

## 第58回日本人間ドック学会学術大会開催

去る8月24日(木)、25日(金)の2日間、第58回日本人間ドック学会学術大会を大宮ソニックシティ、パレスホテル大宮にて開催いたしました。学術大会長は当クリニック理事長の中川高志が務め、講演者や一般演題発表者を始め、協賛企業や市民公開講座参加者等を含めると約6千人の方にご来場していただき、盛大な学術大会となりました。これは当クリニックにとっても快挙となるご来場数であります。誠にありがとうございました。

## 学術大会長からのご挨拶

大宮シティクリニックは「健診機能を有するクリニック」をコンセプトに1983年開院しました。因みに埼玉では初めての学術大会となりました。このような機会に学術大会長を務めさせて頂いたことは、誠に身の引き締まる思いです。

第58回大会のメインテーマを「生涯健康のガイドライン創り—豊かな高齢化社会を目指して—」としました。この「生涯健康のガイドライン創り」は大宮シティクリニックの基本理念です。日本は世界に例をみないほど急速に「高齢化」が進行しています。2016年版高齢社会白書によると、総人口に占める65歳以上の高齢者の割合は27%になっています。さらに少子化の影響で総人口が減少する中、高齢者は増加し続け2060年には40%に達し、国民の2.5人に一人が65歳以上の高齢者となる社会が到来すると推計されています。高齢者の社会的自立は個人にとっても国家にとってもますます重要な課題となっていくと見られます。我が国の平均寿命は男女とも世界最高レベルにありますが、平均寿命と健康寿命の間には大きな開きがあります。健康寿命の延伸こそが高齢者の自立の基本になります。

本学術大会はいわゆる早期発見、早期治療の二次予防から疾病の発症を予防する一次予防への移行に対応し、国民のニーズに沿う健診を提供してきました。しかし、健康寿命の延伸は疾病予防だけでは実現できません。積極的な健康づくりのための支援が必要です。

いろいろな年代の方がドック健診施設を訪れます。多くの方は今の健康状態に大きな関心を持っているでしょう。無論、健康に関心を持ってもらうことは重要なことですが、より重要なのは、生涯を通じて健康であることの意義を伝え、共感してもらうことです。日本人間ドック学会は人間ドック専門医制度による人材の育成、人間ドック健診施設機能評価制度による施設の育成と標準化をしてきました。そして、あらゆる年代層の膨大な健診データを蓄積してきました。これらを踏まえ、「生涯健康のガイドライン創り」は、我々のなすべき責務と考え今回のテーマにいたしました。今後もこのテーマに則り、大宮シティクリニックは邁進していく次第でございます。

第58回 日本人間ドック学会学術大会  
学術大会長  
医療法人 大宮シティクリニック  
理事長 中川高志

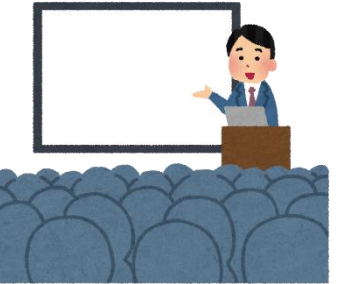


## 当クリニック一般演題

当クリニックからは以下の5つの演題を発表いたしました。

- ①ロコモ度テストは人間ドックの生活習慣病予防のための運動能評価法として有用である
- ②ロコモ度テスト導入時におけるロコモティブシンドロームに対する意識調査
- ③胸部CT検診で指摘される気腫性病変と喫煙の因果関係について
- ④当日保健指導の有用性について
- ⑤大宮シティクリニック禁煙外来の現状

今回はその中の1つの演題について発表した内容を掲載いたします。



### 『ロコモ度テスト導入時におけるロコモティブシンドロームに対する意識調査』 管理栄養士 根本 梓

当クリニックでは2016年4月より、人間ドック受診者全員を対象に、ロコモティブシンドローム(以下ロコモ)の予防の目的として、ロコモ度テスト(立ち上がりテスト・2ステップテスト・ロコモ25)を標準項目として開始しました。そこで、ロコモの認知度と実際にテストを行った受診者の感じ方を調査するためにアンケートを実施し解析を行いました。

2016年5月から2017年2月に人間ドックを受診した28,589名(平均年齢49.6歳)を対象に下記の7項目のアンケートを実施し、そのうち97.8%の27,950名(男性15,914名、女性12,036名)から有効回答を得ることができました。アンケートの内容と結果は以下の通りです。

質問	結果
1. ロコモについて知っていますか?	約7割の方が「知らない」と回答
2. ロコモ度テストを実施したことがありますか?	約8割の方が初めての実施
3. ロコモに興味がありましたか?	年代が上がるに従って、興味があった人が多かった
4. ロコモ度テストを行ってみてどうでしたか?	年代が上がるに従って、「思ったより出来なかった」と回答した人が増えた
5. 今回、ロコモ度テストが標準項目に含まれたことについてどう思いましたか?	約8割の方が健診の項目に含まれて良かったと回答
6. ロコモ度1・ロコモ度2の場合、運動や生活習慣の改善に取り組んでみたいですか?	約6割の方が、改善に取り組みたいと回答
7. 毎年ロコモ度テストを実施してみたいですか?	約7割の方が毎年実施したいと回答

当クリニックではロコモの啓発活動として、運動トレーナーが日常行える運動法を、管理栄養士がロコモの概要や判定方法、食生活についてのアドバイスを小集団の健康講座で実施しています。

今回ロコモ度テストを導入したことで、ロコモについて興味を持ってもらう良いきっかけとなりました。また、ロコモ度テスト実施直後に運動や生活習慣についてのアドバイスをすることで、受診者に対して効果的にアプローチをすることができました。今後の課題として、実際にアドバイスを受けた受診者の生活習慣がどのように変化したかを検証していくと共に、継続的にロコモ度テストを実施することで受診者の健康寿命を延ばすことに貢献していきたいと考えております。

健康相談室だよりは当クリニックホームページにも掲載しております。バックナンバーもご覧いただけます。

\* \* ご意見・ご要望等ございましたら、遠慮なくご連絡ください \* \*

ホームページ URL : <http://www.omiyacityclinic.com/article-letters/>

ご意見・ご感想 : [sodan@omiyacityclinic.com](mailto:sodan@omiyacityclinic.com)

医療法人 大宮シティクリニック 健康相談室

