

メタボ予防 官学民連携

弘前市が新健康事業

QOL健診＋運動＋食改

弘前市は17日、メタボリック症候群の予防・改善を目的とした健康事業を新たに始めた。弘前大学などと連携し、働き盛り世代や一般市民を対象に、同大が開発したQOL健診を実施するとともに、食事や運動を組み合わせた健康プログラムを提供。メタボ該当者の減少を通じて市民の健康寿命延伸を目指す。同日、健康プログラムの説明会とQOL健診を行った。

(菊谷賢)

事業は、本年度から3年間実施される弘前版PFS（成果運動型民間委託契約方式）の一環。参加する民間事業者が、メタボ該当者の減少や1日の歩数の増加などの目標を達成した場合、成果に応じた報酬が上乘せられる。官学民が連携した成果重視型の健康づく

りのモデルとして注目されている。

この日は市内の医療機器販売「シバタ医理科」の社員23人を対象に、大手食品メーカー「カゴメ」が提案する食事プログラムと、全国でフィットネス事業を手がける「セントラルスポーツ」が実施する運動プログラムの説明が行われた。カゴメの担当者は、野菜を先に食べることや、就寝前に食事を取らないことなど、日常生活で実践できる食生活改善のポイントを紹介。セントラルスポーツの担当者も、楽しみながら継続して運動に取り組む大切さを強調した。

同市企画課の担当者は「市民の健康寿命の延伸や社会保障費の削減に加え、ヘルスケア産業の雇用創出にもつながることを期待している」と話した。



QOL健診で立ち上がりテストに挑戦するシバタ医理科の社員（手前）

引き続き行われたQOL

健診では血圧や内臓脂肪、野菜摂取量のほか、立ち上がりなどの運動機能についても測定した。この日の参加者は3カ月間プログラムに取り組む、来年3月、再度QOL健診を受ける。

熱心に説明を聞いていたシバタ医理科の上野浩聖さん(31)は「これまで以上に野菜を多く取り、運動にも

取り組んで体を引き締めた」と、最近体の硬さを感じるといふ同社の花田恭代さん(42)は「ジムでの運動は初めてなので、今からワクワクしている」と意気込みを語った。

同市企画課の担当者は「市民の健康寿命の延伸や社会保障費の削減に加え、ヘルスケア産業の雇用創出にもつながることを期待している」と話した。