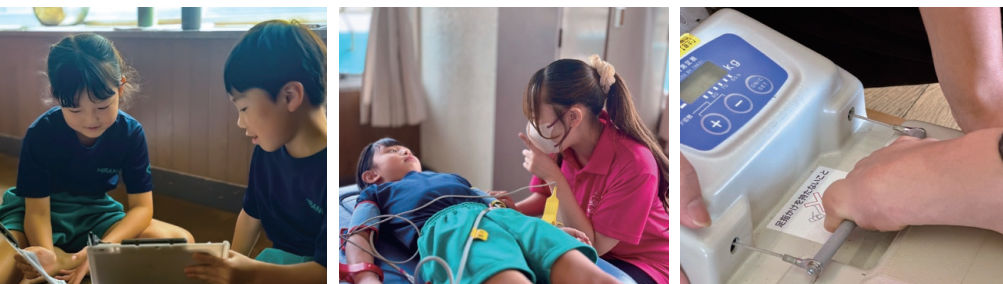


TOPIC

福島医大が挑む、子どもから高齢者までの健康支援



福島県の健康課題解決に挑む

地域と大学が力を合わせて
支える健康づくり

▶ 子ども向け健康支援プロジェクト：平野小・中学校で「0次予防」モデルの取組

令和7年8月に、福島市立平野小学校、9月に平野中学校の全校児童、生徒を対象に3年目となる「眠育・食育・足育調査」を実施しました。

この取組は、病気を予防する前の段階から、健康的な生活習慣を身につけることを目指す「0次予防」の考え方にに基づいています。

福島県では中学生の睡眠時間が全国平均を下回り、肥満傾向児の割合が全国平均を上回るなど深刻な課題があるため、多角的に対応しています。

調査は単発ではなく、評価→介入→持続→改善というサイクルを回し、子どもたちの健康的な生活習慣を学校文化として定着させることを目指しています。

測定は、足のサイズや足指の力、歩行測定などの「足育」、体組成や血圧測定、食に関するアンケートなどの「食育」、睡眠に関するアンケートの「眠育」で構成されています。これらの結果を基に運動プログラムなどを導入し、改善につなげています。

すでに睡眠時間の延長、体幹筋肉量の増

加、スマホ使用時間の減少といった成果も報告されています。

保健科学部

理学療法学科、作業療法学科、臨床検査学科らの研究チームと学生が一体となり実施。

子どもから高齢者までを対象に、地元の自治体や小中学校と協力し、健康づくりのプロジェクトを継続的にを行い、地域の健康増進に取り組む。

▶ 高齢者向け健康支援プロジェクト：南相馬市・鏡石町で生活機能測定会

南相馬市と鏡石町の65歳以上の方々を対象に、それぞれの自治体と共催で今年度も健康測定会を開催しました。

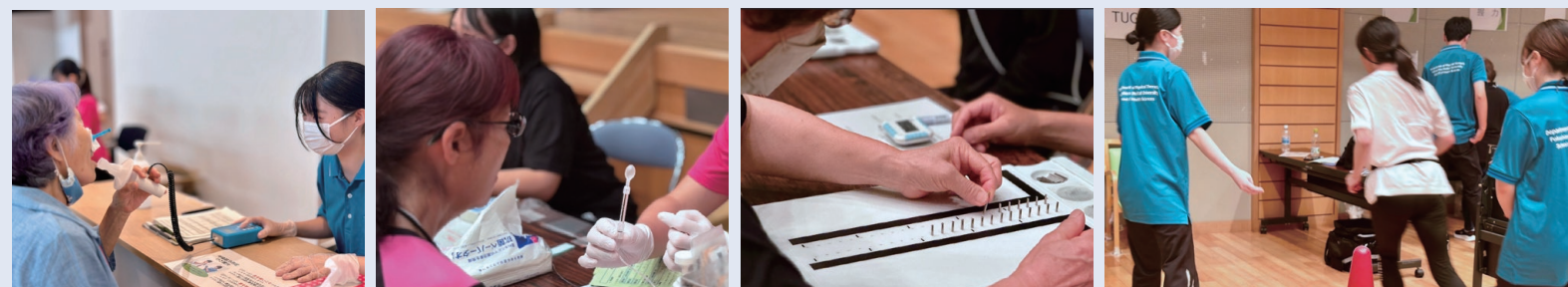
この測定会は、保健科学部の教員や学生からなる「介護予防研究チーム」がサポートしており、一般の健康診断では行われない専門的な検査項目を取り入れています。

測定項目は、血管年齢、歩行能力、手指機能、口腔機能、体組成（筋肉量や体脂肪量など）、脳の元気度など多岐にわたります。

参加者はその場で、測定結果に基づき、日常生活で気を付けるべき運動や食事のポイントについて、専門家から直接アドバイスもられます。

南相馬市では約120名、鏡石町では3日間で約150名が参加し、地域住民の健康づくりへの意識向上に貢献しています。

これらの取組を通じて、高齢者が自身の体の状態を把握し、健康長寿につなげられるよう後押ししています。





紺綬褒章伝達式が行われました

本学の学術研究に多大なご寄附を賜りました、一般財団法人太田綜合病院様、一般財団法人脳神経疾患研究所様、一般財団法人竹田健康財団様(受章日・五十音順)が、このたび日本国政府より紺綬褒章を受章されました。

これに伴い、令和7年8月4日に、本学竹之下

誠一理事長兼学長より各法人様へ褒状の伝達が行われました。

本学の教育・研究活動は、地域の皆さまからの温かいご支援により支えられています。

改めて心より感謝申し上げますとともに、今後も社会に貢献できる大学として取組を進めてまいります。

※紺綬褒章は、公益のために多額の私財(個人で500万円以上、団体で1,000万円以上)を寄附した個人や団体に授与される国の栄典です。国、地方公共団体または公益団体への寄附が対象で、本学は平成28年より公益団体に認定されています。



前列左より

脳神経疾患研究所 理事長 渡邊貞義様、竹之下誠一理事長兼学長、太田綜合病院 理事長 太田善雄様、竹田健康財団竹田綜合病院 院長 本田雅人様及び役員(後列)



Report

健康セミナーを実施 ～放射線医学県民健康管理センター～

令和7年8月2日、川俣町合併70周年記念事業として「かわまた元気まるごとフェス」が同町で開催され、放射線医学県民健康管理センターも「県民健康調査」健康診査事業の一環である健康セミナーで協力しました。

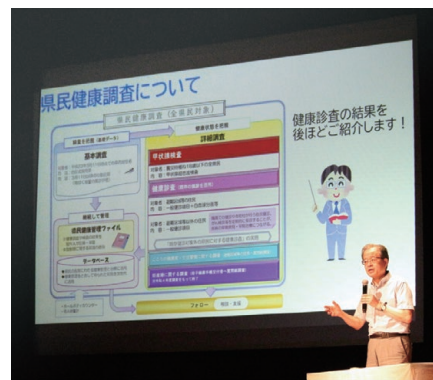
安村誠司センター長は、「未来を明るく楽しく健康に過ごすためのポイント」と題した講演を行い、調査結果や食事・運動などの日頃の生活で気を付けるべきポイントについて解説しました。

保健科学部理学療法学科の岡崎可奈子助

教は、「笑って体操」と題した体操コーナーを担当し、普段の生活に取り入れやすい、椅子に座ったままでもできる体操などを紹介しました。

また、血糖測定、血圧測定、体組成測定と理学療法士による運動指導も実施しました。

当日の参加者は、子ども連れの若い方が多く、ご家族全員で測定に参加するなど興味を持っていただくことができ、健康への意識を高めるきっかけとして大変有意義なイベントになりました。



放射線医学県民健康管理センター
安村誠司センター長による講演



Report

本学教員らが原子力防災ガイドブックを製作 ～適切な判断が命を救う

大学院医学研究科災害・被ばく医療科学共同専攻国際被ばく保健看護学講座の佐藤美佳教授らが、原子力防災ガイドブックを製作しました。

このガイドブックは、防災士が一般市民に原子力災害について正しく説明するための教材です。

専門的な知識がない人でも理解できるよう、イラストを多用し、視覚的に見やすい工夫が施されています。また、原子力規制庁の報告書に基づいた最新の情報も盛り込まれています。

佐藤教授は、正しい知識を身につけ、適切な判断ができるようになることで、災害関連死の減少につながることを期待しています。

このガイドブックは環境省の事業を活用して1,000部製作され、今後は福島県内外の防災士や関係機関に配布される予定です。

防災士の育成を強化

佐藤教授は、災害時にただ避難するだけでなく、屋内退避がより適切な場合もあると指摘しており、身近な防災士が市民を啓発することで信頼関係を築くことが重要だと話しています。

ガイドブックの活用に加え、佐藤教授らは10月に郡山市といわき市で防災士向けの研修を実施する予定です。

この研修では、タイムライン作成や座学を通じて、災害発生時の適切な判断力を養うことを目指しています。佐藤教授は、「まずは防

災士が正しい知識を身につけて」と呼びかけています。



原子力防災ガイドブック表紙