

# GAPの具体的内容

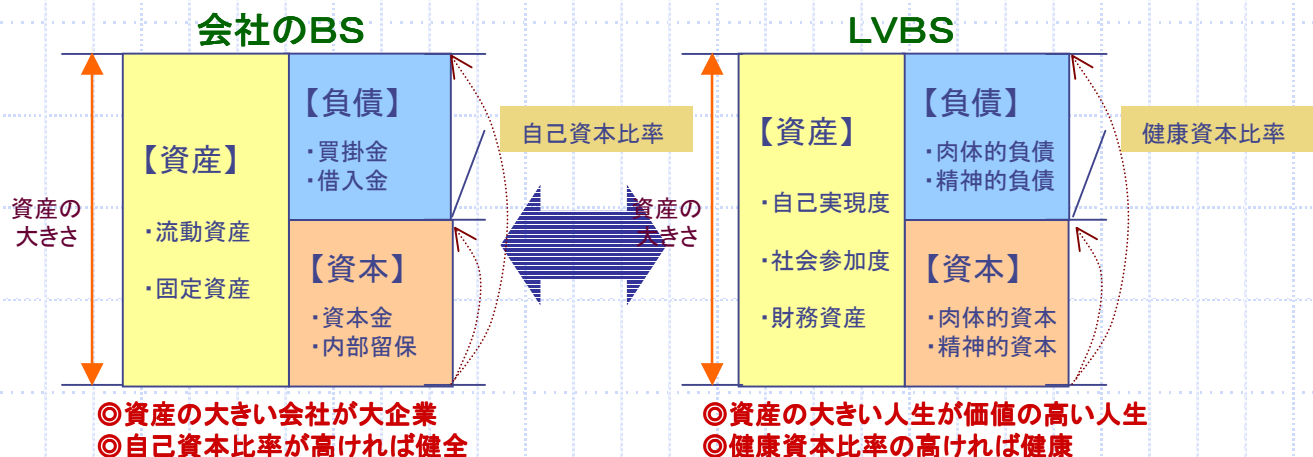
## ① LVBS (Life Value Balance Sheet)

会社の健康状態を客観的に知る手段として、バランスシート（貸借対照表）が用いられます。これは、ある時点における会社の財産（＝資産）と、その財産をどのようにして調達したか、即ち、他人資本（＝負債）と自己資本（＝資本）の状態を表したものであり、資産の合計と負債・資本の合計が一致していることからバランスシートと呼ばれています。そして一般的に、大きな財産を持った企業を大企業、自己資本の比率が高い企業を健全な企業と判断されています。

LVBSは、人生における価値をこのバランスシートに表したものです。現時点におけるご自分の人生の価値を資産として捉え、この価値を生み出した自身の身体的パワーや精神的パワーを資本としています。また、こうした価値を生み出していくためには、少なからず心身に負荷をかけており、適度な負荷は資本強化に繋がりますが、過度の負荷や不健全な生活習慣は、病気というリスクを発生させています。LVBSは、こうした心身面のリスクを負債として捉え、**現在の人生における資産とそれを生み出した源である資本と負債の状態を表したものである**です。

一般的に行われている健康診断は、病気やその兆候を調べることで、即ちLVBSでいうところの負債を測定することのみが目的であり、多くの健康増進プログラムも、負債を減らしていくこと、云わば「**病気にならないために**生活習慣の改善や運動を行いましょう」といった、どちらかというとながティブな発想を基に作成されたものです。しかし、LVBSを作成してみれば、自分の人生の価値（資産）を高めていこうと考える際、単に負債を減らしていくことだけでは片手落ちであり、もっと積極的に資本の増強を図ることが大切であるということに気づきます。LVBSは、人生の価値（Life Value）を高めるという発想を基に、**資本と負債のバランス（健康資本比率）の改善を図ることが重要である**と考えております。

『身体が資本』という言葉があるとおり、健康な心身は人生の価値を創り出す上で大きな影響を与えます。**会社にも毎年決算があるように、毎年定期的に自分のLVBSを作成し**、これからのセカンドライフステージのQOLを高めていく指標にしていいただければと考えております。

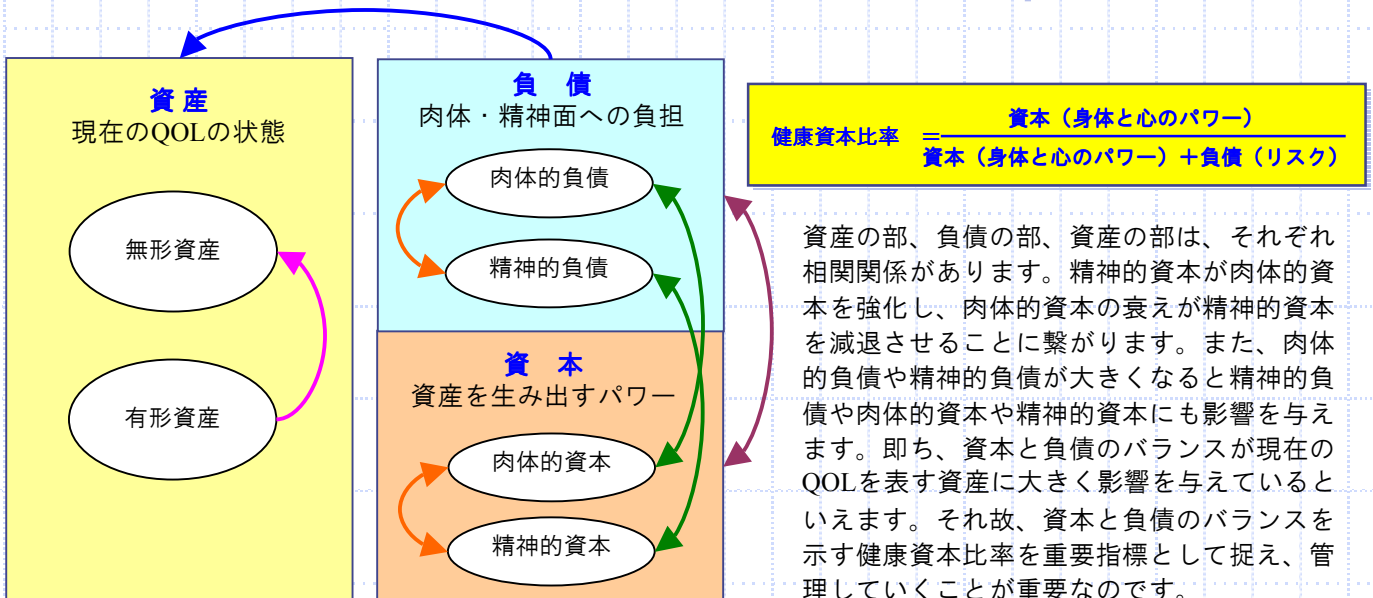
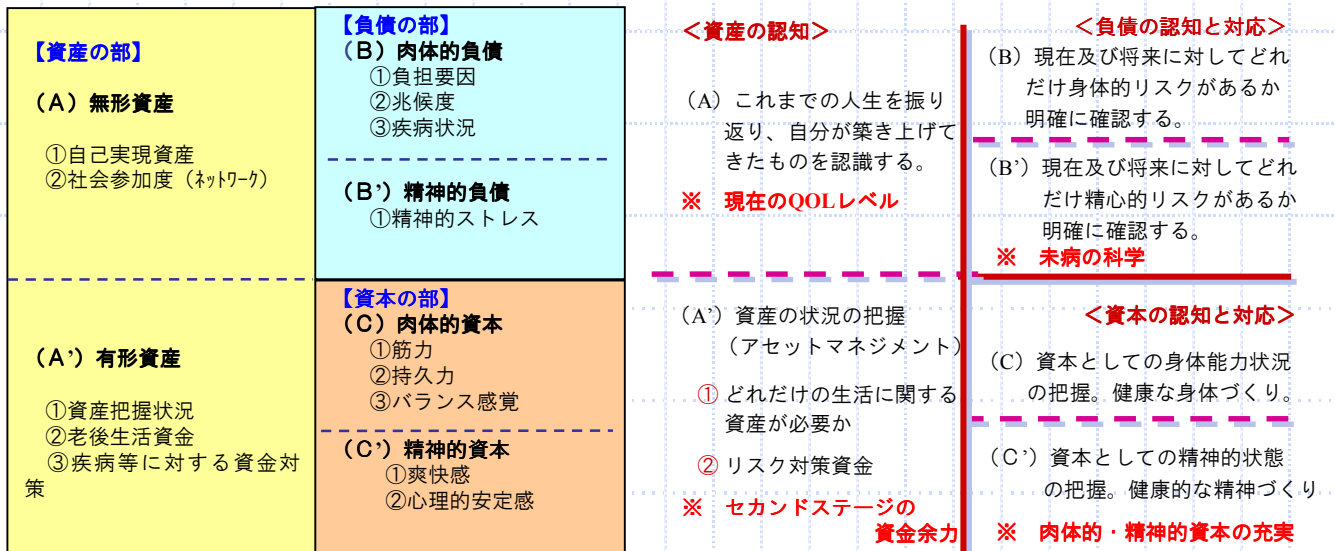


# GAPの具体的内容

## ①-A. LVBS I

LVBS Iは、会員以外の方でも自由にWEB上で実施できる簡易版自己診断プログラムです。『資産の部』は、現在のQOLの状態を、(A) 無形資産 (①自己実現度、②社会ネットワーク)、(A') 有形資産 (③財務資産) からの視点により、スケール化しております。そして、それらの資産を形成する源として『資本の部』(C) 肉体的資本、(C') 精神的資本があります。また、(C) や (C') に影響を与えている要因を『負債の部』(B) 肉体的負債、(B') 精神的負債としております。これらは、それぞれに相関関係があると考えております。

### LVBS I 第2の人生設計図



※矢印の方向は相関関係を示す

# GAPの具体的内容

## ①-A. LVBS I (これまでの生きてきた価値の算定による気づきプログラム)

～ 自己診断の方法 ～



### 無料会員登録

LVBS自己診断は無料ですが、参加するには、無料会員登録が必要です。



### アンケート入力

アンケート項目は、全部で29問あります。パソコンの画面上で回答を入力していきます。

※ 紙上質問シートもあります



### 診断結果表示

質問項目の入力が済むと診断結果が表示されます。資産の部、負債の部、資本の部の現状を客観的に把握できるとともに、資本と負債のバランスをみる健康資本比率が表示され、現在のQOLと健康状況が分かります。



# GAPの具体的内容

## ①-B. LVBS II（これから生きていくことに対するプログラム）

LVBS IIは、実測に基づいてバランスシートを作成し、第二の人生の設計を行なっていただくものです。LVBSには、健康資本バランスシート（Healthy Capital Balance Sheet）と健康ファイナンシャルバランスシート（Healthy Financial Balance Sheet）の2つから構成されており、より本格的なセカンドライフステージの指標とすることができます。

