

## 中高年における生活習慣病一次予防の健康増進プログラムの開発

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2011-09-21 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 戎, 利光 メールアドレス: 所属:
URL	<a href="http://hdl.handle.net/10098/4093">http://hdl.handle.net/10098/4093</a>

# 福井大学研究シーズデータ

名前・学部・学科等	戎 利 光 (教育地域科学部 生涯学習講座 人間健康科学系 [生理学・衛生学])				
研究情報の分類	シーズ	特許	新製品	分析/解析	調査
研究分野の分類	14	以下の18項目から一つ選び番号を左欄に記入する。 1.物理系 2.エネルギー系 3.化学系 4.バイオ系 5.環境系 6.海洋・宇宙系 7.交通系 8.機械系 9.材料系 10.電子・電気系 11.情報系 12.建築・建設系 13.医学系 14.健康・保健系 15.看護・福祉系 16.農業・林業系 17.水産・畜産系 18.その他			
重点研究分野への該当	I T	ナノ	バイオ	環境・エネルギー	その他
キーワード(5個以内)	生活習慣病	一次予防	栄養	運動	ストレス
研究情報の名称	中高年における生活習慣病一次予防の健康増進プログラムの開発				
概要	<p>我が国の平均寿命が延び、世界有数の長寿国である一方で、食習慣・運動習慣の乱れなどが誘因となる生活習慣病の増加は深刻な問題である。このような現状の中、一次予防に重点を置き、中高年における生活習慣病予防の実践的な健康増進プログラムを作成し実践に生かすことは、中高年の生活習慣病予防だけでなく、健康寿命の延伸にも効力を発揮する。</p> <p>具体的には、食習慣・運動習慣・ストレスマネジメントを網羅した実践的な健康増進プログラム(中高年の生活習慣病の一次予防を目的)を開発し、地域住民が実施することにより、健康増進を図るものである。「栄養」「運動」「ストレスマネジメント」を総合的に網羅した実践的な健康増進プログラムは、行政や地域の指導者が必要としているものの、現存しないことからその活用と意義が大いに期待できる。</p> <p>また、プログラム実施過程において、血液成分、生理的機能、骨密度、肥満度、体力など健康度の変化をチェックしながら、健康増進プログラムの効果を確認していく。</p>				
グラフィカルな社会還元までのチャート	<p>上記の流れをプログラム化することによって、各個人で計画的に実施が可能になる</p>				
関連している企業・大学・団体等					
関連する特許 1 件					
関連する論文 1 編	[著書] 戎 利光, わかりやすい健康の生理学・衛生学, 不昧堂出版, 2002.				