

一般健康診断外の測定を実施

特に、高齢者の方々は、定期健診を受ける機会が多いですが、一般健康診断に組み入れられていない骨密度や血管年齢を測定する機会は、少ないと思います。今回の測定は、そうした方々には、自身の健康への再認識のチャンスになったのではないかと思います。

― 検診測定には、長蛇の列でしたね。小森 そうなんです。高齢者の関心の高さに驚きました。測定は、午後四時三十分まで実施し、時間が足りなくなりました。測定できなかった方が多数いらつしやつたので、翌日も、コミュニティ・カフェ高島平駅前会場を移して引き続き行い、七十人の方々が参加され、満足して頂いたようです。

― 今回のフェアを高島平の高齢者を対象に開催された理由は？

小森 最近、NHKで紹介されましたが、高島平団地は、昭和四十七年に、日本の高層団地のモデルケースとして建設されました。団地内には小学校が七校と中学校が四校あり、人口五万人。若さ溢れる団地でした。しかし、その後、少子高齢化が進

み、現在では高齢化が四一%にもなり、五年から十年先の日本の姿だとの声も聞かれ、社会問題となっています。この団地で、高齢者対策が成功すれば、日本全体のUR(都市再生機構)の手本になると言われています。

― 私たちは、その一助になればと、高島平で創刊四十一周年を刻む「高島平新聞」に協力を求め、数々の情報と関係者の協力を頂き、いきいきフェアを開催することができました。

― 参加者に食品モニターを募集されていましたね。

小森 弊社の事業の大部分は、メーカーに代わってトクホ許可取得の大規模試験をする研究機関です。具体



参加者への各種測定(高島平新聞提供)

的には、多くの方々が、メーカーの飲料食品のモニターとして参加していただくことで、社会に「トクホ」という健康に良い食品を提供することができます。

商品開発モニターで社会貢献を

今回、参加された方々には、この趣旨をお話して、トクホ許可取得、サプリメント効果確認試験や商品開発のモニターとしてご協力をお願いしました。健康に関する商品開発モニターとして関わること社会貢献に繋がるので、かなりの方々が積極的に、私たち高齢者でも社会のお役に立て



池田博士の講演(高島平新聞提供)

ればとモニター登録をしてくださいました。当然のことですが、こうした方々には、ご努力を頂くわけですから、自分の対価をお渡しします。

― 今後の目標は？

小森 高島平の高齢者を対象に、医療や運動分野で著名な専門家を講師に招いて、年四回、数百人規模の健康フェアを無料で開催します。また、月二回、コミュニティ・カフェで、数十人単位の健康測定を企画しています。さらに、一般企業の働き盛りの社員からは、年一回の健康診断では、自身の健康増進は図れないとの声が聞かれます。

― 実際、三十代から四十代の方々に頻発する通風や糖尿病。さらには、高脂血症やメタボリックシンドローム、脳梗塞やうつ病については、年一回の健康診断では、充分に対応できません。こうした生活習慣病については、希望される企業に訪問し、その対策として食事管理や骨密度、血管年齢や筋肉・脂肪測定検診を無償で実施していきたくと考えています。

― あわせて健康食品類のモニターをお願いし、「良い食品を社会へ」の社会貢献を呼び掛けてまいりたいと思います。

株エル・スマイルの健康づくり

「日本人を健康にしよう！」をテーマに無料健康セミナー開催

高齢者・企業従業員・フィットネススタジオ愛好者に好評

このところ、食材の偽装が相次ぎ、消費者の「食の安全・安心」への意識はますます高まっている。こうした意識は茶飲料、青汁、炭酸飲料などの特定保健用食品(トクホ)への注目も集めているようだ。このトクホは食品・飲料メーカーに代わって、第三者臨床試験受託機関(以下、第三者機関)の臨床試験を通し、消費者庁長官の許可を得て発売され、消費者の信頼を得ているものだ。

この第三者機関として大手食品・飲料メーカー約三十社から十五年間にわたり委託を受けているのが(株)ケイ・エス・オー(東京都港区・小森美加代表取締役)だ。

― 同社は昨年、(株)エル・スマイルを創設。今までの臨床試験の実績を活かし高齢者・企業の従業員、フィットネススタジオ愛好者への無料健康セミナーや健康研修を実施し、好評を博している。

エル・スマイルは創設以来、高齢者向けの無料健康長寿セミナーを東京都・板橋区の高島平団地で過去四回開催。毎回、(一社)日本生活習慣病予防協会理事長の池田義雄氏、福岡大学スポーツ科学部の田中宏暁氏、日本老年学会評議員・神経内科専門医の米山公啓氏、東邦大学総合診療・救急医学講座教授の瓜田純久氏といった一流の専門家を招き講演を行い、毎回百人〜二百人が参加。セミナー終了後には専門家との質疑応答や管理栄養士による無料健康診断も開かれ好評だったという。

フィットネススタジオとコラボ

今年五月には、新たな試みとして、(株)ライフウェルが運営するフィットネススタジオで、プレオープンイベント「骨に関するセミナー・骨密度測定・エクササイズ体験イベント」を開催し、二日間で二百人が参加し

た。骨のアンチエイジングセミナーでは、骨の健康が人の「若さ」に関連していることを紹介。その後、参加者全員が骨密度を測定し、その場で測定結果を知らせた上で、フィットネススタジオの骨に良い体操やヨガ体験を実施。参加者からの「理論と実践を踏まえたコラボイベントがベストだ」との声に応え引き続き八月にも開催している。

働く女性に健康と美容セミナー

結婚し子どもがいても働きたいという女性のコミュニティとして二〇〇〇年に創設された「(株)キャリア・ママ」で、六月に同様のセミナーを開催。「仕事も家事も、育児もがんばるママのための健康&美容応援セミナー」には、四十名が参加し「家事や育児に忙しく、家族を優先してしまいがちな私たちにとって自分自身の健康を考えるこの上もない機会となり



フィットネススタジオとコラボでセミナー開催

ました」と喜びの声も。

また、二月から五月にかけて、企業社員向けセミナーを大手カード会社の子会社で開催した。女性社員が多いということで、テーマは「ダイエット」。二十名の参加者一人一人の体組成を測定。続いて「最新! 太らない食べ方講座」を開き栄養学の最新情報を紹介している。「ダイエットはGI値の低い食品を取り入れたい」、「二〇〇%ジュースに想像以上の砂糖が入っている」と「食に敏感にならない」と「ダイエットへの正しい理解が広がった。」

こうしたセミナーや研修会終了後、同社は食品開発モニターの趣旨を説明し、モニターへの協力を依頼。人々の健康に貢献できるならと多くの参加者が登録に協力しているという。「日本人を健康にしよう！」をテーマに、一般の方々に食品を通して健康志向の向上啓発活動を展開し、フィットネススタジオとも連携して食事と運動に関する健康イベントなど、幅広い健康的な社会づくりを目指しているという。