

これからもずっと

だま

げんき玉

第14号

ぜろじ

～0次予防・1万人の輪～



木 通(アケビ) 撮影場所／長浜市中野町虎御前山 撮影者／虎姫診療所 医師 廣田光前 氏

花は4~5月に咲き、木は雌雄同株です。雌花はバナナの果実のような雌しべがつき、雄花は中央に6本の雄しべがミカンの房状につきます。蔓、葉、根、果実には薬草としての効能があります。

長浜ルールの理念

京都大学の予防医学に関する研究と長浜市の健康増進計画の推進を目的として、京都大学成宮医学研究科長と長浜市宮腰市長との間で事業推進に関する覚書の交換が行われて以来、12年が経ちました。また今年は10,000人の市民の方々の協力の下に健診業務が開始されてから10年の節目を迎えることになりました。この間、多くの学術的な成果が京都大学より国内外に発信されてきました。この事業の特徴のひとつは市民が被験者であるだけでなく事業支援団体である健康づくり0次クラブを組織し積極的に事業推進の役割を果たしていること、2番目に事業を実施していく上での規範として大学、自治体、市民が有識者と共に独自のルールを作ったことです。このルールの中で最も重要な点は、“事業を推進するに当たり、市民の人間としての尊厳及び人権は、事業における医学的又は社会的利益より優先されなければならない。”という理念です。医学研究は人類の幸福に大きく貢献してきたことには間違ひありませんが一方で医学の進歩の為にと言う錦の御旗のもとで特定の被験者や市民に非倫理的な犠牲を強いた負の一面もありました。節目の年を迎えるにあたり、長浜ルールの理念を今一度思い起こし、その理念の下で、ながはま0次予防コホート事業が発展を続けていくことを願っています。

NPO法人 健康づくり0次クラブ 理事 琴浦 良彦(市立長浜病院 名誉院長)

第7回 いきいき 健康フェスティバル 2016を開催！ ～幸せは心と体の健康から～

平成28年5月22日(日)、長浜バイオ大学で「いきいき健康フェスティバル2016」を開催しました。本開催で7回目となりました健康フェスティバルは好天にも恵まれ、朝早くから沢山の方にご来場をいただきました。

毎年人気のある血管年齢や血糖値、骨密度等の計測コーナーをはじめ、お薬、がん、認知症、各種医療についての相談コーナー、講演会や子どものサイエンス等前年以上にパワーアップした各出展ブース、また野外ステージは沢山の素晴らしいパフォーマンスで会場を盛り上げ、子どもから大人まで大いに楽しんで頂けたのではないかと思います。

皆様と一緒に自身の健康に触れるきっかけとして、また、「心と体の健康づくり」について見つめる機会として、とても楽しい充実した一日になりました。ご来場いただいた皆様、本当にありがとうございました。



☆「体のひろば」☆「子どものサイエント」
☆「ちびっこひろば」☆「野外ステージ」
☆「0次カフェ」☆「飲食ひろば」などなど!!



講演会

テーマ:「健康な肌とスキンケアについて」

講 師:シャネル・リサーチ・アンド・テクノロジー

皮膚科学研究部 研究部長 フレデリック モリゾ先生

テーマ:「子宮頸がんワクチンを正しく理解する」
～家族と自分を守るために～

講 師:医師・ジャーナリスト

京都大学大学院医学研究科非常勤講師 村中璃子先生

0次カフェ

テーマ:「あなたにアクティブライフのアドバイス!」

～健康、食育の大切さを考える～

京都光華女子大学 健康栄養学科

学科長・講師 今中美栄先生

テーマ:「子どもと紫外線」

～お外で遊ぼう。ビタミンDのお話～

京都大学大学院医学研究科 健康情報学

内科医 金谷久美子先生

第8回 「いきいき健康フェスティバル2017」開催が決定！

日時

平成29年5月28日(日)
10:00～16:00

会場

長浜バイオ大学
滋賀県長浜市田村町1266

参加無料

幸せは心と体の健康からをテーマに、小さなお子さまから大人まで楽しんでいただける、健康に関する内容が盛りだくさんです。ご家族そろってぜひ、お越しください!!

おでかけ0次カフェ

健康づくり0次クラブでは、医療のプロや各専門家と市民が交流し、健康知識を啓発することを目的とした健康座談会「0次カフェ」を開催しています。

長浜市内地域の自治会、婦人会、老人会、サークル（子育てや文化活動など）の集まりのあるところへ”出前”して開催する「おでかけ0次カフェ」は、参加者が健康や病気に関する身近な質問などを講師の先生と気軽に楽しく会話できる、新しい出会いと健康づくりのきっかけの場となっています。

☆☆みんなで学べる、からだについて！☆☆



☆☆みんなで取り組む健康づくり♪☆☆



これまでの内容

- 食育を通じて元気に長生きする秘訣
- 睡眠、いびきなど眠りについて
- 糖尿病について
- 子どもと健康とスポーツについて
- 腰と膝の痛みについて
- 高血圧と動脈硬化について
- 運動機能障害について
- 骨と関節のおはなし
- 健康長寿(病気の予防や健康維持)について
- 放射能と放射線について
- がんは遺伝?生活習慣? etc.

怪我や病気をする前に
取り組めることが
こんなに沢山あるなんて、
今まで全然知らなかつた～！
すごく勉強になつたね！
健康づくりってとっても面白い♪♪



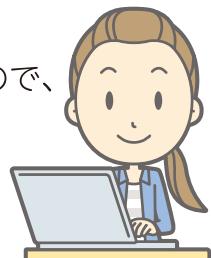
詳しいお問合せは健康づくり0次クラブ
☎ 0749-50-3191 まで!!

ホームページ紹介

特定非営利活動法人 健康づくり0次クラブ
HP : <http://www.zeroji-club.com/>

ホームページでは、私たち健康づくり0次クラブの活動内容や0次健診についてなどを詳しく掲載しています。

新着情報も隨時アップしていくので、ぜひご覧ください♪



京都大学大学院医学研究科 ながはま0次予防コホート事業
HP : <http://zeroji-cohort.com/>

ながはま0次予防コホート事業とは、京都大学大学院医学研究科と長浜市が連携して実施する「市民の健康づくりの推進」と「医学の発展への貢献」を掲げた事業です。

事業の詳しい内容や、研究論文等を掲載しています。



編集後記

「げんき玉」お読みいただきましたか。

健康づくり0次クラブは、市民の心と体の健康づくりのお手伝いをしています。市民一万人を対象に体に関するデータを京都大学大学院医学研究科に提供して頂いていますが、これは決して一人だけのためではありません。この健診を通じて病気の予防や治療など、医学の研究で広く長浜市民のために還元されるはずです。

湖北特有の疾患。寿命。体質。ガンの罹患率。死因等々。色々なことが明らかにされていくことでしょう。

三方よしをここに当てはめると「市民よし。(病気の予防)」「研究者よし。(医学の研究)」「行政よし。(医療費削減)」となるのです。このプロジェクトは今や国内外からも注目されて様々な医学研究が展開されています。そして、これからもずっと続していくのです。今後とも皆様のご協力をよろしくお願ひします。

健康づくり0次クラブ 副理事長 大橋香代子



「健康づくり0次クラブ」は、長浜市と京都大学大学院医学研究科が実施している『0次予防健康づくり推進事業』の取り組みをきっかけに長浜市民の「心と体の健康づくりの輪を広げる運動」を行う市民ボランティア団体です。

発行元：特定非営利活動法人 健康づくり0次クラブ



〒529-0341 長浜市湖北町速水1910 長浜市保健センター湖北分室内
TEL:0749-50-3191 FAX:0749-50-3193 e-mail:info@zeroji-club.com
ホームページ：<http://zeroji-club.com>

健康づくり0次クラブ

検索

