

Dr. 中路の健やか通信 (其の82)

健やか協力隊長



中路重之

第82回 QOL 健診 (その12)

◆QOL 健診、新しい戦略

青森県の平均寿命の中でも一番短いのが1次産業従事者、つまり農業、漁業、林業の皆さんです。ここを何とかしなければ短命県返上は達成できません。

そこで、今、写真(1)のようにJA 共済連青森 (JA の共済事業を総合的にバックアップしている) の職員の皆さんが実際 QOL 健診を受けています。その受診者が中心となって、県内 10 力所の JA で QOL 健診の普及を目指します。



もうひとつは漁業です。写真(2)は、以前浅虫で漁協の婦人部の皆さんに QOL 健診を受診していただいた時のものです。



比較的健康に関心のある女性の皆さんが QOL 健診を受診して、その勢いを借りてお父さんたちを引っ張ってきていただこうと作戦を立てました。

1次産業の皆さんは、会社などの組織を通じて動くことが難しいため、QOL 健診など健康づくりの推進が簡単ではありません。このようにキーパーソンのお力を借りてその輪を広げていきたいと考えています。

JAのQOL健診：健康リーダー育成



写真(1)

青森県の浅虫温泉で開かれた「漁業女子健やか力向上セミナー」



写真(2)

次は QOL 健診の海外展開です。

実は今、JICA（国際協力機構）との共同事業で海外での QOL 健診の普及を行っています。

写真（3）はベトナム北部のハイフォン市の日系企業で実施したときの様子です。QOL 健診の楽しさは万国共通のようです。

ベトナムは近年経済発展が著しい国です。しかし、病院の数はまだ少なく、医療費も高額のため簡単には医療機関を受診できません。そこで、市民の健康の知識とそれに基づいた健康づくり活動が大切になってきます。主体は市民一人ひとりです。

ということで、毎年ベトナムから約 10 人の関係者が研修のために弘前大学を訪問し、QOL 健診を体験しています。QOL 健診のやり方も比較的簡単に学ぶことができます。

QOL 健診は安価で簡単に行うことができ、楽しく健康の知識が得られますので、近い将来、ベトナムでの普及が期待されます。ベトナムの他にも、フィジーやバングラデシュなど、いくつかの国からも声がかかっています。青森から航空便がある台湾や韓国にも紹介したいものです。

近い将来、岩木健康増進プロジェクトから生まれた QOL 健診が、日本だけではなく人類の健康に貢献する日が来るでしょう。それを想像すると胸がワクワクします。

ベトナム企業でのQOL健診 (2023年11月)

