

体と脳の状態可視化

磐田市の新都市病院がこのほど、ウェルネス（心身も社会的にも生き生きとした状態）の視点に特化した県内でも珍しい健診を始めた。身体機能と脳の健康状態を可視化し、自宅でできるトレーニングプログラムを提供。地域と連携し、健康寿命の延伸や脳の活性化につながるメニューも紹介する。新たな健診を通して行動変容の定着や高齢者が働き続けられる社会の実現、地域活性化を目指す。



新都市病院が新たに始めたウェルネス健診。
画面に身体機能の状態が可視化される
＝7月、磐田市の同病院

ウェルネス特化の健診開始

磐田・新都市病院 地域色あるアドバイス

法定の健康診断と合わせて受診することで健康への行動変容を図り、生涯現役社会につなげようと考案した。県内に数台しかない海外フィットネス機器メーカーのマシンで体組成や筋力、認知スキルなど6項目を測定。脳については京都大とパナソニックが共同開発して国際標準規格を得たシステムを活用し、タブレットで表情を読み取って健康状態を数値化する。いずれも健康状態や健康年齢が具体的に可視化される点の特徴。測定結果に応じて理学療法士作成のトレーニング動画と、体と脳の健康につながる7分野18項目の行動指針を提示する。動画を提供するアプリは病院がクラウド管理し、理学療法士が伴走支援する。

行動指針には「獅子ヶ鼻公園でのトレッキング」「磐田特産のエビイモを食事に取り入れる」など地域資源を盛り込んだ具体例を示す。飲食店など地元事業者と連携して健康増進やフレイル（虚弱化）予防につながる商品を紹介し、地域活性化も見据える。

シニア世代が第一線で活躍する生涯現役社会の実現は人手不足に悩む企業側にもメリットがある。同病院の石野康平事務長は「高齢になっても働き続けるために法定健診、身体機能、脳の3段階のチェックが重要。自身の体を知ることによって行動変容とその定着、いつまでも生き生きと働ける社会に導くきっかけになれば」と話した。

（政治部・宮崎浩一）