

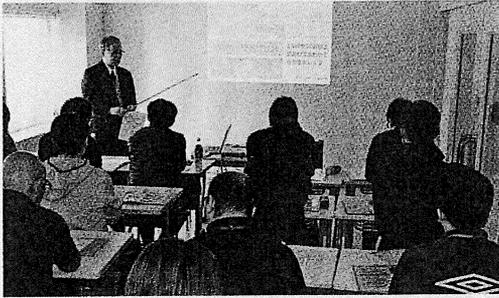
健康意識向上後押し

大「啓発型健診」を試行

弘 大 結 果 即日告知 その場で健康教育

健康意識の改善で、行動に変革を。弘前大学医学部で18日、健診と啓発を組み合わせた新たな試み「啓発型健診」が試行され、関係者が効率的な手順などを探った。同健診では、健診結果が即日告知され、結果に応じた健康教育プログラムをその場で受講することで、自らの健康状態を正しく自覚し、不健康につながる日常の行動を見直すきっかけにしよう狙い。同大医学部キャンパス内に来春、整備される健康づくりなどの拠点「健康未来イノベーションセンター」を起点に展開し、市民らの健康増進を図る。

(山本恵子)



健診結果の通知後、中路教授（左奥）による集団教育プログラムが行われ、参加者が健康の意義や自分の健康状態を認識した



啓発型健診では、健康と深い関わりがある口腔衛生にも注目し、歯科診察などが行われた

弘大と県、弘前市が地域ライフインベシ共同提案した「革新的イノベーション」で、文部科学省の「地域科学OIE（センター・オペレーター）の採択を受け、セの拠点施設となり、啓発型健診の実証開発、産学官連携による健康大で取り組んでいる国ビッグデータを活用した病気の予防のコンテンツ開発などを進める。

啓発型健診の特徴は健診結果の告知が即日という「即時性」のほか、①メタボリックシンドローム②口腔③ロコモティブシンドローム④うつ病、認知症の重要4項目を網羅した「包括性」、健康教育に力点を置いた「啓発性」。

同日は、同市で医療機器販売などを手掛ける「シバタ医理科」（阿部隆夫代表取締役）が協力。社員約70

人が参加し、2グループに分かれて骨密度や歯科、認知症、体力など十数の項目を健診し、約2時間後に健診結果を受け取った。健康についての基礎知識を学ぶ「集団教育」、メタボや口腔への知見をより深める「個別教育」を受講した参加者は、日ごろの生活習慣や行動を振り返りつつ、健康への自覚を新たにしました。

半年後には2回目の健診を行い、健診により促された行動変容の成果を検証。それまでは月2回、健康情報を配信するなどし、健康への意識付けを図る。ひろさき健康増進リサーチでもある阿部代表取締役は「その場で健診の結果が通知されるため、社員健康への意識も高まるのでは、帰宅後も家族との話題にしやすく、健康教育の啓発につながる」と話した。

社員の船木早智子さん(41)は「結果が早く出て、話も分かりやすく参考になった。普段は車移動が多く、運動不足を感じているので、少しでも日常的につに健診結果を読み解く力を伝え、健康の知

識と意識を植え付けていく機会が重要。健康寿命を延ばすには自らが健康について学び、賢くならないと自らを守ることができない」と強調した。

弘大COI拠点長・研究統括の中路重之医学研究科教授は「啓発型健診を通じ、一人ずつに健診結果を読み解く力を伝え、健康の知