



① 1



② 2

「健康寿命をのばそう!!! シンポジウム」が、初夏を思わせる天候に恵まれた静岡市のホテルアソシア静岡にて開催されました。(写真①②)



③ 3



④ 4

チラシの副題として「～県民の健康寿命の更なる延伸に向けて～」とあります。(写真③)  
静岡県は健康寿命のランクはトップクラスですが、更に伸ばすための施策が検討されています。

開会にあたり静岡県健康福祉部の山口重則部長から挨拶がありました。(写真④)



⑤

[5](#)

⑥

[6](#)

シンポジウム第1部は基調講演として「健康長寿のためにみなさんが知るべきこと」の演題にて滋賀県立総合病院総長(京都大学名誉教授)宮地良樹先生が講演されました。(写真⑤⑥)宮地先生は静岡市出身で専門は皮膚科です。

講演の中で興味深かったことは、介護が必要になった理由の一つに「骨折・転倒」があるのですが、その一番の要因が「過活動膀胱」であったということです。

現代は様々な病気の治療法は進化しているが、病気になるリスク要因を調べ予防する、確立した治療があるのに行われていない状況を解消することがより重要だと指摘されます。こうしたことを集団を対象として研究するのが「疫学」であり、「社会健康医学」の一分野であるとのこと。この「社会健康医学」の手法で健康寿命に影響を与える要因を科学的に検証できることが健康寿命の延伸につながるの考えです。

「社会健康医学」の活用には地域に根ざした医療専門職や健康づくり実践者、研究者等の人材育成が必要となります。そのためには研究拠点も必要となります。その実現化のため宮地先生はじめ静岡県内の有識者が集まり検討を重ねているとのことでした。



⑦

[7](#)

⑧

[8](#)

シンポジウム第2部はパネルディスカッションです。開始前に軽くストレッチ体操を行い、頭と体をほぐします。(写真⑦)

各パネリストは最前列に控え、ディスカッションに備えます。(写真⑧)



⑨

[9](#)

⑩

[10](#)

パネルディスカッション最初のパネリストはしずおか健康長寿財団の佐古伊康理事長です。「健康長寿日本一を目指して しずおか健康長寿財団の取り組み」のテーマで提言されました。(写真⑨⑩)

静岡県の健康寿命の現況や健康長寿の3要素「運動」、「食生活」、「社会参加」の実践促進状況、県民総参加の健康づくり等が紹介されました。



⑪

11



⑫

12

次に静岡県訪問看護ステーション協議会の望月律子会長が「健康寿命の更なる延伸～訪問看護の視点から～」のテーマで提言されました。(写真⑪⑫)

健康寿命とは「健康上の問題で、日常生活が制限されることなく生活できる期間」であり、その延伸とは「介護が必要となる状況を減らすこと」です。そのためには生活習慣を変えることが必要となり、それを支援するのが訪問介護の役割であるとのことでした。ただ生活習慣の改善は容易ではなく、今後「社会健康医学」の活用が求められるとのことでした。



⑬

13



⑭

14

パネリスト最後は静岡県健康福祉部の山口重則部長が「静岡県における“社会健康医学”の推進」のテーマで提言されました。(写真⑬⑭)

静岡県として推進すべき4つの提言①研究の推進(ビッグデータの活用、ゲノムコホート研究)②人材の育成③拠点となる仕組みの構築④得られた成果の県民への還元についての説明をされました。今後、行政、医療機関等が連携し、県全体で一体となって健康寿命の延伸に向けた取り組みを推進していくことが示されました。



⑮

15



⑯

16

3名のパネリストによる提言をもとに「科学的知見の導入による健康寿命の更なる延伸について」のテーマにてディスカッションが行われました。コーディネーターは静岡県健康福祉部の土屋厚子理事です。

(写真⑮⑯)



⑰

[17](#)



⑱

[18](#)

パネルディスカッション後は会場から熱心な質問がありました。(写真⑰⑱)



⑲

[19](#)



⑳

[20](#)

最後に各パネリストよりまとめのコメントがありました。(写真⑲⑳)  
今後益々高齢化が進み、医療費の高騰を生産年齢人口では支えきれない社会が間近に迫る中、「社会健康医学」という手法をいち早く取り入れ、健康寿命の延伸を県全体の問題として真摯に取り組むことの重要性を改めて認識した次第です。

取材：静岡地区担当 生きがい特派員 竹内 章