

今後の健康づくりについて セミナーを開催しました



プログラム

開催日：平成 28 年 9 月 22 日(木・祝) 会場：ビッグパレットふくしま

13:00~13:05	開会・主催者挨拶
13:05~14:10	講演 福島県の健康寿命を日本一にするために必要なこと 講師：大平哲也先生（福島県立医科大学）
14:10~14:55	講演 住民の健康づくり(福島復興に向けた住民・行政と専門家の連携について —川内村での取組から) 講師：高村昇先生（長崎大学）
14:55~15:15	休憩
15:15~17:10	パネル討論・意見交換
17:10	閉会・アンケート記入

ファシリテーター：神谷研二氏（広島大学）

パネリスト：熊谷敦史氏（福島県立医科大学）、折田真紀子氏（長崎大学）

講演の内容



大平哲也先生

- 平成 23 年より実施している県民健康調査の結果から
→肥満や高血圧等の生活習慣病は悪化しています。また、身体だけでなく、こころの健康についても支援が必要な現状があります。
- 「笑い」と健康
→「笑い」はこころだけでなく、身体へも良い影響を及ぼし、心身の健康に役立ちます。たとえ作り笑いでも疾病予防やうつ症状の改善等効果が見られます。
- 日常からの健康増進
→福島県民一人ひとりが健康状態を認識し、健康増進に取り組むことが大切です。

○川内村への帰村

→20代から40代の住民は放射線に関する懸念を残しており、帰村が進んでいないため、高齢化が進んでいます。

○川内村での拠点支援活動

→平成 25 年 4 月から保健師が常駐し、各世帯を回り健康相談を受けています。現在までに多数の質問（水や食品について、放射線の単位について等）が寄せられています。

○きのこ・山菜について

きのこでは「コウタケ」や「マツタケ」、山菜では「コシアブラ」、「ゼンマイ」、「タラノメ」から放射性セシウムが比較的多く検出されます。しかし、それらの山菜等を食べたとしても、すぐに健康影響が出る値は検出されていません。



高村昇先生



パネル討論・意見交換の主な内容

○よろず相談等から出た県民の健康問題及び健康意識について

→福島県立医科大学で市町村の健康診断の際によろず健康相談を実施しています。放射線に関する相談件数は減っていますが、放射線に関する不安がなくなった訳ではなく、不安を共有しにくくなっていると思われる。

○川内村での常駐経験から、住民レベルでの問題意識とその解決にむけた取り組み

→福島第一原子力発電所事故から5年が経過し、帰還するしないに関わらず、住民が様々な選択を取れるよう支援を続けていきます。

○長崎大学全体として他市町村への支援展開

→今後帰還を開始する町村で、川内村で実施している拠点支援の方策（行政、住民、専門家の連携等）を共有し広めていきたいです。また、福島県立医科大学と連携し、修士課程の共同大学院を設置し、教育とともに健康増進に向けた取組を広めています。

○避難者の帰還と健康問題

→新たにコミュニティに加わる人々へも、放射線についての情報を伝えることが必要です。

→今まで続けてきた取組に加えて、地域のつながりを活かした新たな取組が必要だと考えます。

○福島県民の健康状態についての問題点と解決方法についての具体案

→福島県民の今の健康状況を各県民が認識することが大切です。

→医師からの生活習慣指導等により、住民の健康意識改善の効果が見られます。また、自治体の首長が健康増進に向けた取組を発信する、住んで健康になる環境作りを行う等の取組も有効です。

→健康寿命延伸のため、小中学生からの健康教育の実施も効果的です。



フロアから出た意見(一部)

浪江町では全国に避難者がいます。ガラスバッチを回収するときに、結果の見方が分からない等の質問をもらい、住民に対して結果説明会等の集会を開いています。今回の先生方の取組は参考になりました。

セミナー参加者の声

作り笑いでも健康増進に効果があるということが分かりました。健康寿命を延伸するための切り口のひとつとして面白かったです。まずは自分自身で実践し、職場や仲間、住民にも広めていきたいです。

川内村のきのこや山菜の測定結果のデータや住民に実施したアンケート結果が示され、分かりやすかったです。測って食べること、被ばく線量は実測して実態を知ることが大切であると感じました。



第3回のテーマは、「復興・創生に向けて－今後の放射線教育とコミュニケーションの方法について考える－」です。12/5(月)にコラッセふくしまで開催します。

