

メガバンクの健康調査を受けて 健康な毎日を!

健康に長生きするために

「病気を防ぐための際にも、面倒くさ……!」
と思う方もいらっしゃると思います。
健康は病気と闘いつけるために受ける
ためのではなく、健康に長生きする
ために受ける。定期的に健康診断を
受けて、健康な毎日を送ります。



メガバンクの健康調査

いわて東北メガバンク・カル・メガバン
ク機構が実施する健康調査(コホ
ト調査)は一人ひとりの健康状態
を数年間にわたって追跡し、未曽有の
震災ストレスによる健康への影響
や、どのようなかたのような環境
でどんな病気になりやすいのかを調
べます。

さらに、生活習慣や食事に関する
調査と血液や尿を用いて、遺伝子の
型などの組み合わせと病気の関連
性を調査します。



皆さまにご協力いただきましたこと
誠にありがとうございます

- 採血 採尿
- 調査票の記入
- 生理機能検査

調査へのご参加について

調査へのご参加は自由です。調査
にご協力いただく前に、個別に説明
をします。同意を得る方が対象となり
ます。また、ご協力いただきたくも
ても不利益にはなりませんので、
ご安心ください。

調査票について

調査票は健康と生活習慣に関する
さまざまな食事に関するもの、ス
トレスに関するもの3冊です。
すべてご協力をお願いします。

解析について

次世代型医療の開発のため、ご
提供いただいた生体試料を用い
て、ゲノム情報を未来の遺伝子解
析のために、皆さまのご理解をお願
いします。

メガバンクの健康調査でコレがわかる!

メガバンク機構では、この調査をきっかけに、皆さまに
自らの身体の状態により良く知り、健康に長生きす
るための第一歩としていただきたいと願っています。

この健康調査にご協力いただいた方々へ、今後の
健康づくりに役立つ項目をすべてお返しします。

- がん・脳卒中・心臓病になる確率
- 栄養摂取状態
- 心臓病のリスク
- 心電図
- 心臓や腎臓の働き
- 内臓脂肪検査
- 骨密度検査
- 線内障
- 呼吸機能
- 動脈硬化検査
- 血糖の状態
- など

アレルギー

近年、アレルギーとは関係ない
と思っていた人が、アレルギー
を発症するケースも増えています。
花粉、食物、環境など、合わ
せて、約30種類のアレルギーを
一斉にチェックします。



眼の検査

白内障とは、
白内障とは、水晶体が年齢とし
も白濁して、視力が低下する病
気です。
主な症状
・視野が全体的にかすむ
・光がまぶしく感じる
・視力が低下するなど

緑内障とは、
緑内障とは、目から入ってきた
情報を脳に伝達する視神経に障
害が起り、視野が狭くなる病
気です。中高年の方に起る。症
状的な病気のひとつです。症
状がない場合も定期的な眼科検診
を受けましょう。

肺年齢



肺の呼吸機能は20代をピークに加
齢とともに低下します。呼吸機能
低下に伴って、心電図、C
OPD(慢性閉塞性肺疾患)は
喫煙によって発症し、肺への空
気が多い病気のひとつです。肺への空
気が慢性的に悪くなる病気で
す。初期の段階には症状を自覚し
ないため、早期診断には呼吸機
能検査が不可欠です。

骨密度

骨の中にあるカルシウム成分がど
のくらいあるのかを測定します。
骨密度は、加齢により低下して
いきますが、その速度には個人
差があります。

骨粗しょう症に なりやすくなる

- ・50歳以上(男女ともに)
- ・タバコを吸う
- ・お酒をたくさん飲む
- ・運動不足
- ・過度なダイエット
- ・痔を患っている
- など

自分の骨密度を知ることには、
骨粗しょう症の早期発見にも
役立ちます!

血管年齢

血管年齢とは、血管の老化、つまり
動脈硬化の程度をあらわすもので、
血管のつまり具合しなやかさを高
くすることで、血管年齢は、高
くならず、自覚症状は中々、な
ど、あく目突然発症中や心筋系な
どで命を落とす可能性もあります。
現代は、食生活
やストレス、肥
満などの影響
で、美年齢より
も血管年齢が高
い人が増えたり
ます。言われてい
ます。あなたの
血管は大丈夫で
すか?

ドロドロ
サラサラ

内臓脂肪(メタボチェック)

内臓脂肪が蓄積する大きな原因
は、食生活と運動不足。内臓脂
肪の蓄積により、高血圧、脂質
異常、糖尿病、脂肪肝、生活習
慣病が進行します。それにより、
脳卒中や心筋梗塞につながるこ
ともあり、内臓脂肪を溜めない
生活を心がけることが大切です。



あなたの健康状態が いつもより詳しくわかります!

日々の生活で気をつけていることが
わかります!



皆さまのいま、そして
未来につながる健康づくりは、
ぜひご協力ください。

大船渡市にて実施 生活習慣病予防講演会

2013年10月3日(水)4日(木)、11
日(土)3日間にわたり、大船渡市に
て行われた生活習慣病予防講演会
で祖父江機構長、遠藤広報内科部
門長、大船渡病院、山形県立内科
が講演を担当した。講演後、会場
からは質問が飛び交い、市民の皆
さまの健康への関心の高さがかう
がられました。



サテライト型健康調査実施 矢巾町にてプレテストを実施

2013年10月23日(水)、矢巾
地区健康本部にて、矢巾町にお住
まいの方々を対象に健康調査のプ
レテストが行われました。
ご協力いただいた皆さまに感謝
申し上げます。



サテライト型健康調査 沿岸エリアにて 気仙サテライトプレテストを実施

2013年11月20日(水)、大船渡
市V.Sセンターにて、サテライト型
健康調査のプレテストが実施されま
した。各エリアにて現地設置しま
す。各エリアにて実施されるよう
に準備中です。教員もスタッフも統
一的な検査技術を提供するため、
研修に励んでいます。



MESSAGE

GMRC 中田 栄子 GMRC 佐藤ワキ子
私たちは岩手医科大学看護師を退職後、
この事業に GMRC として携わり、週に2、
3回沿岸を中心に健康調査を行っています。
市町村の方がチラシを配ってくれり、
周知に協力してくださったおかげで、現場
において、この事業が浸透してきているこ
とを感じます。お互いをねがらい、一体とな
って取り組んできた成果だと感じます。退職
した後でも、こちやで新しい人と出会う
機会に恵まれ、気の合う仲間と囲まれて、
楽しく仕事をしています。



※GMRCは遺伝子やゲノム解析研究についての知識をもつ
た専門職であり、ゲノム研究を支援するスタッフです。

メガバンク事業を支えるスタッフ vol.3