

健診結果説明会（石巻市牡鹿地区）が行われました

4月10日（火）、牡鹿保健福祉センター（清優館）にて、被災者健康診査結果説明会が行われました。これは2月5日から8日まで行われた第2回の健診結果について、受診者の皆様にご報告することと、受診者の皆様の健診結果について個別の健康相談や栄養相談をすることを目的としています。

牡鹿総合支所との共同実施で、牡鹿総合支所からは保健師2名、石巻市役所からは栄養士2名、東京都健康長寿医療センター研究所から栗田圭一先生、当センターからは辻 一郎センター長に出席していただきました。

説明会では最初に辻先生から「からだ編」、次に栗田先生から「こころ編」の講演の後、参加者が辻センター長や栗田先生、栄養士さん達に個別相談をする時間を設けました。

「からだ編」では、牡鹿の皆様の身体を動かす頻度や程度が下がってきており（生活不活発病への注意喚起）、お散歩や健康教室参加などが促されました。また「こころ編」では、心の健康を保つための、よりよい睡眠のためのヒントについてのお話や、気になったら独りで考えずに、相談できる人に相談するよう、お話がありました。

今年度も牡鹿では6月に被災者健康診査を実施予定です。お手元にご案内が届きましたらご一読の上、是非ともご参加ください。

（公衆衛生学分野・中原篤史）

