



# 地域における生活習慣予防活動に関する研究

【キーワード：生活習慣病予防、保健師】

## 領域・氏名

専門（公衆衛生看護学）講師／ 高橋秀治

## 概要

生活習慣病は死因の約6割を占めるなど重要な健康問題となっています。生活習慣病は多くの要因が関連して発症・重症化していくため、対象に応じた予防活動が重要です。生活習慣病予防活動の具体的な方策について研究を行っています。

## 具体的な内容

現在は、壮年期独身男性のソーシャルサポートを活かした生活習慣改善支援モデルの開発に取り組んでいます。壮年期独身男性の生活習慣の特徴や特に社会的なつながり持ち、影響を及ぼし合いながら生活しているのかをインタビュー調査や質問調査等から明らかにしていきたいと考えています。

また、2017年より日之影町と協働して町ケーブルテレビ放送を活用した健康づくりの実践研究にも取り組んでいます。本学保健師教育課程学生とともに住民の方に町の課題や具体的な生活習慣改善の方法について気軽に学べるように番組を製作し、ライフスタイルに合わせて24時間視聴できるように環境を整備しました。今後は、これらの活動が及ぼした住民の健康への効果について評価していきたいと考えています。

## Information（情報）

生活習慣予防活動や保健指導について、地域で活動されている保健師の皆さんと一緒に考えていけたらと思っています。