

復興は健康からⅡ

—⑥—

いわて東北M・Mの取り組み

住民それぞれに事業を説明

陸前高田市内では今月5日から、特定健康診査・高齢者健康診査と合わせ、「いわて東北メディカル・メガバンク機構（M・M）」による地域住民コホート調査が始まった。同日は横田地区コミセンが会場で、地元住民が早朝から続々と訪れた。

今年、冒頭に機構関係者によるM・M事業の説明があり、地域住民らにコホート調査の概要を伝え、調査に協力を求めた。住民が受診に訪れることに行われ、10人程度を前にした説明の時間帯もあれば、マンツーマンによる光景も見られた。

説明時間は、5〜10分程度。対象は20〜74歳の健診

コホート調査開始

受診者であることや、住民一人ひとりに合った予防・医療の開発や提供などを見据えている調査目的、調査参加による受診者側の「利益」、追加の費用負担はないことなどが紙芝居形式で示された。

調査に協力するかどうかは、あくまで住民それぞれに任せられている。協力を断ったとしても、健診内容や項目などで本人が不利益を被るといったことはない。

調査の参加に同意すると、これまでの健診結果よりもより詳細な検査の結果が示される。血液や尿検査ではアレルギーの検査や胃の健康度、過去2週間の血糖状態、心臓や腎臓の働きなどに関する自分自身のデータを把握することができ

受診後に各家庭で記入するアンケートでは▽推定栄養素摂取量▽ストレス・こころの健康度▽生活習慣から推定される、がん・脳卒中・心臓病になる確率などが分かる。協力した住民に後日送付される結果報告書の見本などを見せ

ながら、担当職員が理解を求めた。初日、調査に参加意思を示し、健診を終えた50代の男性は「毎年来ているが、とくに面倒くさいと感じた場面はなかった」と語った。

生活習慣振り返る機会に

ながら、担当職員が理解を求めた。初日、調査に参加意思を示し、健診を終えた50代の男性は「毎年来ているが、とくに面倒くさいと感じた場面はなかった」と語った。

通常健診との違いは何か

通常健診との違いは何か

実際にコホート調査に参加すると、通常の健診とはどう違うのか。健診会場では、採血量が30ミリの追加される。また、採尿も健診の

みの場合よりも多く必要となる。ただ、これらの対応によって会場での受診時間に大きな影響は出ない。

さらに健診会場では「おたずね」と記された3冊の調査票が渡される。自宅に戻ったあと、それぞれ調査票に記入し、封筒に入れて投函する。機構事務局では、記入に要する時間は1時間から1時間30分程度とみている。

1冊目は「生活習慣」。自らの身長や体重、東日本大震災による住宅環境の変

た部分を「食べますか」などの設問もある。

3冊目は「ストレスおよびこころの健康」。震災後1年間と直近1年間に経験した出来事にチェックを入れるほか、自分自身に当てはまる「心配の強さ」を答えるチェックシート、飲酒に関するアンケートに記入する。

参加による気づきが財産に

M・M事業により多くの人々が参加すれば、病気の

住民一人ひとりにとって、自らの健康へとつながる。

調査参加者が自宅で記入する調査票は、日々の身近な生活行動について尋ねる設問が多い。回答を重ねることで、心身の健康への意識を高め、自然と自らの生活を見つめ直すことができ。自分自身で生活習慣の改善すべき部分に気がついたり、家族で話し合う機会が生まれるかもしれない。

コホート調査への協力によって得る「気づき」は、復興へと歩み続ける気仙で生きる上での財産となる。健診は11月以降も、市内各地で行われる。まず会場に向くことが、健康への第一歩となる。

健診会場に訪れた住民に対して、機構関係者が研究に関する概要などを説明し横田地区コミュニティセンタ

