

「セルフチェックによる健康維持・増進の最前線」 バージョンアップセミナー 開催のご案内

(一財)日本ヘルスケア協会日本ヘルスケア産業協議会・自己検診推進部会では、1年間の部会活動の成果を踏まえて、本年1月、急速に開発が進む各種のセルフチェッカーを用いた生活者自身による健康維持・増進の重要性を明らかにし、そのために必要なツールや技術の最前線を集めて紹介するセミナーを開催しました。

新年度から、自己検診推進部会は健診推進部会と合流して、セルフチェック部会へとリニューアルいたしました。その後の知見を加えてバージョンアップしたセミナーを開催いたします。今回は、ドラッグストアを中心にしてセルフチェックを行うことに焦点を当てております。参加ご希望の方は平成30年5月29日(火)までに、FAXまたはメールで申込書をお送り下さい。

1. 日程 **平成30年5月31日(木) 15:00~17:00**

2. スケジュール

■第1部 基調講演

高橋英孝部会長 (東海大学医学部教授、セルフチェック部会・部会長)

「セルフメディケーションはセルフチェックに始まり、セルフチェックに終わる」

■第2部 パネルディスカッション (副部会長と実務家)

「セルフチェック機器の紹介と活用例」

座長: 松井秀正副部会長 (大木ヘルスケア HD(株)代表取締役副社長)

- 1) 家庭血圧計の進化と購入時の選び方
- 2) 持続グルコース測定による糖尿病予防の取組み
または、アルコール体質検査の普及啓発に向けて
- 3) 自己採血キットの活用事例 (健保組合での成功例)
- 4) その他のセルフチェック機器の紹介

3. 定員 : 70名

4. 申込方法 : 事務局までFAXまたはメール(info@jahi.jp)にてお申込み下さい。

5. 参加費用 : 無料

6. 会場 : (株)阪神調剤薬局様東京支社研修室

(<http://www.hanshin-dp.co.jp/company/map.html>)

〒105-0001 東京都港区虎ノ門1-1-12 TORANOMON BUILDING10階

7. 締切 : 平成30年5月29日(火) ※但し、定員になり次第締め切ります。

(一財)日本ヘルスケア協会 〒105-0001 東京都港区虎ノ門1-15-10 名和ビル3階
電話03-5510-7274 FAX03-3504-8103

「セルフチェックによる健康維持・増進の最前線」セミナー 参加申込書

企業名	連絡先 TEL (必須)
-----	-----------------

参加者 1	○ご所属部課名 お役職名	○お名前	○E-mail
参加者 2	○ご所属部課名 お役職名	○お名前	○E-mail

■第1部 基調講演の趣旨

セルフメディケーションは、自分自身の健康を自分で守ることでありますが、そのためには自身の健康状態を知ること（＝セルフチェック）が不可欠です。毎年の健診や人間ドックもセルフチェックのひとつですが、日常生活の中で行うセルフチェックも大切です。

例えば、糖尿病の初期では食後高血糖が生じますが、空腹時血糖は異常とならないことが多いです。食後高血糖の段階で生活習慣の修正を行うことが糖尿病予防には最も効果的だと考えられますが、健康診断や人間ドックの検査は空腹時に行われるため、食後のみ高血糖の人は見逃されてしまいます。

特定保健食品や機能性表示食品の中には「食後の血糖値の上昇を緩やかにする」という表示をした食品がたくさんありますが、食後の血糖値を知らなければ、この表示をした商品が自分に必要なかどうかはもちろん、使用した効果もわかりません。

血糖値はその都度採血しなければならないというデメリットがあり、頻回に測定するのも困難ですし、寝ている間は測定できません。近年、これらを解消したツールが発売されています。本来は重症糖尿病患者のために開発された持続グルコース測定器ですが、これをヘルスケアの場で活用する方法を提案いたします。

高血圧、脂質異常、耐糖能異常など生活習慣病の予防には運動や栄養が重要ですが、セルフチェックをしなければ、セルフメディケーションが上手く行っているかどうか分かりません。高血圧に対しては家庭血圧計でセルフチェックが可能ですが、血糖値、コレステロールや中性脂肪などの脂質、尿酸などは血液検査をしないとわかりません。血糖以外の血液検査も自己採血キットを使えば自宅で行える時代になりました。健診項目に限定されず、病院でしか検査できない種々の検査項目も測定することが可能です。今回は自己採血キットの無限の可能性についてもご紹介いたします。

様々なセルフチェックのツールを用いることにより、医療機関に行かなくても検査をすることが可能です。異常の有無をチェックするだけでなく、生活習慣改善効果もチェックすることが可能です。

セルフメディケーションの普及には、自己の健康状態と対策・効果の「見える化」が重要であり、そのためにはセルフチェック機器の普及とセルフチェック機器の活用法を工夫することがきわめて重要と考えます。