

「短命県返上に貢献を」

弘大社会医学講座・井原教授インタビュー

高齢者の健康問題 研究拡大へ意欲

短命県返上や健康寿命延伸などに取り組んできた弘前大学大学院医学研究科の社会医学講座。今月1日に同講座教授に着任した井原一成教授がインタビューに応じ、著任前に研究していた高齢者のうつ病などについて紹介した上で、弘大では研究の幅を広げていく考えを示し、「若い時の生活習慣がその後の健康にどう影響を与えるか。総合的な関係性を明らかにしていきたい」と意欲を語った。



「地域住民の健康に貢献したい」と語る井原教授

井原教授はこれまでの研究が、高齢者の場合、活動量の減少、高齢者のうつ病と向き合っている。趣味の社交ダンス教室から足が遠のき、と、体力や筋力低下に「うつ病は心の病」と思いがちだが、何りではなく出来合いの食卓に並ぶ総菜は手作りをやっても楽しくない、やる気が出ないと、やめてしまおう時は注「心的な症状」と解説す意が必要」と指摘。高予防、改善に向け、

「バランスのいい食事、十分な睡眠、初期の段階は体を動かすことが重要で、足腰の筋力を保つことを心掛けてほしい」と健康づくりの基本を示し「団塊の世代で働き詰めだった人たちに人生やいろいろな趣味を長く楽しんでほしい」と話

弘大の社会医学講座では、中略重之特任教授を筆頭に、10年以上継続する大規模プロジェクト「岩木健康増進プロジェクト」を展開し、全国の研究機関から注目を集めている。さまざまな機関と連携

らスピードアップして健康づくりに向かっていきたい」と述べた。初めて弘前市を訪れたのは大学院生の頃という。「ねぶたまつりが始まる前の時期の街のあちらこちらで山車を作る様子、風情と高揚感がありすこいし、「個人の（人柄なども含め）個性も見ながら支援していきなり「社会医学、公衆衛生に携わっている立場」として、青森県の短命県という課題解決に貢献できることを光栄に思っている。地域の健康に貢献したい」と今後の研究に期待を寄せた。

◆ ◆ ◆
弘大の社会医学講座では、中略重之特任教授を筆頭に、10年以上継続する大規模プロジェクト「岩木健康増進プロジェクト」を展開し、全国の研究機関から注目を集めている。さまざまな機関と連携

【略歴】井原一成氏（いはら・かずしげ）兵庫県出身。1992年、山形大学大学院医学研究科修了。昭和大学医学部講師、東邦大学医学部講師を経て現職。専門分野は高齢者のメンタルヘルス、高齢者の精神保健など。55歳。

◆ ◆ ◆
自身の研究について「高齢者の健康問題は高年齢期になってから取り組んだのでは遅い」と若年者の生活習慣がその後の健康に影響を及ぼすことを示す。一方、国が2016年度に行った中間評価で医療・健康分野で最も高い評価を獲得した「弘大COI」についても「これだけ多くの企業が実質的に参加している。健康のインペッション」ということを相互に刺激を与えながらワンルームでやっている。ダイナミズムが魅力だ」と語る。