

地域連携センター Newsletter

活動紹介：健康寿命延伸プロジェクト

【小規模町村支援事業(榛東村)における取り組み】

プロジェクトメンバー：齋藤 基、宮崎有紀子、大澤真奈美、鈴木美雪、塩ノ谷朱美
坪井りえ、大澤康子、赤堀八重子(大学院博士後期課程)

平成29年3月に締結された、榛東村と本学との健康づくり推進に関する包括協定に基づき、榛東村と大学とのプロジェクトチームを編成し、協働して住民の健康づくりへの取り組みを行っています。
主な取り組みの内容は、次のとおりです。

◆特定健診等のデータ分析

榛東村の平成27年度から平成29年度特定健診等のデータを倫理的な配慮のもとに提供していただき、検査値や生活習慣の経年的変化や国や県との比較検討を行いました。分析結果は、榛東村と共有するための機会を設け、住民の健康上の課題を具体的に提示しました。

◆健康づくりへの取り組み

健診データの分析結果は、特徴的なところをピックアップし、榛東村広報誌「しんとう」に掲載し、住民の健診に対する関心を高めるための働きかけを行いました。また、住民の実態に即した慢性腎臓病(CKD)予防のための啓発用オリジナルリーフレットを作成し、特定健診等の受診者全員に配布しました。

◆保健事業計画策定への参画

榛東村の第3期特定健診実施計画及び第2期データヘルス計画策定会議へ参加し、健診データの分析結果から計画内容に対する意見や提案を行いました。

◆健診データ分析による共同研究

健診データの分析を通して、榛東村との共同研究に取り組み、第77回日本公衆衛生学会において発表しました。研究テーマは、「3年間の若年者から高齢者を対象とした健康診査結果の分析」及び「健康診査結果の分析による肥満及び血糖と生活習慣の関連」でした。

CKD 知っている方も 知らない方も 慢性腎臓病(CKD: Chronic Kidney Disease)について 知ろう

尿検査の結果で、尿蛋白(たんぱく)が陽性(+)など尿の異常がみられたり、腎臓の機能(糸球体の濾過)が正常の60%未満に低下したりする状態が、3か月以上続くことを **慢性腎臓病(CKD)**と呼びます。
慢性腎臓病(CKD)は、慢性に経過するさまざまな腎臓の病気をまとめた呼び名で、軽症なものも含めると **成人の8人に1人の割合で慢性腎臓病(CKD)になっているといわれています。**

健康な腎臓(イメージ) 腎臓は2つあります。1つが壊れても、もう1つが働いてくれるので、しばらくは自覚症状がありません。そのため、知らない間に病気が進行し、透析治療(人工透析)が必要になったり、心臓病や脳卒中を引き起こしやすくなったりする場合があります。

このような方は慢性腎臓病(CKD)のリスクが高くなる可能性があります！

◆喫煙 ◆肥満 ◆糖尿病 ◆高血圧 ◆慢性腎臓病の家族がいる方

腎臓のはたらきを示す検査値：尿蛋白とeGFRに注目しよう

尿は腎臓でつくられます。腎臓に異常があると、尿に蛋白(たんぱく)質が含まれ、尿検査の結果は**陽性(+)**になります。尿蛋白は、腎臓の危機をいち早く知らせています。
また、**腎臓のはたらきはeGFRで表され、はたらきが悪いほど数値になります。**
CKDは自覚症状がありませんので、健康診断などでCKDの早期発見に努めましょう。

榛東村は、慢性腎臓病(CKD)の発症予防、発症後の重症化防止を目指しています。

特定健診・特定保健指導等に関するお問い合わせ先

榛東村 保健相談センター
☎ 0279-70-8052

【MRI 講習会】



診療放射線学部 教授 小倉 明夫
准教授 林 則夫

地域連携センターの放射線教育・研修事業の一つとして、本学MRI装置を用いたMRI講習会を毎年開催しています。以前は、「MRI認定技術者取得のための基礎実験及び試験対策講座」を行っていましたが、その成果もあり、県内の多くの技師の方が取得されました。

そのため、2年前から「MRI用ファントム作成に関する講義及び演習」を2日間かけて行っています。ファントムとは、人間と同様の信号を出す物質の事を言います。MRI等で研究をする場合に、人間を撮像することは倫理的に問題となります。そのため、人間と等価のファントムを作成し、そのデータを考察して人間の撮像に使用するわけです。しかし、MRI用ファントムを作成することは、結構難しいのです。

本講習会では、ファントムの作成法(料理のレシピと同じです)を基に、実際にファントムを作成し、そのノウハウを勉強して頂きます。県内はもとより、県外からも多くの方に参加して頂いている楽しい講習会です。まだ受講されていない方は、是非ご参加ください。



作成されたファントムとMRIで撮像した画像です

お知らせ

◆本学教員による「出前なんでも講座」をご活用ください！

本学の教員を地域や団体の集会に講師として呼んでみませんか？
本学では、皆様の健康や医療従事者の業務に役立つ様々な講座を用意しています。講師の派遣は無料です！
講座メニューや詳細は本学ホームページにてご案内いたします。
講座の開催を希望される際は、直接大学までお問い合わせください。



◆2019年度「公開授業」のご案内

親しみやすい科目で、学生以外の方も受講できる授業です。学生と一緒に学んでみませんか？
前期は4月、後期は10月から開講し、受講料は無料です。1日限りの参加も可能です。
詳細は、本学ホームページにてお知らせいたします。受講を希望される方は事前にお申し込みください。

◆「看護研究セミナー」の受講者を募集しています！

看護研究を実施する際に必要な研究の基礎的知識を習得するためのセミナーを開催します。

セミナー内容	開催日時	
・看護研究計画書の作成 ・看護研究における倫理と手続き ・看護研究のための文献検索と文献検討	4/20(土)	9:30-12:00
		13:00-15:00
	5/11(土)	10:00-12:00

【会場】 県民健康科学大学
【受講料】 無料
【対象】 群馬県内で従事する保健医療関係職の方
※詳細は、本学ホームページにてお知らせいたします。

