

## 特集

# 「健康科学と地域貢献『ブックレット健康と生活シリーズ』の作成と活用」によせて

雑誌編集専門部会 佐藤 秀一

本学健康科学教育センターは、本学教員による教育および研究、地域貢献の成果の蓄積である知的財産を地域に還元することを目的として、各種事業を展開しています。そのひとつであるブックレット作成事業は、まさに県民の健康と生活の向上をめざして取り組まれている事業といえます。健康と生活シリーズとして既に No. 1～No.10 の 10 冊が発行され、本学の教育研究の成果として紹介されるとともに、広く県民にも活用されています。

そこで今回は特集として「健康科学と地域貢献」と題しまして、ブックレット作成の経緯と活用状況について 3 名のブックレット作成代表者に紹介していただきました。

竹森幸一教授（看護学科）からは『ブックレット「健康と生活シリーズ」No.2、No.5、No.7 の紹介』と題して、No.2「青森県の健康を科学する－生活習慣病の予防をめざして－」、No.5「長寿のまち、短命のまち－市町村の平均寿命の解析から－」、No.7「みんなで元気に!! 地域に根ざした健康教育ガイドブック」の 3 冊を紹介していただきました。内容は青森県民の健康寿命を延ばすことを目的として、生活習慣病の予防、各都道府県および市町村の平均寿命の解析と青森県との比較、新しい健康教育の方法に関するものとなっています。県民への活用にとどまらず保健医療福祉の専門職の業務においても活用できる内容となっています。

山下弘二准教授（理学療法学科）からは『多目的な障害予防のための「ニコニコ体操」』と題して、No.4「いつでも・どこでも・だれでもニコニコ体操」とその英語版の No.6「Anytime/Anywhere/Anyone Enjoy Exercises」を紹介していただきました。有酸素運動を取り入れた家庭でできる中高年者向けの体操に加えて積雪地域である本県ならではの「雪かき体操」がわかりやすく図説された内容となっています。

坂下智恵講師（社会福祉学科）からは『うつ・自殺予防のための健康教育教材の開発と活用－地域介入における社会サポート資源の開拓に向けて－』と題して、No.8「地域で支える心の健康－メンタルヘルスと地域福祉の協働によるうつ・自殺予防－」を紹介していただきました。

うつ病対策と自殺予防について、その基本的な対処と専門家と連携する方法が述べられています。

本県は健康寿命アップ、自殺予防対策、雪国の健康対策などの地域特性に起因する重点課題をかかえております。社会的ニーズとして健康科学分野からの研究と地域還元への積極的な取り組みが期待されているところです。今回の特集をとおして生きがいをもって健康的な生活を送る方策について考える契機になることを願っております。

原稿執筆を快くお引き受けいただきました著者の皆様に感謝いたします。