

拝啓 秋分の頃、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

また、常日頃よりご指導ご支援を賜り、誠に有難うございます。

平成3年1月21日にヘルシーピットが誕生し、お蔭様で20年目に入りました。「光陰矢の如し」とは本当にこの事だと痛感しております。弊社を設立した頃は、日本経済はバブルが弾けた後の混乱期で、人々は「自分の健康」よりもまずは生活を成り立たせる事が先決の時代でしたが、ヘルシーピットは専門職集団（栄養士）が起業したと日本経済新聞社に掲載され、色々な会社の皆さまとのお付き合いが始まりました。

この20年間に約20万人以上の方々（健康保険組合・市町村・企業）に「食事からの健康」を伝えて参りましたが、その基本は私が考案した食生活改善法「杉本恵子の食材5色バランス健康法」です。子供からお年寄りまで幅広い世代から「わかりやすく、すぐに実行できる」とご評価を頂き、現在ではヘルシーピットのビジネスを背負う大きな柱となりました。また、7年前からは介護事業のデイサービスもスタートし、東京は「レストランディTEA倶楽部成城」、兵庫県西宮は「マリーン・レストランディ西宮」として、地域の皆様に大変喜ばれる存在になりました。

子供からお年寄りまで、約20万人以上の方々の健康をサポートしてきて痛感した事は、例えば盲目のランナーをサポートし、一緒に目標を目指す「サポーター」の様な存在が必要だということでした。本来は「自分の健康は自分で守る」のが理想ですが、多くの方が継続出来ないのが現実です。

そこで20年目の集大成として、10月より会員制健康クラブ「フィットネスミール クリニック クラブ」(fmc*club)をスタートさせて参ります。健康づくりの3本柱は「食事」「運動」「休養」と言われています。このクラブにご入会頂くと、「my栄養士」や「myトレーナー（健康運動指導士等）」のパーソナルサポーターと出会え、クラブ活動として「積極的な休養」の機会も提供されます。今後は「fmc*club」を多くの皆様にご紹介し、楽しく継続できる健康管理の実現に寄与していきたいと願っております。

最後になりましたが、20年間の感謝の気持ちと今後の活動をお伝えしたく、10月19日（火）に「ヘルシーピット フォーラム」を開催致します。98歳で現役を勤められ、益々元気でらっしゃる日野原重明先生をお招きし、「いつまでも、生き活きと元気に生活する秘訣」と題してご講演を頂き、日常の健康管理のあるべき姿をご一緒に考えてみたいと思います。お忙しい中恐縮ですが、是非ご出席を頂けましたら幸いです。どうぞ宜しくお願い申し上げます。

季節柄ご自愛くださいます様お祈り申し上げます。

敬具

平成22年9月吉日

株式会社ヘルシーピット
代表取締役 杉本恵子