

保健予防活動を地域住民とともに

～健診・地域での健康づくりに活かしたい「精神神経免疫学」～

助言者

本田 宏

（NPO法人医療制度研究会副理事長、日本医学会連合労働環境検討委員会委員）

運営委員

長谷川 幸路（ユニオン）

明関 祐也（岡山医療生活協同組合）

吉田 朗子（岡山医療生活協同組合）

地域住民の健康を支えるために私たちはどのようにアプローチしていく必要があるのでしょうか？身体的な健康について私たちは専門的な知識を持ち、食事や運動、休養などのアドバイスを行うことができます。しかし、近年は様々なストレスを抱えて生活しておりメンタルヘルスの重要性を知っていながら現場ではなかなか適切に対応することが難しいのが実情ではないのでしょうか？

「病は気から」ということは以前からよく知られていることですが、近年「精神神経免疫学」が心と身体の関係が解明しつつあります。助言者の本田宏先生は外科医時代にかん治療と患者の精神状態が非常に密接に関係していることを体感し、治療の全経過を通して精神的にいかにサポートできるかを臨床の現場で模索してきました。外科医を引退した現在もメンタルヘルスの重要性を啓発するために、高齢者の生きがい大学や看護研修などで講演活動をされています。

臨床の現場で働く私たちこそ精神的に疲れてしまう場面もあるのではないのでしょうか？第3分科会では保健予防活動の実践発表や現場での悩みなどを共有する場にしたいと思います。本田先生の講演は参加者のみなさんが自分自身の心のケアを実践できるようになり、さらに地域住民を心も身体も健康にできるようなお話です。地域の保健予防活動を実践されている方だけでなく、多くの方にご参加いただけたらと思っています。