食事、サプリメントと、全てを見直しました。

**サオ:**私はサプリメントは服用せず、運動と食事で健康管理しています。炭水化物を控えることで、コレステロール値はかなり良くなりました。

**レイ:**私も食事と運動だけです。野菜を多く摂り、炭水化物や油分を控えています。

**ジ:**私は昔からサプリメントを服用してい

ますが、効果を実感できるようになったのはごく最近です。運動せずサプリメントだけに頼っていたころは、ほとんど効果はなかったと思います。ジョギングを始めてからは、持病の頭痛やアレルギーも改善されました。やはり、運動と食事、それをサプリメントで補うというのが大切だと実感しています。

### ＼質問③／ 健康器具やサプリメント、 介護器具などを購入する 決め手となるポイントは？

**ジ:** どの国のブランドかを重視します。一般的に、ブランドの知名度は大切だと思います。

**ヘンリー:** 私も知名度のあるブランドかどうかを見ます。サプリメントなら、ブラックモアズ（豪州ブランド）、セントラム（米国ブランド）、DHCあたりは信頼できるブランドです。また、成分もしっかり見えています。知らない成分は、ネットで調べています。

**オー:** 私は日本製品を信頼しています。消費者の気持ちになって、細かいところまで気を使っているのが分かります。

**ジ:** 日本製品はすげえと思います。視察で日本の製薬メーカーを訪れたことがありますが、品質管理は非常にシステムティックで徹底されていました。

**トップ:** 私はネットのレビュー評価を重視しています。

### ＼質問④／ 皆さん健康意識が高いようですが、 標準的なタイ人と言えますか？

**ジ:** 現代のタイ人は健康意識が高いと思います。ネット、テレビ、雑誌、どれも健康に関する情報が目に入りますからね。私の周りでも、定期的に運動したり、食事やサプリメ

ントに気を使う人の方が多いです。

**ヘンリー:** 最近はどこへ行っても健康志向の商品や情報が目に入るようになってきました。スーパーではオーガニック野菜の棚が増えていますし、サプリメントや健康食品のコーナーも充実しています。オフィスで働くタイ人なら、自分ほどではないにしろ、何らかの運動はしていると思います。

**トップ:** 社会的な視線も重要だと思います。日々の健康管理はその人を判断するのに重要な要素になっています。

### ＼質問⑤／ 退職後・老後への備えは していますか？

**ジ:** 子どもができなかったら、最後は老人ホームに入ることになるでしょう。必ずしも親と同居する子どもばかりではありませんから、結局は自分たちで老後の資金を作っておくというのが大切ですね。費用は夫婦で月に5万パーツ、一人なら3万パーツくらいと見えています。

**オー:** 私たち夫婦は子どもを作らないと決めているので、介護施設行きが確定しています。老後の資金には、1,000万パーツくらいは必要ですから、貯金だけでなく土地も購入しています。

**ヘンリー:** 私は独身なので、このまま行けば老人ホームでしょう。必要な資金は1,000万パーツくらいだと考えています。そのために、投資や貯蓄で老後の設計をしています。

**トップ:** 私も独身です。やはり頼りになるのはお金ですから、誰にも迷惑をかけないために、老後資金を作る資産運用は重要なポイントです。

**レイ:** 私たち夫婦は引退したら田舎に帰ることを決めています。既に老後に住むための土地も購入しています。寝たきりになったら、子どもたちに面倒を見てほしいと思いますが、仕事などの都合で一緒に住むことができれば、

親戚などの世話になることになるでしょう。施設に入るのは嫌です。

**サオ:** 私も引退後は故郷のナーン県（北部）で暮らしたいと考えています。田舎では収入を得るのは難しいですから、日々の生活費に困らないための計画も立てています。故郷には母と兄がいますから、毎年少しずつお金を送って、農園を買い足してもらっています。これを老後の生活基盤にしたいと思っています。

### ＼質問⑥／ 美容への取り組みはしていますか？

**レイ:** 運動と食事だけです。エステやスパは使っていません。

**オー:** 私は湯の森という温泉施設をよく利用していますよ。エステや美容クリニックは以前利用したことがあります。大手美容クリニックで、12回で1万9,000パーツのコースでした。確かに肌はきれいになったと思いますが、効果は長く続きません。やはり、中から変えなくてはいけないと思い、明治のアミノコラーゲンも試しました。

**トップ:** ニキビ治療やスキンケア目的で、美容クリニックやエステに通っていたこともありました。痩身エステやレーザー治療にも多額のお金をかけました。確かに効果はありましたが一時的なものです。また、色々なコースや商品を勧められるのも煩わしく、次第に面倒になってしまいました。

**ヘンリー:** 同じく、エステ、クリニック、スリムセンターと、ほとんど試したことがありますが、効果は短いですね。今は運動と自分でできるスキンケアだけです。

## 座談会参加者



レイ

性別: 女性  
年齢: 38 歳  
職業: 教師  
宗教: 仏教  
既婚・未婚: 既婚  
家族人数: 4 人  
同居人: 夫、子ども  
世帯収入: 6 万パーツ



ジ

性別: 女性  
年齢: 33 歳  
職業: 薬剤師 (保健省)  
宗教: 仏教  
既婚・未婚: 既婚  
家族人数: 2 人  
同居人: 夫  
世帯収入: 10 万パーツ



サオ

性別: 男性  
年齢: 37 歳  
職業: 会社員  
宗教: 仏教  
既婚・未婚: 既婚  
家族人数: 4 人  
同居人: 妻、子ども  
世帯収入: 4 万パーツ



オー

性別: 女性  
年齢: 39 歳  
職業: 自営業  
宗教: キリスト教  
既婚・未婚: 既婚  
家族人数: 2 人  
同居人: 夫  
世帯収入: 20 万パーツ



ヘンリー

性別: 男性  
年齢: 38 歳  
職業: 会社員  
宗教: 仏教  
既婚・未婚: 独身  
家族人数: 3 人  
同居人: 妹、姪  
世帯収入: 13 万パーツ



トップ

性別: 男性  
年齢: 33 歳  
職業: 公務員  
宗教: 仏教  
既婚・未婚: 独身  
家族人数: 1 人  
同居人: 無し  
世帯収入: 4 万パーツ

フィットネスの  
会員に入っています。

健康的な老後を迎えるのは  
日々の努力の結果です

4年前からヨガを  
やっています

老後に備えて  
田舎に土地を  
買っています

週に2~3回水泳や  
ウォーキングを  
しています

ビタミンBとCを  
毎日摂取しています

水泳やウォーキングが人気。運動は美容というより健康のため

# 40 50 代 座談会

## ＼質問①／ 健康を意識して日頃 取り組んでいることは？

**ブー：** 自転車やウェイトトレーニングをやっています。昔は体が弱くとても痩せていたので、体を健康的にたくて30歳のころに筋肉を付けるための運動を始め、食事も多く摂るようにしました。最初はジョギングを試したのですが、すぐに膝を痛めてしまいました。自転車は自分のペースで体を鍛えることができるので私には合っています。また、ビタミンBとCのサプリメントを毎日摂取しています。ただ、基本的に食事と運動で健康を維持した方が良くと思っています。

**メート：** 私は、住んでいるコンドミニアムにプールとフィットネスがあるので、週に2~3回水泳やウォーキングをやっています。外を走ったこともあります。雨が降ったら走れませんし日焼けも気になります。ランニングマシンの方が楽に運動が出来て良いですね。また、炭水化物や油の摂取を控えたり、ビタミンやコラーゲンなどのサプリを摂取したりしています。こういった健康管理は、40代になってからはじめました。

**ルン：** あまり運動はしていません。フィットネスの会員なので、2~3週間に一回程度ウォーキング、水泳、筋トレをやっているくらいです。

**トゥック：** 私は週に1度職場近くのフィットネスに通っています。ウォーキングや軽めのウェイトトレーニングをします。通い始めたのは4~5年前からです。それまでは仕事が忙しく、あまり健康に気を使う余裕がありませんでした。50歳になった今、健康には気を使っています。最近は、ビタミンなどのサプリメントも飲み始めました。

**ボウ：** 4年前からヨガをやっています。子どもの頃から体が弱く、運動などは論外でした。アレルギーが酷く毎日の注射は欠かせませんでしたし、肝機能にも問題がありました。体質改善のため、様々なスポーツを試しましたが、どれも体力が続かず、最後にたどり着いたのがヨガでした。今は海外旅行もできるようになり、ようやく健康的な生活ができるようになったところです。

## ＼質問②／ 女性の皆さん、 運動は美容のためですか？ それとも健康のためですか？

**トゥック：** 完全に健康のためです。もう50歳ですから、美容よりも健康の方が大切です。健康のために始めたのは、医者にかかりたくない、治療費が高いから、お金をかけたくないからです。40歳を過ぎてから考えが変わりました。

**ボウ：** 私も健康のためです。全く運動できなかった若い頃の苦い思い出がありますから。

**メート：** 私も同じです。40歳過ぎてから、ちょっと階段を登っても息切れするようになりました。老後に体が不自由になるのは嫌ですからね。



＼質問③／  
定期的に体重や血圧を測定していますか？

**全員：**体重は時々計っています。

**ノバドン：**病院では血圧も血糖値も計っています。家では器具がありません。

**ボウ：**私は母の血圧計を時々使っています。

＼質問④／  
こういったところから健康や老後の情報を得ていますか？

**全員：**SNS です。

**メート：**Facebook もそうですが、インターネットのトピック記事でも、レビューを参考にします。記事自体は広告として掲載されることもありますから、実際に使っている人、試している人の評価が重要です。

**ボウ：**私の場合、主治医がいるので医師からの情報というのはとても重要です。自分の体のことを知っているプロの意見には耳を傾けます。

**ノバドン：**同じです。私も主治医の意見が一番信頼できます。

＼質問⑤／  
退職後・老後に対する意識、介護に対する考え方を聞かせて下さい。自身の老後のことを考えたことはありますか？

**ブー：**あまり考えたことはありません。ですので、ほとんど何も備えと言えるものはありません。生命保険に加入しているくらいです。

**トゥック：**私は最近よく考えるようになりました。重い病気になり、人の世話に

ならなければいけなくなったらどうしようかと。老後に備えて田舎に土地を買っています。私は夫と二人きりですし子どももいません。60歳で引退したら、田舎の土地に小さな家を建てて、きれいな空気を吸って、夫と静かに暮らしたいと思っています。

**ノバドン：**糖尿病を患っているので、老後のことというよりもいつまで子どもの面倒を見てあげられるかを毎日考えています。健康的な老後を迎えるのは、日々の努力の結果ですから。今健康に気を使えば、家族といられる時間がそれだけ長くなります。

＼質問⑥／  
金銭的な備えはしていますか？

**ノバドン：**銀行預金や株券は相続手続きが大変なので、金（ゴールド）を買っています。私が死んだ後すぐに現金化できますから。後は生命保険です。

**メート：**私もお金については考えます。子どもがいないので、面倒を見てくれる人もいません。いつまで生きるかも分かりませんから、なるべく無駄遣いはせず、老後のために貯金しています。子どもがいないので、生命保険には加入していませんが、医療保険に加入しています。心臓病やガンなどの5大疾患に対応している保険です。医療費が一番の負担になりますから。

**ルン：**あまり老後のことは考えていません。寝たきりになるなんて考えたくもありません。ほとんど病気にかかったことは無いので、健康には自信があります。

＼質問⑦／  
ご両親に介護が必要になったら、介護施設を利用しますか？

**ノバドン：**自分の親を家から出すなんて考えられません。でも、子どもには自分が寝たきりになったら施設に入れて欲しいといっています。子どもに介護の負担をかけるのはかわいそうです。

**ブー：**介護施設は最後の選択です。ただ、私も子どもの重荷にはなりたくありません。

**メート：**考えたこともありませんが、やはり一緒にいたいですね。施設に預けて自分で面倒を見ないとか、子どものすることではありません。

**ノバドン：**タイ人は家族との結びつきが強いですからね。

**ボウ：**私は母と二人きりですから、もし母が寝たきりになってしまえば、介護施設に入れるしかありません。昼間は仕事がありますから、とても介護はできませんし。



## 座談会参加者



ルン

性別：男性  
年齢：43歳  
職業：フリーカメラマン  
宗教：仏教  
既婚・未婚：既婚  
家族人数：2人  
同居人：妻  
世帯収入：6万パート



メート

性別：女性  
年齢：44歳  
職業：会社員  
宗教：仏教  
既婚・未婚：既婚  
家族人数：6人  
同居人：両親、夫  
世帯収入：15万パート



ノバドン

性別：男性  
年齢：41歳  
職業：自営業  
宗教：仏教  
既婚・未婚：既婚  
家族人数：6人  
同居人：無し  
世帯収入：6万パート



ボウ

性別：女性  
年齢：41歳  
職業：自営業  
宗教：仏教  
既婚・未婚：未婚  
家族人数：2人  
同居人：母  
世帯収入：10万パート



トゥック

性別：女性  
年齢：50歳  
職業：会社員（ホテル）  
宗教：仏教  
既婚・未婚：既婚  
家族人数：2人  
同居人：夫  
世帯収入：7万パート



ブー

性別：男性  
年齢：45歳  
職業：フリーランス（ウェブ関連）  
宗教：仏教  
既婚・未婚：既婚  
家族人数：6人  
同居人：両親、妻、子ども2名  
世帯収入：15万パート

水泳や  
ウォーキング  
をしています

自宅のサイクリング  
マシンを使っています。

自家製のハーブ  
飲料を飲んでいます

ボランティア  
活動や旅行を  
しています

仕事を減らして、  
ゆとりのある毎日です

早朝ウォーキングを  
5年続けています

ウォーキングや自宅での運動が人気。仕事や趣味が活気に

# 60代以上 座談会

## ＼質問①／

現在、お仕事を続けている方は  
いますか？

**ヤック**：私はタイの伝統舞踏をやっておりまだ現役です。自分が演じることもありますが、師匠として弟子を教えることが中心です。

**トー**：弁護士として、現在も仕事をしています。ただ、現役真っ盛りの頃に比べると仕事量は少ないので、自由な時間は多くなっています。子どもや孫たちと旅行したり、食事にいったりと、毎日の生活にゆとりができています。

**ポム**：私は公務員でしたが、現在は大学の講師として勤務しています。54歳の退官後から60歳頃までは複数の大学で講座を掛けもちしており、非常に忙しく収入も一番多かった時期でした。現在は仕事を減らしています。

**トーン**：公務員を退官した後、現在は自営業をやっています。最近は、今までの生き方や生活を思い返す日々で、お寺で瞑想することが多いです。他には家族とお寺を詣でたり、趣味の写真に時間を使ったりしています。老人ですが、じっとしているのは嫌ですから。

**ジム**：既に引退しています。引退後の生活は、ボランティア活動をしたり、旅行したりと、自由気ままな生活です。親戚がいるシンガポールはよく訪れます。国内旅行はお寺を廻ることが多いです。夫はサイクリングに目覚めてしまい、よく地方ヘツーリングに行きますから、一緒に行動することは少ないです。

**ティム**：私も引退はしていますが、健康維持と趣味の範囲で仕事をしています。裁縫ができるので、小さな教室を開いています。でも、一番の役割は30歳になる娘の職場の送り迎えです。時間だけはありますし、毎日車の中でしっかり話ができる大切な時間です。

## ＼質問②／

健康を意識して日頃取り組んでいることはありますか？

**トーン**：自宅にサイクリングマシンを購入して、週3回30分ほど汗を流しています。外でサイクリングとなると、色々とも付き合いも増えて面倒です。自宅でも運動しています。

**ヤック**：水泳とウォーキングです。水泳は30代から続けてきましたが、プールが遠

く通うのが億劫になってきたので、最近はウォーキングの方が多いです。毎日5キロくらいを歩いています。

**ポム**：仕事前の早朝ウォーキングを5年間続けています。体調を崩し、気管支が悪くなったのがきっかけで、医師の勧めで始めました。ウォーキングを始めてから、体調はとても良くなっています。

**ティム**：私の健康維持はもっぱら家でできることです。外で運動すると膝を悪くしてしまいます。起床したらベッドで腹筋を鍛えて、日中はヨガやストレッチもやっています。ストレスが無い生活が大切ですから、自宅で歌を歌って発散しています。サプリメントには頼らず、自家製のハーブ飲料を飲み続けていることも健康の秘訣です。

## ＼質問③／

他の方はサプリメントは  
摂取していますか？

**ポム**：あまり効果があるとは思いませんが、ビタミンC、B1、B12を10年前から常用しています。ビタミンB12は難聴の改善に繋がると医者から言われました。それでも、運動の方が効果が高いと思います。

**ジム**：私もビタミンBミックスとビタミ

ンCをこの5年ほど飲んでいます。

**ト一:** 私もビタミンはBミックスとビタミンCです。それにグルコサミンが含まれる黒胡椒エキスのサプリメントも飲んでます。膝が悪くなって歩行に支障が出た時、友人の勧めで飲み始めました。とても効果があり、膝の痛みは無くなっています。

### ＼質問④／ 介護についてお聞かせください。 要介護になったときの不安はありますか？

**ジム:** もちろん不安はありますので、そのための準備もしています。50歳になった頃から、全国を廻って分譲型ケア付きコンドミニアムを見てきました。既に入居権利80万パーツの物件を購入しています。

**ヤック:** 私も分譲型ケア付きコンドミニアムに興味を持っています。でも、本人のみに権利があるため、子どもに相続させることができないのが難点です。やはり、どれだけ資金を持っているかが重要でしょう。お金が無ければ何もできないのが現実ですから。

**ティム:** 私の場合は、夫が元公務員だったので公務員年金で充分生活ができますし、医療費は生涯無料です。とても恵まれています。

**ト一:** 私も公務員でしたから、医療費の心配はありません。普通の生活には月1万パーツもあれば充分です。それなりに貯蓄もしましたが、不動産投資もしてきました。発展が見込まれる地方の土地を保有しています。まとまったお金が必要になれば、売っても良いですし、担保にして借入れもできます。もちろん、子どもに残すこともできます。

**ト一:** 私はチェンマイの出身ですが、長くバンコクで暮らしてきましたので、このま

ま子どもたちとバンコクで余生を送りたいと考えています。持ち家ですから普段の生活にはお金がかかりませんし、息子も優良企業で働いているため家族を含めた医療費が無料です。預金も十分ありますので、金銭的な心配はありません。それに、弁護士としても活動していますから多少の収入もあります。

**ポム:** 私の給与は子どもの教育投資でほとんど使ってしまい、貯蓄は夫に頼り切っていました。ただ、54歳で公務員を退官した後も、大学講師の収入があり生活には困っていません。また、公務員年金が月に2万7,000パーツありますし、医療費は無料ですから金銭的な不安はありません。

### ＼質問⑤／ 介護を受ける場合、施設と自宅 どちらが良いのでしょうか？

**ポム:** 退官公務員ですから、医療費の心配がありません。ですので、歩けるうちは自宅に居たいですが、寝たきりになったら病院だと思えます。

**ジム:** 夫はまだ元気ですが、寝たきりで医療ケアが必要なほどになったら、恐らく派遣ナースを雇うことになります。離れて暮らすのは嫌です。ずっと一緒にいたいと思います。

**ヤック:** 誰でも自宅がいいに決まっていますが、世話のできる家族がどれだけ自宅にいるかだと思います。自分なら家族の重荷にはなりたくないと思いますが、一方で寝たきりになって施設で管に繋がれて生きるのも嫌です。

**ト一:** 私は自宅で家族に面倒を見てもらいたいです。でも、介護の負担がどれだけ大きいかは分かっていますから、家族の生

活に支障が出て言い争いが絶えないような状況になれば、進んで老人ホームに入所します。どんなに家族を愛していても、負担は大きいからです。

**ト一:** 家族の負担にはなりたくないですね。

**ティム:** 私も娘に負担を強いることはしたくないですね。なるべく自宅にいたいと思えますが、家族の重荷になるようなら、迷わず老人ホームにいけます。でも、施設のサービスや品質は重要ですね。

### ＼質問⑥／ 健康や老後の情報はどやって 入手していますか？

**ヤック:** 3カ月ごとに健康診断を受けており、病院にある雑誌やリーフレットはよく目を通しています。同じ年齢の知人からのクチコミも役に立ちます。また、最近はテレビでも高齢者向けの情報番組が増えてきましたね。

**ト一:** テレビの健康番組はいい加減な根拠の情報も多いですよ。私はインターネットの情報を一番参考にしています。

**ジム:** インターネットの情報も虚実様々だと思います。情報のソースが信頼できるかどうかですね。

**ポム:** 以前、テレビの健康番組で手作りのフルーツジュースが高齢者の健康に良いと勧めていました。それを見た夫が毎日飲んでたのですが、血糖値が上がってしまいました。

**ヤック:** やはり医者に直接聞くのが一番ですね。

**全員:** そうですね、主治医の意見が一番良いですね。

## 座談会参加者



ヤック

性別: 男性  
年齢: 61歳  
職業: 伝統舞踏芸能演者・講師  
宗教: 仏教  
既婚・未婚: 既婚  
家族人数: 3人  
同居人: 妻、娘  
世帯収入: 5万パーツ



ト一

性別: 男性  
年齢: 70歳  
職業: 弁護士  
宗教: 仏教  
既婚・未婚: 既婚  
家族人数: 4人  
同居人: 妻、子ども  
世帯収入: 12万パーツ



ト一

性別: 男性  
年齢: 60歳  
職業: 自営業(元公務員)  
宗教: 仏教  
既婚・未婚: 既婚  
家族人数: 3人  
同居人: 妻、子ども  
世帯収入: 10万パーツ



ティム

性別: 女性  
年齢: 68歳  
職業: 無職  
宗教: 仏教  
既婚・未婚: 既婚  
家族人数: 3人  
同居人: 夫、子ども  
世帯収入: 26万パーツ



ジム

性別: 女性  
年齢: 63歳  
職業: 無職(元電力公社)  
宗教: 仏教  
既婚・未婚: 既婚  
家族人数: 2人  
同居人: 夫  
世帯収入: 10万パーツ



ポム

性別: 女性  
年齢: 66歳  
職業: 大学講師  
宗教: 仏教  
既婚・未婚: 既婚  
家族人数: 4人  
同居人: 夫、子ども  
世帯収入: 10万パーツ





*-Bangkok Edition-*

# HEALTHY LIFESTYLE

ヘルシーライフスタイル | バンコク版

発行	2018年3月
発行者	日本貿易振興機構（ジェトロ） 〒107-6006 東京都港区赤坂1丁目 12-32 アーク森ビル（総合案内6階） TEL：03-3582-5511 <a href="http://www.jetro.go.jp/index.j.html">www.jetro.go.jp/index.j.html</a>
制作	ジェトロ・バンコク事務所 16th Fl. of Nantawan Bldg., 161 Rajadamri Road, Patumwan, Bangkok 10330, THAILAND TEL：(66)2-253-6441 <a href="http://www.jetro.go.jp/thailand">www.jetro.go.jp/thailand</a>

Copyright©2018 JETRO. All rights reserved.

本書の一部または全部の複写（コピー）・複製・転載及び記録媒体への入力等は、著作権法上での例外を除き、禁じます。これらの許諾については、ジェトロまでご照会ください。

ジェトロは、本報告書の記載内容に関して生じた直接的、間接的、あるいは懲罰的損害および利益の喪失については、一切の責任を負いません。これは、たとえジェトロがかかる損害の可能性を知らされていても同様とします。

JETRO