

「いのち輝く未来社会をめざすビジョン」推進のための 10歳若返りワークショップ（全4回）における主なご意見

第1回 食やスポーツ・文化・エンターテインメントを通じた健康づくりについて（7/11）

■ 参加いただいた有識者

大阪大学 磯教授、不二製油 伊吹室長、がん循環器病予防センター 岡田部長、
福島県立医科大学 大平教授、ミズノ 篠村部長

■ 主なご意見

「好きなことをきっかけに外に出てコミュニケーションをとることが大切。」「禁煙や減塩、脂質や体重のバランスが大切。」「笑顔の人や日々の生活を楽しんでいる人は寿命が長い。」「コミュニケーションや生活習慣の向上、笑いの頻度を増加させることで、フレイル予防になり健康寿命が延びる。」

「日常動作や外出をどれだけ続けられるかが大事。毎日外出できるような環境、コミュニティを地域で作る必要。」「子どものころからの運動習慣が大人になってからの運動実施率に影響。運動に取り組める経験、環境が必要。」

第2回 健康医療、予防医学について（7/25）

■ 参加いただいた有識者

大阪大学 磯教授、サンスター財団 佐藤道場長、大阪市立大学 斯波教授、
高石市 中島部長、大阪大学 森下教授

■ 主なご意見

「診断や予防においてデータの活用が重要。データを蓄積していくことが必要。」

「歯周病と糖尿病との間には関連性があり、歯科と医科の連携がうまく取れるようになれば、早期発見につながる。」

「役割を持って活躍してもらうことが長生きにつながる。」「辛い取り組みは続かない。楽しく続けられる工夫が必要。」

「受診率の低さへの対応について、オンラインを活用することも必要。」「ロボットや AI を活用することにより、適時アドバイスするようなコーチングができる仕掛けが必要。」「運動無関心層などへの対応が課題。」

第3回 先進医療、ロボット等革新技术について（8/9）

■ 参加いただいた有識者

大阪大学 磯教授、パナソニック 木田氏、大阪大学 徳増教授、
ATR 萩田所長、国立循環器病研究センター 宮本部長

■ 主なご意見

「再生医療などで身体的な10歳若返りとあわせて、腰が痛いなど幾分身体的な支障があっても、ロボットやIoT技術で支えることによって、生きがいを持って社会生活ができ、人と人とのコミュニケーションも促進されていくのが「健康」と、健康寿命の定義・コンセプト自体を変えていく必要」

「年をとってもフィジカルな仕事以外に、サイバーの仕事を複数持って、いきいきと過ごせる社会にしていける必要がある。」

「ライフステージに沿って、健康データを集積し、予防、福祉等に活かしていくべき。一方で、今あるデータを集積するのは法制上などの課題も大きいことから、これから若い人のデータを蓄積することや、今後の研究の中でデータの蓄積をスタートすることも考えられるのではないか。」

第4回 誰もが多様に活躍できる社会・環境づくりについて (8/20)

■ 参加いただいた有識者

大阪大学 磯教授、関西大学 黒田教授、大阪大学 佐藤教授、積水ハウス 田中部長、
河内長野市 谷ノ上参事

■ 主なご意見

「自立した生活に関して、「自立している」、「自立していない」の2分法で議論してはいけない。全ての人が、自身の能力や特徴、置かれた環境等に応じて、自立できる、活躍できるようにすることを考えることが必要。」

「健康寿命を考えるうえで、精神的健康と身体的健康は密接不可分。この点に留意したうえで、精神的健康に関する指標化が必要。」

「コミュニケーションは、極めて重要な人間らしさの基本であり、心の豊かさにも関連する。」

「普段引きこもっている人にとって地域と関わることには抵抗があり、生活支援の中で、地域とつながるような、身近な生活の中でどう地域に関わってもらうか、きっかけが一番大切とを感じる。」

「精神的、心理的サポートする体制づくりを社会全体で考えていくことが重要」