

社説

QOL健診

弘前大学が開発した啓発型健康診断「QOL健診」が全国に広まりつつある。弘前大と「未病」について共同で研究する明治安田生命保険相互会社（本社東京都）が4月から健康啓発型イベントとして展開するもので、県内を中心に展開されてきた健康づくりが新たな段階を迎える。

QOL健診は、弘前大COIによる岩木健康増進プロジェクトの健診で得たデータなどを基に開発された。健診時間が短く、その後すぐに測定結果が示され、併せて健康に関する教育を受けられることなどから、これまで多くの企業や学校、団体などが実施している。

開発された大きな理由は、受診者に行動変容を促すこと。測定結果が示され、生活習慣などを改めなければならぬことが明らかになって

も、実際に行動しなければ、健康状態は改善されない。極めて当たり前だが、なかなか実行できない人が数多くいるのが現実である。

とりわけ、本県は全国的に短命県として知られ、県民の健康教養（ヘルスリテラシー）を高めることが喫緊の課題となっている。事態の重大

である。

昨今は「人生100年時代」と言われ、年齢層を問わず健康意識は高まっている。企業活動においても健康維持・増進の観点はますます必要とされるようになっており、その傾向は今後さらに強まっていくとみられる。

全国で健康教養高める契機に

さは官民ともに理解しており、QOL健診が各企業や団体などで積極的に取り入れられているのは、その表れであろう。

本県民の健康を思っただけでなく、次第に広がりを見せる中で、その重要性に大手企業も注目し、普及に乗り出すまでに至ったの

要性を増している。

自身の健康に留意し、必要な知識を得て、必要なことを実践するのが健康教養であるとするれば、個人の健康維持・増進が社会の将来と深く関わっていることを認識することもまた健康教養であろう。

よくよく考えれば、健康づくりは個人の問題にとどまらない。社会が健全に維持され、発展していくには人材が必要であり、健康が維持されなければならない。国内の多くの地域は人口減少に悩み、将来に不安を抱えている。その状況は年々深刻さを増しており、各人の健康意識は重

要性を増している。自身の健康に留意し、必要な知識を得て、必要なことを実践するのが健康教養であるとするれば、個人の健康維持・増進が社会の将来と深く関わっていることを認識することもまた健康教養であろう。

「健康づくりは社会づくり」。本県の短命県返上に向け、当初から中心となって取り組んできた関係者の一人はこう強調していた。本県民が健康に過ごすことはもちろん喜ばしい。ただ、本県の暮らしは他の多くの地域と関わる中で成り立っており、他の地域にとってもそれは同様だ。

「健康教養の向上は全国共通の課題」。各地の人にそう思ってもらおう契機に、弘前大発の健診はなり得ると期待している。