

弘大・弘前市

岩木地区でいきいき健診開始

健康づくり意識向上へ

健康寿命延伸に向け、弘前大学と弘前市が65～80歳の市民の健康状態を10年間追跡調査する「いきいき健診」が9日、同市の岩木文化センターあそび場でスタートした。

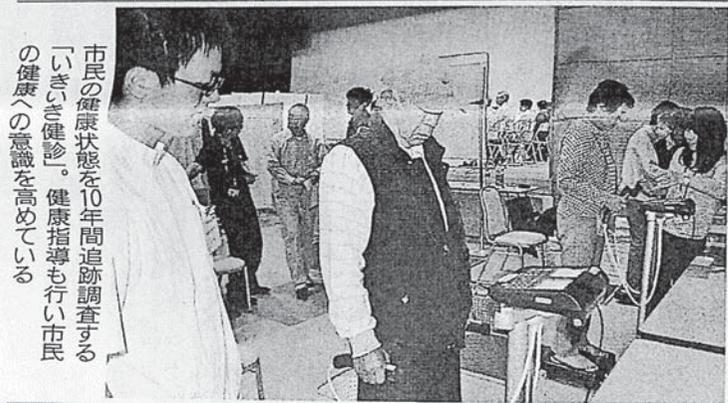
認知機能をはじめ、内科分野のメタボリックシンドローム検査と寝たきりリスクをチェックするロコモティブシンドローム検査を一度に受けられるのが特徴。その日のうちに健康指導も実施し、市民の健康づくりへのモチベーション向上につなげる。

2016年度からの10年間、弘大や九州大学など全国8大学が全国1万人を対象に、

認知症の危険因子や予防方法を探るために行う大規模調査の一つ。弘前市民対象の健診は約2400人を対象に隔年で実施し、今年度は15日までに1200人の健診を行う。初日の9日は約200人が参加し、認知機能検査に必要な想起テ

度や握力、立ち上がりなど運動器の衰えをチェックするロコモティブシンドローム検査を行った。検査後、参加者は弘前大学大学院医学研究科社会医学講座の中路重之特任教授から健康や検査項目について解説を受けた。

市民の健康状態を10年間追跡調査する「いきいき健診」。健康指導も行い市民の健康への意識を高めている



自身の体について知り病氣予防につなげたいと参加した小田桐千恵子さん(66)は「コレステロール値や運動機能など詳細まで分かるので次の健診までに何をすべきか目標を決めている」と健康への意識を高めていた。

弘大では「短命県返上」に向け、岩木地区住民の健康調査実績をはじめ健康に関する「知」を疾病予防や予防法の確立に生かす研究の充実と、地域住民の意識改革という両輪で地域の健康づくりに挑んでいる。中路特任教授は、健康寿命延伸に向け「健診はやりっぱなしではなく、結果を読み解きこれからの生活改善に結びつけていくことが大切だ」と話した。(成田真由美)