

一般社団法人「健康科学リソースセンター」
(レックス) 設立記念行事

健康科学リソース研究会 第一回講演会

開催日時：平成22年 7月18日(日) 13:15より

場 所：じゅうろくプラザ大ホール(岐阜駅隣接)

明日の健康、あなたがつくる



主催：一般社団法人**健康科学リソースセンター**

共催：社会医療法人蘇西厚生会 **松波総合病院**

後援：一般社団法人**健康食品管理士認定協会**

Resource Center for Health Science (RECHS:レックス)
<http://www.rechs.org>

ストレスを科学する

－健診と食事調査－

講演内容とスケジュール

ご挨拶に代えて 13:30 - 13:45

RECHSの臨床研究「10年後の健康長寿に生かすデータベース構築研究」の概要
松尾雄志 氏（健康科学リソースセンター 理事長）

基調講演 13:45 - 15:15

司会: 松尾雄志 氏

I. 13:45 - 14:25

「こころとからだを元気にする食事」

武田英二 氏（徳島大学大学院ヘルスバイオサイエンス研究部 教授）

II. 14:35 - 15:15

「食事改善がストレスになっていませんか」

佐々木 敏 氏（東京大学大学院医学系研究科 教授）

パネル討論会 15:30 - 16:40

司会: 齋藤邦明 氏（健康科学リソースセンター 副理事長）

I. パネル討論会の開始にあたり

「提携病院の役割と意味について」

松波英寿 氏（健康科学リソースセンター 副理事長）

II. パネル討論会

コーディネーター: 松波英寿 氏

パネリスト: 武田英二 氏、佐々木 敏 氏、齋藤邦明 氏、山北宜由 氏、松尾雄志 氏

16:50 閉会の挨拶: 竹村正男 氏（健康科学リソースセンター 監事）

講演会開催にあたり： RECHS(レックス)理事長挨拶

健康の維持に定期的な健康チェックと日々の食事行動が重要なことは多くの識者によって指摘されている通りです。しかし、現在、健康診断の多くは疾患診断を目的に行われており、必ずしも不健康の改善や疾患予防に効果的に活用されているとは言えません。一方、食事調査に関しても、多くの可能性を秘めていますが、未だ十分に普及しているとは言えません。

私達の健康管理に重要な健康診断(健診)の実施は法的(労働安全衛生法第66条の規定)に義務付けられてはいますが、日常の社会生活でのストレスからくる体調不良についての具体策は目下重要課題となっています。また、食生活との関連については見過ごされがちで、産業医による指導も含めて始まったばかりであると言えます。

今回、「健康科学リソースセンター」(略、RECHS)(レックス)の設立(平成22年2月22日)を記念して、ストレス制御の栄養科学に関する第一人者である武田英二教授と、世界標準に基づく食習慣調査であるBDHQの開発者である佐々木敏教授をお招きし、ストレス対策のための健診と食事調査に焦点を合わせた基調講演とパネル討論会を企画致しました。

折しも、厚労省では職場健診において「職業性ストレス簡易調査票」の検討が開始されております。健康管理に携わる方々、そしてご自身の健康管理に関心をお持ちの方々には是非ともこの講演会にご参加頂きたくご案内申し上げます。本企画はRECHSの研究活動である“健康科学リソース研究会”の第一回講演会と位置付けております。この機に健康科学関係の研究者並びにこれに興味をお持ちの一般の方々にもご参集頂き、様々な視点で情報並びに意見交換が活発に行われるのを楽しみに致しております。

松尾雄志 (平成22年7月)